

LA BEAUTÉ DES MAINS ET DES PIEDS. **DEVOIR N°1**

ÉTIQUETTE D'INSCRIT

Collez ici une étiquette

FORMATION SUIVIE

CAP esthétique-cosmétique

KF422DV01CD04



* K F 4 2 2 D V 0 1 C D 0 4 *

CADRE À COMPLÉTER*

NOM

PRÉNOM

ADRESSE

VILLE.....CODE POSTAL PAYS

ÂGE

@

N° D'ÉLÈVE :

* Merci de remplir cet encadré, en lettres MAJUSCULES

VOS REMARQUES* :

* Ce cadre est uniquement réservé à vos remarques sur la réalisation du devoir.

TEMPS PASSÉ

1h45

À COMPLÉTER PAR L'ENSEIGNANT

Nom de l'enseignant :

Appreciations :

VOTRE NOTE

1

☐ NON NOTÉ

À REFAIRE

À COMPLÉTER

VOIR AU VERSO L'ÉNONCÉ DE VOTRE DEVOIR ! >>>>

CRITÈRES DE NOTATION

- Un soin particulier doit être apporté à la rédaction et à l'orthographe
- Les réponses doivent être précises et concises (ne pas reproduire le cours intégralement)

Temps estimatif à consacrer à votre devoir :

02 h 00

RECOMMANDATIONS

Les devoirs vous permettent d'évaluer les connaissances acquises. Il est préférable de les réaliser dans des conditions d'examen : au calme, en respectant les temps impartis et surtout sans utiliser vos supports de cours ! Désagraféz les différents devoirs. Joignez la page de garde et l'énoncé à votre copie.

Lisez bien les consignes.

Vous pouvez surligner les mots-clé et reformuler la question. Vous éviterez ainsi les hors-sujets.

Soignez la présentation des copies.

Vos réponses doivent être rédigées de façon précise et structurée. Évitez les fautes d'orthographe.

Pensez à prévoir un temps de relecture.

Un devoir soigné, aéré, agréable à lire témoigne de votre sérieux.

Quand vous recevrez votre devoir, relisez-le avec la correction.

Revoyez éventuellement les parties du cours qui n'ont pas été assimilées.

Quelques jours plus tard, essayez de refaire votre devoir sans la correction, cela vous permettra de vérifier que les notions étudiées sont bien acquises.

Bon courage !

Votre service pédagogique.

DEVOIR N°1 : La beauté des mains et des pieds

Exercice 1 (2 points)

Les soins des mains et des pieds doivent faire l'objet d'une attention particulière en ce qui concerne les conditions d'hygiène. 2/2

Citez quatre précautions particulières à respecter en hygiène pour une manucurie ou une beauté des pieds.

– On doit toujours bien se laver et se désinfecter les mains avant de commencer les soins des mains ou des pieds.

– Il faut toujours désinfecter le matériel qu'on va devoir utiliser.

– Il faut utiliser un linge propre.

– Que le client ou la cliente, a des mains ou des pieds sains (pas de blessures, de dermatoses...)

NOM PRÉNOM

FORMATION SUIVIE CAP esthétique-cosmétique

Inscrire ici votre n° d'inscrit

Code devoir

KF422DV01CD04

* Remplir en lettres MAJUSCULES

DEVOIR N°1 (suite) : La beauté des mains et des pieds

Exercice 2 (3 points)

Complétez le tableau ci-dessous :

3/3

Tableau n°1

	NOM DE L'INSTRUMENT	SA FONCTION
	Bâtonnets à cuticules	Ils servent à repousser la peau des cuticules et libérer l'ongle afin de l'aider à pousser mieux.
	Pince à ongles	Elle sert à couper et égaliser les ongles.
	Pince à envies	Elle sert à couper les cuticules.
	Lime à ongles	Elle sert à peaufiner la manucure après la coupe des ongles.
	Lime polissoir ou Bloc ponce	Elle sert à uniformiser la surface de l'ongle.

VOIR AU VERSO LA SUITE DE VOTRE DEVOIR >>>

DEVOIR N°1 (suite) : La beauté des mains et des pieds

Exercice 3 (4 points) 2/4

Complétez le tableau suivant en mentionnant les instruments, les produits, le linge et les consommables nécessaires pour effectuer un soin des ongles.

INSTRUMENTS	PRODUITS	LINGE ET CONSOMMABLES
Pince à ongles	Dissolvant	Bain d'eau tiède
Pince à envies	Alcool à 70°	Cotons
Bâtonnet à cuticules ?	Eau émolliente	Linge propre
Lime à ongles	Huile fortifiante	Mouchoirs
Bloc ponce	Crème de modelage	Cotons tiges
Pinceaux	Crème de gommage	
	pas pour un soin des ongles	

Exercice 4 (1,5 points)

Citez trois lieux différents où l'on effectue des soins esthétiques des mains et des pieds :

- En institut de beauté
- En onglerie 1.5
- Certains salons de coiffure

Exercice 5 (5 points) 5

Détaillez le protocole complet d'un soin des ongles des mains :

Il faut tout d'abord laver et désinfecter nos mains ainsi que le matériel. Ensuite, on va démaquiller les ongles avec du dissolvant et du coton. Puis on va couper et limer les ongles. Puis on va faire tremper les mains dans de l'eau savonneuse (l'une après l'autre). On va ensuite sécher les mains et appliquer l'eau émolliente avec un bâtonnet et couper les envies avec une pince. Pour finir, on va mettre l'huile fortifiante et masser les ongles. Rincer les mains.

NOM PRÉNOM

FORMATION SUIVIE CAP esthétique-cosmétique

Inscrire ici votre n° d'inscrit

Code devoir

KF422DV01CD04

* Remplir en lettres MAJUSCULES

DEVOIR N°1 (suite) : La beauté des mains et des pieds

Exercice 6 (1,5 points)

Précisez les effets attendus du modelage :

1.5

..... Le modelage sert à détendre en profondeur, mais aussi à stimuler la circulation.....
 sanguine. Il va aussi aider à faire pénétrer la crème et donc rendre la peau beaucoup.....
 plus douce et soyeuse.....

Exercice 7 (1 point)

Placez dans l'ordre chronologique les techniques manuelles du modelage des mains citées ci-dessous :

Tableau n°2

TECHNIQUES	ORDRE CHRONOLOGIQUE
Vis de Rubinstein	6
Effleurage final de la main et de l'avant-bras	11
Effleurage des espaces inter-métacarpiens	4
Effleurage général de la main et de l'avant-bras	1
Effleurage des doigts	3
Mobilisation individuelle des doigts	9
Friction circulaire sur les articulations inter-phalangiennes	5
Mobilisation du poignet	10
Gantage des faces latérales des doigts	7
Effleurage de la face dorsale de la main	2
Effleurage des éminences thénar et hypothénar	8

1

VOIR AU VERSO LA SUITE DE VOTRE DEVOIR >>>

