**Конспект урока**

**Предмет:** человек

**Тема:** «Расчесывание волос»

**Цель:** создание условий для расширения представлений о приемах и способах ухода за волосами.

**Задачи:**

1.Формировать навыки санитарно-гигиенического и профилактического ухода за волосами.

2.Развивать и корригировать зрительное и слуховое внимание, память, логическое мышление на основе выполнения практических заданий.

3.Воспитывать привычку следить за своим внешним видом.

**Оборудование**: мультимедийный проектор, презентация, раскраски, карандаши, смайлики.

**Ход занятия**

**I. Организационный момент.**

**Цветотерапия**

Ребята найдите глазами по классу красный квадрат, а теперь зеленый треугольник, желтый круг, синий прямоугольник.

- Ребята, давайте с вами отгадаем загадки. И узнаем тему нашего занятия.

*Ношу их много лет,*

*А счет не знаю.*

*Не сеют, не сажают,*

*А сами вырастают.*

*У Алешки – копной,*

*У Аленки – волной.*

*Растет, но не цветок.*

*Висит, но не фрукт.*

*Похож на нитку, но живой.*

*Один выпадает, другой вырастает.*

*Ответ: Волосы*

- Итак, о чем сегодня пойдет речь на нашем занятии (ответы детей).

- Правильно. Молодцы. Сегодня мы узнаем как правильно ухаживать за волосами.

**II. Основная часть.**

Немного истории.

Восточные женщины всегда славились прекрасными волосами, за несколько дней до мытья они использовали кислое молоко которым смазывали волосы.

На Руси в кожу головы втирали хлебный квас, мыли голову сывороткой.

Таким образом красивые волосы — одно из ваших украшений, но чем вас одарила природа, надо беречь и правильно ухаживать.

Все тело человека, кроме ладоней, подошв и губ, покрыто тонкими волосами. Длинные волосы расположены преимущественно на голове. Количество волос на голове от 80 до 150 тыс. В среднем они вырастают за год на 15 см.

- Посмотрите друг на друга. Обратите внимание, что вы не похожи и ваши волосы тоже отличаются от волос других детей. Какие бывают волосы?(ответы детей). Правильно волосы бывают:

- длинные, короткие (по длине);

- прямые, вьющиеся (по виду);

- густые, редкие (по количеству);

- мягкие, жесткие (на ощупь);

- чистые, грязные (по чистоте);

- темные, светлые, рыжие (по цвету).

- Ребята скажите, какие способы ухода за волосами вы знаете? (ответы детей).

- Молодцы.

**Мытье волос**. Средства необходимые для мытья волос - шампунь, бальзам, маски, спреи. Для каждого типа волос существует свой шампунь. Бальзам ополаскиватель - помогает после мытья хорошо их расчесывать, чтоб они не спутывались. Спреи - увлажняют волосы от пересушевания феном.Маски– предназначены для лечения наших волос  если волосы тусклые и ломкие.

**Правила:**

* прежде чем приступить к мытью, их необходимо расчесать.
* намочить волосы водой.
* нанести шампунь.
* шампунь растереть по волосам и коже головы только подушечками пальцев.
* не рекомендуется мыть волосы слишком горячей водой или слишком холодной.
* затем волосы хорошо промыть водой для полного исчезновения пены на волосах.
* затем обвернуть волосы теплым махровым полотенцем.
* Нельзя расчесывать мокрые волосы, так как они хрупки.

**Физминутка.**

*Ветер, ветер (качаем головой),
Дождик, дождик  (бъем подушечками пальцев по голове),
Волосам покоя нет (круговое движение головой),
Расчешу я их помою (массаж головы)
Укладу и вреда нет  (наглаживание волос).*

**История о волосах**

Англичанки славятся своими волосами и сами говорят, что красотой волос они обязаны расческе, которыми с малых лет привыкли ежедневно расчесывать волосы. Расчески должны содержаться в чистоте. Они предназначены для  личного пользования. Неприлично просить расческу у другого человека. Это индивидуальная вещь.

Расчесывать волосы, особенно длинные, нужно долго и тщательно, проводя при этом расческой по коже головы, это усиливает прилив крови, способствует росту и сохранению волос.

* Длинные волосы начинать необходимо расчесывать с концов и постепенно переходить к корням.
* Короткие волосы от корня к концам.
* Расческа должна быть широкой, удобной, с редкими тупыми зубцами.

**Как правильно расчесывать волосы**

* Волосы необходимо расчёсывать каждый день. Наибольшее значение имеет расчёсывание во время утреннего туалета. Вечернее расчёсывание волос во все стороны в продолжении 4 – 5 минут очень полезно.
* При наличии длинных волос расчёсывание следует начинать с концов, осторожно, без грубого выдергивания. Короткие волосы расчёсывают от корней. Для ухода за волосами необходимо иметь щётки и расчёски.
* Щётки помогают распутать волосы и пригладить их. Расчёсывание щёткой – это своеобразный массаж, он стимулирует кровообращение в корнях волос, содействуя их здоровому росту.

**ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА**

А теперь предлагаю вам взять расчески и правильно, не спеша, учиться расчесывать волосы. Но сначала ответьте мне на вопросы:

1. Откуда мы начинаем расчесывать волосы? (от корней).

2. Какой расческой лучше расчесывать волосы? (с редкими зубьями).

3. Можно ли выдергивать волосы? (нет).

4. Расчесывание щеткой, какую помощь оказывает нашим волосам?

5. Сколько раз в день надо расчесывать волосы? (два раза).

6. Сколько времени надо расчесывать волосы? (5 – 7 минут).

-Ребята, давайте с вами посмотрим на экран и выберем средства и предметы ухода за волосами. Дидактические игры на развитие мышления

1. Из имеющихся моющих средств выбрать средства, необходимые для мытья волос:

- шампунь для волос,

- хозяйственное мыло,

- средство для мытья посуды.

- стиральный порошок.

2. Из предложенных предметов выберите те, которые необходимы для ухода за волосами:

- щетка для волос,

- расческа,

- щетка одежная,

- щетка хозяйственная,

- щетка для мытья посуды,

- зубная щетка.

3. Из предложенных предметов выберите те, которыми можно украсить прическу:

- банты,

- заколки,

- резинки для волос,

- веревочка,

- шнурок для ботинка,

- прищепка для белья,

- пояс. (ответы детей).

- Молодцы.

**IV. Итог занятия.**

-Ребята, что мы сегодня узнали о волосах? (ответы детей).

-Правильно мы узнали о способах ухода, о средствах ухода, о правильном мытье волос.

-Запомните, чтобы волосы были ухожены нужно мыть регулярно, правильно расчёсывать, и вовремя стричь. На самом деле волосы нужно мыть по мере их загрязнения. Вы, наверное, заметили, что у одних ребят волосы остаются дольше чистыми, а у других быстрее загрязняются. Причёсываться необходимо как минимум дважды в день, утром и перед сном. Волосы стригут для того что бы они ни ломались и не расщеплялись, не мешали вам читать и писать.

Красивые волосы - одно из главных украшений девушки. Внешний вид волос зависит от состояния здоровья человека, наличия вредных привычек, питания, ежедневного ухода и даже от смены настроения.

-Все были активными, молодцы.

-Спасибо за внимание