

**BỘ CÔNG THƯƠNG  
TRƯỜNG CAO ĐẲNG CÔNG NGHIỆP HƯNG YÊN**

**CHƯƠNG TRÌNH ĐÀO TẠO  
TRÌNH ĐỘ SƠ CẤP**

**CHĂM SÓC DA**

*(Ban hành kèm theo Quyết định số 689 /QĐ-CĐCNHY ngày 27/ 11 /2023  
của Hiệu trưởng trường Cao đẳng Công nghiệp Hưng Yên)*

**Hưng Yên – 2023**

## MỤC LỤC

<b>STT</b>	<b>Nội dung</b>	<b>Trang</b>
MH01	Giải phẫu người và sinh lý	8
MH 02	Mỹ phẩm và dược phẩm trong chăm sóc thẩm mỹ da	13
MH 03	Vệ sinh-an toàn dịch tễ	19
MĐ 04	Chăm sóc da cơ bản	26
MĐ 05	Chăm sóc da nâng cao	35
MĐ06	Massage body	43
MĐ 07	Thực tập tốt nghiệp	49

## CHƯƠNG TRÌNH ĐÀO TẠO

*(Ban hành kèm theo Quyết định số 689 /QĐ-CĐCNHY ngày 27/ 11 /2023  
của Hiệu trưởng Trường cao đẳng Công nghiệp Hưng Yên)*

---

**Tên ngành, nghề: Chăm sóc da**

**Trình độ đào tạo: sơ cấp**

**Hình thức đào tạo: Thường xuyên**

**Đối tượng tuyển sinh: Có sức khỏe, trình độ học vấn phù hợp với nghề cần học**

**Bằng cấp sau khi tốt nghiệp: Chứng chỉ sơ cấp**

### **I. Giới thiệu chung về ngành, nghề:**

Nhu cầu làm đẹp hiện nay dường như là một nhu cầu thiết yếu đối với phần đông mọi người. Hơn thế nữa chuyện làm đẹp hiện nay không còn là câu chuyện của phụ nữ, con gái mà còn cả của đàn ông. Do nhu cầu xã hội, mọi người cần trong chính chu, gọn gàng, sạch sẽ trước mắt của đồng nghiệp, xin việc làm, đối tác.

Với tốc độ phát triển chóng mặt của xã hội, công việc ngày càng nhiều áp lực. Nhu cầu phục hồi sức khỏe, tu dưỡng lại cơ thể lại càng thiết yếu hơn. Họ dành thời gian nhiều hơn trong việc tìm kiếm những cách làm đẹp, phục hồi cơ thể. Đây là những cách được nhiều người lựa chọn. Với nhu cầu làm đẹp ngày càng một tăng, số lượng người có nhu cầu làm đẹp càng ngày càng nhiều. các spa, beauty, salon làm đẹp đang “nở rộ” tại nhiều thành phố lớn. Cho thấy đây là một ngành tiềm năng trong cơ hội việc làm, nhiều spa hiện nay đang cố gắng nỗ lực để tìm đủ nguồn nhân lực với mục đích đáp ứng tốt nhất có thể cho khách hàng.

## II. Mục tiêu

### 1. Kiến thức

- Trình bày được mục đích và kiến thức về chăm sóc da, chăm sóc da chuyên sâu và quản lý da từng phần trên cơ thể;
- Trình bày được các loại huyết đạo trên mặt, cổ vai gáy trong thư giãn;
- Trình bày được mục đích và tác dụng của massage mặt, cổ vai gáy trong thư giãn chăm sóc da;
- Phân tích được các loại da, tình trạng da và tác dụng của chăm sóc da;
- Phân tích được quy trình chăm sóc da cơ bản, chăm sóc da chuyên sâu và cách phòng chống lây nhiễm bệnh qua tiếp xúc điều trị da;
- Phân biệt được các loại mặt nạ chăm sóc da;
- Nhận biết được các khối cơ, xương trên cơ thể.

### 2. Kỹ năng

- Lựa chọn được các sản phẩm chăm sóc da phù hợp với từng loại da;
- Thực hiện thành thạo các quy trình làm sạch da, chăm sóc da cơ bản, chăm sóc da chuyên sâu, tẩy lông và giảm béo;
- Thực hiện thành thạo các thao tác Massage chăm sóc da và chăm sóc toàn thân;
- Vận dụng được kiến thức lý thuyết vào thực tế chăm sóc da bị tổn thương và các bệnh lý về da..

### 3. Mức độ tự chủ và trách nhiệm

- Thực hiện công tác an toàn và vệ sinh trong quá trình chăm sóc khách hàng;
- Đảm bảo công tác an toàn và phòng chống lây nhiễm các bệnh truyền nhiễm trong quá trình chăm sóc da cho khách hàng;
- Rèn luyện kỹ năng chăm sóc khách hàng chuyên nghiệp đảm bảo chất lượng và hiệu quả;
- Không ngừng học tập nâng cao trình độ để đáp ứng với yêu cầu của nghề chăm sóc da thẩm mỹ;
- Yêu ngành, yêu nghề, tu dưỡng đạo đức người làm nghề chăm sóc sắc đẹp;

- Rèn luyện tinh thần trách nhiệm của bản thân về lao động, tác phong, luôn vươn lên và tự hoàn thiện.

#### 4. Vị trí việc làm sau khi tốt nghiệp

Sau khi tốt nghiệp người học có năng lực đáp ứng các yêu cầu tại các vị trí việc làm của ngành, nghề bao gồm:

- Chuyên viên Chăm sóc da cho các Trung tâm chăm sóc sắc đẹp;
- Thành lập Trung tâm dạy nghề Chăm sóc da thẩm mỹ;
- Làm chủ Beautysalon làm đẹp;
- Lãnh đạo điều hành Trung tâm Chăm sóc sắc đẹp, các Thẩm mỹ viện.

#### 5. Khả năng học tập, nâng cao trình độ

- Khối lượng kiến thức tối thiểu, yêu cầu về năng lực mà người học phải đạt được sau khi tốt nghiệp ngành, nghề chăm sóc da, trình độ sơ cấp có thể tiếp tục phát triển ở các trình độ cao hơn;

- Người học sau tốt nghiệp có năng lực tự học, tự cập nhật những tiến bộ khoa học công nghệ trong phạm vi ngành, nghề để nâng cao trình độ hoặc học liên thông lên trình độ cao hơn trong cùng ngành, nghề hoặc trong nhóm ngành, nghề hoặc trong cùng lĩnh vực đào tạo.

### III. THỜI GIAN CỦA KHÓA HỌC VÀ THỜI GIAN THỰC HỌC TỐI THIỂU

#### 1. Thời gian của khóa học và thời gian thực học tối thiểu

- Thời gian đào tạo : 3 tháng
- Thời gian học tập : 12 tuần
- Thời gian thực học tối thiểu: 315 h

#### 2. Phân bổ thời gian thực học tối thiểu

- Thời gian học các mô đun đào tạo nghề: 315h;
- Thời gian học lý thuyết : 81h ; Thời gian học thực hành : 220h

Mã MH/ MĐ	Tên môn học/mô đun	Số tín chỉ	Thời gian học tập (giờ)			
			Tổng số	Trong đó		
				Lý thuyết	Thực hành/ thực tập/bài tập/thảo luận	Kiểm tra
MH 01	Giải phẫu người và sinh lý	2	15	10	4	1
MĐ 02	Mỹ phẩm và dược phẩm trong chăm sóc thẩm mỹ da	3	45	15	28	2
MH 03	Vệ sinh-an toàn dịch tễ	2	15	13		2
MĐ 04	Chăm sóc da cơ bản	4	90	15	70	5
MĐ 05	Chăm sóc da nâng cao	4	60	15	43	2
MĐ 06	Massage body	3	30	8	20	2
MH 07	Thực tập tốt nghiệp	4	60	5	55	
	<b>Tổng</b>		315	81	220	14

#### IV. CHƯƠNG TRÌNH MÔ ĐUN ĐÀO TẠO

*(Nội dung chi tiết được kèm theo tại phụ lục)*

#### V. HƯỚNG DẪN SỬ DỤNG CHƯƠNG TRÌNH

##### 1. Đề cương chi tiết chương trình của từng mô đun đào tạo nghề

Chương trình chi tiết các mô đun bắt buộc đã có trong chương trình đào tạo quy định chi tiết tên các bài học, chương, mục.

Giáo viên giảng dạy mô đun căn cứ chương trình khung soạn bài giảng chi tiết theo giáo trình thống nhất của Nhà trường và phải được ký duyệt của trưởng khoa trước khi lên lớp.

2. Hướng dẫn kiểm tra sau khi kết thúc mô đun đào tạo nghề và hướng dẫn thi tốt nghiệp.

Tất cả các mô đun đào tạo đều được kiểm tra đánh giá theo Quy chế thi, kiểm tra và công nhận tốt nghiệp trong dạy nghề hệ chính quy ban hành kèm theo Quyết định số **14/2007/QĐ-BLĐTBXH** ngày 24/5/2007 của Bộ trưởng Bộ LĐTB&XH.

##### 2.1. Kiểm tra định kỳ, kiểm tra kết thúc mô đun.

- Hình thức kiểm tra hết mô đun: Viết, bài tập thực hành.
  - Thời gian kiểm tra:
    - + Lý thuyết: Không quá 90 phút
    - + Thực hành: Không quá 6 giờ
  - Số lần kiểm tra: Theo phụ lục cơ số điểm kiểm tra định kỳ và hệ số mô đun.
- + Thời gian kiểm tra lý thuyết được tính vào giờ lý thuyết, kiểm tra thực hành, kiểm tra tích hợp được tính vào giờ thực hành.

### 2.2. Hệ số mô đun.

- Hệ số các mô đun: lấy số giờ học lý thuyết chia cho 15 cộng với số giờ thực hành chia cho 40. Trường hợp có phần dư thì làm tròn theo quy tắc nhỏ hơn 0,5 thì làm tròn xuống, lớn hơn 0,5 thì làm tròn lên (*có phụ lục hệ số môn học, mô đun kèm theo*).

### 2.3. Thi tốt nghiệp:

Môn thi	Hình thức thi	Thời gian thi
Thực hành nghề	Bài thi thực hành	4h

**HIỆU TRƯỞNG**

**Nguyễn Khắc Ngọc**

## CHƯƠNG TRÌNH MÔN HỌC

Tên môn học: Giải phẫu người và sinh lý

**Mã môn học:** MH01

**Thời gian thực hiện môn học:** 15 giờ;

(Lý thuyết: 10 giờ; Thực hành, thí nghiệm, thảo luận, bài tập: 4 giờ; Kiểm tra: 1 giờ)

### I. Vị trí, tính chất của môn học:

- Vị trí: Môn học Giải phẫu người và sinh lý là môn học cơ sở được bố trí học trong chương trình đào tạo nghề chăm sóc da

- Tính chất: Môn học Giải phẫu người và sinh lý là môn học cơ sở ngành.

### II. Mục tiêu môn học:

- Kiến thức:

+ Trình bày được khái quát về giải phẫu - sinh lý người;

+ Trình bày được đặc điểm cơ bản về cơ thể sống;

- Kỹ năng:

+ Phân tích được đặc điểm cơ bản về cơ thể sống;

+ Phân tích được đặc điểm của hệ xương

- Năng lực tự chủ và trách nhiệm:

+ Nghiêm túc, tự giác trong học tập;

+ Rèn luyện tính cẩn thận, kiên trì và tư duy logic.

### III. Nội dung môn học:

1. Nội dung tổng quát và phân bổ thời gian:

Số TT	Tên chương, mục	Thời gian (giờ)			
		Tổng số	Lý thuyết	Thực hành, thí nghiệm, thảo luận, bài tập	Kiểm tra
1	<b>Chương 1: Đại cương về giải phẫu – sinh lý</b>	2	2		
	1.1. Đại cương giải phẫu			1	
	1.2. Đại cương sinh lý				
	1.3. Đại cương về cơ thể sống			1	
	1.4. Đại cương về tế bào				
2	<b>Chương 2: Giải phẫu hệ xương</b>	13	8	4	1
	2.1. Đại cương về bộ xương người		2		



	2.2. Hệ xương trục				
	2.2.1. Xương đầu – mặt		2	1	
	2.2.2. Xương thân		2	1	
	2.3. Xương bên ( Xương phụ)				
	2.3.1. Xương bên chi trên		1	1	
	2.3.2. Xương bên chi dưới		1	1	
	<b>Cộng</b>	<b>15</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>1</b>

2. Nội dung chi tiết:

### **Chương 1: Đại cương về giải phẫu – sinh lý**

*Thời gian: 2giờ (LT:1 giờ; TH: 1 giờ)*

1. Mục tiêu của chương:

- + Trình bày được khái quát về giải phẫu - sinh lý người;
- + Trình bày được các đặc điểm của cơ thể sống, sinh lý tế bào;
- + Trình bày được các hoạt động duy trì hằng tính nội môi và sự ảnh hưởng của nội môi.

- Kỹ năng:

- + Phân tích được khái quát về giải phẫu - sinh lý người;
- + Phân tích được các đặc điểm của cơ thể sống, sinh lý tế bào;
- + Phân tích được các hoạt động duy trì hằng tính nội môi và sự ảnh hưởng của nội môi.

- Năng lực tự chủ và trách nhiệm:

- + Nghiêm túc, tự giác trong học tập;
- + Rèn luyện tính cẩn thận, kiên trì và tư duy logic.

2. Nội dung chương:

2.1. Đại cương giải phẫu 0.5 giờ

2.1.1. Khái niệm

2.1.2. Các phương thức mô tả giải phẫu

2.1.3. Tư thế và các mặt phẳng giải phẫu

2.1.4. Các từ chỉ mối quan hệ vị trí so sánh

2.2. Đại cương sinh lý 0.5 giờ

2.2.1. Định nghĩa, đối tượng nghiên cứu, nhiệm vụ và vị trí của sinh lý học

2.2.2. Phương pháp nghiên cứu và học tập sinh lý học

2.3. Đại cương về cơ thể sống 0.5 giờ

2.3.1. Đặc điểm của sự sống

2.3.2. Đặc điểm sinh sản

2.4. Đại cương về tế bào

2.4.1. Đại cương về tế bào

2.4.2. Dịch nội bào

2.4.3. Dịch ngoại bào và hằng tính nội môi

## **Chương 2: Giải phẫu hệ xương**

*Thời gian: 13 giờ (LT:8 giờ; TH: 4 giờ, Kiểm tra 1)*

1. Mục tiêu của chương:

- Kiến thức:

- + Trình bày được đặc điểm, cấu tạo của bộ xương;
- + Trình bày được đặc điểm hình thể chính của các xương;
- + Nhận biết được các chi tiết của hệ xương.

- Kỹ năng:

- + Phân tích được đặc điểm, cấu tạo của bộ xương;
- + Phân tích được đặc điểm hình thể chính của các xương;
- + Phân biệt được các chi tiết của hệ xương;
- + Gọi tên chính xác các chi tiết của hệ xương.

- Năng lực tự chủ và trách nhiệm:

- + Nghiêm túc, tự giác trong học tập;
- + Rèn luyện tính cẩn thận, kiên trì và tư duy logic.

2. Nội dung chương:

2.1. Đại cương về bộ xương người 2 giờ

2.2. Hệ xương trục

2.2.1. Xương đầu – mặt 3 giờ

2.2.2. Xương thân 3 giờ

2.3. Xương bên ( Xương phụ)

2.3.1. Xương bên chi trên 2 giờ

2.3.2. Xương bên chi dưới 2 giờ

**Kiểm tra** 1 giờ

IV. Điều kiện thực hiện môn học:

1 . Phòng học chuyên môn hóa, nhà xưởng: Phòng học chuyên môn có đầy đủ trang thiết bị, mô hình đảm bảo về ánh sáng, thông thoáng.

2. Trang thiết bị máy móc: Máy tính, máy chiếu, mô hình, tài liệu

3. Học liệu, dụng cụ, nguyên vật liệu:

- Học liệu: Giáo trình, hệ thống bài tập, phiếu kiểm tra;

- Dụng cụ: Mô hình học tập.

4. Các điều kiện khác: Các tài liệu tham khảo tại thư viện nhà trường

V. Nội dung và phương pháp đánh giá:

1. Nội dung:

Đánh giá kiểm tra bằng hình thức: vấn đáp, viết, bài tập thực hành trong quá trình thực hiện môn học yêu cầu đạt được các mục tiêu sau:

- Kiến thức:

+ Trình bày được khái quát về giải phẫu - sinh lý người;

+ Trình bày được đặc điểm cơ bản về cơ thể sống;

- Kỹ năng:

+ Phân tích được đặc điểm cơ bản về cơ thể sống;

+ Phân tích được đặc điểm của hệ xương

- Năng lực tự chủ và trách nhiệm:

+ Nghiêm túc, tự giác trong học tập;

+ Rèn luyện tính cẩn thận, kiên trì và tư duy logic.

2. Phương pháp:

- Kiểm tra thường xuyên: Thực hành, vấn đáp

- Kiểm tra định kỳ: Thực hành, tự luận

- Thi thóc mô-đun: Tự luận

VI. Hướng dẫn thực hiện môn học:

1. Phạm vi áp dụng môn học:

Chương trình môn học Giải phẫu người và sinh lý sử dụng để giảng dạy trình độ Sơ cấp – Nghề Chăm sóc da

2. Hướng dẫn phương pháp giảng dạy, học tập

- Đối với giảng viên:

+ Giảng viên trước khi dạy cần căn cứ vào nội dung tổng quát của môn học và nội dung của từng bài học, chuẩn bị đầy đủ các điều kiện thực hiện để đảm bảo chất lượng giảng dạy;

+ Kết hợp các phương pháp giảng dạy: thuyết trình, trực quan, đàm thoại, để học sinh dễ tiếp thu bài và vận dụng kiến thức lý thuyết vào làm các bài tập thực hành có hiệu quả;

+ Kiểm tra uốn nắn và hướng dẫn sửa các lỗi bài tập thực hành tại lớp cho người học.

- Đối với người học:

+ Chuẩn bị đầy đủ đồ dùng học tập

+ Nghiên cứu tài liệu, thực hiện bài tập đúng tiến độ theo yêu cầu của giảng viên

+ Tham gia tối thiểu 80% thời lượng mô-đun;

+ Đảm bảo an toàn cho người và thiết bị

3. Những trọng tâm chương trình cần chú ý:

+ Phân tích được đặc điểm cơ bản về cơ thể sống;

+ Phân tích được đặc điểm của hệ xương,

4. Tài liệu cần tham khảo:

- Giáo trình Giải phẫu – Sinh lý - Trường Trung cấp nghề Công nghệ cao Hà Nội

- Giáo trình Giải phẫu, sinh lý người và động vật – Nhà xuất bản Giáo dục Việt Nam

- Giáo trình Giải phẫu – Sinh lý – Nhà xuất bản y học – Bộ y tế

- Giáo trình Giải phẫu – Sinh lý – Sở Giáo dục và Đào tạo Hà Nội

- Huyệt vị kinh lạc cơ thể người – Ngô Trung Hiếu

## CHƯƠNG TRÌNH MÔN HỌC

**Tên môn học:** Mỹ phẩm và dược phẩm trong chăm sóc thẩm mỹ da

**Mã môn học:** MĐ02

**Thời gian thực hiện môn học:** 45 giờ

(Lý thuyết:15 giờ; Thực hành, thí nghiệm, thảo luận, bài tập: 28 giờ; Kiểm tra: 2 giờ)

### I. Vị trí, tính chất của môn học:

- Vị trí: Môn học được bố trí học trước hoặc sau mô-đun, môn học trong chương trình đào tạo

- Tính chất: môn học thuộc các môn cơ sở ngành.

### II. Mục tiêu môn học:

- Kiến thức:

+ Trình bày được khái niệm, mỹ phẩm, dược mỹ phẩm trong chăm sóc da

+ Trình bày được được các tên, công thức cấu tạo, tính chất, hoạt chất tác động lên da của các hóa chất thường trong mỹ phẩm, dược mỹ phẩm chăm sóc da.

+ Trình bày được những tác dụng phụ của mỹ phẩm, dược mỹ phẩm lên da

- Kỹ năng:

+ Phân biệt được các loại da: Da khô, da dầu và da hỗn hợp

+ Phân loại được các loại mỹ phẩm, dược mỹ phẩm và mục đích sử dụng trong chăm sóc da

+ Phân tích được tác dụng của từng loại mỹ phẩm lên da, lựa chọn mỹ phẩm phù hợp cho từng loại da.

+ Nhận biết được tác dụng phụ của mỹ phẩm dược phẩm lên da, đưa ra biện pháp sơ cứu kịp thời.

- Năng lực tự chủ và trách nhiệm: Rèn luyện tính cẩn thận, tỉ mỉ, chính xác khi lựa chọn mỹ phẩm phù hợp cho từng loại da trong chăm sóc da.

### III. NỘI DUNG MÔ- ĐUN:

1. Nội dung tổng quát và phân bổ thời gian:

Số TT	Tên các chương trong môn học	Thời gian (giờ)			
		Tổng số	Lý thuyết	Thực hành, thí nghiệm, thảo luận, bài tập	Kiểm tra
1	<b>Chương 1: Kiến thức cơ bản về da</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>0</b>
	Bài 1. Cấu trúc da		1	0	
	Bài 2. Chức năng sinh lí da		1		
	Bài 3. Phân loại da		1	1	

<b>2</b>	<b>Chương 2: Các sản phẩm chăm sóc da thông dụng</b>	<b>37</b>	<b>9</b>	<b>27</b>	<b>1</b>
	Bài 1: Mỹ phẩm-Dược mỹ phẩm		1	3	
	Bài 2: Một số thành phần trong chăm sóc da trị liệu		1	3	
	Bài 3: Dược mỹ phẩm làm sáng da		1	3	
	Bài 4: Chống nắng		1	3	
	Bài 5: Stress oxy hóa trong mụn trứng cá		1	3	
	Bài 6: Một số thành phần trong điều trị và chăm sóc tại chỗ mụn trứng cá		1	3	
	Bài 7: Dược mỹ phẩm trong điều trị mụn trứng cá		1	3	
	Bài 8: Chất dưỡng ẩm trong chăm sóc da thẩm mỹ		1	3	
	Bài 9: Hydroxy acids ( HAs) trong chăm sóc da thẩm mỹ		1	3	
<b>3</b>	<b>Chương 3. Tác dụng phụ của dược phẩm – mỹ phẩm chăm sóc da</b>	<b>4</b>	<b>3</b>		<b>1</b>
	Bài 1: Kích ứng và dị ứng da		1		
	Bài 2: Gây mụn		1		
	Bài 3: Các tác dụng phụ của việc thoa các sản phẩm chứa chất corticoid		1		1
	<b>Cộng</b>	<b>45</b>	<b>15</b>	<b>28</b>	<b>2</b>

2. Nội dung chi tiết:

### **Chương 1: Kiến thức căn bản về da**

*Thời gian: 4 giờ (LT: 3giờ, Th 1 giờ )*

#### 1. Mục tiêu

- Kiến thức:

+ Trình bày được : Cấu trúc da, chức năng sinh lí da, phân loại da

- Kỹ năng:

+ Phân biệt được các loại da: Da khô, da dầu và da hỗn hợp

- Năng lực tự chủ và trách nhiệm: Rèn luyện tính cẩn thận, tỉ mỉ, chính xác khi lựa chọn mỹ phẩm phù hợp cho từng loại da trong chăm sóc da.

## 2. Nội dung

Bài 1. Cấu trúc da	1	Giờ
Bài 2. Chức năng sinh lí da	1	Giờ
Bài 3. Phân loại da	2	Giờ

## **Chương 2: Các chất thông dụng trong chăm sóc thẩm mỹ da**

*Thời gian: 37 giờ (LT: 9 giờ, TH, TL...:27 giờ, KT: 1 giờ)*

### 1. Mục tiêu của chương:

- Kiến thức:

+ Trình bày được được các tên, công thức cấu tạo, tính chất, hoạt chất tác động lên da của các hóa chất thường trong mỹ phẩm, được mỹ phẩm chăm sóc da.

- Kỹ năng:

+ Phân loại được các loại mỹ phẩm và mục đích sử dụng mỹ phẩm trong chăm sóc da

+ Phân tích được tác dụng của từng loại mỹ phẩm lên da, lựa chọn mỹ phẩm phù hợp cho từng loại da.

- Năng lực tự chủ và trách nhiệm: Rèn luyện tính cẩn thận, tỉ mỉ, chính xác trong quá trình học tập.

## 2. Nội dung

Bài 1: Mỹ phẩm-Dược mỹ phẩm	4	Giờ
Bài 2: Một số thành phần trong chăm sóc da trị liệu	4	Giờ
Bài 3: Dược mỹ phẩm làm sáng da	4	Giờ
Bài 4: Chống nắng	4	Giờ
Bài 5: Stress oxy hóa trong mụn trứng cá	4	Giờ
Bài 6: Một số thành phần trong điều trị và chăm sóc tại chỗ mụn trứng cá	4	Giờ
Bài 7: Dược mỹ phẩm trong điều trị mụn trứng cá	4	Giờ
Bài 8: Chất dưỡng ẩm trong chăm sóc da thẩm mỹ	4	Giờ
Bài 9: Hydroxy acids ( HAs) trong chăm sóc da thẩm mỹ	4	Giờ
Kiểm tra	1	Giờ

### **Chương 3. Tác dụng phụ của dược phẩm – mỹ phẩm chăm sóc da**

*Thời gian: 4 giờ (LT: 3 giờ, TH, TL...: 1 giờ)*

#### 1. Mục tiêu của chương

- Kiến thức:

+ Trình bày được những tác dụng phụ của mỹ phẩm dược phẩm lên da

- Kỹ năng:

+ Nhận biết được tác dụng phụ của mỹ phẩm dược phẩm lên da, đưa ra biện pháp sơ cứu kịp thời.

- Năng lực tự chủ và trách nhiệm: Rèn luyện tính cẩn thận, tỉ mỉ, chính xác trong quá trình trình bày bản vẽ kỹ thuật

#### 2. Nội dung

Bài 1: Kích ứng và dị ứng da	1	Giờ
Bài 2: Gây mụn	1	Giờ
Bài 3: Các tác dụng phụ của việc thoa các sản phẩm chứa chất corticoid	1	Giờ
Kiểm tra	1	Giờ

Kiểm tra

#### **IV. Điều kiện thực hiện môn học:**

1. Phòng học chuyên môn hóa/ nhà xưởng: Phòng học đảm bảo các điều kiện về ánh sáng, thông thoáng và đảm bảo vệ sinh môi trường.

2. Trang thiết bị máy móc:

- Máy tính; máy chiếu Projector, phong chiếu

3. Học liệu, dụng cụ, nguyên vật liệu:

Giáo trình, hệ thống bài tập, phiếu kiểm tra...

4. Các điều kiện khác: Tài liệu tham khảo tại thư viện nhà trường

#### **V. Nội dung và phương pháp đánh giá:**

##### 1. Nội dung

Đánh giá kiểm tra bằng hình thức: vấn đáp, viết, bài tập thực hành trong quá trình thực hiện môn học yêu cầu đạt được các mục tiêu sau

- Kiến thức:

+ Trình bày được giá trị mỹ phẩm, dược phẩm mang lại cho da

+ Trình bày được cấu tạo, một số vấn đề liên quan của da và nhu cầu sử dụng mỹ phẩm của da

- Kỹ năng:

+ Phân tích được tác dụng của từng loại mỹ phẩm lên da, lựa chọn mỹ phẩm phù hợp cho từng loại da



+ Nhận biết được tác dụng phụ của mỹ phẩm dược phẩm lên da, đưa ra biện pháp sơ cứu kịp thời.

- Năng lực tự chủ và trách nhiệm:

+ Có tinh thần ham học hỏi, chia sẻ kinh nghiệm, hợp tác trong quá trình hoạt động nhóm, rèn luyện tính kỷ luật, có trách nhiệm và tác phong công nghiệp;

+ Chuẩn bị, sắp xếp nơi làm an toàn và vệ sinh công nghiệp.

2. Phương pháp:

- Kiểm tra thường xuyên: Hình thức kiểm tra: Vấn đáp, bài tập.

- Kiểm tra định kỳ: Hình thức kiểm tra tự luận

- Thi kết thúc môn học: Hình thức kiểm tra tự luận.

## **VI. Hướng dẫn thực hiện môn học:**

1. Phạm vi áp dụng môn học:

Chương trình Môn học Mỹ phẩm và dược phẩm trong chăm sóc thẩm mỹ da sử dụng để giảng dạy trình độ sơ cấp nghề Chăm sóc da

2. Hướng dẫn về phương pháp giảng dạy, học tập môn học:

- Đối với giảng viên:

+ Giảng viên trước khi dạy cần căn cứ vào nội dung tổng quát của môn học và nội dung của từng bài học, chuẩn bị đầy đủ các điều kiện thực hiện bài học để đảm bảo chất lượng giảng dạy;

+ Kết hợp các phương pháp giảng dạy: thuyết trình, trực quan, thao tác mẫu, đàm thoại, uốn nắn, kèm cặp để người học dễ tiếp thu bài và vận dụng kiến thức lý thuyết vào làm các bài tập thực hành có hiệu quả;

+ Kiểm tra các bài tập về nhà, hướng dẫn và sửa các lỗi tại lớp cho người học.

+ Giảng dạy lý thuyết cần có sản phẩm mẫu để sinh viên quan sát đặc điểm kiểu dáng, kết cấu sản phẩm;

+ Trong quá trình hướng dẫn làm bài tập ứng dụng, giảng viên chia nhóm để người học dễ quan sát;

- Đối với người học:

+ Chuẩn bị đầy đủ đồ dùng học tập

+ Nghiên cứu tài liệu, thực hiện bài tập theo yêu cầu của giảng viên

+ Tích cực nghiên cứu, tự học, làm bài tập về nhà

+ Tích cực tham gia xây dựng bài trên lớp

+ Tham gia tối thiểu 80% thời lượng môn học

4. Tài liệu tham khảo:

- Chăm sóc da thẩm mỹ- PGS.TS Huỳnh Văn Bá- NXB Y học 2020

- Nghệ thuật phục hồi và trẻ hóa làn da- ZeniE. Obagi MD- NXB Y học

- Bí quyết chăm sóc da- LanVY, Hồng Phượng- NXB Đà Nẵng
- Dưỡng da toàn thư- TS. Anjali Mahto
- Các hoạt chất thay da hóa học- Phạm Minh Hữu Tiến- NXB Y học
- Các liệu pháp chăm sóc da hoàn hảo- leslie Baumann, MD- NXB Dân trí.

## CHƯƠNG TRÌNH MÔN HỌC

**Tên môn học:** Vệ sinh - an toàn dịch tễ

**Mã môn học:** MH03

**Thời gian thực hiện môn học:** 15 giờ

(Lý thuyết: 13 giờ. Thực hành: 0 giờ. Kiểm tra: 2 giờ)

### I. Vị trí, tính chất của môn học:

- Vị trí: Môn học được bố trí học trước các mô-đun, môn học chuyên môn nghề.
- Tính chất: Môn học thuộc môn cơ sở cho học sinh ngành chăm sóc da

### II. Mục tiêu môn học:

- Kiến thức:
  - + Trình bày được quá trình phát bệnh và phương pháp miễn dịch bệnh truyền nhiễm;
  - + Trình bày được những con đường lây truyền của bệnh;
  - + Trình bày được những nét đặc trưng của bệnh truyền nhiễm qua hệ hô hấp, các đặc điểm của bệnh truyền qua đường tiêu hóa;
- Kỹ năng:
  - + Phân tích được quá trình phát bệnh và phương pháp miễn dịch bệnh truyền nhiễm;
  - + Phân tích được những con đường lây truyền của bệnh;
  - + Nắm được các phương pháp điều trị vi khuẩn truyền nhiễm qua cơ quan hô hấp, đường tiêu hóa và phương pháp dự phòng;
- Năng lực tự chủ và trách nhiệm: Rèn luyện tính sáng tạo, kiên trì trong học tập.

### III. NỘI DUNG MÔN HỌC:

1. Nội dung tổng quát và phân bổ thời gian.

Số TT	Tên các chương trong môn học	Thời gian (giờ)			
		Tổng số	Lý thuyết	Thực hành, thí nghiệm, thảo luận,	Kiểm tra

				<b>bài tập</b>	
	<b>Chương 1: Phòng ngừa và quản lý bệnh truyền nhiễm</b>	2	2		
	1.1. Tổng quan		0,5		
	1.2. Dịch tễ học(EPIDEMIOLOGY)		0,5		
	1.3. Quản lý bệnh truyền nhiễm		0,5		
	1.4. Tăng cường miễn dịch cho thân chủ		0,5		
	<b>Chương 2: Mối quan hệ tương hỗ giữa con người và vi sinh vật</b>	2	2		
	2.1. Tính ký sinh của vi sinh vật		0,5		
	2.2. Tính gây bệnh của vi sinh vật		0,5		
	2.3. Ngăn ngừa ký sinh trùng đối với vi sinh vật gây nhiễm bệnh		0,5		
	2.4. Quá trình hình thành viêm nhiễm		0,5		
	<b>Chương 3: Bệnh lây nhiễm quan trọng qua hệ hô hấp</b>	4	3		<b>1</b>
	3.1. Khái quát		0,25		
	3.2. Bệnh cúm(ISNLUENZA)		0,25		
	3.3. Bệnh bạch hầu(diphtheria)		0,25		
	3.4. Bệnh ho gà(WHOOPING COUGH: PERTUSSIS)		0,25		
	3.5. Bệnh lao(tuberculosis)		0,5		
	3.6. Sởi(MEALSES, RUBEOLA)		0,5		
	3.7. Sởi đức hay rubella		0,5		
	3.8. Quai bị		0,5		<b>1</b>
	<b>Chương 4: Bệnh truyền nhiễm nghiêm trọng ở hệ tiêu hóa</b>	7	6		<b>1</b>
	4.1. Khái quát		0,5		
	4.2. Bệnh viêm gan truyền nhiễm		0,5		

	(HEPATITIS A VIRUS, HAV)				
	4.3. Bệnh lý trực khuẩn (SHIGELLOSIS)		1		
	4.4. Bệnh tả		1		
	4.5. Bệnh sốt thương hàn (typhoid fever)		1		
	4.6. Bệnh lý (AMEBIC DYSENTERY)		1		
	4.7. Bệnh bại liệt (POLIOMYELITIS)		1		
	Kiểm tra				1
	Cộng	15	13	<b>0</b>	2

## 2. Nội dung chi tiết:

### **Chương 1: Phòng ngừa và quản lý bệnh truyền nhiễm:**

*Thời gian: 2 giờ (LT: 2 giờ;)*

#### 1. Mục tiêu của bài:

- Kiến thức:

+ Trình bày được quá trình phát bệnh và phương pháp miễn dịch bệnh truyền nhiễm.

- Kỹ năng:

+ Phân tích được quá trình phát bệnh và phương pháp miễn dịch bệnh truyền nhiễm.

- Năng lực tự chủ và trách nhiệm: Rèn luyện tính sáng tạo, kiên trì trong học tập.

#### 2. Nội dung chương:

2.1.1. Tổng quan. *0,5 giờ*

2.1.2. Dịch tễ học (EPIDEMIOLOGY). *0,5 giờ*

2.1.3. Quản lý bệnh truyền nhiễm. *0,5 giờ*

2.1.4. Tăng cường miễn dịch cho thân chủ. *0,5 giờ*

### **Chương 2: Môi quan hệ tương hỗ giữa con người và vi sinh vật:**

*Thời gian: 2 giờ (LT: 2 giờ;)*

#### 1. Mục tiêu của bài:

- Kiến thức:

- + Trình bày được tính ký sinh, tính gây bệnh của vi sinh vật;
- + Trình bày được quá trình hình thành viêm nhiễm.

- Kỹ năng:

- + Phân tích được tính ký sinh, tính gây bệnh của vi sinh vật;
  - + Phân tích được quá trình hình thành viêm nhiễm;
  - + Ngăn ngừa được ký sinh trùng đối với vi sinh vật gây bệnh.
- Năng lực tự chủ và trách nhiệm: Rèn luyện tính sáng tạo, kiên trì trong học tập.

2. Nội dung chương:

- |                                                                    |         |
|--------------------------------------------------------------------|---------|
| 2.2.1. Tính ký sinh của vi sinh vật.                               | 0,5 giờ |
| 2.2.2. Tính gây bệnh của vi sinh vật.                              | 0,5 giờ |
| 2.2.3. Ngăn ngừa ký sinh trùng đối với vi sinh vật gây nhiễm bệnh. | 0,5 giờ |
| 2.2.4. Quá trình hình thành viêm nhiễm.                            | 0,5 giờ |

### **Chương 3: Bệnh lây nhiễm quan trọng qua hệ hô hấp:**

*Thời gian: 4 giờ (LT: 3 giờ; TH: 1 giờ)*

1. Mục tiêu của bài:

- Kiến thức:

- + Trình bày được các biểu hiện của bệnh cúm, bạch hầu, ho gà, lao, sởi, quai bị;
- + Trình bày được quá trình hình thành viêm nhiễm.

- Kỹ năng:

- + Phân tích được các biểu hiện của bệnh cúm, bạch hầu, ho gà, lao, sởi, quai bị;
  - + Phân tích được quá trình hình thành viêm nhiễm.
- Năng lực tự chủ và trách nhiệm: Rèn luyện tính sáng tạo, kiên trì trong học tập.

2. Nội dung chương:

- |                                               |          |
|-----------------------------------------------|----------|
| 2.3.1. Khái quát.                             | 0,25 giờ |
| 2.3.2. Bệnh cúm(ISNLUENZA).                   | 0,25 giờ |
| 2.3.3. Bệnh bạch hầu(diphtheria).             | 0,25 giờ |
| 2.3.4. Bệnh ho gà(WHOOPING COUGH: PERTUSSIS). | 0,25 giờ |
| 2.3.5. Bệnh lao(tuberculosis).                | 0,5 giờ  |
| 2.3.6. Sởi(MEALSES, RUBEOLA).                 | 0,5 giờ  |

2.3.7. Sởi đức hay rubella. 0,5 giờ

2.3.8. Quai bị. 1,5 giờ

#### **Chương 4: Bệnh truyền nhiễm nghiêm trọng ở hệ tiêu hóa**

*Thời gian: 7 giờ (LT: 6 giờ; KT: 1 giờ)*

##### 1. Mục tiêu của bài:

- Kiến thức:

+ Trình bày được khái quát bệnh gan, bệnh lý trực khuẩn, bệnh tả, bệnh thương hàn, bệnh lỵ, bệnh bại liệt, ;

+ Trình bày được quá trình hình thành viêm nhiễm.

- Kỹ năng:

+ Phân tích được khái quát bệnh gan, bệnh lý trực khuẩn, bệnh tả, bệnh thương hàn, bệnh lỵ, bệnh bại liệt, ;

+ Trình bày được quá trình hình thành viêm nhiễm và cách phòng tránh.

- Năng lực tự chủ và trách nhiệm: Rèn luyện tính sáng tạo, kiên trì trong học tập.

##### 2. Nội dung của chương:

2.4.1. Khái quát 0,5 giờ

2.4.2. Bệnh viêm gan truyền nhiễm  
(HEPATITIS A VIRUS, HAV). 0,5 giờ

2.4.3. Bệnh lý trực khuẩn  
(SHIGELLOSIS). 1 giờ

2.4.4. Bệnh tả. 1 giờ

2.4.5. Bệnh sốt thương hàn(typhoid fever). 1 giờ

2.4.6. Bệnh lỵ (AMEBIC DYSENTERY). 1 giờ

2.4.7. Bệnh bại liệt (POLIOMYELITIS). 1 giờ

Kiểm tra. 1 giờ

#### IV. Điều kiện thực hiện môn học:

1. Phòng học lý thuyết: Phòng học đảm bảo các điều kiện về ánh sáng, âm thanh, thông thoáng và đảm bảo an toàn về phòng chống cháy, nổ.

2. Trang thiết bị máy móc:

Máy tính; máy chiếu Projector, phong chiếu

3. Học liệu, dụng cụ, nguyên vật liệu:

- Học liệu: Giáo trình, hệ thống bài tập, phiếu kiểm tra;

4. Các điều kiện khác: Tài liệu tham khảo tại thư viện nhà trường

## V. Nội dung và phương pháp đánh giá:

1. Nội dung: Đánh giá kiểm tra bằng hình thức: vấn đáp, viết, bài tập thực hành trong quá trình thực hiện môn học yêu cầu đạt được các mục tiêu sau:

- + Trình bày được quá trình phát bệnh và phương pháp miễn dịch bệnh truyền nhiễm;
- + Trình bày được những con đường lây truyền của bệnh;
- + Trình bày được những nét đặc trưng của bệnh truyền nhiễm qua hệ hô hấp, các đặc điểm của bệnh truyền qua đường tiêu hóa;

- Kỹ năng:

+ Phân tích được quá trình phát bệnh và phương pháp miễn dịch bệnh truyền nhiễm;

+ Phân tích được những con đường lây truyền của bệnh;

+ Nắm được các phương pháp điều trị vi khuẩn truyền nhiễm qua cơ quan hô hấp, đường tiêu hóa và phương pháp dự phòng;

- Năng lực tự chủ và trách nhiệm: Rèn luyện tính sáng tạo, kiên trì trong học tập.

## 2. Phương pháp:

- Kiểm tra thường xuyên: Hình thức kiểm tra: Vấn đáp, bài tập;

- Kiểm tra định kỳ: Hình thức kiểm tra tự luận;

- Thi kết thúc môn học: Hình thức kiểm tra tự luận.

## VI. Hướng dẫn thực hiện môn học:

### 1. Phạm vi áp dụng môn học:

Chương trình môn học Vệ sinh an toàn dịch tế sử dụng để giảng dạy trình độ sơ cấp nghề chăm sóc da.

### 2. Hướng dẫn về phương pháp giảng dạy, học tập môn học:

- Đối với giảng viên:

+ Giảng viên trước khi dạy cần căn cứ vào nội dung tổng quát của môn học và nội dung của từng bài học, chuẩn bị đầy đủ các điều kiện thực hiện bài học để đảm bảo chất lượng giảng dạy;

+ Kết hợp các phương pháp giảng dạy: thuyết trình, trực quan, kèm cặp để người học dễ tiếp thu bài và vận dụng kiến thức lý thuyết vào làm các bài tập thực hành có hiệu quả;



- + Kiểm tra các bài tập về nhà, hướng dẫn và sửa các lỗi tại lớp cho người học.
- + Giảng dạy lý thuyết cần có các hình ảnh minh họa để người học quan sát đặc điểm các loại ký sinh vật;
- + Trong quá trình hướng dẫn làm bài tập ứng dụng, giáo viên chia nhóm để người học dễ quan sát.
- Đối với người học:
  - + Chuẩn bị đầy đủ đồ dùng học tập;
  - + Nghiên cứu tài liệu, thực hiện bài tập theo yêu cầu của giảng viên;
  - + Tích cực nghiên cứu, tự học, làm bài tập về nhà;
  - + Tích cực tham gia xây dựng bài trên lớp;
  - + Tham gia tối thiểu 80% thời lượng môn học.

### 3. Những trọng tâm cần chú ý:

- + Quá trình phát bệnh và phương pháp miễn dịch bệnh truyền nhiễm;
- + Phân tích được những con đường lây truyền của bệnh;
- + Nắm được các phương pháp điều trị vi khuẩn truyền nhiễm qua cơ quan hô hấp, đường tiêu hóa và phương pháp dự phòng.

### 4. Tài liệu tham khảo:

- Giáo trình Dịch tễ học – Trường Đại học Y Huế năm 2006
- Giáo trình Dịch tễ học – Trường Trung cấp nghề công nghệ cao Hà Nội

## CHƯƠNG TRÌNH MÔ-ĐUN

**Tên mô-đun:** Chăm sóc da cơ bản

**Mã mô-đun:** MĐ 04

**Thời gian thực hiện mô-đun:** 90giờ

(Lý thuyết: 15 giờ; Thực hành, thí nghiệm, thảo luận, bài tập: 70 giờ; Kiểm tra: 5 giờ)

### I. Vị trí, tính chất của mô-đun:

- **Vị trí:** Mô-đun được bố trí học sau các học các mô-đun, môn học sở sở ngành
- **Tính chất:** Mô-đun Chăm sóc da cơ bản là mô-đun thuộc chuyên môn nghề được tích hợp giữa lý thuyết và thực hành.

### II. Mục tiêu mô-đun:

- Kiến thức:
  - + Trình bày được chức năng của da;
  - + Trình bày được đặc điểm khái niệm da;
  - + Trình bày được cấu trúc da;
  - + Trình bày được các bước tư vấn khách hàng;
  - +Trình bày được quy trình lấy thông tin khách hàng;
- Kỹ năng:
  - + Sử dụng thành thạo các dụng cụ và vật tư làm sạch da;
  - + Làm sạch da cơ bản đạt yêu cầu kỹ thuật;
  - + Làm sạch sâu đạt yêu cầu kỹ thuật;
  - + Lựa chọn vật tư làm sạch phù hợp với từng loại da;
  - + Phân tích được mục đích, hiệu quả của việc đắp mặt nạ;
  - + Thực hiện đúng quy trình đắp mặt nạ dẻo, thạch cao
  - + Sử dụng được các thiết bị dùng để chăm sóc da cơ bản
  - + Thực hiện đúng quy trình chăm sóc da cơ bản
- Năng lực tự chủ và trách nhiệm:
  - + Rèn luyện tính nghiêm túc, tự giác trong học tập.
  - + Rèn luyện tư duy chính xác, cẩn thận, tác phong công nghiệp, có ý thức tiết kiệm nguyên vật liệu.

### III. Nội dung mô-đun:

1. Nội dung tổng quát và phân bổ thời gian:

STT	Tên các bài trong mô-đun	Thời gian (giờ)			
		Tổng số	Lý thuyết	Thực hành, thảo luận, bài tập	Kiểm tra
	<b>Bài 1: Sơ lược về chăm sóc da thẩm mỹ</b>	<b>2</b>	<b>2</b>		
	1.1. Khái niệm về chăm sóc da thẩm mỹ		<b>0,5</b>		
	1.2. Vai trò và thái độ của chuyên viên chăm sóc da		<b>0,5</b>		
	1.3. Hình ảnh chuyên nghiệp của chuyên viên Chăm sóc da		<b>1</b>		
<b>2</b>	<b>Bài 2: Chức năng và cấu tạo của da</b>	<b>14</b>	<b>3</b>	<b>11</b>	
	2.1. Chức năng của da		1	1	
	2.2. Cấu tạo da		1	3	
	2.3. Phân loại da		1	7	
<b>3</b>	<b>Bài 3: Tư vấn khách hàng</b>	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>6</b>	
	3.1. Tư vấn chăm sóc da		0,5		
	3.2. Điều kiện để tư vấn chăm sóc da		0,5	3	
	3.3. Lập hồ sơ phân tích da và quản lý khách hàng		1	3	
<b>4</b>	<b>Bài 4: Quy trình làm sạch da</b>	<b>12</b>	<b>2</b>	<b>10</b>	
	4.1. Chuẩn bị các điều kiện để làm sạch da		0,5	3	
	4.2. Hiệu quả của việc làm sạch da		0,5		
	4.3. Quy trình làm sạch da		1	7	
<b>5</b>	<b>Bài 5: Kỹ thuật massage mặt, cổ vai gáy</b>	<b>24</b>	<b>2</b>	<b>21</b>	<b>1</b>
	5.1. Chuẩn bị các điều kiện để massage mặt, cổ vai gáy		0,5	3,5	

	5.2. Hiệu quả của việc massage mặt, cổ vai gáy		0,25		
	5.3. Trường hợp cần lưu ý khi massage mặt, cổ vai gáy		0,25		
	5.4. Quy trình massage mặt, cổ vai gáy		1	17,5	1
<b>6</b>	<b>Bài 6: Kỹ thuật đắp mặt nạ</b>	<b>16</b>	<b>2</b>	<b>12</b>	<b>2</b>
	6.1. Mục đích và hiệu quả của việc đắp mặt nạ		0,5		
	6.2. Kỹ thuật đắp mặt nạ		1,5	12	2
<b>7</b>	<b>Bài 7: Quy trình chăm sóc da</b>	<b>14</b>	<b>2</b>	<b>10</b>	<b>2</b>
	7.1. Các điều kiện để chăm sóc da cơ bản		0,5	3,5	
	7.2. Quy trình thực hiện chăm sóc da cơ bản		0,5	3,5	
	7.3. Thực hành chăm sóc da cơ bản		1	3	2
	<b>Cộng</b>	<b>90</b>	<b>15</b>	<b>70</b>	<b>5</b>

## 2. Nội dung chi tiết:

### **Bài 1: Sơ lược về chăm sóc da thẩm mỹ**

*(Thời gian: 2 giờ (LT: 2 giờ; TH: 0 giờ)*

#### 1. Mục tiêu của bài:

- Kiến thức:

- + Trình bày được khái niệm về chăm sóc da thẩm mỹ
- + Trình bày được vai trò của chuyên viên chăm sóc da

- Kỹ năng:

- + Phân tích được vai trò và thái độ chuyên nghiệp của chuyên viên chăm sóc da
- + Phân tích được hình ảnh chuyên nghiệp của chuyên viên chăm sóc da.

- Năng lực tự chủ và chịu trách nhiệm:

Có thái độ và hình ảnh chuyên nghiệp của chuyên viên chăm sóc da

#### 2. Nội dung:

- |                                                           |         |
|-----------------------------------------------------------|---------|
| 2.1.1. Khái niệm về chăm sóc da thẩm mỹ                   | 0,5 giờ |
| 2.1.2. Vai trò và thái độ của chuyên viên chăm sóc da     | 0,5 giờ |
| 2.1.3. Hình ảnh chuyên nghiệp của chuyên viên Chăm sóc da | 1 giờ   |

### **Bài 2: Chức năng và cấu tạo của da**

*Thời gian: 14 giờ (LT: 3 giờ; TH: 11 giờ)*

1. Mục tiêu của bài:

- Kiến thức:

- + Trình bày được chức năng của da
- + Trình bày được đặc điểm khái niệm da
- + Trình bày được cấu trúc da

- Kỹ năng:

- + Xác định được các chức năng của da;
  - + Phân tích được cấu trúc của da;
  - + Nhận biết được các loại da
  - + Phân tích được các đặc điểm của từng loại da
- Năng lực tự chủ và trách nhiệm:
- + Rèn luyện tính cẩn thận, sáng tạo, chính xác, tác phong công nghiệp
  - + Đảm bảo định mức thời gian và an toàn trong quá trình thực hiện.

2. Nội dung bài

**2.2.1. Chức năng của da** *2 giờ*

**2.2.2. Cấu tạo da** *4 giờ*

2.2.2.1. Lớp biểu bì *1,5 giờ*

2.2.2.2. Lớp trung bì *1,5 giờ*

2.2.2.3. Lớp hạ bì *1 giờ*

**2.2.3. Phân loại da** *8 giờ*

2.2.3.1. Da dầu *2 giờ*

2.2.3.2. Da khô *2 giờ*

2.2.3.3. Da hỗn hợp *2 giờ*

2.2.3.4. Da thường *1 giờ*

2.2.3.5. Da nhạy cảm *1 giờ*

### **Bài 3: Tư vấn khách hàng**

*Thời gian: 8 giờ (LT: 2 giờ; TH: 6 giờ)*

1. Mục tiêu của bài:

- Kiến thức:

- + Trình bày được các bước tư vấn khách hàng;
- + Trình bày được quy trình lấy thông tin khách hàng;

- Kỹ năng:

- + Thực hiện được các bước tư vấn khách hàng;

- + Thực hiện lấy thông tin khách hàng đúng quy trình;
- + Sử dụng thành thạo các thiết bị phân tích da bước đầu cho khách hàng
- + Lập hồ sơ khách hàng đầy đủ các thông tin

- Năng lực tự chủ và trách nhiệm:

Rèn luyện tính cẩn thận, sáng tạo, chính xác, tác phong công nghiệp và có ý thức tiết kiệm vật tư, an toàn vệ sinh dịch tễ.

## 2. Nội dung bài

2.3.1. Tư vấn chăm sóc da 0,5 giờ

2.3.2. Điều kiện để tư vấn chăm sóc da 3,5 giờ

2.3.3. Lập hồ sơ phân tích da và quản lý khách hàng

2.3.3.1. Phân tích da cho khách 2 giờ

2.3.3.2. Lập hồ sơ quản lý khách hàng 2 giờ

## **Bài 4: Quy trình làm sạch da**

*Thời gian: 12 giờ (LT: 2 giờ; TH: 10 giờ; KT: 0 giờ)*

### 1. Mục tiêu của bài:

- Kiến thức:

- + Trình bày được quy trình làm sạch da cơ bản;
- + Trình bày được quy trình làm sạch sâu;
- + Trình bày các điều làm sạch da.

- Kỹ năng:

- + Sử dụng thành thạo các dụng cụ và vật tư làm sạch da;
- + Làm sạch da cơ bản đạt yêu cầu kỹ thuật
- + Làm sạch sâu đạt yêu cầu kỹ thuật
- + Lựa chọn vật tư làm sạch phù hợp với từng loại da

- Năng lực tự chủ và trách nhiệm:

Rèn luyện tính cẩn thận, sáng tạo, chính xác, tác phong công nghiệp và có ý thức tiết kiệm vật tư;

## 2. Nội dung bài

2.4.1. Chuẩn bị các điều kiện để làm sạch da 3,5 giờ

2.4.2. Hiệu quả của việc làm sạch da 0,5 giờ

2.4.3. Quy trình làm sạch da giờ

2.4.3.1. Làm sạch mắt 4 giờ

2.4.3.2. Làm sạch bờ môi 2 giờ

2.4.3.3. Làm sạch mặt 2 giờ

## **Bài 5: Kỹ thuật massage mặt, cổ vai gáy**

*Thời gian: 24 giờ (LT: 2 giờ; TH: 21 giờ; KT: 1 giờ)*

1. Mục tiêu của bài:

- Kiến thức:

+ Trình bày được hiệu quả của việc massage mặt, cổ vai gáy;

+ Trình bày được quy trình massage mặt, cổ vai gáy.

- Kỹ năng:

+ Thành thạo quy trình massage mặt, cổ vai gáy;

+ Lựa chọn mỹ phẩm phù hợp cho từng loại da

+ Sử dụng thành thạo các dụng cụ trong quá trình massage mặt, cổ vai gáy

- Năng lực tự chủ và trách nhiệm:

Rèn luyện tính cẩn thận, tác phong công nghiệp và có ý thức tiết kiệm vật tư đảm bảo an toàn vệ sinh dịch tễ;

2. Nội dung bài

2.5.1. Chuẩn bị các điều kiện để massage mặt, cổ vai gáy 0,5 giờ

2.5.2. Hiệu quả của việc massage mặt, cổ vai gáy 0,25 giờ

2.5.3. Trường hợp cần lưu ý khi massage 0,25 giờ

2.5.4. Quy trình massage mặt, cổ vai gáy 18,5 giờ

2.5.3.1. Kỹ thuật bôi kem 2,5 giờ

2.5.3.2. Các bước massage mặt, cổ vai gáy 8 giờ

2.5.3.3. Thực hành massage mặt, cổ vai gáy 8 giờ

Kiểm tra 1 giờ

## **Bài 6: Kỹ thuật đắp mặt nạ**

*(Thời gian: 16 giờ (LT: 2 giờ; TH: 12 giờ, KT: 2 giờ)*

1. Mục tiêu của bài:

- Kiến thức:

+ Trình bày được mục đích, hiệu quả của việc đắp mặt nạ;

+ Trình bày được phương pháp đắp mặt nạ dẻo, thạch cao.

- Kỹ năng:

+ Phân tích được mục đích, hiệu quả của việc đắp mặt nạ

+ Thực hiện đúng quy trình đắp mặt nạ dẻo, thạch cao

- Năng lực tự chủ và trách nhiệm:

+ Rèn luyện tính cẩn thận, chính xác, tác phong công nghiệp và có ý thức tiết kiệm nguyên vật liệu;

+ Đảm bảo định mức thời gian và an toàn dịch tễ trong quá trình luyện tập.

## 2. Nội dung bài

**2.6.1. Mục đích và hiệu quả của việc đắp mặt nạ** **0,5 giờ**

2.6.2. Kỹ thuật đắp mặt nạ

2.6.2.1. Kỹ thuật đắp mặt nạ thạch 5,5 giờ

2.6.2.1. Kỹ thuật đắp mặt nạ giấy 2 giờ

2.6.2.3. Kỹ thuật đắp mặt nạ dẻo 6 giờ

Kiểm tra 2 giờ

### **Bài 7: Quy trình chăm sóc da**

*Thời gian: 14 giờ (LT: 2 giờ; TH: 10 giờ; KT: 2 giờ)*

#### 1. Mục tiêu của bài:

- Kiến thức:

+ Trình bày được các điều kiện để chăm sóc da cơ bản;

+ Trình bày được quy trình chăm sóc da cơ bản.

- Kỹ năng:

+ Sử dụng được các thiết bị dùng để chăm sóc da cơ bản

+ Thực hiện đúng quy trình chăm sóc da cơ bản

- Năng lực tự chủ và trách nhiệm:

+ Rèn luyện tính cẩn thận, chính xác, tác phong công nghiệp và có ý thức tiết kiệm nguyên vật liệu;

+ Đảm bảo định mức thời gian và an toàn dịch tễ trong quá trình luyện tập.

## 2. Nội dung bài

**2.7.1. Các điều kiện để chăm sóc da mặt cơ bản** **4 giờ**

2.7.2. Quy trình thực hiện chăm sóc da cơ bản 4 giờ

2.7.3. Thực hành chăm sóc da cơ bản 4 giờ

Kiểm tra 2 giờ

### **IV. Điều kiện thực hiện mô-đun:**

1. Phòng học chuyên môn hóa, nhà thực hành: Phòng cơ sở, phòng thực hành chăm sóc da

2. Trang thiết bị máy móc: Máy tính; máy chiếu, phong chiếu

3. Học liệu, dụng cụ, nguyên vật liệu:

- Nguyên liệu: Mặt nạ, tẩy trang, sữa rửa mặt, kem massage, kem chống nắng...

- Dụng cụ:

+ Bông gòn, giấy...



+ Máy xông hơi

+ Máy hút mụn, máy điện di, máy soi da

4. Các điều kiện khác: Tài liệu tham khảo tại thư viện nhà trường

## **V. Nội dung và phương pháp đánh giá:**

### 1. Nội dung

Đánh giá kiểm tra bằng hình thức: vấn đáp, viết, bài tập thực hành trong quá trình thực hiện môn học yêu cầu đạt được các mục tiêu sau:

- Kiến thức:

+ Trình bày được chức năng của da

+ Trình bày được đặc điểm khái niệm da

+ Trình bày được cấu trúc da

+ Trình bày được các bước tư vấn khách hàng;

+ Trình bày được quy trình lấy thông tin khách hàng;

- Kỹ năng:

+ Sử dụng thành thạo các dụng cụ và vật tư làm sạch da;

+ Làm sạch da cơ bản đạt yêu cầu kỹ thuật

+ Làm sạch sâu đạt yêu cầu kỹ thuật

+ Lựa chọn vật tư làm sạch phù hợp với từng loại da

+ Phân tích được mục đích, hiệu quả của việc đắp mặt nạ

+ Thực hiện đúng quy trình đắp mặt nạ dẻo, thạch cao

+ Sử dụng được các thiết bị dùng để chăm sóc da cơ bản

+ Thực hiện đúng quy trình chăm sóc da cơ bản

- Năng lực tự chủ và trách nhiệm:

+ Rèn luyện tính nghiêm túc, tự giác trong học tập.

+ Rèn luyện tư duy chính xác, cẩn thận, tác phong công nghiệp, có ý thức tiết kiệm vật liệu.

### 1. Phương pháp:

- Kiểm tra thường xuyên: Thực hành, vấn đáp

- Kiểm tra định kỳ: Thực hành, tự luận

- Thi thóc mô-đun: Thực hành

## **VI. Hướng dẫn thực hiện mô-đun :**

### 1. Phạm vi áp dụng mô-đun:

Chương trình Mô-đun chăm sóc da cơ bản sử dụng để giảng dạy trình độ sơ cấp nghề Chăm sóc da

### 2. Hướng dẫn phương pháp giảng dạy, học tập mô-đun:

- Đối với giảng viên:

+ Giảng viên trước khi dạy cần căn cứ vào nội dung tổng quát của mô-đun và nội dung của từng bài học, chuẩn bị đầy đủ các điều kiện thực hiện bài học để đảm bảo chất lượng giảng dạy;

+ Kết hợp các phương pháp giảng dạy: thuyết trình, trực quan, thao tác mẫu, đàm thoại, uốn nắn, kèm cặp để học sinh dễ tiếp thu bài và vận dụng kiến thức lý thuyết vào làm các bài tập thực hành có hiệu quả;

+ Giảng dạy lý thuyết cần có sản phẩm mẫu để người học quan sát đặc điểm kiểu dáng sản phẩm;

+ Trong quá trình hướng dẫn thực hành, giáo viên thao tác mẫu cần chia nhóm để người học quan sát.

- Đối với người học :

+ Chuẩn bị đầy đủ tài liệu và đồ dùng học tập.

+ Người học phải nghiên cứu tài liệu theo yêu cầu của giáo viên

+ Tích cực nghiên cứu, tự học, làm bài tập về nhà

+ Tích cực tham gia xây dựng bài trên lớp.

+ Tham gia tối thiểu 80% thời lượng mô-đun;

3. Những trọng tâm chương trình cần chú ý:

+ Sử dụng thành thạo các dụng cụ và vật tư làm sạch da;

+ Làm sạch da cơ bản đạt yêu cầu kỹ thuật

+ Làm sạch sâu đạt yêu cầu kỹ thuật

+ Lựa chọn vật tư làm sạch phù hợp với từng loại da

+ Sử dụng được các thiết bị dùng để chăm sóc da cơ bản

+ Thực hiện đúng quy trình chăm sóc da cơ bản

4. Tài liệu cần tham khảo

- Giáo trình chăm sóc da cơ bản - Trường Trung cấp nghề Công nghệ cao Hà Nội

- <https://medlatec.vn/tin-tuc/8-buoc-cham-soc-da-co-ban--khoi-dau-cho-mot-lan-da-sang-khoe-s107-n26519>

## CHƯƠNG TRÌNH MÔ-ĐUN

**Tên môđun:** Chăm sóc da nâng cao

**Mã môđun:** MĐ 05

**Thời gian thực hiện mô-đun:** 60 giờ

(Lý thuyết: 15 giờ; Thực hành, thí nghiệm, thảo luận, bài tập: 43 giờ; Kiểm tra: 2 giờ)

### I. Vị trí, tính chất của mô-đun:

- **Vị trí:** Mô-đun được bố trí học sau mô-đun chăm sóc da cơ bản

- **Tính chất:** Mô-đun Chăm sóc da nâng cao là mô-đun thuộc chuyên môn nghề được tích hợp giữa lý thuyết và thực hành.

### II. Mục tiêu mô-đun:

- Kiến thức:

+ Trình bày được các bệnh da liễu trong nhân gian và nguyên nhân hình thành, phương pháp điều trị

+ Trình bày được các biểu hiện của da bị nám, nguyên nhân và nguyên tắc điều trị

+ Trình bày được các biểu hiện của da bị mụn, nguyên nhân và nguyên tắc điều trị

- Kỹ năng:

+ Xác định được các bệnh da liễu trong nhân gian và nguyên nhân hình thành, phương pháp điều trị

+ Xác định được các biểu hiện của da bị nám, nguyên nhân và nguyên tắc điều trị

+ Điều trị được da nám đúng phương pháp đạt yêu cầu

+ Xác định được các biểu hiện của da bị mụn, nguyên nhân và nguyên tắc điều trị

+ Điều trị được da mụn đúng phương pháp đạt yêu cầu

+ Sử dụng được các thiết bị dùng để chăm sóc, điều trị da

+ Lựa chọn được các hoạt chất phù hợp để điều trị da

- Năng lực tự chủ và trách nhiệm:

+ Rèn luyện tính nghiêm túc, tự giác trong học tập.

+ Rèn luyện tư duy chính xác, cẩn thận, tác phong công nghiệp, có ý thức tiết kiệm nguyên vật liệu.

### III. Nội dung mô-đun:

#### 3. Nội dung tổng quát và phân bổ thời gian

STT	Tên các bài trong mô-đun	Thời gian (giờ)			
		Tổng số	Lý thuyết	Thực hành, thảo luận,	Kiểm tra

				<b>bài tập</b>	
	<b>Bài 1: Đại cương về bệnh da và hoa liễu</b>	<b>5</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	
	1.1. Tình hình bệnh da liễu trong nhân dân		1		
	1.2. Nguyên nhân hình thành bệnh lý của da		1	<b>2</b>	
	1.3. Phương pháp phương hướng xây dựng ngành nghề		1		
	<b>Bài 2: Bệnh về da</b>	<b>19</b>	4	14	1
	2.1. Bệnh rụng tóc		0,5	2	
	2.2. Vẩy nến		0,5	2	
	2.3. Viêm da cơ địa		0,5	2	
	2.4. Mụn cơm		0,5	2	
	2.5. Bệnh zona		0,5	2	
	2.6. Lang ben		0,5	2	
	2.7. Tổ đỉa		1	2	
<b>3</b>	<b>Bài 3: Điều trị nám</b>	<b>17</b>	<b>4</b>	<b>13</b>	
	3.1. Biểu hiện của da nám		0,5	1,5	
	3.2. Nguyên nhân hình thành nám		1	3	
	3.3. Nguyên tắc điều trị da nám		1	2	
	3.4. Hoạt chất làm giảm hắc tố		0,5	1,5	
	3.5. Các phương pháp điều trị da nám		1	5	
<b>4</b>	<b>Bài 4: Điều trị da mụn</b>	<b>19</b>	<b>4</b>	<b>14</b>	<b>1</b>
	4.1. Biểu hiện		0,5	1,5	
	4.2. Nguyên nhân hình thành		1	3	
	4.3. Quá trình hình thành mụn		1	3	
	4.4. Hình thức của mụn		0,5	1,5	
	4.5. Giai đoạn phát triển của mụn		0,5	2,5	
	4.6. Mụn đặc thù		0,5	2,5	
	<b>Cộng</b>	<b>60</b>	<b>15</b>	<b>43</b>	<b>2</b>

#### 4. Nội dung chi tiết:

##### **Bài 1: Đại cương về bệnh da và hoa liễu**

*Thời gian: 5 giờ (LT: 3 giờ; TH: 2 giờ)*

#### 1. Mục tiêu của bài:

##### - Kiến thức:

- + Trình bày được tình hình bệnh da liễu trong nhân dân
- + Trình bày được nguyên nhân hình thành bệnh lý của da
- + Trình bày được phương hướng xây dựng ngành nghề

##### - Kỹ năng:

- + Phân tích được tình hình bệnh da liễu trong nhân dân
- + Phân tích được nguyên nhân hình thành bệnh lý của da
- + Phân tích được phương hướng xây dựng ngành nghề

##### - Năng lực tự chủ và trách nhiệm:

- + Rèn luyện tính cẩn thận, sáng tạo, chính xác, tác phong công nghiệp
- + Đảm bảo định mức thời gian và an toàn trong quá trình thực hiện.

#### 2. Nội dung bài

2.1.1. Tình hình bệnh da liễu trong nhân dân *1 giờ*

2.1.2. Nguyên nhân hình thành bệnh lý của da *3 giờ*

2.1.3. Phương pháp phương hướng xây dựng ngành nghề *1 giờ*

##### **Bài 2: Bệnh về da**

*Thời gian: 19 giờ (LT: 4 giờ; TH: 14 giờ;KT: 1)*

#### 1. Mục tiêu của bài:

##### - Kiến thức:

- + Trình bày được các biểu hiện bệnh lý về da;
- + Trình bày được các nguyên nhân hình thành bệnh lý về da;
- + Trình bày được các nguyên tắc điều trị bệnh lý về da

##### - Kỹ năng:

- + Xác định được các biểu hiện bệnh lý về da;
- + Xác định được các nguyên nhân hình thành bệnh lý về da;
- + Phân tích được các nguyên tắc điều trị bệnh lý về da
- + **Điều trị được các bệnh lý về da đúng phương pháp đạt yêu cầu**
- + **Sử dụng được các thiết bị dùng để chăm sóc, điều trị da**

+ Lựa chọn được các hoạt chất phù hợp để điều trị

- Năng lực tự chủ và trách nhiệm:

Rèn luyện tính cẩn thận, sáng tạo, chính xác, tác phong công nghiệp và có ý thức tiết kiệm vật tư, an toàn vệ sinh dịch tễ.

2. Nội dung bài

2.2.1. Bệnh rụng tóc 2,5 giờ

2.2.1.1. Biểu hiện 0,5 giờ

2.2.1.2. Nguyên nhân hình thành bệnh lý 0,5 giờ

2.2.1.3. Nguyên tắc điều trị 1 giờ

2.2.1.4. Dẫn dò khi chăm sóc tại nhà 0,5 giờ

2.2. 2. Vẩy nến 2,5 giờ

2.2.2.1. Biểu hiện 0,5 giờ

2.2.2.2. Nguyên nhân hình thành bệnh lý 0,5 giờ

2.2.2.3. Nguyên tắc điều trị 1 giờ

2.2.2.4. Dẫn dò khi chăm sóc tại nhà 0,5 giờ

2.2.3. Viêm da cơ địa 2,5 giờ

2.2.3.1. Biểu hiện 0,5 giờ

2.2.3.2. Nguyên nhân hình thành bệnh lý 0,5 giờ

2.2.3.3. Nguyên tắc điều trị 1 giờ

2.2.3.4. Dẫn dò khi chăm sóc tại nhà 0,5 giờ

2.2.4. Mụn com 2,5 giờ

2.2.4.1. Biểu hiện 0,5 giờ

2.2.4.2. Nguyên nhân hình thành bệnh lý 0,5 giờ

2.2.4.3. Nguyên tắc điều trị 1 giờ

2.2.4.4. Dẫn dò khi chăm sóc tại nhà 0,5 giờ

2.2.5. Bệnh zona 2,5 giờ

2.2.5.1. Biểu hiện 0,5 giờ

2.2.5.2. Nguyên nhân hình thành bệnh lý 0,5 giờ

2.2.5.3. Nguyên tắc điều trị 1 giờ

2.2.5.4. Dẫn dò khi chăm sóc tại nhà 0,5 giờ

2.2.6. Lang ben 2,5 giờ

2.2.6.1. Biểu hiện 0,5 giờ

2.2.6.2. Nguyên nhân hình thành bệnh lý 0,5 giờ

2.2.6.3. Nguyên tắc điều trị 1 giờ

2.2.6.4. Dẫn dò khi chăm sóc tại nhà 0,5 giờ

2.7. Tổ địa 3giờ

2.2.7.1. Biểu hiện	0,5 giờ
2.2.7.2. Nguyên nhân hình thành bệnh lý	1 giờ
2.2.7.3. Nguyên tắc điều trị	1 giờ
2.2.7.4. Dẫn dò khi chăm sóc tại nhà	0,5 giờ
Kiểm tra	1 giờ

### **Bài 3: Điều trị nám**

*Thời gian: 17 giờ (LT: 4 giờ; TH: 13 giờ)*

#### 1. Mục tiêu của bài:

##### - Kiến thức:

- + Trình bày được các biểu hiện của nám;
- + Trình bày được các nguyên nhân hình thành nám;
- + Trình bày được các nguyên tắc điều trị nám;
- + Trình bày được các hoạt chất làm giảm hắc tố nám;
- + Trình bày được phương pháp điều trị nám

##### - Kỹ năng:

- + Xác định được các biểu hiện của nám;
- + Xác định được các nguyên nhân hình thành nám;
- + Xác định được các nguyên tắc điều trị nám;
- + Xác định được các hoạt chất làm giảm hắc tố nám;
- + Xác định phương pháp điều trị nám
- + Điều trị được nám đúng phương pháp đạt yêu cầu**
- + Sử dụng được các thiết bị dùng để chăm sóc, điều trị nám**
- + Lựa chọn được các hoạt chất phù hợp để điều trị nám**
- Năng lực tự chủ và trách nhiệm:

Rèn luyện tính cẩn thận, sáng tạo, chính xác, tác phong công nghiệp và có ý thức tiết kiệm vật tư;

#### 2. Nội dung bài

2.3.1. Biểu hiện của da nám	2 giờ
2.3.2. Nguyên nhân hình thành nám	4 giờ
2.3.3. Nguyên tắc điều trị da nám	3 giờ
2.3.4. Hoạt chất làm giảm hắc tố	2 giờ
2.3.5. Các phương pháp điều trị da nám	5 giờ
2.3.5.1. Điều trị bằng mỹ phẩm	2 giờ
2.3.5.2. Điều trị bằng công nghệ cao	3 giờ

### **Bài 4: Điều trị mụn**

(Thời gian: 19giờ (LT:4 giờ; TH: 14 giờ; KT:1)

1. Mục tiêu của bài:

- Kiến thức:

- + Trình bày được các biểu hiện của mụn;
- + Trình bày được các nguyên nhân hình thành mụn;
- + Trình bày được quá trình hình thành mụn;
- + Trình bày được các hình thức của mụn;
- + Trình bày được các giai đoạn phát triển của mụn;
- + Trình bày được các đặc điểm của các mụn đặc thù.

- Kỹ năng:

- + Xác định được các biểu hiện của mụn;
- + Xác định được các nguyên nhân hình thành mụn;
- + Xác định được quá trình hình thành mụn;
- + Xác định được các hình thức của mụn;
- + Xác định được các giai đoạn phát triển của mụn;
- + Phân tích được các đặc điểm của các mụn đặc thù.

+ Điều trị được mụn đúng phương pháp đạt yêu cầu

+ Sử dụng được các thiết bị dùng để chăm sóc, điều trị mụn

+ Lựa chọn được các hoạt chất phù hợp để điều trị mụn

- Năng lực tự chủ và trách nhiệm:

Rèn luyện tính cẩn thận, tác phong công nghiệp và có ý thức tiết kiệm vật tư đảm bảo an toàn vệ sinh dịch tễ;

2. Nội dung bài

2.4.1. Biểu hiện của mụn	2 giờ
2.4.2. Nguyên nhân hình thành mụn	4 giờ
2.4.3. Quá trình hình thành mụn	4 giờ
2.4.4. Hình thức của mụn	2 giờ
2.4.5. Giai đoạn phát triển mụn	3 giờ
2.4.6. Mụn đặc thù	3 giờ
Kiểm tra	1 giờ

**IV. Điều kiện thực hiện mô-đun:**

1. Phòng học chuyên môn hóa, nhà thực hành: Phòng cơ sở, phòng thực hành chăm sóc da
2. Trang thiết bị máy móc: Máy tính; máy chiếu, phong chiếu
3. Học liệu, dụng cụ, nguyên vật liệu:



- Nguyên liệu: Mặt nạ, tẩy trang, sữa rửa mặt, kem massage, kem chống nắng, hoạt chất...

- Dụng cụ:

+ Bông gòn, giấy...

+ Máy xông hơi

+ Máy hút mụn, máy điện di

4. Các điều kiện khác: Tài liệu tham khảo tại thư viện nhà trường

## **V. Nội dung và phương pháp đánh giá:**

### 1. Nội dung

Đánh giá kiểm tra bằng hình thức: vấn đáp, viết, bài tập thực hành trong quá trình thực hiện môn học yêu cầu đạt được các mục tiêu sau:

+ Trình bày được các bệnh da liễu trong nhân gian và nguyên nhân hình thành, phương pháp điều trị

+ Trình bày được các biểu hiện của da bị nám, nguyên nhân và nguyên tắc điều trị

+ Trình bày được các biểu hiện của da bị mụn, nguyên nhân và nguyên tắc điều trị

- Kỹ năng:

+ Xác định được các bệnh da liễu trong nhân gian và nguyên nhân hình thành, phương pháp điều trị

+ Xác định được các biểu hiện của da bị nám, nguyên nhân và nguyên tắc điều trị

+ Điều trị được da nám đúng phương pháp đạt yêu cầu

+ Xác định được các biểu hiện của da bị mụn, nguyên nhân và nguyên tắc điều trị

+ Điều trị được da mụn đúng phương pháp đạt yêu cầu

+ Sử dụng được các thiết bị dùng để chăm sóc, điều trị da

+ Lựa chọn được các hoạt chất phù hợp để điều trị da

- Năng lực tự chủ và trách nhiệm:

+ Rèn luyện tính nghiêm túc, tự giác trong học tập.

+ Rèn luyện tư duy chính xác, cẩn thận, tác phong công nghiệp, có ý thức tiết kiệm nguyên vật liệu.

### 2. Phương pháp:

- Kiểm tra thường xuyên: Thực hành, vấn đáp

- Kiểm tra định kỳ: Thực hành, tự luận

- Thi thóc mô-đun: Thực hành

## **VI. Hướng dẫn thực hiện mô-đun :**

### 1. Phạm vi áp dụng mô-đun:

Chương trình Mô-đun chăm sóc da cơ bản sử dụng để giảng dạy trình độ sơ cấp

ngành Chăm sóc da

## 2. Hướng dẫn phương pháp giảng dạy, học tập mô-đun:

- Đối với giảng viên:

+ Giảng viên trước khi dạy cần căn cứ vào nội dung tổng quát của mô-đun và nội dung của từng bài học, chuẩn bị đầy đủ các điều kiện thực hiện bài học để đảm bảo chất lượng giảng dạy;

+ Kết hợp các phương pháp giảng dạy: thuyết trình, trực quan, thao tác mẫu, đàm thoại, uốn nắn, kèm cặp để người học dễ tiếp thu bài và vận dụng kiến thức lý thuyết vào làm các bài tập thực hành có hiệu quả;

+ Giảng dạy lý thuyết cần có sản phẩm mẫu để người học quan sát đặc điểm kiểu dáng sản phẩm;

+ Trong quá trình hướng dẫn thực hành, giáo viên thao tác mẫu cần chia nhóm để học sinh quan sát.

- Đối với người học :

+ Chuẩn bị đầy đủ tài liệu và đồ dùng học tập.

+ Người học phải nghiên cứu tài liệu theo yêu cầu của giáo viên

+ Tích cực nghiên cứu, tự học, làm bài tập về nhà

+ Tích cực tham gia xây dựng bài trên lớp.

+ Tham gia tối thiểu 80% thời lượng mô-đun;

## 3. Những trọng tâm chương trình cần chú ý:

+ Xác định được các bệnh da liễu trong nhân gian và nguyên nhân hình thành, phương pháp điều trị

+ Xác định được các biểu hiện của da bị nám, nguyên nhân và nguyên tắc điều trị

+ Điều trị được da nám đúng phương pháp đạt yêu cầu

+ Xác định được các biểu hiện của da bị mụn, nguyên nhân và nguyên tắc điều trị

+ Điều trị được da mụn đúng phương pháp đạt yêu cầu

+ Xác định được các biểu hiện của da bị lão hóa, nguyên nhân và nguyên tắc điều trị

+ Sử dụng được các thiết bị dùng để chăm sóc, điều trị da

+ Lựa chọn được các hoạt chất phù hợp để điều trị da

## 4. Tài liệu cần tham khảo:

- Giáo trình chăm sóc da cơ bản - Trường Trung cấp nghề Công nghệ cao Hà Nội

- Giáo trình chăm sóc nâng cao - Trường Trung cấp nghề Công nghệ cao Hà Nội

- <https://medlatec.vn/tin-tuc/8-buoc-cham-soc-da-co-ban--khoi-dau-cho-mot-lan-da-sang-khoe-s107-n26519>

## CHƯƠNG TRÌNH MÔ-ĐUN

**Tên mô-đun:** Massage body

**Mã mô-đun:** MĐ06

**Thời gian thực hiện mô-đun:** 45 giờ (Lý thuyết: 8 giờ. Thực hành: 20 giờ. Kiểm tra: 2 giờ)

### I. Vị trí, tính chất của mô-đun:

- Vị trí: Mô-đun được bố trí trong chương trình đào tạo nghề chăm sóc da.

- Tính chất: Mô-đun thuộc môn cơ sở cho học sinh nghề chăm sóc da.

### II. Mục tiêu mô-đun:

- Kiến thức:

- + Trình bày được mục đích và hiệu quả của việc chăm sóc da toàn thân;
- + Trình bày được những nội dung cần chú ý trước khi chăm sóc da toàn thân;
- + Trình bày được các kỹ thuật và phương pháp chăm sóc toàn thân và cách sử dụng các thiết bị chăm sóc toàn thân.

- Kỹ năng:

- + Phân tích được mục đích và hiệu quả của việc chăm sóc da toàn thân;
- + Phân tích được những nội dung cần chú ý trước khi chăm sóc da toàn thân;
- + Phân tích được các kỹ thuật và phương pháp chăm sóc toàn thân và cách sử dụng các thiết bị chăm sóc toàn thân.

- Năng lực tự chủ và trách nhiệm: Rèn luyện tính sáng tạo, kiên trì trong học tập.

### III. NỘI DUNG MÔ-ĐUN:

1. Nội dung tổng quát và phân bổ thời gian.

Số TT	Tên các chương trong mô-đun	Thời gian (giờ)			
		Tổng số	Lý thuyết	Thực hành, thí nghiệm, thảo luận, bài tập	Kiểm tra
	<b>Bài 1: Khái niệm cơ bản về chăm sóc da toàn thân</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>0</b>
	1.1. Khái niệm, mục đích và hiệu		0,5		

	quả của chăm sóc da toàn thân.				
	1.2. Nội dung cần chú ý trước khi chăm sóc da toàn thân		1,5		
	<b>Bài 2: Chăm sóc toàn thân</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
	2.1. Các loại hình massage		1		
	2.2. Chăm sóc sử dụng thiết bị làm đẹp		1		
	2.3. Mát xa kinh lạc		1	1	
	2.4. Thủy liệu pháp		1		1
	<b>Bài 3: Thực hành Massage body</b>	<b>22</b>	<b>2</b>	<b>19</b>	<b>1</b>
	3.1. Chuẩn bị massage body		0,25	3,75	
	3.2. Massage chân		0,25	3,75	
	3.3. Massage lưng		0,25	3,75	
	3.4. Massage vai và cổ		0,25	3,75	
	3.5. Massage tay và cánh tay		0,5	2	
	3.6. Massage đầu		0,5	2	1
	<b>Cộng</b>	<b>30</b>	<b>8</b>	<b>20</b>	<b>2</b>

2. Nội dung chi tiết:

### **Bài 1: Khái niệm cơ bản về chăm sóc da toàn thân.**

*Thời gian: 2 giờ (LT: 2 giờ; TH: 0 giờ; KT: 0 giờ)*

1. Mục tiêu của bài:

- Kiến thức:

- + Trình bày được mục đích và hiệu quả của việc chăm sóc da toàn thân;
- + Trình bày được những nội dung cần chú ý trước khi chăm sóc da toàn thân;

- Kỹ năng:

- + Phân tích được mục đích và hiệu quả của việc chăm sóc da toàn thân;
- + Phân tích được những nội dung cần chú ý trước khi chăm sóc da toàn thân;

- Năng lực tự chủ và trách nhiệm: Rèn luyện tính sáng tạo, kiên trì trong học tập.

2. Nội dung bài:

### 2.1.1. Mục đích và hiệu quả của chăm sóc da toàn thân.

2.1.1.1. Mục đích chăm sóc da toàn thân	0,25 giờ
2.1.1.2. Hiệu quả mát xa toàn thân.	0,25 giờ
2.1.2 Nội dung cần chú ý trước khi chăm sóc da toàn thân	
2.1.2.1. Trường hợp có bệnh về da, cơ xương.	0,25 giờ
2.1.2.2. Trường hợp da bị nhiễm khuẩn.	0,25 giờ
2.1.2.3. Trường hợp xuất hiện triệu chứng đau do gãy xương.	0,125 giờ
2.1.2.4. Trường hợp có u xương.	0,125 giờ
2.1.2.5. Trường hợp bị viêm khớp nghiêm trọng.	0,125 giờ
2.1.2.6. Trường hợp cơ và gân bị vỡ.	0,125 giờ
2.1.2.7. Trường hợp trạng thái sức khỏe không tốt.	0,125 giờ
2.1.2.8 Tránh mát xa vùng bụng, ngực khi mang thai thời kỳ đầu và cuối	0,125 giờ
2.1.2.9. Trường hợp mắc các bệnh về da hoặc da vừa chịu kích thích do tẩy lông hoặc tắm nắng.	0,125 giờ

## **Bài 2: Chăm sóc toàn thân**

*Thời gian: 6 giờ (LT: 4 giờ; TH: 1 giờ; KT: 1 giờ)*

- Kiến thức: Trình bày được các kỹ thuật và phương pháp chăm sóc toàn thân và cách sử dụng các thiết bị chăm sóc toàn thân.
- Kỹ năng: Phân tích được các kỹ thuật và phương pháp chăm sóc toàn thân và cách sử dụng các thiết bị chăm sóc toàn thân.
- Năng lực tự chủ và trách nhiệm: Rèn luyện tính sáng tạo, kiên trì trong học tập.

### 2. Nội dung bài:

2.2.1. Các loại hình massage	1 giờ
2.2.2. Chăm sóc sử dụng thiết bị làm đẹp	1 giờ
2.2.3. Mát xa kinh lạc	2 giờ
2.2.4. Thủy liệu pháp	1 giờ
Kiểm tra	1 giờ

## **Bài 3: Thực hành Massage body**

*Thời gian: 22 giờ (LT: 2 giờ; TH: 19 giờ; KT: 1 giờ)*

- Kiến thức: Trình bày được các kỹ thuật Massage tay, bụng, thân trước, phía sau chân, mặt chân trước, lưng.

- Kỹ năng: Phân tích được các kỹ thuật Massage tay, bụng, thân trước, phía sau chân, mặt chân trước, lưng.

- Năng lực tự chủ và trách nhiệm: Rèn luyện tính sáng tạo, kiên trì trong học tập.

2. Nội dung bài:

2.3.1. Chuẩn bị massage body	4 giờ
2.3.2. Massage chân	4 giờ
2.3.3. Massage lưng	4 giờ
2.3.4. Massage vai và cổ	4 giờ
2.3.5. Massage tay và cánh tay	2,5 giờ
2.3.6. Massage đầu	2,5 giờ
Kiểm tra	1 giờ

#### **IV. Điều kiện thực hiện mô-đun:**

1. Phòng học lý thuyết: Phòng học đảm bảo các điều kiện về ánh sáng, âm thanh, thông thoáng và đảm bảo an toàn về phòng chống cháy, nổ.

2. Trang thiết bị máy móc:

Máy tính; máy chiếu Projector, phong chiếu

3. Học liệu, dụng cụ, nguyên vật liệu:

- Học liệu: Giáo trình, hệ thống bài tập, phiếu kiểm tra;

- Dụng cụ:

4. Các điều kiện khác: Tài liệu tham khảo tại thư viện nhà trường

#### **V. Nội dung và phương pháp đánh giá:**

1. Nội dung: Đánh giá kiểm tra bằng hình thức: vấn đáp, viết, bài tập thực hành trong quá trình thực hiện mô-đun yêu cầu đạt được các mục tiêu sau:

- Kiến thức:

+ Trình bày được mục đích và hiệu quả của việc chăm sóc da toàn thân;

+ Trình bày được những nội dung cần chú ý trước khi chăm sóc da toàn thân;

+ Trình bày được các kỹ thuật và phương pháp chăm sóc toàn thân và cách sử dụng các thiết bị chăm sóc toàn thân.

- Kỹ năng:

+ Phân tích được mục đích và hiệu quả của việc chăm sóc da toàn thân;

+ Phân tích được những nội dung cần chú ý trước khi chăm sóc da toàn thân;

+ Phân tích được các kỹ thuật và phương pháp chăm sóc toàn thân và cách sử dụng các thiết bị chăm sóc toàn thân.

- Năng lực tự chủ và trách nhiệm: Rèn luyện tính sáng tạo, kiên trì trong học tập.

2. Phương pháp:

- Kiểm tra thường xuyên: Hình thức kiểm tra: Vấn đáp, bài tập;

- Kiểm tra định kỳ: Hình thức kiểm tra tự luận;

- Thi kết thúc mô-đun: Hình thức kiểm tra tự luận.

## **VI. Hướng dẫn thực hiện mô-đun:**

1. Phạm vi áp dụng mô-đun:

Chương trình mô-đun Massage body sử dụng để giảng dạy trình độ sơ cấp nghề chăm sóc da

2. Hướng dẫn về phương pháp giảng dạy, học tập mô-đun:

- Đối với giảng viên:

+ Giảng viên trước khi dạy cần căn cứ vào nội dung tổng quát của mô-đun và nội dung của từng bài học, chuẩn bị đầy đủ các điều kiện thực hiện bài học để đảm bảo chất lượng giảng dạy;

+ Kết hợp các phương pháp giảng dạy: thuyết trình, trực quan, kèm cặp để người học dễ tiếp thu bài và vận dụng kiến thức lý thuyết vào làm các bài tập thực hành có hiệu quả;

+ Kiểm tra các bài tập về nhà, hướng dẫn và sửa các lỗi tại lớp cho người học.

+ Giảng dạy lý thuyết cần có các hình ảnh minh họa để người học quan sát

+ Trong quá trình hướng dẫn làm bài tập ứng dụng, giảng viên chia nhóm để người học dễ quan sát.

- Đối với người học:

+ Chuẩn bị đầy đủ đồ dùng học tập;

- + Nghiên cứu tài liệu, thực hiện bài tập theo yêu cầu của giảng viên;
- + Tích cực nghiên cứu, tự học, làm bài tập về nhà;
- + Tích cực tham gia xây dựng bài trên lớp;
- + Tham gia tối thiểu 80% thời lượng môn học.

### 3. Những trọng tâm cần chú ý:

- Trước khi chăm sóc da toàn thân;
- Kỹ thuật bằng tay;
- Chăm sóc sử dụng thiết bị làm đẹp;
- Mát xa kinh lạc;
- Thủy liệu pháp.
- Massage chân, lưng, vai và cổ, tay và cánh tay, đầu.

### 4. Tài liệu tham khảo

- Giáo trình Massage body – Trường Trung cấp nghề công nghệ cao Hà Nội nghề cao Hà Nội



## CHƯƠNG TRÌNH MÔ-ĐUN

**Tên mô-đun:** Thực tập tốt nghiệp

**Mã mô-đun:** MĐ 07

**Thời gian thực hiện mô-đun:** 60 giờ

(Lý thuyết 5 giờ: Thực hành, thí nghiệm, thảo luận, bài tập: 55 giờ)

### I. Vị trí, tính chất của mô-đun:

- Vị trí: Mô-đun Thực tập tốt nghiệp được bố trí học sau cùng của khoá học, trước khi thi tốt nghiệp.

- Tính chất: Mô-đun Thực tập tốt nghiệp là môn học thực tập chuyên môn nghề trong danh mục các môn học bắt buộc trong chương trình đào tạo sơ cấp chăm sóc da, nhằm nâng cao tay nghề và tìm hiểu các quy trình thực hiện việc chăm sóc sắc đẹp tại các trung tâm chăm sóc sắc đẹp.

### II. Mục tiêu mô-đun:

- Kiến thức: Trình bày được mô hình kinh doanh của trung tâm chăm sóc sắc đẹp

- Kỹ năng:

+ Phân tích được mô hình hoạt động của trung tâm chăm sóc sắc đẹp, chiến lược kinh doanh các loại hình dịch vụ;

+ Phân tích được quy trình thực hiện chuyên đề tại TT chăm sóc sắc đẹp

+ Thực hành chuyên đề đạt yêu cầu kỹ thuật

+ Lựa chọn trang thiết bị, dụng cụ, hóa mỹ phẩm phù hợp với từng bước thực hiện quy trình

- Năng lực tự chủ và trách nhiệm: Rèn luyện tư duy nghề nghiệp, có ý thức tự giác và tích cực tìm hiểu trong quá trình thực tập.

### III. Nội dung mô-đun:

1. Nội dung tổng quát và phân bổ thời gian:

Số TT	Tên bài	Thời gian (giờ)			
		Tổng số	Lý thuyết	Thực hành, thí nghiệm, thảo luận, bài tập	Kiểm tra
1	Bài 1. Tìm hiểu mô hình kinh doanh của cơ sở kinh doanh, trung tâm, Công ty	5	5		
2	Bài 2. Thực tập chuyên đề	50		50	
3	Bài 3: Viết báo cáo chuyên đề	5		5	

<b>Cộng</b>	<b>60</b>	<b>5</b>	<b>55</b>	
-------------	-----------	----------	-----------	--

2. Nội dung chi tiết:

Bài 1. Tìm hiểu mô hình kinh doanh của cơ sở kinh doanh, *Thời gian: 5 giờ*  
 trung tâm, Công ty

1. Mục tiêu của bài:

- Kiến thức: Trình bày được mô hình kinh doanh của trung tâm chăm sóc sắc đẹp;
- Kỹ năng: Phân tích được mô hình hoạt động của trung tâm chăm sóc sắc đẹp, chiến lược kinh doanh các loại hình dịch vụ;
- Năng lực tự chủ và trách nhiệm: Chấp hành tốt các nội quy của cửa hàng hoặc học viện

2. Nội dung bài:

2.1. Mô hình hoạt động

2.2. Các dịch vụ

2.3. Chiến lược Marketing

**Bài 2. Thực tập chuyên đề**

*Thời gian: 50 giờ*

1. Mục tiêu của bài:

- Kiến thức: Trình bày quy trình sử dụng thiết bị, dụng cụ, phương pháp thực hiện;
- Kỹ năng: + Thực hành chuyên đề đạt yêu cầu kỹ thuật  
 + Lựa chọn trang thiết bị, dụng cụ, hóa mỹ phẩm phù hợp với từng bước thực hiện quy trình
- Năng lực tự chủ và trách nhiệm: Chấp hành tốt các nội quy, có ý thức tự giác và tích cực tìm hiểu trong quá trình thực tập.

2. Nội dung bài:

2.1. Thiết bị dụng cụ

2.2. Tìm hiểu hóa mỹ phẩm được sử dụng tại nơi thực tập

2.3. Thực tập chuyên đề

**Bài 3. Viết báo cáo chuyên đề**

*Thời gian: 5 giờ*

1. Mục tiêu của bài:

- Kiến thức: Trình bày được mô hình hoạt động, các loại dịch vụ tại trung tâm chăm sóc sắc đẹp.
- Kỹ năng:  
 + Phân tích được mô hình hoạt động của trung tâm chăm sóc sắc đẹp;  
 + Liệt kê được các thiết bị, dụng cụ, hóa mỹ phẩm cần dùng trong quá trình thực tập theo

chuyên đề

+ Phân tích được quy trình thực hiện chuyên đề tại TT chăm sóc sắc đẹp.

- Năng lực tự chủ và trách nhiệm: Rèn luyện tư duy nghề nghiệp, có ý thức tự giác và tích cực tìm hiểu trong quá trình thực tập.

2. Nội dung bài

2.1. Tìm hiểu về trung tâm chăm sóc sắc đẹp

- Địa điểm

- Mô hình hoạt động

- Các loại dịch vụ

2.2. Chuyên đề thực tập

- Dụng cụ trang thiết bị

- Hóa mỹ phẩm sử dụng

- Nghiên cứu quy trình thực hiện

2.3. Đề xuất phương án

Kết luận

#### **IV. Điều kiện thực hiện mô-đun:**

1. Dụng cụ và trang thiết bị:

- Dựa trên hệ thống thiết bị tại trung tâm chăm sóc sắc đẹp mà người học thực tập;

- Bút, sổ ghi chép;

2. Nguyên vật liệu:

Các loại nguyên liệu tại trung tâm chăm sóc da nơi người học thực tập;

3. Học liệu:

- Chương trình mô đun thực tập tốt nghiệp

- Đề cương thực tập;

- Tài liệu kỹ thuật;

- Tài liệu tham khảo;

- Nội quy thực tập.

4. Các nguồn lực khác:

- Các phòng cơ sở, phòng chuyên sâu;

- Trang bị bảo hộ lao động ;

5. Kiến thức kỹ năng đã có:

- Có kỹ năng và vận hành sử dụng thiết bị, dụng cụ;

- Hiểu biết về an toàn lao động vệ sinh dịch tễ;

- Hiểu biết về kiến thức chuyên môn ngành.

#### **V. Nội dung và phương pháp đánh giá:**

1. Nội dung đánh giá:

- Kiến thức: Trình bày được mô hình kinh doanh của trung tâm chăm sóc sắc đẹp mà người học đến thực tập

- Kỹ năng:

+ Thực hành chuyên đề đạt yêu cầu kỹ thuật

+ Lựa chọn trang thiết bị, dụng cụ, hóa mỹ phẩm phù hợp với từng bước thực hiện quy trình

- Năng lực tự chủ và trách nhiệm: Rèn luyện tư duy nghề nghiệp, có ý thức tự giác và tích cực tìm hiểu trong quá trình thực tập.

2. Phương pháp:

Đánh giá kết quả TTTN theo thang điểm 10:

- Ý thức, sự phối hợp của HS với cán bộ hướng dẫn và các thành viên nơi đơn vị thực tập: 5 điểm

- Báo cáo chuyên đề: 5

## **VI. Hướng dẫn thực hiện mô-đun:**

1. Phạm vi áp dụng mô-đun:

Chương trình thực tập tốt nghiệp sử dụng để giảng dạy trình độ sơ cấp nghề chăm sóc da.

2. Hướng dẫn về phương pháp giảng dạy, học tập mô-đun:

- Đối với giảng viên:

+ Phối hợp với trung tâm chăm sóc sắc đẹp lập nhóm, hướng dẫn cho người học phương pháp thực tập;

- Đối với trung tâm:

+ Cử cán bộ, nhân viên phối hợp với giáo viên quản lý, hướng dẫn, bố trí cho người học thực tập theo chương trình TTTN.

+ Đánh giá cho điểm đối với người học hoàn thành chương trình TTTN

- Đối với người học:

+ Chấp hành nội quy, quy chế của trung tâm đến thực tập

+ Đảm bảo an toàn cho người và thiết bị tại nơi thực tập

+ Tham gia thực tập 100%

3. Những trọng tâm cần chú ý:

Bài 2. Thực tập chuyên đề

Bài 3. Viết báo cáo chuyên đề

4. Tài liệu cần tham khảo: