



Работу выполнила ученица 3 класса: Брянцева Снежана

Цель: изучить правила по уходу за волосами, выяснить их влияние на структуру и рост волос.

Задача: Прочитать литературу на тему "Здоровье и красота волос"

Содержание:

1. Правила по уходу за волосами
2. Строение волос
3. История косы
4. Причёски
5. Типы волос
6. Загадка

Первое правило – правильное мытьё волос. Мой голову по мере загрязнения; Пользуйся детским шампунем; После мытья пользуйся ополаскивателями; Волосы после мытья не надо вытирать – их лучше промокнуть полотенцем и сушить на воздухе; Мокрые волосы лучше не расчесывать, так как они вытягиваются и рвутся.



Мытьё волос

Второе правило-бережная сушка волос. Чтобы сохранить красоту и здоровье волос, их необходимо сушить естественным путём.

Ни в коем случае не расчёсывайте мокрые волосы, так они сильно травмируются. Дайте им слегка подсушиться, укутав волосы сухим полотенцем, а после расчешите волосы. Промокните мокрые волосы полотенцем, не растирая их между ладонями, это плохо влияет на них, ведь так волосы ломаются и секутся.



Сушка волос

Третье правило: правильное расчёсывание волос

Длинные волосы *необходимо начинать расчёсывать с концов, собрав волосы в хвост, а потом расчёсывать корни.*




Короткие волосы следует начинать расчёсывать с корней, двигаясь по направлению к кончикам.





Четвёртое правило: расчёсывай волосы не менее 3-х раз в день; Лучше пользоваться массажной щеткой из натуральной щетины. Расческа должна быть деревянная или пластмассовая, но не металлическая. От нее травмируется кожа головы и рвутся волосы.



Волосы это нитевидные придатки кожи, представляющие собой сложную структуру химических веществ различных типов. Основным компонентом структуры волоса является белок (65-95%) – твердый кератин. В состав волос входят также вода (10-13%), липиды, пигмент, микроэлементы. Окруженные сетью тончайших нервов, волосы в некоторой степени являются органами осязания.

Волосы выполняют различные жизненные функции: защищают органы от вредных воздействий окружающей среды, механических повреждений, а также участвуют в терморегуляции, поддерживая температурный баланс организма.

Волос имеет стержень и корень. Стержень это часть волоса, выступающая над поверхностью кожи. Корень волоса находится в ткани кожи. Внутренняя часть волоса представлена мозговым веществом, наружная – корковым веществом и кутикулой.

Корень волоса помещается в волосяном мешочке или в волосяном фолликуле, который, расширяясь к поверхности кожи, образует воронку. К основанию воронки фолликула подходит выводной проток сальной железы. От фолликула волоса ниже места впадения протока сальной железы отходит мышца, поднимающая волос.

Чтобы эффективно и правильно ухаживать за волосами и кожей головы, в первую очередь нужно определить свой тип волос, иначе можно просто усугубить их состояние.

ТИПЫ ВОЛОС	ПРИЗНАКИ	ПРИЧИНЫ
ЖИРНЫЕ	Волосы выглядят маслянистыми, с характерным блеском	Избыточное выделение сальных желёз, неправильный уход, неправильное питание
СУХИЕ	тусклые, ломкие, слабо растут, при укладке своевольно стремятся к первоначальному положению, у них секущиеся концы.	сальные желёзы производят слишком мало жира, неправильный уход, неправильное питание
НОРМАЛЬНЫЕ	эластичны, легко укладываются и без затруднения расчёсываются, блестят, обладают упругостью.	Правильное питание, здоровый образ жизни.

История Косы — самая удобная, и, наверное, самая первая прическа, которую придумал себе человек.

Прическа появилась даже раньше одежды, она рассказывала о множестве вещей — о племени, о характере, о намерениях. Самая удобная прическа — коса.



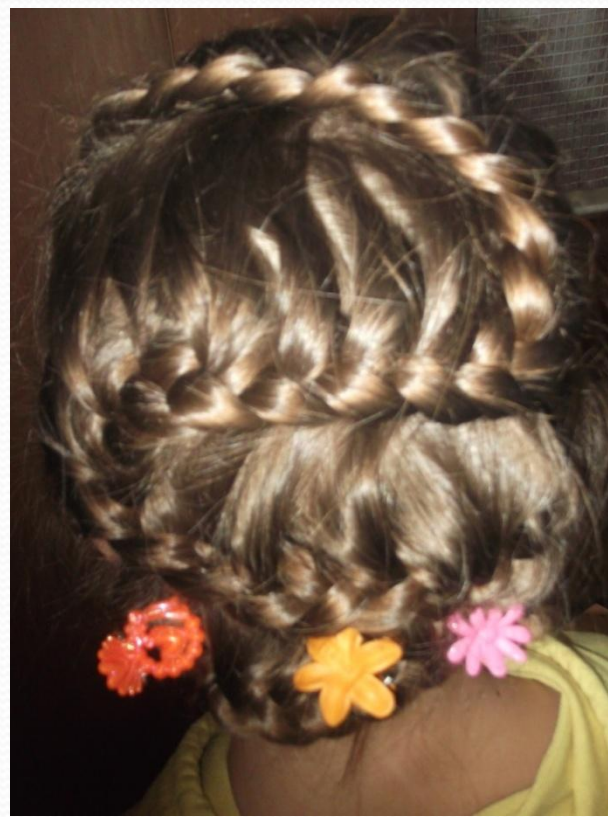
причёски в школу



дракончик

причёски

ЗМЕЙКА



причёски

.....ЖГУТИКИ



.....



причёски на каждый день



Собранный ВОДОПАД



вечерние причёски

***бант*Мальвины**



Коса*водопад*



причёски

Французская коса



СЕРДЕЧКО ИЗ КОСИЧЕК



Тройная коса



Загадка

Не сеют, не сажают, Сами вырастают?

Волосы

Цель достигнута. Задача пройдена.