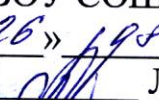


Министерство образования и науки Самарской области
Юго-Западное управление образования и науки Самарской области
Хворостянский филиал ГБОУ СОШ пос. Прогресс м.р. Хворостянский
Самарской области «Дом детского творчества» .

Программа принята
на основании решения
методического совета
Протокол № 1
от «26» 08 2020 г.

Утверждено
Приказом руководителя
Хворостянского филиала
ГБОУ СОШ пос. Прогресс
«26» 08 2020 г.

Л. А. Борисова

Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Домашний парикмахер»

Направленность программы: социально - педагогическая

Возраст обучающихся: 14-18 лет
Срок реализации программы – 3 года
Составитель: Лапшина Татьяна,
Владимировна, педагог
дополнительного образования

С. Хворостянка
2020 г.

1. Аннотация к программе.....	3
2. Пояснительная записка.....	4
3. Учебный план первого года обучения	20
4. Учебный план второго года обучения.....	32
5. Учебный план третьего года обучения	44
6. Список использованной литературы.....	59
7. Приложения:.....	66
№ 1. Техника безопасности.....	66
№ 2. Комплексные упражнения.....	69
№ 3. Психодиагностическая работа в объединении с подростками...	71

АННОТАЦИЯ К ПРОГРАММЕ

Данная программа разработана с учётом интересов и потребностей современного развивающегося общества, которое ставит перед подрастающим поколением непростые задачи. Программа имеет социально - педагогическую направленность, рассчитана на 3 года обучения для детей в возрасте от 14 до 18 лет. Программа поделена по модулям, основные разделы состоят из тем относящихся к волосам, коже, макияжу и стрижкам.

Своей целью программа определяет содействие профессиональному и творческому определению учащихся на основе обучения традиционным приемам парикмахерского искусства и креативным направлениям современной моды.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Наши дети вооружены арсеналом модных журналов, маминой косметикой, рекламой, навязывающей дорогостоящие и не всегда нужные средства. Но как выбрать нужную косметику, причёску, подходящую только тебе, как не превратить собственные достоинства в недостатки, ответ на этот риторический вопрос поможет дать данная программа. Обучаясь по данной программе, молодые люди открывают для себя секреты ухода за своей внешностью с помощью подручных средств, которые доступны всем и намного полезнее разрекламированной продукции. Программа способствует формированию устойчивого интереса учащихся к парикмахерскому искусству, но не только как к ремеслу, но и к личностному самосовершенствованию, художественно-творческой и коммуникативной деятельности.

Программа составлена в соответствии со следующими нормативными документами:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Приказ Министерства просвещения России от 9.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
3. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 года № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей"».
4. Приказ министерства образования и науки Самарской области от 20.08.2019 г. № 262-од «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Самарской области на основе сертификата персонифицированного финансирования дополнительного образования детей, обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам».
5. «Методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных программ» (Приложение к письму министерства образования и науки Самарской области 03.09.2015 № МО -16-09-01/826-ТУ).

6. Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. N 1726-р. Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей
7. Стратегия социально-экономического развития Самарской области на период до 2030 года от 12.07.2017 № 441 (в ред. постановления Правительства Самарской области от 17.09.2019 № 643)

Данная программа имеет **социально - педагогическую направленность**.

Актуальность программы определяется тем, что обозначенные в ней знания и умения по технологиям стрижек, химической завивке волос, окраске, моделированию причёски учитывают современные достижения науки и техники (новые способы и методы моделирования причёсок, инновационные технологии, использование новых материалов). Программа ориентирована на запросы детей и их родителей. Отражает идеи, принципы, методы, педагогические технологии, которые соответствуют стратегии социально-экономического развития Самарской области на период до 2030 года, и соответствует маркетинговой стратегии образовательной организации. (Пункт 3.2.4. Развитие системы образования и кадровое обеспечение экономического роста). Является первой ступенью предпрофильной подготовки учеников к парикмахерской деятельности. Программа направлена на подготовку востребованных на рынке труда квалифицированных кадров, способных повышать уровень своей квалификации в течение всей жизни. При этом способствуя развитию повышения эффективности в привлечении активной молодежи в интересах инновационного, социально ориентированного развития Самарского региона. Побуждая их интерес оставаться в сельской местности, тем самым создавая рабочие места.

Главным показателем актуальной реализации программы и её **брендовостью**, является то, что двадцать два воспитанника, закончив обучение по программе, работают в заведениях Самары и Самарской области по оказанию парикмахерских услуг, из них три воспитанницы открыли своё дело, непосредственно в нашей местности, по данному профилю.

Методика основного и дополнительного образования позволяет сблизить процессы воспитания, обучения и развития учеников.

Взаимосвязь школьных базовых дисциплин прослеживается на протяжении всего образовательного процесса:

История, литература, мхк (история парикмахерского искусства), анатомия, биология (строение головы, массаж, строение волоса), геометрия (коррекция лица прической), анатомия, биология (строение головы, массаж, строение волоса), информатика (коррекция лица прической, моделирование образа), черчение, изобразительное искусство (эскизы стрижек, силуэт, схемы стрижек, коррекция лица прической), ОБЖ (санитария, гигиена, техника безопасности в парикмахерском салоне, кожные заболевания), химия (химическая завивка, окраска волос, мелирование, колорирование, расчеты концентраций составов для окраски волос и т.д.)

Новизна и отличительная особенность данной программы не только в использовании в образовательном процессе новейших научных разработок, технологий и материалов, научном подходе к объяснению ряда сложных тем, таких как “химическая завивка”, “окраска волос”, приготовление и расчеты концентраций химических составов, по четырём основным направленностям: стилистика, макияж, парикмахерское и маникюрное искусство, но и в ее 4 основных аспектах:

- *доступность*, потому что программа предоставляет возможность с нуля овладеть техникой стрижки, техникой макияжа, основам стилистики.

- *интересно и не скучно*, потому, что практически все время обучения подростки занимаются практикой.

- *оперативно*, потому что уже со второго занятия подростки на практике применяют полученные знания.

- *перспективно*, потому что после обучения подростки получают сертификат о дополнительном образовании по специальности «парикмахер-стилист» и могут в дальнейшем продолжить обучение в колледже.

По форме организации образовательного процесса программа является **модульной**.

Оригинальность программы заключается в создании условий для социального и профессионального самоопределения, творческой самореализации личности подростка. К достоинствам программы стоит отнести то, что по ней могут начать обучаться любые дети, достигшие 14-летнего возраста, в соответствии с их интересами и склонностями - независимо от их национальности, места проживания, социального статуса. Программа отражает требования, заявленные в Концепции

модернизации российского образования о “принципе равного доступа молодых людей к полноценному качественному образованию”.

Отдельный раздел программы посвящён советам по уходу за кожей рук и лица после тридцати лет, что позволяет ребятам заботиться не только о себе, но и о своих мамах, которые в суете будничных дел часто забывают просто подойти к зеркалу, не то, что маской лицо порадовать. Ещё более важно то, что девочки становятся ближе к своим мамам, а это так необходимо в сложный переходный период.

Совместная творческая деятельность помогает родителям лучше понять внутренний мир ребенка, стать ему ближе и роднее, а каждому воспитаннику - полнее раскрыть и реализовать свои творческие способности.

Педагогическая целесообразность программы заключается в практической важности взаимосвязи и реализации принципов обучения, воспитания и развития; создания условий для социального, физического, культурного совершенствования и профессионального самоопределения, творческой самореализации личности учащегося. Программа предусматривает не только осуществление метапредметных связей посредством усвоения суммы знаний различных образовательных областей, но и практическое их применение.

Обучаясь по программе, обучающиеся приобретают навыки ухода за собой с использованием натуральных косметических продуктов, природную косметику, научить детей правильно подходить к выбору любых косметических средств, изучая их состав и срок годности.

На занятиях активно используются программы, открывающие перед детьми безграничные возможности моделирования в компьютере. Такая работа вызывает большой интерес у воспитанников .

На основе программы «Домашний парикмахер» разработаны предпрофильные и элективные курсы, которые на протяжении нескольких лет остаются востребованными в образовательных учреждениях Хворостянского района. По данной программе могут заниматься дети с ОВЗ.

Цель программы: Создание условий способствующих успешному творческому самовыражению посредством парикмахерского искусства

Содействовать формированию личностных качеств подростка, способствующих успешному творческому самовыражению, путём приобретения специальных знаний, умений и навыков в области парикмахерского искусства.

Задачи программы

Обучающие:

- способствовать творческому саморазвитию учащихся;
- обучение технологии различных видов причёсок, стрижек, окрасок волос, макияжу и росписи ногтевой пластины;
- способствовать эстетическому воспитанию учащихся на основе приобщения их к парикмахерскому искусству;
- сформировать у учащихся навыки ухода за волосами, позволяющие им в течение всей жизни сохранить волосы и кожу головы здоровой;
- овладеть практическими умениями и навыками в восприятии, анализе и оценке произведений парикмахерского искусства;
- сформировать у учащихся комплекса знаний, умений и навыков, позволяющих в дальнейшем осваивать профессиональные образовательные программы парикмахерского искусства;

Развивающие:

- развить интерес к изучению особенностей исторических событий, возникновения стиля и причёски в Самарской области;
- развитие природных задатков и творческого потенциала каждого ребенка: фантазии, образного и пространственного мышления, памяти, воображения, внимания, моторики рук, сенсорного восприятия (величина, форма, цвет);
- развитие художественно-творческих способностей обучаемых;
- создание творческой атмосферы в объединении на основе взаимопонимания и сотрудничества для выполнения коллективной работы;

- развитие способности действовать согласно словесной инструкции и закрепление самостоятельности на основе организационно-практических умений;
- развитие положительного эмоционального отношения к работе и ее результатам.

Воспитательные:

- воспитание аккуратности и дисциплинированности при выполнении работы;
- воспитание общей культуры поведения, навыков культуры труда, здорового образа жизни;
- воспитание воли, усидчивости, трудолюбия, уважения к своему труду и труду окружающих,
стремление к достижению результата поставленной цели;
- формирование опыта совместного творчества.

Характеристика контингента обучающихся

Программа рассчитана на обучение и воспитание детей с наполняемостью групп не более 15 человек, двух возрастных категорий: основного общего образования, среднего (полного) общего образования. Этот возрастной этап называется – подростковый. И он считается одним из самых сложных периодов в жизни человека. Возрастные критерии разбросаны с 14-18 лет. Особенности работы с подростками обусловлены теми проблемами, которые являются типичными для данного возрастного этапа. В этом возрасте происходит бурное психофизиологическое развитие и перестройка социальной активности ребёнка. В этом возрасте часто встречаются подростки с девиантным поведением.

Поэтому в программе отведено большое значение профилактической работе с подростками. Проводятся различные тематические мероприятия, ролевые игры, беседы по поводу конфликтов и групповые дискуссии на социально - психологические темы, где подростки учатся выражать словами свои чувства, переживания и мысли. Для проведения совместных мероприятий приглашаются психологи учреждений системы образования. Работа проводится в тесном контакте с родителями воспитанников. Творческий союз педагога и родителей, совместное сотрудничество, творческое общение, взаимное доверие и уважение могут наполнить жизнь детей творческим трудом, интересными делами.

Большое внимание уделяется профориентации. Изучая интересы детей, сделав выводы, можно ознакомить родителей с теми профессиями, к выбору которых склоняются их дети, часто такая работа позволяет избежать ошибок при выборе пути в этой жизни. Такая форма общения является ключом к сотрудничеству педагога с родителями, таким образом, мы приобретаем в лице родителей добрых и надежных помощников, а родители обогащаются педагогическими идеями, методами и подходами к воспитанию своих детей, что позволяет делать учебный и воспитательный процесс в объединении максимально эффективным и плодотворным.

Предусматриваются следующие варианты взаимодействия педагога и родителей:

- предоставление возможности в начале учебного года познакомиться с программными материалами и условиями работы, деятельностью объединения;
- совместная творческая деятельность детей и родителей;
- проведение родительских собраний и консультаций;
- помощь со стороны родителей в укреплении материально-технической базы объединения.

Срок реализации программы

Программа рассчитана на три года обучения по модулям: каждый год включает 108 часов (итого 324 часа). Принимаются все желающие с 14 лет.

I год обучения – В процессе занятий учащиеся знакомятся: с оборудованием рабочего места парикмахера, косметолога, мастера по маникюру, с историей парикмахерского, косметологического и маникюрного искусства, с заболеваниями кожи и волос, с основами ухода за волосами.

II год обучения – Обучающиеся осваивают более сложные и новые виды окрашивания волос, создания стиля, знакомятся с химической завивкой, с модельными и простыми причёсками, способами их укладки, с разновидностью косы плетения, с простыми технологиями изготовления заколок и зажимов для волос. Учащиеся научатся определять группы красителей.

III год обучения – Обучение рассчитано на совершенствование навыков и умений, приобретенных в течение первого и второго года обучения и знакомство с новыми

видами созданий стиля, делового макияжа, овладеют приемами женских и мужских стрижек и научатся несложному искусству арт-дизайна ногтей.

Все технические приемы осваиваются в процессе выполнения практических работ.

Накапливая практический опыт, обучающиеся от простых работ постепенно переходят к выполнению более сложных.

Формы и режим занятий в объединении.

Формы обучения определяются образовательным учреждением в соответствии с медицинскими показаниями воспитанников. Занятия могут быть групповыми с наполняемостью учебных групп от 15 до 20 человек.

При организации занятий нужно учитывать возрастные особенности детей. Кроме того, с учётом их потребностей и интересов планируются индивидуальные работы с детьми, проводятся практические и лабораторные работы, разработана дистанционная форма обучения. Частая смена деятельности позволяет избежать перегрузок, способствует поддержанию благоприятного психологического микроклимата на занятиях, которые проводятся 2 раза в неделю по 1,5 часа с 10 минутным перерывом.

В соответствии с требованиями, педагог два раза в год проводит инструктаж по технике безопасности, инструктаж по противопожарной безопасности, данная работа чётко и систематически отражается в специальном учебном журнале по ТБ.

Занятия в каникулы

Программа обеспечивает непрерывность образовательного процесса. В каникулы обучающиеся принимают участие в праздниках, экскурсиях на природу, посещают музеи и выставки, приобщаются к истории и культуре Самарской области.

Ожидаемые результаты

К концу освоения данной программы, обучающиеся должны овладеть теоретическими знаниями и практическими умениями и навыками, предусмотренными программой.

По итогам 1 года обучающиеся должны получить следующие

Знания - правила работы и ТБ при работе колющими и режущими инструментами;

- материалы, инструменты и приспособления, терминологию, используемую в парикмахерских, косметологических и маникюрных салонах;
 - основы ухода за волосами;
 - основы парикмахерского искусства.
- технологию работы с клиентами.

- Умения**
- изготовление трафаретов и шаблонов по цветовой гамме;
 - подбор косметологической продукции для выполнения определенной работы;
 - выполнить правильно начёс и тупировку волос;
 - определение последовательности выполнения работы;
 - контролировать свои действия со словесным объяснением;

- Навыки**
- определение состояния волос;
 - составление схем макияжа;
 - оценки качества готовой работы;
 - экономное расходование различных материалов (бумаги, косметики, кремов и др.)

По итогам 2 года обучающиеся должны получить следующие

- Знания**
- правила работы и ТБ при выполнении работ;
 - основы стилистики, культуры речи;
 - основные виды красителей;
 - основы женских и мужских стрижек;
 - состав химических препаратов и их использование;

- Умения**
- давать консультацию по стилю и коррекции фигуры с помощью одежды;
 - правильно организовывать своё рабочее место;
 - переводить рисунок на ногтевую пластину;
 - подобрать и выполнить окраску волос;
 - работать вместе, уступать друг другу, помогать, подсказывать;
 - правильно строить свою речь и пользоваться языком жестов;

- Навыки**
- создание объемных причёсок;
 - первичные навыки росписи ногтей;
 - выполнения различных окрасок волос;

- подбора красителей по группам;
- мерное использование красителей;
- адекватно реагировать на критические замечания;

По итогам 3 года обучающиеся должны получить следующие

- Знания*** - разновидности парикмахерского и косметологического искусства;
- терминологию изучаемых видов;
 - правила ТБ при работе с различными инструментами и приспособления;
 - схематичное чтение стрижек;
 - ухода за руками;
 - правила выполнения стрижек;
 - основы цветоведения и композиции;

- Умения*** - подбирать цветовую гамму в дизайне ногтей;
- использовать косметологическую продукцию;
 - выполнять стрижки по схемам;
 - самостоятельно провести анализ выполненной стрижки;

- Навыки*** – организация рабочего места в соответствии с определенным видом деятельности;
- максимально самостоятельно выполнять стрижки;
 - использование нетрадиционных техник в стрижках и окрасках волос;
 - первичные навыки работы с акриловыми и гелиевыми составами.

Развитие универсальных учебных действий отслеживаются по личностным, познавательным, предметным и коммуникативным видам, что позволяет определить динамическую картину творческого развития воспитанника.

Личностные УУД:

- помочь найти в каждом ребёнке его индивидуальные личные особенности, учитывая то, что каждый ребёнок – индивидуален;
- помочь раскрыться и развиться его сильным и позитивным личным качествам и умениям;
- учитывать индивидуально-психологические особенности каждого ученика;

- воспитание уверенности, ответственности, самостоятельности, инициативности, внимательности, интереса к творчеству;
- воспитание нравственных качеств личности, чувства ответственности за свою работу;
- в процессе совместной деятельности развивать коммуникативные умения и навыки, обеспечивающие совместную деятельность в группе;
- адекватно оценивать свои достижения и достижения других, оказывать помощь другим, разрешать конфликтные ситуации.

Познавательные УУД:

- научить учащихся мыслить системно;
- помочь ученикам овладеть наиболее продуктивными методами учебно-познавательной деятельности, учить их учиться. Используя схемы, планы, чтобы обеспечить усвоение системы знаний;
- найти способ научить ребенка применять свои знания;
- находить необходимую для выполнения работы информацию в учебных пособиях, карточках, рабочей тетради;
- использовать знаково-символические средства для решения задач в умственной или материализованной форме; выполнять символические действия моделирования и преобразования модели, работать с моделями;
- развить творческое мышление всесторонним анализом проблем.

Коммуникативные УУД:

- научить высказывать свои мысли;
- организация «нестандартных уроков», различные виды игр, дискуссий и групповой работы для освоения нового и закрепления старого материала;
- выслушивать мнения и идеи товарищей, учитывать их при организации собственной деятельности и совместной работы;
- приучить ребенка переспрашивать, уточнять непонятные термины и обстоятельства.

Регулятивные УУД:

- научить контролировать свою речь при выражении своей точки зрения по заданной тематике;
- научить контролировать, выполнять свои действия по заданному образцу и правилу.
- помочь научиться адекватно, оценивать выполненную работу;

- научить исправлять ошибки и адекватно на них реагировать.

Предметные УУД:

- использовать в работе приёмы рациональной и безопасной работы с разными инструментами: чертёжными, режущими (ножницы), колющими (заколки, шпильки, невидимки ит.д.), расчёсками;

- осуществлять целесообразный выбор инструментов; на основе полученных представлений о многообразии материалов, их видах, практическом применении в жизни;

- осознанно подбирать по декоративно-художественным и конструктивным свойствам инструменты;

- экономно расходовать, выбирать в зависимости от свойств материалов и поставленных целей оптимальные и доступные технологические приёмы формообразования завершённой композиции;

- выполнять простейшие причёски по образцам, простейшим чертежам, эскизам, схемам, рисункам, по заданным условиям;

- решать простые задачи конструктивного характера по изменению вида и способов соединения деталей (объединение, переконструирование) с целью придания новых свойств создаваемому образу.

Способы определения результативности реализации программы

Входной контроль осуществляется в начале каждого года обучения в виде собеседования и анкетирования. В первые дни обучения проводится анкетирование детей и собеседование, что позволяет увидеть исходную подготовку каждого ребенка, его индивидуальные вкусы, способности, склонности, а на 2-м и 3-м годах обучения динамику этих показателей.

Текущий контроль осуществляется в ходе беседы, практических работ на занятиях и выполнения домашних работ. Итоговый контроль проводится по результатам прохождения 1, 2 и 3 годов обучения в виде блиц-опросов (теоретические знания) и

практических работ (умения и навыки). При этом учитывается правильность изложения материала, умение применять полученные знания на практике.

Результаты обучения отражаются в практической работе, учитывается наличие и качество выполненных работ на карточках, в тетрадях и на клиентах, уровень творческих способностей, наличие индивидуальных творческих проектов.

Проверка ЗУН проходит в дружелюбной и располагающей к творчеству атмосфере. По уровню освоения программного материала результаты достижений условно подразделяются на высокий, средний и низкий.

Уровень усвоения программы оценивается как высокий, если обучаемые полностью овладели теоретическими знаниями, правильно их используют и систематически применяют на практике. Качество выполнения практических работ соответствует техническим и технологическим требованиям. Учащиеся могут объяснить значение, смысл выполняемых работ, применять знания и умения, полученные на занятиях, правильно организовывать рабочее место, соблюдать правила техники безопасности.

Уровень усвоения программы оценивается как средний, если обучаемые овладели не всей полнотой теоретических знаний, но могут правильно использовать и применять усвоенный материал. Качество выполнения практических работ не всегда соответствует техническим и технологическим требованиям. Присутствует самостоятельная работа, но возникают затруднения при выполнении заданий. Учащиеся могут объяснить значение, смысл выполняемых работ, применять знания и умения, полученные на занятиях, правильно организовывать рабочее место, соблюдать правила техники безопасности. Время, затраченное на выполнение определённой работы не выходит за рамки отведённого.

Уровень усвоения программы оценивается как низкий, если обучаемые овладели частью теоретических знаний, но систематически их не применяют, не могут правильно использовать. Качество выполнения практических работ не соответствует техническим и технологическим требованиям. Самостоятельная работа практически отсутствует. Требуется индивидуально – дифференцированный подход со стороны педагога. Учащиеся могут объяснить значение, смысл выполняемых работ, применять знания и умения, полученные на занятиях, могут правильно организовывать рабочее

место, соблюдать правила техники безопасности. Периодически не укладываются во время, отведенное для выполнения определённой работы.

С момента поступления обучающего в объединение, ведется диагностика его творческого развития. Результаты фиксируются в карте диагностики, которая составляется на начало, середину и конец каждого учебного года. С целью выявления уровня развития творческих способностей и определения заданий для выполнения индивидуальных работ, что позволяет отслеживать динамику образовательных результатов обучаемого по отношению к другим обучаемым и к самому себе, выявлять собственные успехи по сравнению с начальным уровнем. Разумно организованная система контроля и оценки результатов обучающихся дают возможность определить степень освоения обучаемыми программы, а также проследить развитие личностных качеств обучаемых, оказать им своевременную помощь и поддержку. В конце каждого учебного года по карте диагностики составляется круговая диаграмма диагностики усвоения программы всей группой в целом.

Кроме того, в течение всего периода обучения собирается и составляется «портфолио», которое является современной, наглядной и эффективной формой оценивания творческих достижений обучаемого. В целом, включающее общую информацию об учащемся, наградные документы, творческие работы, отзывы клиентов и отражающее результаты индивидуальной творческой деятельности.

Формы подведения итогов

В течение учебного процесса проводится текущий контроль с целью проверки и оценки результативности освоения программы, своевременного выявления нуждающихся в поддержке педагога при проведении занятий, а так же проявляющих творческие способности.

В течение всего периода обучения проводятся итоговые (контрольные) занятия каждого раздела: опросы, тестирование по пройденным темам, выполняются задания на контрольно-диагностических карточках, проводится периодическая проверка рабочих тетрадей.

В конце каждого года обучения подводятся итоги усвоения программы (теоретической и практической части), направленные на выявления творческой личности, развитие познавательных процессов, уважения к своему труду и труду других людей. Теоретическая часть проверяется итоговым опросом, проводится внутри объединения конкурсы награждения по отдельным номинациям, в каждом конкретном случае свои: «Самая обаятельная», «Самая привлекательная», «Лучший имиджмейкер», « Лучший стилист», Приз зрительских симпатий» и другие. Итоговая выставка всех работ по макияжу и росписи ногтей показывает уровень усвоения практической части программы. Работы отбираются на выставки с учетом интереса и возрастных особенностей обучающегося. Награды и поощрения могут быть в виде дипломов, грамот, благодарственных писем, подарков и т.д. “Побежденных” не бывает, все-победители. Результаты контроля отмечаются в таблице диагностики, где можно проследить положительную динамику каждого ребёнка в течение года по разделам и темам образовательной программы.

Учебный план программы «Домашний парикмахер»

Год обучения	Наименование модуля	Количество часов	
I год обучения	«Волосы»	36 ч	108 ч
	«Кожа»	36 ч	
	«Макияж»	36 ч	
II год обучения	«Окраска волос»	36 ч	108 ч
	«Укладка волос»	36 ч	
	«Всё просто»	36 ч	
III год обучения	«Уход»	36 ч	108 ч
	«Женские стрижки»	36 ч	
	«Мужские стрижки»	36 ч	

Учебный план первого года обучения

№ п/п	Наименование модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	«Волосы»	36	13	23
2	«Кожа»	36	16	20
3	«Макияж»	36	6	30
	Итого	108	35	73

1.Модуль «Волосы»

Цель модуля:

- формирование системы знаний и умений в области парикмахерского искусства

Задачи модуля:

Обучающие:

- обучить безопасным, в соответствии с ТБ, способам и приемам работы с электроприборами, колющими и режущими предметами;
- изучить санитарные требования для парикмахерских;
- ознакомить со строением волос;
- изучить кожные заболевания;
- научить ухаживать за волосами в домашних условиях;
- изучить элементы массажа;
- ознакомить с историей и современными направлениями развития парикмахерского, маникюрного и косметологического искусства;

Развивающие:

- развивать наблюдательность;
- развить природные задатки и творческий потенциал каждого ребенка;
- развить интерес к историческим событиям парикмахерского искусства Самарской области

Воспитательные:

- воспитать аккуратность и дисциплинированности при выполнении работы.

Предметные ожидаемые результаты

Обучающийся должен знать:

- санитарные требования к парикмахерским и рабочему месту парикмахера;
- строение волос и кожные заболевания;

Обучающийся должен уметь:

- правильно ухаживать за волосами;
- правильно выполнять массаж головы;

Обучающийся должен приобрести навык:

Ухода за волосами в домашних условиях.

Учебно-тематический план модуля «Волосы»»

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Введение	1	1		Анкетирование
2	История парикмахерского искусства	2	1	1	Наблюдение, беседа
3	Инструменты и приспособления для парикмахерских работ	2	1	1	Наблюдение
4	Санитария и гигиена. Дезинфицирующие и кровоостанавливающие средства.	1	1		Познавательная игра. Наблюдение, беседа
	Заболевания волос и	7	5	2	Наблюдение,

	КОЖИ ГОЛОВЫ				беседа
6	Уход за волосами	14	3	11	Наблюдение, беседа, анкетирование
7	Массаж волосистой части головы.	3	1	2	Наблюдение, беседа
8	Воспитательный блок	5		5	Тестирование Интеллектуальн ые игры
9	Итоговое занятие	1		1	
	Итого	36	13	23	

Содержание программы

Тема 1. Введение

Знакомство с деятельностью объединения. Ознакомление с годовой программой и расписанием занятий. Знакомство с группой. Анкетирование родителей. Техника безопасности при работе с колющими и режущими предметами, электроприборами.

Тема 2. История парикмахерского искусства

Знакомство с историей парикмахерского искусства. Образ жизни и культурные особенности Самары и Самарской области в художественных направлениях моды и стиля. Характерные особенности причесок отдельных исторических периодов. Особенности работы над рисунками причёсок. Игры, кроссворды, викторины – на историческую тему. Работа с карточками по причёскам разных эпох. Причёски разных эпох на моделях.

Практика: - рисунок исторической прически с разнообразными декоративными элементами.

- выполнение причёсок на историческую тему.

Тема 3. Инструменты и приспособления для парикмахерских работ

Расчески, щетки; их виды и назначение. Новые разработки: расчески «Флатопер», «Страйпер»; для мелирования и колорирования. Режущий инструмент (ножницы, бритвы); его виды, устройство и назначение. Правила определения качества заточки ножниц и бритв. Правила безопасности при работе с ножницами и бритвами. Машинки для стрижки, их виды и конструкция, принципы действия, простейшие неисправности и способы их устранения. Правила замены съемных ножей. Правила безопасности при работе с машинками для стрижки волос. Инструменты для укладки волос Щипцы (электрические и щипцы Марселя), их устройство, правила пользования. Бигуди, зажимы; их устройство и назначение. Фен, его разновидности, назначение. Общее устройство и правила пользования. Насадки. Инструменты для завивки волос Коклюшки для химической завивки классические и видоизмененные, их устройство и правила применения. Правила дезинфекции парикмахерского инструмента и приспособлений. Правила безопасности при работе с инструментами для укладки и завивки волос. Электроаппаратура, применяемая в парикмахерской. Аппарат для сушки волос (сушуар), его конструкция, принцип действия, правила пользования. Климазон - аппарат для ускорения химических процессов во время окраски и завивки волос. Инфрагрелка (электронный инфракрасный колпак); назначение, устройство и правила пользования. Требования безопасности труда при пользовании электроаппаратурой. Оборудование рабочего места парикмахера, типы парикмахерских и культура обслуживания в парикмахерских салонах.

Практика: - использование инструментов и приспособлений в работе;
- определения качества заточки ножниц и бритв;
- дезинфекция парикмахерского инструмента и приспособлений
- принципы работы машинки для стрижки, простейшие неисправности и способы их устранения.

Тема 4. Санитария и гигиена. Дезинфицирующие и кровоостанавливающие средства.

Эпидемиология как наука. Задачи эпидемиологии. Инфекционный процесс; факторы, влияющие на его развитие. Проявление инфекционного заболевания. Виды

инфекций. Эпидемический процесс; его характеристика и источники инфекции. Бактерионосители как источники инфекции. Пути и способы передачи инфекции. Распространение инфекционных заболеваний. Факторы, влияющие на эпидемический процесс.

Дезинфицирующие средства, их виды; характеристика свойств. Составы и концентрация растворов. Кровоостанавливающие средства; их виды; характеристика свойств. Требования к дезинфицирующим и кровоостанавливающим средствам.

Тема 5. Заболевания волос

Врожденные особенности и недостатки волос. Отклонения в деятельности сальных желез. Внутренние и внешние болезни кожи головы. Болезни кожи, вызываемые грибками. Микроспория волосистой части головы. Поверхностная трихофития волосистой части головы. Глубокая трихофития головы и гладкой кожи. Паразитарный сикоз. Парша волосистой части головы и гладкой кожи. Болезни кожи, вызываемые животными-паразитами.

Практика:

- визуальное определение состояния кожного покрова.

Тема 6. Уход за волосами

Биология волос, состав, функции. Строение волос. Факторы, влияющие на цикл обновления волос. Физиологические потери волос. Цвет волос. Средства для гигиенического ухода за волосами и кожей головы; их классификация. Средства для укрепления волос, предупреждения выпадения волос, против перхоти; их состав, основные свойства, действие на кожу и волосы.

Средства для укладки волос (пена, спрей, мусс, крем для укладки, гель, воск, лак), характеристика, использование.

Знакомство со строением волос с использованием моделирования компьютерной программы. Основные операции и виды работ при мытье головы. Изучение и определение типов волос. Маски для стимуляции роста. Способы укрепления волосяной луковицы. Методы борьбы с жирными и сухими волосами.

Практика:

- анализ состояния волос;
- определение уровня чувствительности кожи головы и волос;

- технологическая последовательность процесса мытья головы:
подготовительные работы, мытье, заключительные работы;
- мытье головы: лечебное и гигиеническое;
- подготовка воды, выбор моющих и ополаскивающих средств, их влияние на кожу и волосы, правила применения;
- лабораторная работа (приготовление травяных настоек, отваров, ополаскивателей);
- работа с наглядным пособием.

Тема 7. Массаж волосистой части головы. Подготовка головы к массажу. Технология выполнения массажа. Массаж головы. Показания к массажу и противопоказания. Разновидности массажа.

Практика:

- закрепление массажных движений волосистой части головы;
- закрепление массажных движений «поглаживание», «постукивание»;
- выполнение массажных движений по схемам раздаточных карточек.

Тема 8. Воспитательный блок

Проведение досуговых мероприятий, реализующих основные направления работы: игра – эстафета «Путешествие в страну Здоровье», коллективная игра-путешествие . «Откуда берутся грязнули?», игры на свежем воздухе «Мама, папа, я - здоровая семья», походы в лес. Данные мероприятия пропагандируют здоровый образ жизни. Также используются электронные презентации, анкетирование, тестирование и чаепития, приуроченные ко дню именинников.

8. Итоговое занятие

Подведение итогов полученных знаний по пройденной теме.

2.Модуль «Кожа»

Цель модуля:

- формирование системы знаний и умений в области кожного покрова человека.

Задачи модуля:

Обучающие:

- сформировать понятие о кожном покрове;
- способствовать развитию у учащихся познавательного интереса к исследовательской деятельности своего тела;
- сформировать понятия ухода за своей кожей;
- изучить воздействие овощей и фруктов в масках для тела;

Развивающие:

- развить способности действовать согласно словесной инструкции и закрепление самостоятельности на основе организационно-практических умений;

Воспитательные:

- воспитывать положительно эмоциональное отношение к работе и ее результатам.

Предметные ожидаемые результаты

Обучающийся должен знать:

- понятие о кожном покрове;
- правила ухода за своей кожей

Обучающийся должен уметь:

- правильно подбирать овощи и фрукты по своему типу;
- правильно выполнять массаж головы;

Обучающийся должен приобрести навык:

- правильного подбора природных даров к своему типу кожи.

Учебно-тематический план модуля «Кожа»»

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Формы аттестации / контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	1	1		Рассказ. Анкетирова ние, беседа

2	Заболевания кожи головы	5	3	2	Наблюдение, беседа
3	Уход за кожей лица	15	6	9	Наблюдение, беседа
4	Для любимых мамочек	6	2	4	Рассказ, беседа
5	Массаж лица	6	1	5	Наблюдение, беседа
6	История о бороде и усах.	2	2		Наблюдение, беседа
7	Подведение итогов	1	1		Наблюдение, беседа
	Итого	36	16	20	

Содержание программы

Тема 1. Вводное занятие.

Вводное занятие по модулю. Санитария и гигиена. Техника безопасности.

Тема 2. Заболевания кожи

Врожденные особенности и недостатки кожи и волос. Отклонения в деятельности сальных желез. Внутренние и внешние болезни кожи. Болезни кожи, вызываемые бактериями. Гнойничковые заболевания кожи; их причины. Болезни кожи, волос, ногтей, вызываемые грибками. Микроспория волосистой части головы и гладкой кожи. Поверхностная трихофития волосистой части головы. Глубокая трихофития головы и гладкой кожи. Паразитарный сикоз. Парша волосистой части головы и гладкой кожи. Болезни кожи, вызываемые животными-паразитами.

Практика:

- визуальный осмотр состояния кожи, волос и ногтевой пластины и выявление заболеваний.

Тема 3. Уход за кожей лица

Кремы-маски, кремы-скрабы, гели, их назначение и применение. Очищающие и отшелуживающие маски, состав. Лосьоны; тоники; косметическое молочко; гидрофильные масла, эмульсии, применение, назначение. Требования к качеству кремов, лосьонов, тоников и пр. Косметические салфетки, ватные тампоны, их назначение и применение.

Знакомство со строением кожи с использованием моделирующих компьютерных программ. Изучение и определение типов лиц. Подбор масок в домашних условиях конкретно для каждого типа лица, с использованием экологически чистых продуктов и трав. Особенный уход за подростковой кожей, предотвращение и помощь при появлении угревой сыпи. Технология приготовления отваров и лосьонов, и польза в их использовании. Разновидности средств ухода за лицом, все аргументы за и против (в форме тестирования).

Практика:

- лабораторная работа (приготовление масок, отваров, кремов с использованием натуральных ингредиентов соответствующих данному типу и строению кожного покрова);

- лабораторная работа (приготовление и использование паровых ванночек для данного типа лица);

- определение признаков испорченности косметологических продуктов.

Тема 4. Для любимых мамочек

Раздел посвящён уходу за кожей лица и рук для наших мамочек. Изучение и определение типов лиц, учитывая возрастные изменения. Уход за кожей шеи. Советы по уходу за кожей рук и лица после тридцати лет.

Практика:

- подбор масок конкретно для каждого типа лица, с использованием экологически чистых продуктов и трав;

- массаж шеи;

- массаж кистей рук с использованием травяных ванночек.

Тема 5. Массаж лица

Подготовка лица к массажу. Технология выполнения массажа. Массаж лица и шеи.
Показания к массажу и противопоказания. Разновидности массажа.

Практика:

- подготовка лица к массажу;
- закрепление массажных движений на лице;
- выполнение массажных движений по схемам раздаточных карточек.

Тема 6. История о бороде и усах.

Разновидности формы бороды и усов. Технология стрижки бороды и усов, применяемые инструменты. Учет индивидуальных особенностей при выборе модели, формы бороды и усов. Способы корректировки. Что такое бакенбарды, разница между бакенбардами а ля Франц и бакенбардами сенаторскими.

Тема 7. Подведение итогов.

Электронная презентация показа. Подведение итогов по пройденной теме модуля.

3.Модуль «Макияж»

Цель модуля:

- формирование системы знаний и умений в области макияжа

Задачи модуля:

Обучающие:

- изучить основные приёмы корректировки лица;
- научить основам владения макияжа;
- изучить анатомическое строение лиц;
- научить подбирать различные виды макияжа по цвету глаз, кожи и волос;
- научить выполнять окантовку глаз, губ, подводку бровей;
- обучить определять свойства, качества и сроки годности косметологической продукции;

Развивающие:

- развить художественно-творческие способности обучаемых;

- развить творческий потенциал: фантазию, образное и пространственное мышление, память, воображение, внимание, сенсорное восприятие (величина, форма, цвет).

Воспитательные:

- воспитывать аккуратность при выполнении работы.

Предметные ожидаемые результаты

Обучающийся должен знать:

- понятие о коррективке лица;

- правила макияжа

Обучающийся должен уметь:

- правильно подбирать макияж по своему типу лица;

- правильно выполнять макияж;

Обучающийся должен приобрести навык:

- подбора различных видов макияжа по цвету глаз, кожи и волос;

Учебно-тематический план модуля «Макияж»»

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практик а	
1	Вводное занятие.	1	1		Рассказ. Беседа, наблюдение
2	Корректировка лица	14	2	12	Рассказ. Беседа, наблюдение
3	Разновидности макияжа	9	2	7	Наблюдение, беседа
4	Сроки годности	5	1	4	Наблюдение, беседа
5	Воспитательный блок	6		6	Анкетирование, познавательные игры
6	Итоговое занятие	1		1	Выставка и презентация работ

	Итого	36	6	30	
--	-------	----	---	----	--

Содержание программы

Тема 1. Вводное занятие.

Вводное занятие по модулю. Санитария и гигиена. Техника безопасности.

Тема 2. Корректировка лица

Современные требования к красоте. Декоративная косметика. Макияж, соответствие его типу внешности. Значение макияжа. Основные средства макияжа. Инструменты для выполнения макияжа. Типы макияжа. Понятие о стиле.

Коррекция лица. Основные формы овала лица. Принципы коррекции овала лица. Средства для коррекции овала лица: тональный крем, пудра, румяна. Формы носа, подбородка, губ, принципы коррекции. Средства для коррекции формы губ: контурные карандаши, губные помады различных оттенков.

Формы глаз. Техника коррекции и средства для коррекции: контурные карандаши, жидкая подводка, тени. Брови, форма бровей, подбор формы бровей к форме овала лица. Определение правильности линии бровей. Требования и техника форматирования бровей, окраска бровей. Ресницы, уход за ними, окраска.

Практика:

- просмотр презентации;
- оформление брови (удаление лишних волосков);
- игровая форма моделирования макияжа в электронной среде;
- работа с косметологической продукцией.

Тема 3. Разновидности макияжа

Дневной и вечерний макияж, деловой, свадебный, фантазийный, декоративный макияж, бо - диарт (роспись тела). Теплые и холодные оттенки цветов.

Колористическая теория времени года и макияж. Мисс Зима, Лето, Осень, Весна.

Система гармонии цветов

Особенности выполнения. Технология возрастного макияжа.

Практика:

- эскизы различных вариантов макияжа (дневного, вечернего, молодежного);
- подбор цветовой гаммы;
- нанесение декоративного макияжа на лицо (рисунки на бумаге с использованием цветных карандашей).

Тема 4. Сроки годности

Безошибочное определение сроков годности и признаков испорченности косметики. Чтение характера человека по бровям, глазам и губам. Работа с тремя компьютерными программами с учётом внедрений новейших технологий. Работа на карточках по всем разделам. Домашние задания (подготовка проекта). Проведение круглого стола «Вся правда, о косметике».

Практика:

- определение сроков годности и признаков испорченности косметологической продукции;
- подготовка проектов по теме.

Тема 5. Воспитательный блок

Проведение досуговых мероприятий, реализующих основные направления работы: игра – эстафета «В здоровом теле – здоровый дух», коллективная игра-путешествие, игры на свежем воздухе «Мама, папа, я - здоровая семья», походы в лес. Данные мероприятия пропагандируют здоровый образ жизни. Также используются электронные презентации, анкетирование, тестирование и чаепития, приуроченные ко дню именинников.

Тема 5. Итоговое занятие.

Просмотр и подготовка работ к итоговой выставке. Оформление выставки. Проведение конкурса в объединении «Лучший имиджмейкер», «Стилистика и красота», «Гармония Вкусов». Подведение итогов за год. Награждение грамотами и благодарностями за активную работу.

№ п/п	Наименование модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	«Окраска волос»	36	10	26
2	«Укладка волос»	36	9	27
3	«Всё просто»	36	12	24
	Итого	108	31	77

1.Модуль «Окраска волос»

Цель модуля:

- формирование системы знаний и умений в области окрашивании волос

Задачи модуля:

Обучающие:

- изучить красители по группам;
- обучить практической деятельности в приготовлении растворов;
- изучить технологии и схемы окрашивания;
- обучить различным приёмами окрашивания волос.

Развивающие:

- развить технику распознавания вредных и безвредных красителей;
- развить понятие о волосе и воздействие красителей на него;

Воспитательные:

- воспитывать эстетический вкус и творческий подход к работе.

Предметные ожидаемые результаты

Обучающийся должен знать:

- понятие классификации красителей по группам;
- правила техники нанесения краски на волосы по разновидностям окрашивания;

Обучающийся должен уметь:

- правильно подбирать красители по типам волос в соответствии с группами;
- правильно выполнять технику окраски волос;

Обучающийся должен приобрести навык:

- окрашивания волос различными способами и методами;

Учебно-тематический план модуля «Окраска волос»»

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практик а	
1	Вводное занятие.	1	1		Рассказ. Беседа, наблюдение
2	Материаловедение	2	2		Наблюдение, беседа, практическая работа
3	Химическая завивка	6	1	5	Наблюдение, беседа
4	Окраска волос	21	5	16	Наблюдение, беседа, практическая работа
5	Воспитательный блок.	5		5	Игры, тренажёры на развитие памяти и внимания. Опрос.
6	Подведение итогов.	1	1		Наблюдение, практическая работа
	Итого	36	10	26	

Содержание программы

Тема 1. Вводное занятие.

Вводное занятие по модулю. Санитария и гигиена. Техника безопасности.

Тема 2. Материаловедение

Общие сведения о предмете "Материаловедение"; его задачи. Значение предмета для овладения профессией "парикмахер". Понятие о парфюмерии, косметике, парфюмерно-косметических средствах. Парфюмерно-косметическое производство; его сырьевая база: Парфюмерно-косметические товары ведущих мировых фирм. Исходные материалы производства парфюмерно-косметических товаров Краткая характеристика сырья, полуфабрикатов, применяемых для производства парфюмерно-косметических товаров. Жиры, заменители жиров; их физико-химические показатели; использование в производстве. Виды косметических препаратов, содержащих воск и воск, образующие вещества. Эмульгаторы; их виды, физико-химические и биологические свойства; применение в косметических средствах. Виды косметических препаратов, содержащих нефтепродукты. Желирующие вещества, углеводы, консерванты; их виды, свойства и роль в производстве парфюмерно-косметических средств. Красящие вещества; их классификация; применение в производстве парфюмерно-косметических средств. Биологически активные вещества; их свойства и функциональные особенности; влияние на кожу и организм. Применение в практике парикмахерского дела. Душистые вещества; их виды, свойства; использование в средствах для парикмахерских работ. Определение и соотношение мыла к группе.

Тема 3. Химическая завивка

Общие сведения о химической завивке волос; ее назначение, отличительные особенности. Механизм изменения формы волос при химической завивке. Препараты для завивки, их воздействие на волосы. Требования к волосам, коже головы при химической завивке. Противопоказания к завивке, реакция кожи на препараты. Этапы химической завивки. Принцип химической завивки; щелочность и кислотность. Щелочная, кислотно - сбалансированная, нейтральная химические завивки, особенности, преимущества и недостатки. Виды подготовительных и заключительных работ, применяемое парикмахерское белье.

Выбор перманента с учетом типа волос. Зависимость степени завивки волос от формы и диаметра коклюшек. Схемы накрутки волос на коклюшки. Диагностика: изучение текстуры, состояния волос; определение длины волос и состояние кожи головы. Определение времени выдержки в зависимости от структуры и состояния волос. Способы выполнения химической завивки (прямой и вертикальный). Сущность

процессов фиксации и ней - трализации; правила нанесения фиксирующего и нейтрализирующего составов. Время фиксации нейтрализации.

Факторы, влияющие на степень завивки волос. Технологические особенности химической завивки обесцвеченных и окрашенных волос. Особенности выполнения химической завивки на длинных волосах. Химическая завивка, выполненная при помощи косичек и коклюшек, прикорневая химическая завивка, спиральная химическая завивка, гофрированная химическая завивка, химическая завивка на бумеранги, химическая завивка на кольцевые локоны.

Ошибки при выполнении химической завивки и их причины, способы исправления. Уход за волосами с химической завивкой.

Практика:

- выполнение химической завивки;
- способы накручивания.

Тема 4. Окраска волос

История развития окрашивания волос. Типы окрашивания (временное окрашивание; неустойчивое окрашивание, прямое окрашивание (устойчивое); окрашивающие шампуни; устойчивое окрашивание). Общие сведения по окрашиванию волос.

Характеристика волос различных групп. Правила подбора красителя с учетом индивидуальных особенностей кожи, волос и внешности. Подбор оттенка для волос. Требования безопасности и гигиены при проведении окрашивания волос (проверка кожи на чувствительность, нанесение защитного слоя крема).

Классификация красителей (4 группы): I. блондирующие или отбеливающие красители; II. химические красители; III. оттеночные шампуни, пенки, бальзамы, ополаскиватели; IV. растительные красители.

Виды окраски. Способы приготовления красящих составов, их рецептура, концентрация, время выдержки. Технология обесцвечивания и осветления волос. Современные обесцвечивающие препараты. Окрашивание волос химическими красителями. Цветовая гамма химических красителей; характеристика цветовых групп. Способы приготовления красящих составов. Технология окрашивания жидкими и кремообразными красителями. Время выдержки. Особенности окрашивания седых волос. Соблюдение правил работы с химическими красителями. Популярные

красители, используемые в настоящее время. Окрашивание волос оттеночными (физическими) красителями. Способы окрашивания. Зависимость интенсивности оттенка от цвета и структуры волос, времени выдержки красителя на волосах. Оттеночные шампуни и оттеночные пенки, технология применения. Окрашивание волос растительными красителями. Виды красителей. Способы окрашивания. Технология окрашивания волос, время выдержки. Современные натуральные красители. Современные методы окрашивания волос: мелирование, колорирование (техники: «мрамор», блики, «далма-тин», «триада», «шарп», «контур», «американ колорс», «спейс» и др.), тонирование; их характеристика и способы выполнения. Варианты неудачного окрашивания волос, причины, меры их предупреждения и способы исправления. Правила ухода за волосами после окрашивания их красителями различных видов.

Практика:

- окрашивание волос различными способами;
- работа на компьютере с визуальной моделью;
- компьютерная работа над образом;

Тема 5. Воспитательный блок.

В раздел блока включены тренажёры на развитие памяти и внимания по методике И. Матюгина и Е. Чакаберия, для способствования всестороннего развития личности ребёнка. Проводятся познавательные игры. Игры, пробуждающие фантазию и навыки коллективной слаженной работы. С приглашением психолога из центра «Семья». Проведение воспитательных мероприятий на темы: "Жизнь без наркотиков" с подготовкой мини сочинений учащихся. "Вредные привычки и их влияние на здоровье подростков", «Слова СПИД и ВИЧ знакомы всем». Используются электронные презентации, анкетирование, тестирование и чаепития, приуроченные ко дню именинников.

Тема 6. Подведение итогов по модулю.

Подведение итогов по модулю. Фото отчёты работ по модулю.

Цель модуля:

- формирование системы знаний и умений в области моделирования причёсок

Задачи модуля:

Обучающие:

- сформировать понятие причёски и укладки волос;
- научить выполнять укладку горячим и холодным способом;
- научить различными приёмами накручивать волосы на бигуди;
- познакомить с моделированием и художественным оформлением причёски;
- совершенствовать умения и навыки практической деятельности при работе с волосами.

Развивающие:

- развить способности визуального определения волос по группам;
- развить положительно эмоциональные отношения к работе и ее результатам.

Воспитательные:

- воспитывать уверенность, ответственность, самостоятельность, инициативность, внимательность, интерес к творчеству;

Предметные ожидаемые результаты

Обучающийся должен знать:

- какие способы укладки волос бывают;
- правила укладки волос различными способами;
- основные методы укладки волос.

Обучающийся должен уметь:

- правильно используя различные методы и технологии уложить волосы в причёску;
- выполнять укладку волос с помощью косо плетения;

Обучающийся должен приобрести навык:

- моделирования причёсок

Учебно-тематический план модуля «Укладка волос»»

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практик а	
1	Вводное занятие.	1	1		Беседа, наблюдение
2	Укладка волос	9	1	8	Беседа, наблюдение
3	Прически	10	2	8	Наблюдение, беседа
4	Постижерные работы	5	1	4	Беседа, наблюдение
5	Косо плетение.	10	3	7	Наблюдение, беседа Опрос
6	Подведение итогов.	1	1		Беседа,наблюдение, итоговый срез
	Итого	36	9	27	

Содержание программы

Тема 1. Вводное занятие.

Знакомство с модулем. Техника безопасности. Санитария и гигиена.

Тема 2. Укладка волос

Способы выполнения укладки волос: холодным способом при помощи рук, расчески и состава; укладка с применением бигуди и зажимов; горячим - укладка феном или с применением щипцов. Элементы прически: пробор, полупробор, волна (крон, волны выступающие, обратные, косые, прямые, поперечные), локон (расположение, принцип накрутки).

Укладка волос холодным способом. Подготовительные работы. Современные составы (гели, воски, пены, жидкий лак, муссы и пр.) для укладки и правила нанесения их на волосы. Приемы укладки волн с помощью расчески и зажимов. Комбинированная холодная укладка.

Методы оформления прически. Эффект «мокрых» волос. Особенности укладки длинных волос холодным способом. Укладка волос с применением бигуди и зажимов. Типы бигуди. Способы накручивания волос на бигуди; основные схемы накрутки волос различной длины. Приспособления для завивки волос на зажимы. Методы оформления

силуэта и фиксирования формы прически. Заключительные работы при укладке волос холодным способом. Укладка волос при помощи фена и термощеток. Основные этапы обработки волос при выполнении укладки феном, применение специальных щеток и составов для волос. Методы укладки волос феном, основные приемы работы ручным феном с различными насадками. Укладка феном методом «брашинг».

Начёсывание и тупирование, их назначение. Особенности укладки феном вьющихся волос. Методы оформления и фиксирования прически. Укладка волос с применением щипцов. Температура щипцов, правила пользования ими. Завивка локонов. Формы локонов. Методы выполнения завивки локонов щипцами. Методы и приемы завивки волн щипцами. Методы оформления и фиксирования прически.

Практика:

- выполнение элементов причёсок;
- холодный способ укладки волос;
- укладка волос с помощью фена;
- выполнение начёса и тупировки;
- завивка локонов щипцами;
- завивка волн щипцами;
- фиксация причёски лаком.

Тема 2. Прически

Понятие о причёске как об элементе мировой национальной культуры. Классификация причёсок. Типы лица и причёски, их соотношение. Коррекция лица с помощью причёсок. Разнообразие современных причёсок, их стили и назначение. Значение правильного выбора причёски. Общие сведения о моделировании причёски, принципы моделирования. Коррекция пропорций лица с помощью причёски, бижутерии. Причёски повседневные, вечерние, фантазийные, их виды и характеристика. Композиция причёски (детали и форма причёски, цвет волос, силуэт, линии контурные, конструктивные, декоративные). Понятие о причёске высокой моды. Конкурсные причёски, требования к ним. Технология выполнения причёсок. Элементы причёски, их сочетание в модельных причёсках. Разнообразие способов завивки локонов и волн в причёске, особенности их выполнения. Виды современных модельных причёсок, выполненных с применением фена с различными насадками,

различных щеток. Стрижки - прически. Ультракороткие стрижки-прическы, стрижки с выбриванием рисунков. Способы фиксации и оформления современных модельных причесок. Особенности выполнения причесок с накладками, шиньонами, париками.

Практика:

- выполнение причёски с накладками и шиньонами;
- работа с визуальной моделью на карточках;
- работа с компьютерными программами;
- подготовка проектов по данному разделу;
- укладка волос в причёску.

Тема 3. Постижерные работы

Понятие «Постиж». История развития постижерных работ. Виды постижерных изделий. Мода на использование постижерных изделий: прядок, косичек, накладок, шиньонов, париков. Материалы, применяемые для изготовления постижерных изделий. Изготовление прядок из волос, назначение. Инструменты и приспособления для изготовления прядок. Технология изготовления шиньонов, париков. Виды и правила обработки постижерных изделий и искусственных и натуральных волос в условиях парикмахерской: мытье, чистка, стрижка, завивка, окраска, укладка. Приемы выполнения причесок с применением постижерных изделий

Практика :

- обработка постижерных изделий;
- укладка волос в причёску с использованием париков и шиньонов.

Тема 4. Косо плетение. Подведение итогов.

Косо плетение как некий вид искусства, переходит из поколения в поколение уже очень и очень давно. В славянской культуре девичья коса – это символ женственности, целомудренности и красоты. Сегодня косо плетение волос – одна из самых актуальных хитов уже не первый сезон. Если традиционно любые тренды со временем идут на спад, то плетение косичек набирает массовость, заполняя красные ковровые дорожки и улицы городов по всему миру. Сплетая из волос даже самые

невероятные комбинации, можно принимать образы от кокетки до смелой бунтарки.

Подведение итогов по пройденному модулю.

Практика: выполнение причёсок с использованием элементов косо плетения.

3.Модуль «Всё просто»

Цель модуля:

- формирование системы знаний и умений в области стрижек

Задачи модуля:

Обучающие:

- сформировать понятие о стрижке;
- научить выполнять несложные разновидности стрижек;
- обучить различным приёмам и методам работы с инструментами;

Развивающие:

- развить способности к продуктивному воображению и мышлению;

Воспитательные:

- воспитывать внимательность, интерес к творчеству.

Предметные ожидаемые результаты

Обучающийся должен знать:

- правила санитарии и гигиены;
- технологические правила выполнения последовательности в стрижках.

Обучающийся должен уметь:

- правильно прочитывать схематически выстроенную стрижку;
- правильно скорректировать небольшие дефекты головы и лица при помощи стрижки.

Обучающийся должен приобрести навык:

- работы с парикмахерскими инструментами для стрижки волос.

Учебно-тематический план модуля «Всё просто»»

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практик а	
1	Вводное занятие. Санитария и гигиена	2	1	1	Беседа, наблюдение
2	Азы стрижки	6	4	2	Наблюдение, беседа
3	Виды стрижек	9	4	5	Наблюдение, беседа
4	Технологическая последовательность	13	3	10	Наблюдение, беседа
5	Воспитательный блок	5		5	Тестирование Опрос
6	Подведение итогов.	1		1	Опрос, наблюдение, итоговый срез
	Итого	36	12	24	

Содержание программы

Тема 1 . Вводное занятие. Санитария и гигиена

Повторение пройденных тем. Кожные заболевания, передающиеся бытовым путём в процессах посещения парикмахерских, косметологических и маникюрных салонов. Действие дезинфицирующих и кровоостанавливающих средств на кожный и волосяной покров человека. Проведение санитарно-профилактических мероприятий (ежедневная, текущая уборка и дезинфекция помещения). Техника безопасности в объединении.

Практика: приготовление дезинфицирующих и кровоостанавливающих растворов.

Тема 2. Азы стрижки

Форма головы и форма лица. Опорные точки черепа. Зоны {фронтально – теменная, височно-боковая, верхне – затылочная, средне – затылочная, нижне – затылочная). Понятие контрольная прядь. Общие сведения о стрижке волос. Роль стрижки в создании причёски.

Практика: работа с ножницами и машинкой.

Тема 3. Виды стрижек

Виды и фасоны стрижек (мужские, женские, детские, контрастные и неконтрастные классические, спортивные и т.д.). Коррекция стрижкой недостатков лица. Проборы. Подготовительные и заключительные работы при выполнении стрижки. Приемы стрижки ножницами: сведение волос «на нет», стрижка «на пальцах» или метод «прядь за прядью», филировка, тушевка, окантовка; градуировка или метод «положение пряди на прядь»; их сущность, технология выполнения. Виды окантовки на шее (прямая, овальная, скобка, подковообразная, треугольная, фигурная). Способы окантовки волос на виске.

Выполнение филировки филировочными и прямыми ножницами (методом жгута, бахромы или понтированием; методом выщипывания, скольжения, штопки). Филировка бритвой (внутренняя и внешняя). Градуировка (внешняя и внутренняя).

Практика: - стрижка волос машинкой;

- стрижка волос ножницами;

- работа с филировочными ножницами.

Тема 4. Технологическая последовательность

Технологическая последовательность и приемы выполнения. Стрижка наголо, техника выполнения.

Технология спортивных стрижек, используемые приемы и инструменты. Современные стрижки (мужские, женские). Базовые (классические) модели текущих лет. Виды, названия стрижек, технология их выполнения, применяемые инструменты и приспособления.

Схемы стрижки. Методы точной стрижки, приемы. Методы изменения модели в зависимости от индивидуальных особенностей. Ультракороткие стрижки – прически, их особенности, методы выполнения. Техника выбривания рисунков. Креативные, подиумные, конкурсные стрижки (понятие).

Детские стрижки, специфика их выполнения. Базовые и современные модели детских стрижек для мальчиков и девочек разного возраста, их технология.

Практика:

- разработка схем стрижек;

- поэтапная разработка моделей стрижек в эскизах;
- подбор стрижек на клиентах;
- стрижка машинкой;
- работа с карточками, трафаретами, шаблонами и в компьютерном варианте.

Тема 5. Воспитательный блок.

Проведение воспитательных мероприятий на темы: «Жизнь без наркотиков» с подготовкой мини сочинений учащихся. «Вредные привычки и их влияние на здоровье подростков», «Слова СПИД и ВИЧ знакомы всем».

В раздел блока включены тренажёры на развитие памяти и внимания по методике И. Матюгина и Е. Чакаберия для способствования всестороннего развития личности ребёнка, обследование по методике Т.Е. Макаровой «Я предпочту», «Личностный рост ребёнка как показатель эффективности воспитания». Проводятся познавательные игры, игры, пробуждающие фантазию и навыки коллективной слаженной работы. Психологические тренинги, дискуссии, упражнения на взаимодействие в группах через моделирование жизненных ситуаций. Также используются электронные презентации, анкетирование, тестирование и чаепития, приуроченные ко дню именинников.

Тема 6 Подведение итогов.

Подведение итогов по пройденному модулю.

Учебный план третьего года обучения

№ п/п	Наименование модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	«Уход»	36	14	22
2	«Женские стрижки»	36	13	23
3	«Мужские стрижки»	36	13	23

	Итого	108	40	68
--	-------	-----	----	----

1.Модуль «Уход»

Цель модуля:

- формирование системы знаний и умений в области ухода за руками и ногтями

Задачи модуля:

Обучающие:

- ознакомить с правилами ухода за кожей рук;
- обучить правилам маникюра;
- изучить строение ногтевой пластины;
- научить несложному искусству арт-дизайна ногтей.

Развивающие:

- развивать творческие способности по арт дизайну ногтевой пластины;

Воспитательные:

- воспитывать эстетический и художественный вкус.

Предметные ожидаемые результаты

Обучающийся должен знать:

- правила массажа;
- правила цветовой гаммы.

Обучающийся должен уметь:

- правильно подбирать средства ухода за руками и ногами;
- правильно выполнять маникюр.

Обучающийся должен приобрести навык:

- ухода за руками и ногтями;

Учебно-тематический план модуля «Уход»»

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	

1	Вводное занятие.	1	1		Рассказ. Беседа, наблюдение
2	Классификация мыла	2	2		Рассказ. Беседа, наблюдение
3	Уход за руками	9	1	8	Беседа, наблюдение, тестирование
4	Уход за ногами	2	2		Беседа, наблюдение
5	Маникюр	20	5	14	Беседа, наблюдение
6	Наращивание ногтей.	1	1		Беседа. Опрос.
7	Подведение итогов	1	1		Итоговый срез
	Итого	36	14	22	

Содержание программы

Тема 1. Вводное занятие

Знакомство с модулем. Техника безопасности. Санитария и гигиена.

Тема 2. Классификация мыла

Мыло, его назначение и основные свойства. Классификация мыла по сортности, составу, применению. Ассортимент. Жидкое мыло. Лечебное мыло. Мыльные порошки, пены и кремы; их разновидности в зависимости от применения.

Отличительные особенности крема, жидкого мыла, пены и порошка; их свойства.

Тема 3. Уход за руками

Определение состояния здоровья по коже рук. Воздействие химических веществ на кожу. Строение ногтевой пластины. Понятие о матрице. Уход за руками в летний и зимний период.

Практика:

- ванночки для ногтей;
- массаж кистей рук;
- изготовление масок и ванночек в домашних условиях.

Тема 4. Уход за ногами

Гигиенический уход за ногами. Применение кремов. Массаж от ступней и до бёдер, гимнастика для ног. Что такое мозоли и бородавки, как с ними бороться с помощью народной медицины. Как снять усталость с ног и убрать ороговевшую кожу на ступнях.

Тема 5. Маникюр

Методы обработки ногтей. Способы моделирования ногтя. Декоративное покрытие ногтя лаком. Инструменты и приспособления для выполнения профессионально – качественного маникюра. История нейл-арта. Виды дизайна ногтей. Нейл-арт - украшение и роспись ногтей. Роспись с помощью иголки. Создание рисунков кисточкой. Объемный дизайн ногтей. Сегодня нейл-арт является одним из направлений в эстетической косметологии. Это искусство украшения ногтей дает возможность девушкам, с одной стороны, наиболее ярко выразить свой имидж, а с другой стороны, позволяет скрыть недостатки ногтей.

Практика:

- работа с инструментами;
- обработка ногтевой пластины;
- подбор декоративного покрытия с учётом цветовой гаммы;
- разновидности техники нанесения рисунка на ноготь;
- работа с раздаточным материалом по нейр-арт дизайну.

Тема 6. Наращивание ногтей

Новые технологии в наращивании ногтей. Использование акриловых и гелиевых растворов. Декоративное покрытие ногтевой пластины лаками. Подведение итогов.

Практика :

- роспись ногтевой пластины;
- рисунки на раздаточном материале.

Тема 7. Подведение итогов.

Подведение итогов по пройденному модулю. Отбор готовых работ на выставку, (оформление дидактического пособия выставочных работ)

2.Модуль «Женские стрижки»

Цель модуля:

- формирование системы знаний и умений в области женских стрижек

Задачи модуля:

Обучающие:

- сформировать систему знаний по технологиям стрижки;
- научиться выполнять стрижки любой сложности;
- совершенствовать технические навыки работы с профессиональными материалами и инструментами;

Развивающие:

- развивать фантазию, креативное мышление;
- расширение интереса к профессии парикмахер- стилист.

Воспитательные:

- привить навык анализа и самоанализа применительно к творческой деятельности.

Предметные ожидаемые результаты

Обучающийся должен знать:

- основные приёмы стрижек;
- последовательность выполнения базовых стрижек.

Обучающийся должен уметь:

- выполнять базовые женские стрижки;
- подобрать под тип лица женскую стрижку.

Обучающийся должен приобрести навык:

- выполнения женских стрижек.

Учебно-тематический план модуля «Женские стрижки»»

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие.	1	1		Беседа, наблюдение
2	Детские стрижки	4	2	2	Беседа, наблюдение, опрос
3	Простые женские стрижки	12	2	10	Беседа, наблюдение, опрос
4	Модельные женские стрижки	13	2	11	Беседа, наблюдение, опрос
5	Воспитательный блок	5	5		Беседа, наблюдение, тестирование
6	Итоговый срез	1	1		Беседа, тестирование
	Итого	36	13	23	

Содержание программы

Тема 1. Вводное занятие.

Знакомство с модулем. Санитария и гигиена. Техника безопасности в объединении.

Тема 2. Детские стрижки

Стоит отметить, что детские девичьи стрижки сильно отличаются от взрослых и требуют особый подход. Волосы детей не способны в отличие от взрослых переносить ежедневный уход утюжками, гелями и лаками. Именно поэтому к ним предъявляются

требования в практичности и возможности быстрого приведения в порядок. К тому же, не каждый ребенок может спокойно переносить скучное времяпрепровождение в кресле, в то время, когда режут его волосы. Нужно уметь работать с детьми и при этом, создавать красивые и модные творения. Последовательность выполнения базовых детских стрижек (стрижка волос равной длины, классическое каре, каре с удлиненными передними прядями, каре с загибающимися вверх (вниз) концами, каре с открытым затылком, каскад,

Практика :

- выполнение тренировочных упражнений и приемов базовых детских стрижек;
- практическая работа над заинтересованностью ребёнка в усидчивости при выполнении стрижки.

Тема 3. Простые женские стрижки

Основные приемы стрижек (стрижка на пальцах, тушевка, сведение волос «на нет», окантовка, филировка, градуирование, пойтинг, слайсинг). Группы (равномерное и неравномерное укорачивание волос) и виды (контрастные и неконтрастные) стрижек. Последовательность выполнения базовых женских стрижек.

Практика :

- выполнение тренировочных упражнений приемов базовых стрижек (стрижка на пальцах, тушевка, сведение волос «на нет», окантовка, филировка, градуирование, пойтинг, слайсинг).
- выполнение женских стрижек (стрижка волос равной длины, классическое каре.)

Тема 4. Модельные женские стрижки.

Основные приемы стрижек (стрижка на пальцах, тушевка, сведение волос «на нет», окантовка, филировка, градуирование, пойтинг, слайсинг). Группы (равномерное и неравномерное укорачивание волос) и виды (контрастные и неконтрастные) стрижек. Последовательность выполнения модельных женских стрижек (стрижка волос равной длины, классическое каре, каре с удлиненными передними прядями,

каре с загибающимися вверх (вниз) концами, каре с открытым затылком, каскад, универсальная короткая стрижка, «Боб», «Елена», «Шапочка» «Каскад» и «Удлиненный каскад», «Гарсон», «Виктория», «Карэ», «Градуированное Карэ», «Высокое Карэ», «Сэссун»).

Практика :

-выполнение тренировочных упражнений приемов модельных стрижек (стрижка на пальцах, тушевка, сведение волос «на нет», окантовка, филировка, градуирование, пойтинг, слайсинг).

-выполнение модельных стрижек (стрижка волос равной длины, классическое каре, каре с удлиненными передними прядями, каре с загибающимися вверх (вниз) концами, каре с открытым затылком, каскад, универсальная короткая стрижка, «Боб», «Елена», «Шапочка»).

Тема 5. Воспитательный блок.

Проведение воспитательных мероприятий на темы: «Жизнь без наркотиков» с подготовкой мини сочинений учащихся. «Вредные привычки и их влияние на здоровье подростков», «Слова СПИД и ВИЧ знакомы всем».

В раздел блока включены тренажеры на развитие памяти и внимания по методике И. Матюгина и Е. Чакаберия для способствования всестороннего развития личности ребёнка, обследование по методике Т.Е. Макаровой «Я предпочту», «Личностный рост ребёнка как показатель эффективности воспитания». Проводятся познавательные игры, игры, пробуждающие фантазию и навыки коллективной слаженной работы. Психологические тренинги, дискуссии, упражнения на взаимодействие в группах через моделирование жизненных ситуаций. Также используются электронные презентации, анкетирование, тестирование и чаепития, приуроченные ко дню именинников.

Тема 2. Итоговый срез

Контрольный срез. Просмотр и подготовка работ к итоговой выставке. Оформление выставки. Проведение конкурса в объединении «Стилист». Подведение итогов. Награждение грамотами и благодарностями за активную работу.

3. Модуль «Мужские стрижки»

Цель модуля:

- формирование системы знаний и умений в области мужских стрижек

Задачи модуля:

Обучающие:

- сформировать систему знаний по технологиям стрижки;
- научить выполнять стрижки любой сложности;
- совершенствовать технические приемы работы с профессиональными материалами и инструментами;

Развивающие:

- развивать фантазию, креативное мышление;
- расширение интереса к профессии парикмахер- стилист.

Воспитательные:

- воспитывать трудолюбие, ответственность к своей работе.

Предметные ожидаемые результаты

Обучающийся должен знать:

- основные приёмы стрижек;
- последовательность выполнения базовых стрижек.

Обучающийся должен уметь:

- выполнять базовые мужские стрижки;
- подобрать под тип лица и форму головы мужскую стрижку.

Обучающийся должен приобрести навык:

- выполнения мужских стрижек.

Учебно-тематический план модуля «Мужские стрижки»»

№	Наименование тем	Количество часов	Формы
----------	-------------------------	-------------------------	--------------

п/п		Всего	Теория	Практика	аттестации/ контроля
1	Вводное занятие.	1	1		Беседа, наблюдение
2	Детские стрижки	4	2	2	Беседа, наблюдение, опрос
3	Простые мужские стрижки	12	2	10	Беседа, наблюдение, опрос
4	Модельные мужские стрижки	13	2	11	Беседа, наблюдение, опрос
5	Воспитательный блок	5	5		Беседа, наблюдение, тестирование
6	Итоговое занятие.	1	1		экзамен
	Итого	36	13	23	

Содержание программы

Тема 1. Вводное занятие.

Знакомство с модулем. Санитария и гигиена. Техника безопасности в объединении.

Тема 2. Детские стрижки.

Стоит отметить, что детские, мальчишковые стрижки сильно отличаются от взрослых и требуют особый подход. Волосы детей не способны в отличие от взрослых переносить ежедневный уход утюжками, гелями и лаками. Именно поэтому к ним предъявляются требования в практичности и возможности быстрого приведения в порядок. К тому же, не каждый ребенок может спокойно переносить скучное времяпрепровождение в кресле, в то время, когда режут его волосы. Нужно уметь работать с детьми и при этом, создавать красивые и модные творения.

Последовательность выполнения базовых детских стрижек (стрижка волос равной длины, классическое каре, каре с удлиненными передними прядями, каре с загибающимися вверх (вниз) концами, каре с открытым затылком, каскад,

Практика :

- выполнение тренировочных упражнений и приемов базовых детских стрижек;
- практическая работа над заинтересованностью ребёнка в усидчивости при выполнении стрижки.

Тема 3. Простые мужские стрижки.

Основные приемы простых мужских стрижек (стрижка на пальцах, тушевка, сведение волос «на нет», окантовка, филировка, градуирование). Группы (равномерное и неравномерное укорачивание волос) и виды (контрастные и неконтрастные) стрижек. Последовательность выполнения базовых мужских стрижек.

Практика :

- выполнение тренировочных упражнений приемов базовых стрижек (стрижка на пальцах, тушевка, сведение волос «на нет», окантовка, филировка, градуирование).
- выполнение мужских стрижек (простая мужская стрижка ножницами и машинкой).

Тема 4 Модельные мужские стрижки

Основные приемы модельных мужских стрижек (стрижка на пальцах, тушевка, сведение волос «на нет», окантовка, филировка, градуирование, пойтинг, слайсинг). Группы (равномерное и неравномерное укорачивание волос) и виды (контрастные и неконтрастные) стрижек. Последовательность выполнения модельных мужских (мужская стрижка ножницами, машинкой, на расческе, классическая мужская стрижка, «Полька», «Полубокс», «Бокс», «Ёжик», «Канадка», «Английская»)

Практика :

- выполнение тренировочных упражнений приемов базовых стрижек (стрижка на пальцах, тушевка, сведение волос «на нет», окантовка, филировка, градуирование, пойтинг, слайсинг).

-выполнение модельных мужских стрижек (мужская стрижка ножницами, машинкой, на расческе, классическая мужская стрижка, «Полька», «Полубокс», «Бокс», «Ёжик», «Канадка», «Английская»).

Тема 5. Воспитательный блок.

Проведение воспитательных мероприятий на темы: «Жизнь без наркотиков» с подготовкой мини сочинений учащихся. «Вредные привычки и их влияние на здоровье подростков», «Слова СПИД и ВИЧ знакомы всем».

В раздел блока включены тренажёры на развитие памяти и внимания по методике И. Матюгина и Е. Чакаберия для способствования всестороннего развития личности ребёнка, обследование по методике Т.Е. Макаровой «Я предпочту», «Личностный рост ребёнка как показатель эффективности воспитания». Проводятся познавательные игры, игры, пробуждающие фантазию и навыки коллективной слаженной работы. Психологические тренинги, дискуссии, упражнения на взаимодействие в группах через моделирование жизненных ситуаций. Также используются электронные презентации, анкетирование, тестирование и чаепития, приуроченные ко дню именинников.

Тема 6. Экзамен в объединении

Подведение итогов за год. Награждение грамотами и благодарностями за активную работу в объединении. Проведение выпускных экзаменов на уровне объединения, где воспитанники подтверждают своё мастерство по пройденному курсу обучения. Экзамен проходит с приглашением представителей администрации и родителей.

Методическое обеспечение

Для реализации программы «Домашний парикмахер и косметолог» созданы все условия. Имеется просторное светлое помещение, отвечающее санитарно-гигиеническим нормам. Помещение сухое, с естественным доступом воздуха, легко проветриваемое, с достаточным дневным и вечерним освещением. В процессе работы через каждый учебный час делается перерыв на 15 минут с целью проветривания помещения.

Учебное помещение чистое и эстетично оформленное, так как правильно организованные рабочие места имеют большое воспитательное значение: это дисциплинирует обучающихся, способствует повышению культуры труда и творческой активности.

Учебное оборудование кабинета включает комплект мебели, инструменты и приспособления, необходимые для организации занятий, хранения и показа наглядных пособий. В помещении находятся комбинированные шкафы, застекленные и открытые, где расположены наглядные пособия для обучающего процесса и выставки работ. Закрытая часть шкафа также использована для хранения наглядного материала, инструментов и приспособлений: простые ножницы для стрижки, филировочные ножницы, расчёски и щётки разных видов и типов, пенюары 150 x150, салфетки 75x40 см, фартуки. Здесь же - опасная бритва / для наглядного пособия/, щипцы для завивки двух видов, фен для сушки волос, машинка для стрижки с насадками. Кроме того, в закрытом шкафу находятся: маникюрный набор, лаки для маникюра, жидкость для снятия лака, вата, кисточки и иголки, дезинфицирующие и кровоостанавливающие средства.

Применение наглядных пособий играет большую роль в усвоении материала. Средства наглядности позволяют дать разностороннее понятие о каком-либо образце при выполнении определенного задания, способствуют прочному усвоению материала.

Каждая новая тема, как правило, начинается с рассказа, объяснения. Рассказ сопровождается показом дидактического материала, с опорой на подготовленный к каждой теме методический комплект, карточки, схемы создания макияжа, стрижек, причёсок, литературу. (См. список литературы). Также при объяснении активно

используются таблицы рекомендуемых цветовых соотношений по стилистике подбора цветовой гаммы, образцы кремов, шампуней, красок, свежую и достоверную информацию, взятую из сети Интернета. По всем разделам каждой темы подготовлены карточки как раздаточный материал для усвоения и закрепления полученных знаний.

На занятиях активно используются электронные программы: «Салон красоты», «Стиль и визаж», «Причёски», «Макияж», открывающие перед детьми безграничные возможности моделирования в электронной среде. Такая работа пользуется большим интересом среди обучающихся.

Главной, неотъемлемой частью образовательного процесса является беседа с учащимися: в свободной и непринуждённой беседе лучше и ближе можно узнать каждого ребёнка, его привычки и интересы.

Большая часть времени на занятиях объединения отводится практическим работам: отрабатываются навыки правильного держания расчёски, ножниц, электрощипцов, фена, утюжка, иголки и кисточки для росписи ногтевой пластины. Кроме того, отрабатываются правила начёса и тупировки волос, правила работы с маникюрными инструментами.

Приёмы и методы работы.

В объединении прорабатываются возможные варианты ознакомления с пятью профессиями: (парикмахер, стилист, визажист, косметолог и специалист по маникюру).

На занятиях используются различные методы и приёмы обучения.

Методы:

1. наглядно – действенный (практический показ с объяснением);
2. наглядный (демонстрация чего – либо);
3. словесный (рассказ, инструктаж, беседа);
4. практический (самостоятельная работа, по замыслу, демонстрация и выполнение графических работ на специально подготовленных к каждой теме карточках.);
5. индивидуально–дифференцированный подход (учитывает возможности, способности обучающихся);

6. метод проектирования (от планирования до контроля);
7. проблемный (метод проб и ошибок).

Приемы:

1. наглядно – действенный (показ: частичный, полный);
2. наглядный (демонстрация образа, шаблона, иллюстрации, фотографии);
3. словесный (совет, пояснение, указание, объяснение);
4. индивидуальная работа.

Практические занятия дают обучающимся много полезных жизненных навыков и знаний. У них формируются умения и навыки самостоятельного принятия решений, неукоснительного выполнения требований педагога и выполнения правил во время практической работы.

Технология парного обучения

Этот вид технологий, при котором один учащийся обучает другого. Система специальностей имеет целью развить у учащихся привычку к постоянному созидательному и свободному труду. Кроме чисто практической ценности специальностей, само приобретение специальностей имеет целью развить у учащихся сознание необходимости собственного роста и стремления к самосовершенствованию.

При этом важно отметить, что для применения этой технологии необходимо наличие в малой группе (звене) по меньшей мере, трёх участников, чтобы имелась возможность для смены партнёров в парах.

Обычно коммуникация двух учащихся происходит в форме диалога. При парном обучении практически реализуется принцип «обучая – учусь». Технология парного обучения принципиально отличается от учения через обучение. В «учении через обучение» сохраняется фронтальное обучение, при котором «один воспитанник обучает группу воспитанников», то есть заменяет педагога.

Технология парного обучения основана на взаимодействии двух людей. Такое взаимодействие в обычной жизни встречается достаточно часто, поскольку людям свойственно общение «с глаза на глаз». Важным отличием парного взаимодействия от технологии парного обучения является присутствие необходимых и достаточных технологических компонент.

Технология использования в обучении игровых методов: ролевых, деловых, и других видов обучающих игр

В педагогической деятельности широко используются ролевые игры. Они позволяют расширять кругозор учащихся, развивать познавательную деятельность, формировать различные умения и навыки, необходимые в практической и профессиональной деятельности, развивать и укреплять активную жизненную позицию учащихся.

Учащиеся – они ученики, и задача педагога – предоставить им возможность прожить ситуации выбора. Успешные и неуспешные. Используя в обучении технологию игровых методов, педагог помогает им проложить дорогу к своему «я», а дальше они уже пусть сами решают, как жить с этими новыми переживаниями— неизбежными спутниками внутренней свободы.

Обучение в сотрудничестве (командная, групповая работа)

В процессе работы особо выделяются педагогические технологии работы "малых групп", впервые опробованные в 1907-1909 г. Робертом Стефенсоном Смитом Баден-Пауэлом и усовершенствованные, с учетом адаптирования к российским условиям – О.И.Пантюховым, М.В.Агаповым-Таганским, Б.Б.Мартино и другими.

Малая группа это самостоятельная, полноценная воспитательная и организационная единица. В малой группе сильнее всего проявляется и ощущается "нравственная среда" детского объединения. Среда - мощный воспитательный фактор (семья, школа, внешкольная организация). Лидеру малой группы, хоть он и не педагог, легче воздействовать на своих сверстников. Дети идут за товарищем, которого любят и уважают, принимают от него советы и указания. В плане управления всем детским объединением малая группа проводит воспитательную и образовательную работу, получая от меня инструкции, и задания в соответствии с образовательной программой. Звено - прекрасный по размеру трудовой коллектив в городе и в летнем лагере. Задача лидера - обеспечить всех членов малой группы определенной работой и следить за ее исполнением.

При применении педагогических технологий работы "малых групп", сотрудничество трактуется как идея совместной развивающей деятельности взрослых и детей. Суть индивидуального подхода в том, чтобы идти от тех возможностей,

которыми располагает ребенок, применять психолого-педагогические диагностики личности.

Здоровьесберегающие технологии

Согласно данному Всемирной организацией здравоохранения определению, здоровье представляет собой «состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов».

Поэтому для формирования, сохранения и укрепления этих составляющих целостного здоровья человека в деятельность детского объединения внедряются здоровьесберегающие технологии, которые помогают решить важнейшие задачи - сохранить здоровье учащихся, приучить их к активной здоровой жизни. Это различные релаксационные упражнения, физкультминутки и т.д.

Информационные и коммуникационные технологии (ИКТ) - это обобщающее понятие, описывающее различные методы, способы и алгоритмы сбора, хранения, обработки, представления и передачи информации. В таком случае информационными и коммуникационными технологиями можно считать такие технологии, которые направлены на обработку и преобразование информации.

Использование ИКТ позволяет визуализировать многие процессы; предоставляет возможность многократного повторения и продвижения в обучении со скоростью, благоприятной для каждого учащегося в достижении понимания того или иного учебного материала; обеспечивает также возможность приобщения к современным методам работы с информацией, интеллектуализацию учебной деятельности. Использование разных видов деятельности позволяет учащимся самостоятельно добывать необходимую информацию, мыслить, рассуждать, анализировать, делать выводы. ИКТ создает ситуацию успеха для каждого учащегося.

Вышеизложенные принципы, формы, методы реализации программы делают ее привлекательной для учащихся. В этой программе использованы лучшие стороны множества различных педагогических теорий

Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

Для работы объединения необходимы следующие условия:

- Просторное светлое хорошо проветриваемое помещение

- Проточная вода
- Аптечка с набором медикаментов
- Столы и стулья для каждого обучающегося
- Зеркало с полками
- Шкаф для хранения препаратов
- Ведро
- Компьютер для демонстрации фото и видеоматериалов
- Инструкция по ТБ
- Пособия по парикмахерскому искусству
- Удлинитель-тройник

Инструменты и принадлежности:

- Фен
- Ножницы прямые и филировочные
- Электрическая машинка
- Утюжок
- Электрические щипцы (плойка)
- Пеналы расчесок
- Брашинги
- Пеньюары
- Фартуки
- Одноразовые воротнички
- Распылитель
- Одноразовые полотенца
- Зажимы
- Щетка для чистки расчесок
- Учебные головы-манекены
- Держатель для учебной головы
- Наборы бигуди
- Коклюшки
- Химические препараты для окраски и химической завивки
- Лак, мусс и воск для волос

Кадровое обеспечение программы:

Программу реализует педагог дополнительного образования соответствующий требованиям профстандарта.

Список использованной литературы

Для педагога

1. Аникина, И.Ю. Энциклопедия парикмахерского искусства / И. Ю. Аникина. - М.: ВЕЧЕ, 2000. – 512с.
2. Белюсева, Л.М. Парикмахерская дома/ Л.М. Белюсева. - Москва. Ступено, 1997.- 196с.
3. Доби́на, Н.С. Домашняя парикмахерская / Н.С. Доби́на. – Москва: Изд-во Оникс, 1996. – 128с.
4. Гутыря, Л.Г. Парикмахерское мастерство / Л.Г. Гутыря. – АТС, 2010 – 480с.
5. Зосимова, И. 300 мужских причёсок / И. Зосимова. - Москва: Изд-во Астрель, 2003. – 167с.
6. Емельянова, И.Н. Теория и методика воспитания / И.Н. Емельянова. - М.: Academia, 2016. - 176 с.
7. Константинов, А.В. Парикмахерское дело / А.В. Константинов. - Высшая школа, 1987. – 334 с.
8. Кузнецова, А.Ю. Парикмахерское искусство. Материаловедение / А.Ю. Кузнецова. – Академия, 2011. – 160с.
9. Ковалёва, Н.Г. Лечение травами. Очерки по фитотерапии / Н.Г. Ковалёва. – М: Медицина, 1972 – 352с.
10. Обухова, Л.Ф. Возрастная психология: Учебник для СПО / Л.Ф. Обухова. - Люберцы: Юрайт, 2016. - 460 с.
11. Панченко, О.А. Стрижка, моделирование, причёска / О.А. Панченко. - Санкт-Петербург. Издательский Дом МИИМ, 1997 – 180с.

12. Панченко, О. А. Парикмахерское дело / О.А. Панченко. - Феникс, 2012. -318с.
13. Смирнов, А.В. Мир растений / А.В. Смирнов. – М: Молодая гвардия, 2003-320с.
14. Сотник, В.Ф. Лесная косметика / В.Ф. Сотник. – Москва: Изд-во Экология, 1991 – 336с.
15. Соколова, Е. Основы физиологии кожи и волос / Е. Соколова. – Академия, 2013. – 176 с.
16. Соколов, С.Я. Справочник по лекарственным растениям / С.Я. Соколов. - Медицина, 1991 – 509с.
17. Марцинковская, Т.Д. Возрастная психология: Учебное пособие / Т.Д. Марцинковская. - М.: Академия, 2013. - 288 с.
18. Мухина, В.С. Возрастная психология: Феноменология развития: Учебник / В.С. Мухина. - М.: Академия, 2016. - 272 с.
19. Торлецкая, Т. Парикмахерское искусство / Т. Торлецкая, Е. Екатериничева. - Диамант, Золотой век, 1997. – 512с.
20. Торочкова, Т.Ю. Теория и методика физического воспитания детей младшего школьного возраста с практикумом: Учебник / Т.Ю. Торочкова. - М.: Academia, 2018. - 160 с.
21. Урунтаева, Г. А. Практикум по психологии дошкольника / Г.А. Урунтаева. - М.: Academia, 2017. - 368 с.
22. Хилько, М. Е. Возрастная психология. Краткий курс лекций / М.Е. Хилько, М.С. Ткачева. - М.: Юрайт-Издат, 2012. - 208 с.
23. Хрестоматия по возрастной психологии. - М.: Международная педагогическая академия, 2015. - 256 с.
24. Хухлаева, О. В. Основы психологического консультирования и психологической коррекции / О.В. Хухлаева. - М.: Академия, 2016. - 208 с.
25. Хачаян, Новые причёски / Хачаян. - Издательство АСТ, 2001 – 96с.
26. Юркова, Т.И. Цветущая косметика / Т.И. Юркова. - Изд-во Реклама, 1971 – 96с.

Для детей и родителей:

1. 1.Белик Э.В., Немирова А.А., Савемкова В.А. Советы мастера домашнему парикмахеру. – ПКФ «БАО», Донецк, 1997

2. Гутыря Л. Парикмахерское мастерство. – Фолио, Москва, 2007
3. Карпов Е., Романова Е., Молоканова Н. Парикмахерская дома. Прически и макияж. – ТОО «Внешсигма», Москва, 1999
4. Константинов А.В. Как стать парикмахером. – Город мастеров, Москва, 2007
5. Мещеорякова С., Коверьянова С., Сухомесова Н. и др. 250 модных причесок. Стрижка, уход, укладка для любого типа волос. – ТОО «Внешсигма», Москва, 1999
6. Панченко О.А. Стрижка. Моделирование. Прическа. – Дом «М и М», Санкт-Петербург, 1998
7. Плетение косичек для начинающих. – Эскимо, Москва, 2014
8. Плотникова И.Ю., Черниченко Т.А. Технология парикмахерских работ. – АСАДЕМІА, Москва, 2014
9. Торлецкая Т.А., Екатериничева Е.Г. Парикмахерское искусство. – «Диамант», «Золотой век», Санкт-Петербург, 1997
10. Уколова М. Лучшие косы и косички своими руками. Пошаговое иллюстрированное практическое руководство. – АСТ, Москва, 2015
11. Чулкова О., Александрова Г.В. Уроки домашнего парикмахера. – ТОО «Тригон», Санкт-Петербург, 1997
12. Энциклопедия парикмахера для семьи. – Домашние чтения, Москва, 2013

Для тестирования, анкетирования и развивающих игр.

1. Агибалова, В.В. Альманах психологических тестов / В.В. Агибалова. - Изд-во «КСП», 2000 – 512с.
2. Андреев, В.И. Конфликтология: искусство спора, ведения переговоров / В.И. Андреев. - М.: Апрель Пресс, 1992 – 142с.
3. Божович, Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте / Л.И. Божович. – М., 1968.– 312 с.
4. Бодалев, А.А. Межличностное восприятие и понимание. Личность и общество / А.А. Бодалев. - М.: Педагогика, 1983. – 312 с.
5. Головин, С.Ю. Словарь практического психолога / Сост. С.Ю. Головин. – Минск, 1997. – 800 с.

6. Крылова, А.А. Психология / А.А. Крылов. – М.: ПБОЮЛ, 2001. – 584 с.
7. Мерлин, В.С. Структура личности. Характер, способности, самосознание / В.С. Мерлин. – Пермь, 1990. – 456 с.
8. Немов, Р.С. Психология: В 3-х кн.: кн. 1: Общие основы психологии / Р.С. Немов. – М.: ВЛАДОС, 2002. – 688 с.
9. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – М., 2001. – 810 с.

Цифровые образовательные ресурсы:

www.beautyday.pro, www.parikmaheru.web-box.ru, www.uhairstylist.com

<http://my.mail.ru>, <http://gazeta-p.ru/>

Серьезное внимание уделяется соблюдению учащимися правил санитарии и гигиены, безопасным приемам труда.

При проведении теоретических занятий соблюдается режим труда и отдыха («Сборник нормативных документов по охране труда» - М.,2000). При проведении практических работ обучающиеся пользуются разрешенным оборудованием: феном, щипцами для завивки волос, электроутюгом, ножницами. Перед выполнением практических работ проводится инструктаж о порядке выполнения работы и ТБ. Контроль за выполнением учащимися правил техники безопасности во время занятий осуществляют родители и педагог. Обучающим, нарушающим установленные правила, делается замечание и повторно проводится инструктаж по ТБ.

Инструкция по технике безопасности в объединении

1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ

1.1. К занятиям в кабинете допускаются дети основного общего, среднего возраста и учащиеся профессионального училища, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по охране труда.

1.2. При проведении занятий учащиеся должны соблюдать расписание учебных занятий, правила поведения, установленные режимы труда и отдыха.

1.3. Опасными основными производственными факторами, действующими на учащихся, являются:

- нарушение осанки учащихся, искривление позвоночника;
- нарушение остроты зрения при недостаточном освещении в кабинете;
- поражение электрическим током при неправильной работе с
- парикмахерскими приборами и приспособлениями;
- осторожное обращение с ножницами и электрическими приборами;

1.4. Учащиеся должны знать и соблюдать правила санитарии и гигиены в парикмахерских.

1.5. Ознакомить учащихся с инструкцией по технике безопасности и прошедшие инструктаж должны расписаться в журнале.

1.6. О каждом несчастном случае пострадавший или очевидец обязан сообщить педагогу.

1.7. Учащиеся, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности, и со всеми учащимися проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

1.8. Категорически запрещается хранить быстро воспламеняющиеся и горячие вещества в непосредственной близости от нагревательных приборов.

2. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПЕРЕД НАЧАЛОМ ЗАНЯТИЙ.

2.1. Надеть спецодежду.

2.2 Парикмахерские ножницы и инструменты использовать только по назначению.

2.3. Пользоваться электрическими приборами только под контролем педагога.

2.4. Токоведущие части электрооборудования, электроаппаратов и электроинструментов должны быть защищены кожухами.

2.5. Провода к переносным электроинструментам и электроаппаратам не должны касаться влажных и горячих поверхностей.

3. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ ЗАНЯТИЙ.

3.1. Соблюдать правила санитарии и гигиены.

3.2. Проводить своевременную дезинфекцию приборов, приспособлений и оборудования.

3.3. Мокрыми руками не прикасаться к электроаппаратам и электроинструментам.

3.4. Запрещается производить ремонт электрооборудования, переносной электроаппаратуры и электроинструмента.

3.5. При обнаружении, каких либо неисправностей в электроаппаратах или электроинструментах работа с ними должна быть прекращена.

3.6. Все электронагревательные приборы должны иметь огнестойкие подставки.

4. ПРАВИЛА ТЕХНИКИ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ РАБОТЕ С КОЛЮЩИМИ И РЕЖУЩИМИ ПРЕДМЕТАМИ

4.1. Хранить ножницы необходимо в футляре.

4.2. Передавать ножницы можно кольцами вперед, только с сомкнутыми концами.

- 4.3. На стол ножницы кладутся кольцами к себе, нельзя оставлять их раскрытыми.
- 4.4. Булавки должны храниться в игольнице или на специальной подушечке.
- 4.5. Нельзя брать булавки в рот и вкалывать в одежду.

5. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ В АВРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ.

- 5.1. При первых признаках задымления прекратить подачу тока к электроаппаратам и электроинструментам.
- 5.2. Вывести детей из здания.
- 5.3. Принять все возможные меры к ликвидации очага пожара и вызвать пожарную бригаду.
- 5.2. При получении травмы оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить в больницу.

6. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПО ОКОНЧАНИИ ЗАНЯТИЙ.

- 6.1. Выключить электрические приборы.
- 6.2. Провести дезинфекцию рабочего места и инструментов.
- 6.3. Снять спецодежду.

Комплексные упражнения

ФМ для снятия локального напряжения

Занятия, сочетающие в себе психическую, статическую, динамическую нагрузки на отдельные органы и системы и на весь организм в целом, требуют проведения ФМ (физкультминуток) для снятия локального утомления. Физкультминутки для учащихся младшего школьного возраста лучше проводить в игровой форме.

ФМ для улучшения мозгового кровообращения

1. Исходное положение (и.п.) - сидя на стуле, 1 - 2 - отвести голову назад и плавно наклонить назад, 3 - 4 - голову наклонить вперед, плечи не поднимать. Повторить 4 - 6 раз. Темп медленный.
2. И.п. - сидя, руки на поясе, 1 - поворот головы направо, 2 - и.п., 3 - поворот головы налево, 4 - и.п. Повторить 6 - 8 раз. Темп медленный.
3. И.п. - стоя или сидя, руки на поясе, 1 – махом левую руку занести через правое плечо, голову повернуть налево, 2 - и.п., 3 - 4 – то же правой рукой. Повторить 4 - 6 раз. Темп медленный.

ФМ для снятия утомления с плечевого пояса и рук

1. И.п. - стоя или сидя, руки на поясе, 1 - правую руку вперед, левую вверх, 2 - поменять положения рук. Повторить 3 - 4 раза, затем расслабленно опустить вниз и потрясти кистями, голову наклонить вперед. Темп средний.
2. И.п. - стоя или сидя, кисти тыльной стороной на поясе, 1 - 2 - свести локти вперед, голову наклонить вперед, 3 - 4 - локти назад, прогнуться. Повторить 6 - 8 раз, затем руки вниз и потрясти расслабленно. Темп медленный.
3. И.п. - сидя, руки вверх, 1 - сжать кисти в кулак, 2 - разжать кисти. Повторить 6 - 8 раз, затем руки расслабленно опустить вниз и потрясти кистями. Темп средний.

ФМ для снятия утомления с туловища

1. И.п. - стойка ноги врозь, руки за голову, 1 - резко повернуть таз направо, 2 - резко повернуть таз налево. Во время поворотов плечевой пояс оставить неподвижным.

Повторить 6 - 8 раз.

Темп средний.

2. И.п. - стойка ноги врозь, руки за голову, 1 - 5 - круговые движения тазом в одну сторону, 4 - 6 - то же в другую сторону, 7 - 8 - руки вниз и расслабленно потрясти кистями.

Повторить 4 - 6 раз. Темп средний.

3. И.п. - стойка ноги врозь, 1 - 2 - наклон вперед, правая рука скользит вдоль ноги вниз, левая, сгибаясь, вдоль тела вверх, 3 - 4 - и.п., 5 - 8 - то же в другую сторону.

Повторить 6 - 8 раз.

Темп средний.

Гимнастика для глаз

1. Быстро поморгать, закрыть глаза и посидеть спокойно, медленно считая до 5.

Повторить 4 - 5 раз.

2. Крепко зажмурить глаза (считать до 3, открыть их и посмотреть вдаль (считать до 5).

Повторить 4 - 5 раз.

3. Вытянуть правую руку вперед. Следить глазами, не поворачивая головы, за медленными движениями указательного пальца вытянутой руки влево и вправо, вверх и вниз.

Повторить 4 - 5 раз.

4. Посмотреть на указательный палец вытянутой руки, на счет 1 - 4, потом перенести взор вдаль на счет 1 - 6. Повторить 4 - 5 раз.

5. В среднем темпе проделать 3 - 4 круговых движений глазами в правую сторону, столько же в левую сторону. Расслабив глазные мышцы, посмотреть вдаль на счет 1 -

6. Повторить

1 - 2 раза.

Психодиагностическая работа в объединении с подросткам.

Подростковый период считается одним из самых сложных периодов. Особенности работы психолога с подростками обусловлены теми проблемами, которые являются типичными для данного возрастного этапа. В этом возрасте происходит бурное психофизиологическое развитие и перестройка социальной активности ребёнка. Мощные сдвиги, происходящие во всех областях жизнедеятельности ребёнка, делают этот возраст «переходным» от детства к взрослости. Данный возраст богат драматическими переживаниями, трудностями и кризисами. В этот период складываются, оформляются устойчивые формы поведения, черты характера, способы эмоционального реагирования. Это пора достижений, стремительного наращивания знаний, умений, становление «Я», обретение новой социальной позиции. Вместе с тем, это возраст потерь детского мироощущения, когда появляются чувства тревожности и психологического дискомфорта.

Подростковый возраст часто называют периодом диспропорций в развитии. В этом возрасте увеличивается внимание к себе, к своим физическим особенностям, обостряется реакция на мнение окружающих, повышается чувство собственного достоинства и обидчивость. Физические недостатки часто преувеличиваются.

* Наиболее важным моментом психофизиологического развития подростка является половое созревание и половая идентификация, которые являются двумя линиями единого процесса психосексуального развития. На психофизиологическом уровне подростки могут испытывать дискомфорт от:

- неустойчивости эмоциональной сферы;
- особенностей высшей нервной деятельности;
- высокого уровня ситуативной тревожности.

Диагностические методики в данном случае:

- методы определения свойств нервной системы;
- опросник структуры темперамента В.М. Русалова (вариант для детей);
- опросник САН (оценка эмоциональных состояний).

* Особенности развития познавательных способностей подростка часто служат причиной трудностей в школьном обучении: неуспеваемость, неадекватное поведение. Успешность обучения во многом зависит от мотивации обучения, от того личностного смысла, которое имеет обучение для подростка. Основное условие всякого обучения – наличие стремления к приобретению знаний и изменению себя как обучающегося. Но в реальной школьной жизни приходится сталкиваться с ситуацией, когда подросток не имеет потребности в обучении и даже активно противодействует обучению.

Восприятие является чрезвычайно важным познавательным процессом, который тесно связан с памятью: особенности восприятия материала обуславливают и особенности его сохранения.

Методики изучения восприятия:

- методика «Компасы» (восприятие пространственных признаков);
- методика «Часы» (восприятие пространственных признаков);
- методика изучения восприятия времени.

* **Внимание** в подростковом возрасте является произвольным и может быть полностью организовано и контролируемо самим школьником. Индивидуальные колебания внимания обусловлены индивидуально-психологическими особенностями (повышенной возбудимостью или утомляемостью, снижением внимания после перенесённых соматических заболеваний, черепно-мозговых травм), а также снижением интереса к учебной деятельности.

Методики изучения внимания:

- методика «Красно-чёрные таблицы»;
- методика «Расстановка чисел»;
- методика «Отыскание чисел»;
- методика «Отыскание чисел с переключением».

* К числу индивидуальных особенностей относятся индивидуальные различия в функционировании **памяти**. Для успешного обучения подростка способам рационального запоминания, необходимо знать преобладающий тип памяти и индивидуальные особенности запоминания.

Методики изучения памяти:

- метод опосредованного запоминания (по Л.С. Выготскому);
- метод пиктограмм (по А.Р. Лурия);

- методика «Запоминание образов»;
- метод попарного воспроизведения.

* Содержанием психического развития подростка становится развитие его **самосознания**. Одной из важнейших черт, характеризующих личность подростка, является появление устойчивости самооценки и **образа «Я»**. Важным содержанием самосознания подростка является образ его физического «Я» - представление о своём телесном облике, сравнение и оценка себя с точки зрения эталонов «мужественности» и «женственности».

Особенности физического развития могут быть причиной снижения у подростков самооценки и самоуважения, а также приводить к страху плохой оценки их со стороны окружающих. Недостатки внешности (реальные или мнимые) могут переживаться очень болезненно, вплоть до полного неприятия себя, устойчивого чувства неполноценности.

Подростки чаще начинают опираться на мнение своих сверстников. Если у младших школьников повышенная тревожность возникает при контактах с незнакомыми взрослыми, то у подростков напряжённость и тревога выше в отношениях с родителями и сверстниками. Стремление жить по своим идеалам, выработка этих образцов поведения может приводить к столкновениям взглядов на жизнь подростков и их родителей, создавать конфликтные ситуации. В связи с бурным биологическим развитием и стремлением к самостоятельности у подростков возникают трудности и во взаимоотношениях со сверстниками.

Упрямство, негативизм, обидчивость и агрессивность подростков являются чаще всего эмоциональными реакциями на неуверенность в себе.

У многих подростков отмечаются акцентуации характера – определённое заострение отдельных черт характера, создающих определённую уязвимость подростка (**невротические расстройства, делинквентное поведение, пристрастие к алкоголю и наркомания**).

Методики изучения особенностей развития личности:

- опросник Кеттелла;
- БАЛ (бреннская анкета личности);
- шкала депрессии;
- методика «Незаконченные предложения»;

- методика «Несуществующее животное»;
- методика изучения уровня притязаний;
- методика типического реагирования на конфликтные ситуации.

Методики изучения свойств микро группового уровня:

- социометрия;
- референт метрия;
- опросники общительности;
- методика диагностики межличностных отношений;
- репертуарные решётки;
- ГОЛ.

* Ситуация развития подростка (биологические, психические, личностно-характерологические особенности подростка) предполагает кризисы, конфликты, трудности адаптации к социальной среде. Подросток, не сумевший благополучно преодолеть новый этап становления своего психосоциального развития, отклонившийся в своём развитии и поведении от общепринятой нормы, получает статус «трудного». В первую очередь, это относится к подросткам с асоциальным поведением. Факторами риска здесь являются: физическая ослабленность, особенности развития характера, отсутствие коммуникативных навыков, эмоциональная незрелость, неблагоприятное внешнесоциальное окружение. У подростков появляются определённые поведенческие реакции, которые составляют специфический комплекс. Выражается это как реакция эмансипации, которая представляет собой тип поведения, посредством которого подросток старается высвободиться из-под опеки взрослых.

Крайняя степень выраженности этой реакции – **бродяжничество**;

- реакция **группирования** со сверстниками, проявляется в повышенном интересе к общению со сверстниками, ориентации на выработку групповых норм и ценностей, формировании собственной субкультуры;
- реакция **увлечения** (хобби), в ней отражаются как веяние моды, так и формирующиеся склонности, и интересы подростка.

Определённые осложнения возникают у подростка в процессе **профессионального самоопределения, сознательного выбора профессии**. Выбор профессии подростком представляет собой многоэтапный процесс выработки и принятие решения. При этом проявляется ряд индивидуальных стилей поиска решений: импульсивные решения,

рискованные решения, уравновешенные решения, решения осторожного типа, инертные решения. Индивидуальные стили принятия решений являются отражением как индивидуально-психологических, так и личностных особенностей подростков. Коррекции требуют импульсные и инертные решения.

Методики изучения свойств на этом уровне:

- методика «Карта интересов»;
- методика ДДО (Климов).