**Тема робочої програми: «**Гаряча завивка із застосуванням прогресивних інструментів»

**Тема уроку: «**Виконаннязавивки волосся гарячим способом із застосуванням прогресивних інструментів»

**Техніка укладання волосся гарячим способом**

Укладання волосся гарячим способом:

Для надання волоссю форми та створення зачіски гарячим способом застосовуються спеціальні електроінструменти – електрощітці різної конструкції.

На сухе волосся, що знаходиться в природному стані, діють підвищеною температурою. При нагріванні змінюється структура волосся, його роговий шар розм'якшується. Волосся стає еластичнішим, легко піддається деформації, розтягуванню, завиванню в локони, накручуванню, формуванню хвиль. Після охолодження волосся зберігає надану форму.

Укладання довгого волосся за допомогою «Стайлера»:

Такий вид гарячої укладання дозволяє створювати чарівні локони з довгого волосся. Якщо волосся підстрижене пошарово, ефект буде особливо помітним.

Вам потрібно:

Гребінець для укладання, набір гнучких стайлери жорстка щітка, засіб для укладання у вигляді спрею, гребінець з рідкими зубами, віск, лак для волосся.

1.Щоб приступити до завивки, відокремте пасмо волосся і розчешіть його, злегка відтягуючи вільною рукою.

2. Помістіть заздалегідь нагрітий стайлер перпендикулярно до пасма під нею, приблизно на відстані 5 см від коріння. З одного боку від пасма повинен залишитися кінець стайлера довжиною близько 2.5 см.

3. Тепер візьміть пасмо і накрутіть його навколо стайлера. При цьому важливо, щоб волосся не зісковзнули.

4. Тримаючись за обидва кінця стайлера, злегка натягніть волосся, щоб вони затягнулися і не вислизнули.

5. Закріпіть кінці стайлера.

6. Завийте на стайлери інше волосся таким же способом. Від розмірів пасом і положення стайлера залежить результат.

Щоб отримати бажаного ефекту, дайте стайлерам повністю охолонути, потім зніміть їх по одному, намагаючись не плутати волосся.

Щоб зачіска вийшла рівною, важливо завивати волосся акуратно. Починаючи від скроневого проділу, беріть пасма шириною не більше 7,5 см. Щільно притискайте волосся до голови і накручуйте на стайлери, розташовуючи решту, щоб створити плавні хвилі. Дайте Стайлер повністю охолонути, потім зніміть їх і розгладьте волосся жорсткою щіткою. Щоб надати зачісці додатковий блиск, нанесіть на неї склад для укладання у вигляді спрею.

Починаючи від лінії волосся над чолом, розділіть волосся на тонкі пасма – кожна шириною близько 2,5 см. Накручуйте волосся на стайлери згідно з рекомендаціями. Розташовуйте стайлери. Щоб отримати масу тугих локонів. Дайте Стайлер повністю охолонути, потім знімайте по одному і обережно розділяйте локони пальцями або гребінцем з рідкими зубами. Знявши всі стайлери. нанесіть на кожен локон трохи воску, щоб надати форму і закріпити його. Починаючи від лінії волосся над чолом, розділіть волосся на пасма середнього розміру – кожна шириною приблизно 5 см. Нахиліть голову вперед і гребінцем з рідкими зубами обережно розділіть волосся, починаючи з кінців і просуваючись до коріння. Потім підніміть голову і нанесіть на волосся спрей, щоб закріпити зачіску.

Укладання волосся за допомогою електрощипців:

Перед тим, як розпочати роботу електрощипцями, обов’язково треба вимити волосся та висушити його. Небажано наносити на волосся пінку, лак або гель, щоб волосся не прилипало до металевих стержнів.

Електрощипці не рекомендується використовувати на блондованому волоссі та волоссі після хімічної завивки, тому що висока температура може завдати волоссю великої шкоди. Жорстке й сиве волосся можна обробляти щипцями, нагрітими до вищої температури.

На якість завивання впливають:

1. кут натягування волосся при накручуванні на щипці; оптимальним
2. вважають кут 90° відносно осі обертання інструмента;
3. товщина затиснутого щипцями пасма;

 Вона залежить від довжини волосся і визначається:

1. для невеликої довжини;
2. для середньої на третину менше;
3. для значної;
4. удвічі менше.

Для рівномірного прогрівання волосся товщина основи пасма не повинна перевищувати 4 см.

При укладанні волосся електрощипцями застосовують гребінець із «хвостиком», яким зручно відокремлювати пасма для накручування, шпильки або затискачі для фіксації пасом.

Завивання локонів:

1. За формою та розміщенням локони бувають:
2. прямі – розміщені горизонтально;
3. косі – під кутом 45° до вертикалі або горизонталі;
4. вертикальні – у вигляді спіралі з волосся завдовжки 20 - 25 см.

Розрізняють горизонтальний і вертикальний способи завиван-ня локонів.

Горизонтальний спосіб включає техніки «вниз», «догори», «вісімкою».

Вертикальним способом виконують спіральні та спускні локони.

Горизонтальний спосіб завивання локонів. Спосіб «униз» за-стосовується в різних зачісках. Потрібно враховувати, що круглі локони, виконані цим способом, обтяжують зачіску, тому їх слід робити дрібнішими, легкими.

Спосіб «догори» надає зачісці легкості, локони утворюють більшу хвилю. Цей спосіб рекомендується у комбінації з іншими способами.

Спосіб «вісімки» дає можливість накручувати волосся спіралеподібно, завивати комбіновані (м'яті) локони. Під час роботи кінці волосся постійно знаходяться в середній частині робочих поверхонь щипців, що забезпечує найбільш сприятливі умови для їх накручування, міцності зачіски. Завивання короткого волосся цим способом неможливе.

Слід зауважити, що:

1. оформлення зачіски можливе тільки після повного охолодження волосся;
2. для того, щоб локон був пружнішим і тривкішим, необхідно утримувати
3. щипці довше з того боку пасма, який у локоні буде внутрішнім.
4. Послідовність завивання волосся способом «униз»:
5. пасмо відділяють за правилами накручування на бігуді, ретельно
6. розчісують, відтягують перпендикулярно до поверхні голови;
7. щипці беруть у праву руку, пасмо - в ліву;
8. щипці у відкритому положенні підносять до пасма, затискають його мі
9. жолобком та валиком і повільно проводять від основи до кінця пасма, прогріваючи волосся;
10. затиснутий кінець пасма накручують на щипці до основи пасма;
11. для запобігання опіку шкіри голови біля основи пасма під щипці
12. підкладають гребінець;
13. щипці 5-7 секунд тримають до повного прогрівання пасма;
14. щипці відкривають, виймають їх із локона;
15. локон фіксують шпилькою або затискачем, залишають остигат
16. природним шляхом.

Спосіб «догори». Локони виконуються так само, як і способом «униз», але при накручуванні волосся щипці заводять у пасмо жолобком униз, а валиком догори.

Послідовність виконання способу «вісімкою»:

1. пасмо волосся розчісують доти, поки гребінець не почне вільно
2. проходити від коренів до кінців волосся;
3. визначають кількість локонів та їх розміщення;
4. відокремлюють частину волосся для одного локона;
5. волосся беруть у ліву руку, підводять до пасма щипці;
6. пасмо захоплюють робочою частиною щипців і повертають їх упівоберта до себе;
7. роблять повний оберт щипцями, залишивши валик повернутим у бік основи пасма, а жолобок до себе (ліва рука в цей час натягує пасмо)

після нагрівання всього пасма волосся відтягують щипці від місця захвату пасма на достатню відстань і якомога швидше виконують ними наступний оберт;

**Способи накручування волосся елекгрощипцями:**

Під час обертання щипців у правій руці лівою рукою шюдять кінці волосся вниз із другого боку пасма, виконуючи «вісімку» (таке положення кінці волосся повинні займані через кожен повний оберт щипців) якщо при першому обери кінці були ліворуч, то при другому оберті вони будуть праворуч, - кінці локона проробляють так, як і при інших способах завивки локонів, - при накручуванні наступного локона пасмо волосся захоплюють на тій же висоті, що й попереднє.

Вертикальний спосіб завивання локонів. Для формування локонів Із довгого волосся електрощипці тримають вертикально, а пасма накручуються на них по спіралі Після того, як усе волосся буде накручене, необхідно дати час, щоб воно охолонуло, а потім оформляти зачіску.

Вертикальне накручування щипцями:

Виконання спіральних локонів. Спіральні локони прикрашають зачіску і спрямовуються до обличчя з одного чи з обох боків . Методика виконання - тонке пасмо волосся відділяють, прочісують гребінцем, прогладжують щипцями, щоб пасмо прогрілось по всій довжині.

• щипці заводять з кінців пасма, формують завиток,

• щипці повертають у вертикальне положення, накручують пасмо

спіралеподібно до кореня, витримують декілька секунд:

• роблять оберт у протилежний бік і, послаблюючи зажим, обережно

виймають щипці

При завиванні локонів правого боку зачіски щипці тримають ручкою вниз Пасмо починають накручувати від замка щипців до кінця 3 лівого боку щипці тримають ручкою вгору та накручують пасмо від кінця до щипців

Локони не розчісують, викладають у зачіску й фіксують лаком.

Спіральні локони:

Виконання спускних локонів. Локони цього виду як оформлення зачіски виконуються на середньому і довгому волоссі будь-якої частини волосяного покриву голови. Для цього пасмо волосся відділяють, прочісують гребінцем. Щипцями, які знаходяться в горизонтальному положенні, прогладжують пасмо по всій довжині. Щипці повертають у вертикальне положення, оформлюють кінець пасма до його повного розташування між валиком і жолобком. Пасмо щільно накручують знизу вгору, щоб кожний наступний виток пасма заходив на третину ширини попереднього витка. Спускні локони, як і спіральні, мають бути спрямовані до обличчя. Цей вид локонів потребує додаткового оформлення. Усередині локона виконують тупірування, пасмо вичісують і повертають у попереднє положення, фіксують лаком.

Послідовність завивання волосся способом «униз»:

• пасмо відділяють за правилами накручування на бігуді, ретельно

розчісують, відтягують перпендикулярно до поверхні голови;

• щипці беруть у праву руку, пасмо - в ліву;

• щипці у відкритому положенні підносять до пасма, затискають його між

жолобком та валиком і повільно проводять від основи до кінця пасма, прогріваючи волосся;

• затиснутий кінець пасма накручують на щипці до основи пасма;

• для запобігання опіку шкіри голови біля основи пасма під щипці підкладають гребінець;

• щипці 5 - 7 секунд тримають до повного прогрівання пасма;

• щипці відкривають, виймають їх із локона;

• локон фіксують шпилькою або затискачем, залишають остигати

природним шляхом.

Спосіб «догори». Локони виконуються так само, як і способом «униз», але при накручуванні волосся щипці заводять у пасмо ж-лобком униз, а валиком догори.

Послідовність виконання способу «вісімкою»:

• пасмо волосся розчісують доти, поки гребінець не почне вільно проходити від коренів до кінців волосся;

• визначають кількість локонів та їх розміщення;

• відокремлюють частину волосся для одного локона;

• волосся беруть у ліву руку, підводять до пасма щипці;

• пасмо захоплюють робочою частиною щипців і повертають їх упівоберта

до себе; роблять повний оберт щипцями, залишивши валик повернутим у бік основи пасма, а жолобок до себе (ліва рука в цей час натягує пасмо);

- після нагрівання всього пасма волосся відтягують щипці від місця захвату пасма на достатню відстань і якомога швидше виконують ними наступний оберт.

Волосся складається на 80 - 95% з молекул білка - твердого кератину. До складу волосся входять вода, ліпоїди, пігмент, мікроелементи. Волосся покриває майже все тіло людини і виконує такі функції:

• захисну;

• захищає організм від шкідливої дії зовнішнього середовища, механічного впливу;

- тепло – регулювальну;

- підтримує температурний баланс організму;

- чутливу;

- завдяки оточенню надтонкими нервовими закінченнями.

Волосся розвивається й росте нерівномірно. Спочатку проходить стадію активного росту, потім спокою і випадіння. Кожна стадія, або фаза розвитку, має свою назву:

I фаза - етап формування і дозрівання кореня і стержня волосини. Саме в цей період спостерігається ріст волосини. У середньому ця фаза триває від 2 до 7 років;

II фаза - період спокою вже сформованої волосини; триває 2-4 тижні;

III фаза - етап зів'ялення цибулини і кореня з наступним випаданням волосини; триває 3 - 4 місяці.

Тривалість життя волосся різних видів неоднакова. Довге волосся живе 5 - 7 років, щетинисте - 1 місяць

У нормі щодоби постійно випадає від 50 до 150 волосин. Оскільки на кожній ділянці шкіри волосся знаходиться у різних фазах росту, то воно не випадає одночасно.

Довжина кожної волосини визначена генетично і залежить від тривалості І фази. За місяць волосина відростає на 1 см.

На ріст волосся впливають загальний стан організму, обмін речовин, стан нервової системи, діяльність залоз внутрішньої секреції, пори року, харчування.

Експрес - дієти, дефіцит вітамінів сповільнюють ріст волосся. Водночас добре збалансована дієта з достатньою кількістю поживних речовин (білка, вітамінів групи В, мікроелементів) і здоровий спосіб життя сприяють росту густого, здорового волосся.

Для кожної людської раси характерним є свій різновид волосся: - для азіатської, або монголоїдної, - густе, товсте, чорне, жорстке волосся для європеоїдної - волосся середньої товщини, тонке, світле, темно-руде, пряме, хвилясте - для негроїдної - жорстке, дуже густе і кучеряве. За діаметром стержня волосся ділять на товсте, середнє, тонке; за жорсткістю - на м'яке і жорстке, за властивостями - на сухе, нормальне, жирне.

За станом волосся, який впливає на вибір хімічних препаратів для перукарських робіт, вирізняють такі групи:

1) волосся густе, жорстке, важко піддається вимиванню хімічних препаратів;

2) нормальне волосся, середнє за товщиною, еластичне, блискуче, пружне;

3) слабке волосся, тонке, м'яке, шорстке;

4) ушкоджене волосся, ламке, посічене на кінцях, тьмяне, погано розчісується;

5) волосся знебарвлене, фарбоване або після хімічної завивки.

До фізичних характеристик волосся належать такі: гігроскопічність, або здатність до поглинання рідини; повітростійкість, міцність, довговічність, еластичність, адсорбція.

Параметри термічної дії на волосся. Під час сушіння або моделювання зачісок за допомогою фена температура має бути в межах 50 - 60°С. При температурі 75-90°С волосся швидко деформується, втрачає пружність і стійкість проти механічних впливів. При температурі 140°С починається розпад волосся, а при температурі 250°С – обвуглення.

Типи і види волосся:

Нормальні, жирні, сухі і змішані волосся.

На шампунях ми часто бачимо напис, що вони призначені для нормальних або сухих або жирного волосся. Дійсно, волосся бувають 4 типів: нормальні, жирні, сухі та змішані. Жирність волосся обумовлена посиленою роботою сальних залоз, які розташовані поруч з волосяним фолікулом. Кожне сало поширюється по всій поверхні волосся, покриваючи їх плівкою. А до сальної плівці бруд і пил прилипають швидше. Отже, жирне волосся потрібно мити частіше, ніж сухі, щоб послабити зайву активність сальних залоз.

Волосся сухого типу ламкі, тьмяні, поступово втрачають свій колір і пружність. Часто при сухому волоссі з'являється лупа . Сухі волосся необхідно систематично підрівнювати, щоб видалити посічені кінці, в іншому випадку, пороли далі, набуваючи нездоровий вигляд.

Найчастіше стан шкіри і волосся буває неоднаково: шкіра голови надмірно жирна, в той час як волосся сухе. Це відбувається внаслідок занадто частого миття, яке зневоднює волосся. Коли шкіра і волосся сухе, рекомендується лікування теплим рослинним маслом. Олія покриває всю поверхню шкіри і волосся, не допускаючи випаровування води, і тим самим відновлює природну вологість. Підігріте оливкова олія втирають в основу волосся, після цього голову укутують рушником, через годину масло змивають. Сухі волосся необхідно захищати від сонця головним убором, так як від ультрафіолетових променів вони стають ламкими і втрачають свій колір.

Волосся змішаного типу відрізняються жирністю біля основи, але сухістю і ламкістю на кінцях. Це може бути наслідком надмірно старанного миття, а також результатом неправильного підбору шампуню.

Нормальні волосся – як правильно доглядати за нормальними волоссям

Нормальні волосся необхідно мити один раз на тиждень м'якою водою. У жорсткій воді волосся погано промиваються. При митті масажуйте шкіру голови подушечками пальців. Світлі волосся необхідно прополоскати відваром з ромашки: 2 столові ложки рослини заливають 1 л води і кип'ятять 5 хвилин. Рекомендується споліскують волосся відваром чаю: 2 столові ложки чаю заливають 1 л води і кип'ятять 5 хвилин. Можна також застосовувати відвар з хмелю: 2 столові ложки хмелю і 2 столові ложки татарнику заливають 1 л води, кип'ятять 20 хвилин, потім проціджують і охолоджують.

Перед тим, як розпочати роботу електрощипцями, обов'язково треба вимити волосся та висушити його. Небажано наносити на волосся пінку, лак або гель, щоб волосся не прилипало до металевих стержнів.

Електрощипці не рекомендується використовувати на блондованому волоссі та волоссі після хімічної завивки, тому що висока температура може завдати волоссю великої шкоди. Жорстке й сиве волосся можна обробляти щипцями, нагрітими до вищої температури.

На якість завивання впливають:

* + - 1. кут натягування волосся при накручуванні на щипці; оптимальним вважають кут 90° відносно осі обертання інструмента;
			2. товщина затиснутого щипцями пасма; вона залежить від довжини волосся і визначається:
			3. для невеликої довжини;
			4. за правилами накручування бігуді; для середньої;
			5. на третину менше;
			6. для значної;
			7. удвічі менше.

Для рівномірного прогрівання волосся товщина основи пасма не повинна перевищувати 4 см.

При укладанні волосся електрощипцями застосовують гребінець із «хвостиком», яким зручно відокремлювати пасма для накручування, шпильки або затискачі для фіксації пасом.

Завивання локонів:

За формою та розміщенням локони бувають:

прямі - розміщені горизонтально;

косі - під кутом 45° до вертикалі або горизонталі;

вертикальні - у вигляді спіралі з волосся завдовжки 20 - 25 см.

Розрізняють горизонтальний і вертикальний способи завивання локонів.

Горизонтальний спосіб включає техніки «вниз», «догори», «вісімкою». Вертикальним способом виконують спіральні та спускні локони.

Горизонтальний спосіб завивання локонів. Спосіб «униз» застосовується в різних зачісках. Потрібно враховувати, що круглі локони, виконані цим способом, обтяжують зачіску, тому їх слід робити дрібнішими, легкими.

Спосіб «догори» надає зачісці легкості, локони утворюють більшу хвилю. Цей спосіб рекомендується у комбінації з іншими способами.

Спосіб «вісімки» дає можливість накручувати волосся спіралеподібно, завивати комбіновані (м'яті) локони. Під час роботи кінці волосся постійно знаходяться в середній частині робочих поверхонь щипців, що забезпечує найбільш сприятливі умови для їх накручування, міцності зачіски. Завивання короткого волосся цим способом неможливе.

Слід зауважити, що:

• оформлення зачіски можливе тільки після повного охолодження волосся;

• для того, щоб локон був пружнішим і тривкішим, необхідно утримувати

щипці довше з того боку пасма, який у локоні буде внутрішнім.

Послідовність завивання волосся способом «униз»:

• пасмо відділяють за правилами накручування на бігуді, ретельно розчісують, відтягують перпендикулярно до поверхні голови;

• щипці беруть у праву руку, пасмо — в ліву;

• щипці у відкритому положенні підносять до пасма, затискають його між

жолобком та валиком і повільно проводять від основи до кінця пасма, прогріваючи волосся;

• затиснутий кінець пасма накручують на щипці до основи пасма;

• для запобігання опіку шкіри голови біля основи пасма під щипці підкладають гребінець;

• щипці 5 - 7 секунд тримають до повного прогрівання пасма;

• щипці відкривають, виймають їх із локона;

• локон фіксують шпилькою або затискачем, залишають остигати

природним шляхом.

Спосіб «догори». Локони виконуються так само, як і способом «униз», але при накручуванні волосся щипці заводять у пасмо жолобком униз, а валиком догори.

Послідовність виконання способу «вісімкою»:

• пасмо волосся розчісують доти, поки гребінець не почне вільно

проходити від коренів до кінців волосся;

• визначають кількість локонів та їх розміщення;

• відокремлюють частину волосся для одного локона;

• волосся беруть у ліву руку, підводять до пасма щипці;

• пасмо захоплюють робочою частиною щипців і повертають їх упівоберта до себе; роблять повний оберт щипцями, залишивши валик повернутим у бік основи пасма, а жолобок до себе (ліва рука в цей час натягує пасмо);

• після нагрівання всього пасма волосся відтягують щипці від місця захвату пасма на достатню відстань і якомога швидше виконують ними наступний оберт;

; 

•  під час обертання щипців у правій руці лівою рукою шюдять кінці волосся вниз із другого боку пасма, виконуючи «вісімку» (таке положення кінці волосся повинні займані через кожен повний оберт щипців) якщо при першому обери кінці були ліворуч, то при другому оберті вони будуть праворуч,

• кінці локона проробляють так, як І при інших способах завивки локонів,

• при накручуванні наступного локона пасмо волосся захоплюють на тій же

висоті, що й попереднє.

Вертикальний спосіб завивання локонів. Для формування локонів Із довгого волосся електрощипці тримають вертикально, а пасма накручуються на них по спіралі. Після того, як усе волосся буде накручене, необхідно дати час, щоб воно охолонуло, а потім оформляти зачіску.



Виконання спіральних локонів. Спіральні локони прикрашають зачіску і спрямовуються до обличчя з одного чи з обох боків .

Методика виконання - тонке пасмо волосся відділяють, прочісують гребінцем, прогладжують щипцями, щоб пасмо прогрілось по всій довжині.

• щипці заводять з кінців пасма, формують завиток,

• щипці повертають у вертикальне положення, накручують пасмо

спіралеподібно до кореня, витримують декілька секунд:

• роблять оберт у протилежний бік і, послаблюючи зажим, обережно

виймають щипці

При завиванні локонів правого боку зачіски щипці тримають ручкою вниз Пасмо починають накручувати від замка щипців до кінця 3 лівого боку щипці тримають ручкою вгору та накручують пасмо від кінця до щипців

Локони не розчісують, викладають у зачіску й фіксують лаком.



Виконання спускних локонів. Локони цього виду як оформлення зачіски виконуються на середньому і довгому волоссі будь-якої частини волосяного покриву голови. Для цього пасмо волосся відділяють, прочісують гребінцем. Щипцями, які знаходяться в горизонтальному положенні, прогладжують пасмо по всій довжині. Щипці повертають у вертикальне положення, оформлюють кінець пасма до його повного розташування між валиком і жолобком. Пасмо щільно накручують знизу вгору, щоб кожний наступний виток пасма заходив на третину ширини попереднього витка. Спускні локони, як і спіральні, мають бути спрямовані до обличчя. Цей вид локонів потребує додаткового оформлення. Усередині локона виконують тупірування, пасмо вичісують і повертають у попереднє положення, фіксують лаком.

Використання щипців - гофре. За допомогою щипців - гофре можна отримати різноманітні ефекти на прямому волоссі, на всій його масі або на окремих пасмах. Щипці - гофре мають набір пластин для різного ефекту гофрування та пласкі пластини для вирівнювання хвилястого волосся, так звані щипці - праски.



Послідовність гофрування волосся:

• на чисте сухе волосся наносять лак або лосьйон для укладання, розчісують;

• волосся скроневих і потиличної зон відділяють горизонтальним проділом, решту закріплюють зверху затискачами. Пасмо відокремлюють уздовж проділу й розміщують його між пластинами гофрувального апарата на необхідній висоті. Витримують 5 секунд І відпускають пластини, обережно просуваючи щипці вниз по пасму. Так виконують гофрування по всій довжині пасма, повторюючи дії на кожному наступному пасмі довкруж голови ,горизонтальним проділом відділяють наступний ярус волосся й аналогічно гофрують його. Волосся після гофрування не розчісують.

