

《美体》

图书基本信息

书名：《美体》

13位ISBN编号：9787040260472

10位ISBN编号：7040260476

出版时间：2010-9

出版社：成都市现代职业技术学校 高等教育出版社 (2010-09出版)

作者：成都市现代职业技术学校 编

页数：118

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

前言

“以就业为导向”是职业教育不变的宗旨，而目前中等职业教育的教材内容偏难、知识陈旧、操作性差的实际情况与不断推陈出新的人才需求并不适应。应本着“以学生发展为本”的原则，开发适宜中职教学的专业教材。专业教师在企业一线的技术管理人员的配合下，注重与生产实践及技术开发的紧密结合，充分体现出课程的综合性和实践性，以达成培养学生实践能力和专业技能的目标。基于“够用和实用”的原则，本书在编写过程中，充分研究市场需求与学生实际，把握适度理论与较高应用能力相结合的标准，探讨专业化、科学化的教学方式，使对美体师的培养在“宽基础、活模块”中得以真正体现。教材内容更多地来自于美容院的实际需求，具有浓厚的时代特色。同时，学校依托成都市美容美发职业教育集团，使专业教师直接进入各类美容院顶岗实践，最大的收获是让教师更直接地了解到市场的人力资源需求和行业的发展趋势，从而编写出更具鲜明个性的教材。本书作为美容方向的专业教材，可以用于培养更专业化的美体师。本书通过美体基础知识、美体常用护理手法、常用美体仪器、芳香疗法与现代SPA、营养与美体共五个章节落实培养目标。在每章学习目标的引领下，理论内容表达简洁，技能训练辅以生动的图示，思考题强调综合实践训练，以提升学生的专业能力。本书以“实用”、“好用”为目标，既可作为中等职业学校的美容美发与形象设计专业教材，亦可作为社会职业技能培训的教材。参加本教材编写的主要人员有贾秀杉、商明娜、王丁琳祉。图片处理工作由李瑞老师负责完成。本书在编写过程中得到了四川金典艺术学院美容专家胡涛女士的指导，特此感谢。

《美体》

内容概要

《美体(美容美发与形象设计专业)》是中等职业教育美容美发与形象设计专业系列教材之一，按照我国中等职业教育的培养目标，强调培养学生对于美容保健的实际应用能力，并结合相关职业技能的要求和多年美体教学实践经验进行编写。全书内容包括：美体基础知识、美体常用护理手法、常用美体仪器、芳香疗法与现代SPA、营养与美体等。

《美体》

书籍目录

第一章 美体基础知识 第一节 美体概述 第二节 美体基础理论 第二章 美体常用护理手法 第一节 美体护理流程 第二节 身体的清洁 第三节 按摩 第四节 体膜 第五节 局部按摩手法 第三章 常用美体仪器 第一节 电学基础知识 第二节 常用美体仪器及用法 第四章 芳香疗法与现代SPA 第一节 芳香疗法概述 第二节 精油概述 第三节 常用精油简介 第四节 现代SPA概述 第五章 营养与美体 第一节 营养概述 第二节 饮食与美容保健 第三节 美容膳食 主要参考文献

章节摘录

插图：古希腊人享受各种沐浴方式，从热水浴盆到热气熏蒸等多种多样。公共沐浴场所一般都包括一个健身房，在那里可以进行一些体育项目。大多数公共浴池还配备一个图书室或静音室。古罗马的“水浴”和希腊的沐浴相似。古罗马人非常享受他们的浴疗，甚至平均每个街区有5个左右的浴室，也就是说，每35间公寓就享用一个浴室。浴疗的流行促使古罗马帝王Agrippa在公元前25年创立了罗马第一个“温泉浴室”，这个词来源于希腊词“热”，所以其中的许多理疗方式都与热水有关。随后，公共浴池逐渐变成为了sPA的理想场所。普通浴室则更类似于日光sPA，其主要的服务对象为附近居民。关于sPA胜地或温泉浴室的理念逐渐被人们接受，并很快在整个古罗马流行起来，从庞贝到开罗，再到白雪覆盖的阿尔卑斯山，甚至是古罗马帝国没有涉足的地区，从芬兰与日本再到太平洋岛屿和美洲原住民地区，都有各自独特的水疗方式。每一种文明都有自己钟爱的浴疗方式，有的男女分浴，有的创造出繁复的美容仪式，有的则喜欢集体共浴，放松或享受蒸汽浴。海边居住的人们则用这种营养丰富的水源进行水疗和美容。一些人选择蒸汽浴，而另一些人则选择冰水浴。水浴的内容和方式日渐丰富。从20世纪30年代开始，欧洲人就已经将电疗身体护理仪器作为身体护理的一个标准方式。在中国，由于电疗美体仪器的价格较高，一般只有在具有一定规模的美容中心才有。几个世纪以来，欧洲和亚洲都主宰着专业美容领域，这些地区创造出了丰富绚烂的文化，而在千年的历史长河中，这些文化又发展出了多种多样的保健养生法，并一代一代地传承下去。现在，回归自然成为时尚的身体护理潮流。大型的度假sPA都是建立在具有良好的自然环境的地区，在这样的环境中，人们能够达到放松身心、平衡状态的目的。在护理方法和护理产品方面，现在的人们也更容易接受天然的、不对人体带来伤害和负担的护理产品和护理方法。随着“SPA”和“一站式”综合服务（包括身体护理、休闲减压和护肤等）极大地推动了美容行业的发展，市场也急需美体人才。能够达到放松、减压、塑身作用的身体护理成为时下美容行业非常重要、利润可观的项目。

《美体》

编辑推荐

《美体(美容美发与形象设计专业)》：中等职业教育国家规划教材配套教学用书

《美体》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com