***Тема занятия: Строение волос. Типы волос и уход за волосами. Определение типа волос.***

**Цели урока:**

* *обучающие*: ознакомить учащихся со строением и физическими свойствами волос; особенностями ухода за волосами различных типов; историей развития причесок;
* *развивающие*: развивать эстетический вкус и аккуратность;
* *воспитательная*: продолжить воспитывать культуру внешнего вида;

**Метод проведения:** беседа, объяснение, самостоятельная работа, графическая работа, мастер-класс.

**Наглядные пособия:** презентация (*Презентация*), журналы, иллюстрации исторических причесок, книги для девочек, советы по уходу за волосами, фотографии.

**Ход урока**

**I. Организационная часть:**

1. Приветствие, контроль посещаемости.

2. Проверка готовности к уроку.

**II. Изложение нового материала: лекция учителя с записью в тетради необходимых сведений.**

Вступительное слово учителя: (слайд1) Волосы - прекрасное украшение человека в любом возрасте и во все времена.Густые, блестящие, здоровые волосы украшают человека. И вполне естественно желание каждой девушки выглядеть красивой и иметь аккуратную причёску. Прическа же придаёт внешности своеобразие. Выбирая прическу можно найти свой стиль, подчеркнуть достоинства и по возможности скрыть недостатки внешности.

Вы, наверное, часто задаёте себе вопросы: Как часто мыть голову? Как подобрать шампунь? Какие средства использовать для укрепления волос? Как подобрать причёску?

Тема нашего урока - "Строение и функции волос. Средства ухода за волосами. История причёски"(слайд 2)

Сегодня мы постараемся найти ответы на интересующие вас вопросы, а помогут нам в этом и старинные русские рецепты, и советы профессионалов.

***1. Строение и функции волос.***

Волосы - нитевидные роговые образования кожи, образующие волосяной покров. Длинные волосы расположены преимущественно на голове. Они содержат пигменты, определяющие их окраску, защищают тело от механических повреждений и потери тепла.

Строение волоса (слайд 3)

Каждый волос имеет луковицу 1, корень 2, стержень 3 и наружную часть 4. Строение волоса можно сравнить со строением ствола дерева. Стержень состоит из трех слоёв: 1 - кутикула образована прямоугольными клетками с чешуйчатым строением. 2- корковый слой состоит из веретенообразных клеток, содержащих пигмент (меланин), чем толще корковый слой, тем эластичней и крепче волос. 3 - сердцевина это мозговое вещество, состоящее из эпителиальных клеток [1].*Это интересно! Количество волос на голове человека от 100 до 150 тыс. Ежедневно выпадает до 50 волос. В среднем за год волосы вырастают на 15 см, примерно по 1-1,5 см в месяц. Живет волос от 2 до 6 лет. Цвет волос определяется количеством пигмента. Различают несколько десятков оттенков цвета волос. Блеск и эластичность зависят от жира, выделяемого сальными железами.*

***2. Уход за волосами*** (слайд 4)

Волосы играют не только защитную, но большую эстетическую роль во внешнем облике человека. Красота волос во многом зависит от ухода. В чём он заключается?

РАСЧЁСЫВАНИЕ - МЫТЬЁ - СУШКА - УКЛАДКА

Чтобы правильно выполнять действия по уходу за волосами, необходимо определить к какому типу относятся ваши волосы.[1]

Волосы бывают трёх типов:

* Нормальные волосы - эластичные, упругие, прочные, легко расчёсываются, хорошо укладываются в причёску, блестят.
* Жирные волосы - непрочные, выглядят маслянистыми с характерным блеском, быстро загрязняются, слипаются в пряди, кожа головы покрыта крупной жирной перхотью, быстро теряют объём и воздушность.
* Сухие волосы - тонкие, тусклые и ломкие, легко рвутся на концах, часто секутся, слабо растут, плохо поддаются укладке, легко разлетаются, лишены блеска.

**Основные приёмы ухода за волосами.**

Расчёсывание является обязательной операцией обработки волос. Для придания волосам мягкости, эластичности, для удаления пыли, улучшения кровообращения, а следовательно и питания волос необходимо ежедневно расчёсывать их расчёской и щеткой. При расчёсывании волос щеткой одновременно производится массаж головы, его рекомендуется делать в течение 1-2 мин утром и вечером. Для расчёсывания используются обычная пластмассовая расческа и массажная щетка. Они содержатся к чистоте и предназначены для индивидуального пользования.

*Это интересно! Англичанки славятся своими волосами и сами говорят, что красотой волос они обязаны щётке и гребёнке, которыми с малых лет они привыкли ежедневно в течение получаса расчёсывать волосы.*[6]

***Мытьё волос***- обязательная гигиеническая процедура. Для мытья головы используют воду, имеющую температуру 35-45 С. Шампунь наносить в два приёма. После мытья волосы тщательно ополаскивают обильным количеством воды, стараясь не оставить на коже и волосах шампунь, вытирают полотенцем.

***Сушка*** - лучший способ высушить волосы - оставить их в покое, чтобы они сохли сами по себе в естественных условиях. Можно пользоваться феном, поднося его к волосам не ближе, чем на 10 см.

***Укладка*** дольше сохранит причёску. Придать объём волосам, можно используя специальные средства - мусс и гель.[2]

**Старинные русские рецепты по уходу за волосами (слайд 5)**

1. Отвар корней лопуха - против перхоти, выпадения волос и для усиления роста волос.
2. Настой крапивы - для укрепления жирных волос.
3. Луковая настойка - для укрепления волос, стимулирования их роста.
4. Репейное масло - придаёт красивый блеск волосам, ускоряет их рост, служит хорошим питанием для корней.
5. Настои смеси аптечной ромашки, шалфея и череды; кашица из ржаного хлеба - помогут при повышенной сальности головы и волос.

**Самостоятельная работа: "Описание индивидуального ухода за волосами"**(слайд 6)

1. Определить тип своих волос (Таблица 1)

2. В рабочей тетради сделайте описание ухода за волосами по плану:

1. Как часто вы моете голову?

2. Какой шампунь используете?

3. Какие бальзамы, ополаскиватели, кондиционеры используете?

4. Как сушите волосы?

5. Какие расчёски используете для расчёсывания?

6. Какой длины у вас волосы, как правильно расчёсывать именно ваши волосы?

7. Используете вы гели? Если да, то для чего?

Таблица 1

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Тип волос** | **Характерные признаки** | **Уход за волосами** |
| Нормальные | Эластичные, упругие, прочные, легко расчёсываются, хорошо укладываются в причёску, блестят. | Мыть один раз в неделю водой 30-45 С, используя шампуни для нормальных волос, споласкивать подкисленной водой (на 1 л. воды 1 ст. лож.уксуса или сока лимона) |
| Жирные | Непрочные, выглядят маслянистыми с характерным блеском, быстро загрязняются, слипаются в пряди, кожа головы покрыта крупной жирной перхотью, быстро теряют объём и воздушность. | Мыть два раза в неделю специальным шампунем для жирных волос, споласкивать подкисленной водой (на 1л. воды 1 ст. лож.уксуса или сока лимона) или настоем ромашки |
| Сухие | Тонкие, тусклые и ломкие, легко рвутся на концах, часто секутся, слабо растут, плохо поддаются укладке, легко разлетаются, лишены блеска. | Необходимо усиленное питание волос и улучшения кровообращения головы.Мыть мягкой водой 1 раз в 10 дней, используя питательный шампунь, ополаскивать настоем аптечной ромашки, расчесывать осторожно. |

Обратимся к профессионалам (слайд 7).

- Основное правило для каждого типа волос - перед мытьём нужно очень хорошо расчесать волосы.

- Шампунь перед нанесением на волосы нужно растереть в руках, образующуюся пену нанести на влажные волосы. Намыливать волосы желательно 2 раза: при первом удаляются загрязнения, при втором проявляется лечебный эффект шампуня.

- Мокрые волосы промокните полотенцем.

- Оптимальное сочетание - мытьё волос и массаж кожи головы.

- Сушите волосы в естественных условиях, ограничьте использование фена.

- Волосы необходимо расчесывать каждый день. Наибольшее значение имеет расчёсывание во время утреннего туалета. Вечернее расчёсывание волос во все стороны в течении 4-5 минут очень полезно.

***3. История развития прически (сообщения учащихся).***

Египет. Прически отличались геометричностью и внешне напоминали трапецию. Волосы разделяли пробором и ровно подстригали по всей длине. Фараоны носили причёски, отличающиеся сложностью и пышностью. Волосы начёсывались и поднимались высоко над головой. Египтянки очень любили заплетать много мелких косичек и обрезали их чуть ниже ушей.

*Голову царицы Нефертити украшала причёска, состоящая из множества косичек, ровно падающих на плечи, словно бахрома.*

Др. Греция всегда считалась царством гармонии, эстетики и красоты. Создание причёски было своеобразным церемониалом, соблюдались законы гармонии и эстетики, причёски оформлялись как произведения искусства. Парикмахеров называли *каламистрами,*от названия стержня для завивки волос. Богатые гречанки волосы со лба и ушей зачёсывали назад и закрепляли обручами и диадемами из благородных металлов. Такая прическа сохранилась до наших дней и получила название "греческий узел".

Др. Рим - законодателями моды в области причёски были император и императрица. Популярна была стрижка, полностью закрывающая уши, с густой чёлкой до бровей.

*Когда в Рим были привезены германские рабыни-блондинки, римлянки захотели носить светлые волосы. Способ был найден, но его держали в секрете.*

Женщины обесцвечивали волосы, заплетали их в пучки и выпускали несколько прядок по бокам и сзади. Очень любили римлянки причудливые узоры на голове из заплетённых кос [3](слайд 8).

В Средневековой Европе под влиянием церковных догм женщины вынуждены были прятать волосы под головными уборами. Эти головные уборы назывались "омюз". Длинные волосы при этом собирались высоко над висками. Парикмахерами стали банщики, они стригли и брили.

*В средневековье между X и XII веками возникли первые ремесленные цеха профессиональных парикмахеров, их называли - цирюльниками и брадобреями*[3](слайд 9).

Эпоха Возрождения характерна замысловатыми изысканными причёсками со множеством украшений. Идеалом был высокий открытый лоб. Очень модными были завитые роскошные локоны, заколотые на макушке и свободно спадающие на плечи.

В Италии женщины сбривают волосы надо лбом и на затылке, выщипывают брови.

Франция. Входят в моду *алонжевые* парики и причёски с множеством локонов, которые припудривали цветными пудрами. Начали появляться печатные издания по парикмахерскому искусству, уходу за волосами и кожей.

В 1757 г придворный парикмахер Людовика XVI Легро основывает Академию парикмахерского искусства, он первый разрабатывал причёски в соответствии с типом лица. Парикмахеров называют *куафёрами*от названия сложной причёски невероятных размеров - куафюра. Появились первые способы укладки с использование валиков.

*Парикмахер Марии Антуанетты создал причёску высотой 70 см от корней волос "Фрегат".*

В 1880 г французский парикмахер Марсель Грато изобрёл способ завивки волос горячими щипцами. [3](слайд 10).

В первой половине XIX века, в эпоху романтизма, женщины носили длинные волосы, которые убирались в два узла над ушами. Причёски украшались косичками, лентами, декоративными цветами [3](слайд 11).

В начале XX века технический прогресс значительно модернизировал и усовершенствовал парикмахерское дело. Переворот в способе укладки волос произвёл немецкий парикмахер Карл Нестле, который изобрёл термическую завивку "перманент". В женскую моду вошли короткие стрижки, стрижка под мальчика "а ля гарсон".

В начале 70 года английский парикмахер Видал Сэссун предложил новый способ стрижки, которая выполнялась только ножницами и называлась "сэссун" [3] (слайд 12).

На Руси с давних времён прическа была разделена на девичью и женскую. Символом девичьей красоты считалась коса - древнейшая русская причёска. Европейские причёски в России ввёл Петр I.

***4. Элементы и подбор прически с учётом формы лица.***

Короткие и длинные волосы укладываются в прическу.

Элементы причёски: локоны, коса, жгут, пробор, волна[5] (слайд 13).

Основные правила подбора причёски:[4]

1. Силуэт и вид причёски должны выполняться в соответствии с формой лица.(слайд 14).

* Для лица круглой формы желательны причёски, зрительно его вытягивающие.
* При идеальной, овальной форме лица причёски могут быть разнообразными.
* В случае треугольной формы лица задача заключается в перемещении широкой части причёски на линию мочек ушей или чуть ниже.
* Для лица квадратной формы желательно делать высокую причёску с волнистым не симметричным контуром.

2. При выборе причёски следует учитывать соответствие её с одеждой.

Графическая работа "Индивидуальный подбор причёски с учётом формы лица".[5] (слайд 15).

Определите тип лица, подберите соответствующую причёску и выполнить эскиз на карточке. Карточку наклейте в тетрадь.([*Приложение 1*](https://urok.1sept.ru/articles/608203/pril1.docx)).

***5. Профессия парикмахер-стилист.*** (слайд 16).

Профессия парикмахера ассоциируется с понятиями "красота", "элегантность", "хорошее настроение".

Парикмахерское дело - искусство, которое постоянно совершенствуется. Для того чтобы добиться успеха, необходимы не только знания, но и талант.

Требования, предъявляемые к профессии парикмахера:

- умение найти общий язык с клиентом, поныть его вкус;

- необходимо "дружить", с химией, так как имеет дело с множеством химических составов;

- должен обладать познаниями в области кожных заболеваний, болезней волос, знать правила пользования специальными инструментами;

**III. Мастер-класс "Французская коса"** (слайд 17)



**IV. Закрепление изученного материала: тестовое задание.**([*Приложение 2*](https://urok.1sept.ru/articles/608203/pril2.docx)).

**V. Итог урока.**

Каждая девушка должна стремиться к тому, чтобы в полной мере использовать всё лучшее, что дано её организму природой. Надеюсь что советы, которые вы получили на сегодняшнем уроке, помогут сохранить и развивать бесценный дар природы - красоту и здоровье.