

КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ АДМИНИСТРАЦИИ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД ЕФРЕМОВ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

«ДВОРЕЦ ДЕТСКОГО (ЮНОШЕСКОГО) ТВОРЧЕСТВА»

ПРИНЯТА

УТВЕРЖДАЮ:

С ИЗМЕНЕНИЯМИ И ДОПОЛНЕНИЯМИ

ДИРЕКТОР МБУДО «ДДЮТ»

НА ЗАСЕДАНИИ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОВЕТА

\_\_\_\_\_ В.В. ГЛАДКИХ

ОТ 30 АВГУСТА 2024г. Протокол № 5

ПРИКАЗ № 64 от 30.08. 2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

на 2024– 2025 учебный год

к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе

**«Основы парикмахерского искусства»**

Год обучения 1

Номер группы 1и1.

Возраст обучающихся 12-17лет.

Название объединения: «СТИЛЬ»

Автор : ИСАЕВА НАТАЛЬЯ АНАТОЛЬЕВНА;

должность: педагог дополнительного образования

г. Ефремов, 2023год

## **Пояснительная записка**

В 2024-2025 учебном году в объединении «Стиль» по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Декоративная косметика» занимается 11 человек –1 года обучения, группа 1и1.

Состав группы постоянный, состоит из девочек 12-17 лет. По итогам вводного анкетирования можно сделать вывод, что 20 % учащихся имеют начальные и средние творческие способности, 80% низкие. В соответствии с Календарным учебным графиком МБУДО «ДДЮТ» начало учебного года 01.09.2024г., окончание учебного года 31.05.2025г. (9 месяцев, 37 учебных недель).

Режим занятий: занятия проводятся по расписанию среда, пятница - 14.40.-15.25. - 15.35-16.20., согласно возрастным требованиям и содержанию дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы для 1 года обучения занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 занятия по 45 минут, что составляет 144 часа в год. Между учебными занятиями организуется перерыв 10 минут.

Рабочая программа разработана на основании общеобразовательной общеразвивающей программы «Основы парикмахерского искусства», которая является авторской, имеет социально - гуманитарную направленность, уровень программы: базовый.

### **ОТЛИЧИТЕЛЬНАЯ ОСОБЕННОСТЬ ПРОГРАММЫ**

Программа составлена в соответствии с интересами обучающихся, их природными склонностями и способностями. В ходе реализации предусмотрен спектр позиций (ролей) обучающихся: художник, организатор, дизайнер, модель, что дает возможность попробовать себя в разных профессиях, получить навыки работы с парикмахерскими инструментами, компьютерными программами, познакомиться с современными косметическими материалами, используемыми в парикмахерском деле.

В рамках программы осуществляется социальное партнерство с государственным учреждением социального обслуживания населения Тульской области «Социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних Ефремовского района»; Ефремовской районной организацией Тульской региональной организации общероссийской общественной организации «Всероссийское общество инвалидов»; с ГОУ ТО «Ефремовским областным центром образования».

Воспитательная деятельность направлена на развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации учащихся на основе социокультурных, духовно - нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование у учащихся чувства патриотизма,

гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде.

В объединении проводятся тематические беседы, викторины, мероприятия, акции, выставки. Обучающиеся участвуют в разнообразной проектной деятельности, являются участниками волонтерского отряда «Стиль», регулярно участвуют в акциях: «От сердца к сердцу», «Забота», «Волонтёры Победы».

С целью популяризации информация о проведённых мероприятиях публикуется в социальных сетях, на сайте МБУДО «ДДЮТ».

В текущем учебном году можно выделить следующие цели и задачи:

**ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ** - создание условий для социально-личностного развития учащихся, формирование активной жизненной позиции, целостного эстетического мировоззрения через освоение парикмахерского искусства.

**Задачи программы:**

**Обучающие:**

1. научить технике безопасности с режущим и электрическим инструментом и охране труда обучающихся;
2. изучить строение волос, научить подбирать процедуры ухода по типам и состоянию волос;
3. научить основным способам ухода за волосами;
4. научить выполнять основные виды парикмахерских работ: операции стрижки, технологии классических и салонных мужских, женских, детских стрижек;
5. научить разнообразным способам плетенья волос; укладки волос на бигуди, электрическим феном, выполнять горячую завивку волос с помощью электрических щипцов, стайлера, вейвмэйкера;
6. изучить составы для окраски волос; научить окрашивать волосы химическими, оттеночными, растительными красителями, осветлению волос;
7. научить основам деловой культуры.

**Задачи программы:**

### **Обучающие:**

- научить технике безопасности при выполнении различных видов работ парикмахера;
- научить основам деловой культуры;
- научить строению волос;
- научить основным способам ухода за волосами;
- научить подготовительным и заключительным работам при разных видах работ;
- научить разнообразным способам плетения волос;
- научить укладке волос на бигуди и электрическим феном;
- научить выполнять горячую завивку волос с помощью электрических щипцов, стайлера, вейвмэйкера;
- научить операциям стрижки, фасонам некоторых классических и салонных мужских, женских, детских стрижек.

### **Развивающая:**

1. развить деловые качества личности: самостоятельность, активность, ответственность, аккуратность; художественно-эстетический вкус; креативное и творческое мышление.

### **Воспитательные:**

1. формировать социальную активность, потребность в самопознании, саморазвитии;
2. воспитать культуру безопасной жизнедеятельности и здорового образа жизни;
3. формировать российскую гражданскую идентичность.

### **Особенности обучения в текущем учебном году.**

В текущем учебном году воспитательная работа, мероприятия в группах формируется в рамках федерального проекта «Успех каждого ребёнка». Указы Президента РФ:

- **2018 – 2027гг., десятилетие Детства**
- **2022 – 2031гг., десятилетие науки и технологий**
- **2024год - Год семьи**

- 2025 год – Год 80-летия Победы в Великой Отечественной войне, а также год «мира и единства в борьбе с нацизмом»

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ОБУЧАЮЩИМИСЯ В ТЕКУЩЕМ УЧЕБНОМ ГОДУ**

### **Обучающиеся будут знать/понимать:**

- технику безопасности при выполнении различных видов работ парикмахера;
- основы деловой культуры;
- строение волос;
- основные способы ухода за волосами;
- подготовительные и заключительные работы при разных видах работ;
- разнообразные способы плетения волос;
- укладку волос на бигуди и электрическим феном;
- горячую завивку волос с помощью электрических щипцов, стайлера, вейвмэйкера;
- операции стрижки, фасоны некоторых классических и салонных мужских, женских, детских стрижек.

### **Обучающиеся будут уметь:**

- соблюдать технику безопасности при выполнении различных видов работ парикмахера;
- применять основы деловой культуры;
- применять знания по строению волос;
- выполнять основные способы ухода за волосами;
- выполнять подготовительные и заключительные работы при разных видах работ;
- выполнять разнообразные способы плетения волос;
- выполнять укладку волос на бигуди и электрическим феном;

- Выполнять горячую завивку волос с помощью электрических щипцов, стайлера, вейвмэйкера.

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН ПЕРВОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	Название разделов (блоков) и тем	Количество часов			Формы аттестации /контроля/
		Всего	Теория	Практика	
<b>1</b>	<b>РАЗДЕЛ №1: ВВЕДЕНИЕ В ПРОГРАММУ -2ч.</b>				
1.1	<b>Тема 1</b> Роль парикмахерского искусства в современном мире.	2	2		<i>Вводное анкетирование.</i>
<b>2</b>	<b>РАЗДЕЛ №2: БЕЗОПАСНОСТЬ ТРУДА – 2ч.</b>				
2.1	<b>Тема 1</b> Общие требования безопасности труда и пожарной безопасности.	2	2		<i>Фронтальный опрос.</i>
<b>3</b>	<b>РАЗДЕЛ №3: ДЕЛОВАЯ КУЛЬТУРА – 6ч.</b>				
3.1	<b>Тема 1</b> Эстетическая и этическая культура Плетенье волос.	2	1	1	<i>Устный опрос</i>
3.2	<b>Тема 2</b> Психология культуры общения в профессиональной сфере Плетенье волос.	2	1	1	<i>Оценка самостоятельной работы</i>
3.3	<b>Тема 3</b> Культура обслуживания. Имидж. Плетенье волос.	2	1	1	<i>Тестирование; оценка самостоятельной работы</i>
<b>4</b>	<b>РАЗДЕЛ №4 ОСНОВЫ ФИЗИОЛОГИИ КОЖИ И ВОЛОС -8ч.</b>				
4.1	<b>Тема 1</b> Вводная часть. Основы физиологии кожи и волос.	2	2	-	<i>Устный опрос.</i>
4.2	<b>Тема 2</b> Гигиена труда. Производственная санитария и профилактика травматизма	2	1	1	<i>Оценка домашнего задания; оценка самостоятельной работы.</i>

	Плетенье волос.				
4.3	<b>Тема 3</b> Анатомия, физиология кожи, волос, ногтей. Плетенье волос.	2	1	1	<i>Оценка самостоятельной работы.</i>
4.4	<b>Тема 4</b> Болезни кожи, волос, ногтей. Плетенье волос.	2	1	1	<i>Оценка самостоятельной работы.</i>
<b>5</b>	<b>РАЗДЕЛ №5: МАТЕРИАЛОВЕДЕНИЕ -8ч.</b>				
5.1	<b>Тема 1</b> Вводная часть. Общее понятие о парфюмерии и косметике для волос.	2	2	-	<i>Фронтальный опрос.</i>
5.2	<b>Тема 2</b> Дезинфицирующие и кровоостанавливающие средства Плетенье волос.	2	1	1	<i>Оценка самостоятельной работы.</i>
5.3	<b>Тема 3</b> Моющие средства. Плетенье волос.	2	1	1	<i>Оценка самостоятельной работы.</i>
5.4	<b>Тема 4</b> Способы и средства ухода за волосами.	2	1	1	<i>Оценка самостоятельной работы.</i>
<b>6</b>	<b>РАЗДЕЛ №6: ОСНОВЫ ПАРИКМАХЕРСКОГО ИСКУССТВА – 112ч.</b>				
6.1	<b>Тема 1</b> Вводная часть. История развития парикмахерского искусства.	2	1	1	<i>Фронтальный опрос.</i>
6.2	<b>Тема 2</b> Безопасность труда при выполнении различных видов парикмахерских работ.	2	1	1	<i>Устный опрос.</i>
6.3	<b>Тема 3</b> Помещение и оборудование парикмахерских.	2	1	1	<i>Оценка самостоятельной работы.</i>
6.4	<b>Тема 4</b> Подготовительные и заключительные работы по обслуживанию посетителей.	4	2	2	<i>Наблюдение.</i>
6.5	<b>Тема 5</b> Технология мытья и массажа головы.	6	3	3	<i>Фронтальный опрос.</i>
6.6	<b>Тема 6</b> Аппаратура, инструменты и приспособления для парикмахерских работ.	26	13	13	<i>Наблюдение, устный опрос</i>

6.7	<b>Тема 7</b> Технология стрижки волос.	70	22	48	<i>Наблюдение, устный опрос, демонстрация работ. Промежуточная аттестация – тестирование.</i>
<b>7</b>	<b>РАЗДЕЛ №7: ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ЭКСКУРСИИ -4ч.</b>				
<b>7.1</b>	<b>Тема 1</b> Образовательная экскурсия в парикмахерскую обычного типа	<b>2</b>		<b>2</b>	<i>Анализ.</i>
<b>7.2</b>	<b>Тема 2</b> Образовательная экскурсия в салон - парикмахерскую повышенного типа	<b>2</b>		<b>2</b>	<i>Анализ.</i>
<b>8</b>	<b>РАЗДЕЛ №8: ИТОГОВОЕ ЗАНЯТИЕ – 2ч.</b>				
	<b>Тема1</b> Итоговое занятие	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<i>Мозговой штурм</i>
	<b>Всего часов:</b>	<b>144</b>	<b>61</b>	<b>83</b>	

### КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

№ п/п	Месяц	Дата	Время проведения занятий	Форма проведения занятий	Количество часов			Тема занятия	Место проведения	Содержание	Форма контроля
					Всего	Теория	Практика				
1		<b>РАЗДЕЛ №1: ВВЕДЕНИЕ В ПРОГРАММУ-2ч.</b>									
1	сентябрь	04.09.2024	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Беседа	2	2		<b>Роль парикмахерского искусства в современном мире</b>	каб. №11	Роль парикмахерского искусства в современном мире. Ознакомление с целью, задачами, темами программы 1-го года обучения. Выявление начальных творческих способностей с помощью	<i>Вводное анкетирование</i>

										анкетирования.	
2	<b>РАЗДЕЛ №2: БЕЗОПАСНОСТЬ ТРУДА-2ч</b>										
2	сентябрь	06.09.2024	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Лекция	2	2		<b>Общие требования безопасности труда и пожарной безопасности</b>	каб. №11	Требования безопасности труда на рабочих местах. Причины травматизма, виды травм, их меры предупреждения. Пожарная безопасность.	<i>Фронтальный опрос</i>
3	<b>РАЗДЕЛ № 3: ДЕЛОВАЯ КУЛЬТУРА-6ч.</b>										
3	сентябрь	11.09.2024	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Беседа	2	1	1	<b>Эстетическая и этическая культура. Плетенье волос</b>	каб. №11 №7	Эстетика. Области эстетической деятельности человека. Сферы эстетической культуры: архитектура, искусство, дизайн и др. Эстетическое воспитание, чувства эстетики, эстетический вкус. Этика. Мораль. Нравственность. Поведение человека в социуме; правила и нормы. Этикет, сферы действия этикета. Тестовые задания по темам: «Эстетика», «Поведение: правила и нормы», «мораль», «нравственность». Эстетический	<i>Устный опрос</i>

										вкус. Этикет сферы действия. Нравственные требования к профессиональному поведению. Освоение способов плетенья волос	
4	сентябрь	13.09.2024	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Деловая игра	2	1	1	<b>Психология культуры общения в профессиональной сфере. Плетенье волос</b>	каб. №11 №7	Культура общения в профессиональной сфере. Этика. Основные правила поведенческого этикета: приветствия, знакомство. Конфликты. Тестовые задания по темам: «Психология делового общения», «Культура общения». Упражнения на отработку поведения в конфликте .Освоение способов плетенья волос	<i>Оценка самостоятельной работы</i>
5	сентябрь	18.09.2024	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Беседа	2	1	1	<b>Культура обслуживания. Имидж Плетенье волос</b>	каб. №11 №7	Культура речи. Основные требования к речи: тон, артикуляция, произношение, громкость, точность в подборе слов элементы речевого этикета: формы обращения, изложение просьб. Составляющие имиджа: внешний вид, манера поведения, умение общаться с	<i>Тестирование; оценка самостоятельной работы</i>

										людьми. Составляющие внешнего облика делового человека: костюм, прическа макияж, аксессуары. Походка, жесты, осанка. Создание конфликтной ситуации, анализ, выход из сложившейся ситуации. Освоение способов плетенья волос.	
<b>4.</b>	<b>РАЗДЕЛ № 4: ОСНОВЫ ФИЗИОЛОГИИ КОЖИ И ВОЛОС -8ч.</b>										
6	сентябрь	20.09.2024	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Лекция	2	2		<b>Вводная часть. Основы физиологии кожи и волос</b>	каб. №11	<p>Определение понятий санитарии и гигиены, патогенных и непатогенных микробов.</p> <p>Возможности передачи инфекционных заболеваний в салоне – парикмахерской.</p> <p>Задачи предмета «Основы физиологии кожи и волос». Понятие о гигиене, санитарии. Роль санитарии и гигиены в парикмахерском деле.</p>	<i>Устный опрос</i>

7	сентябрь	25.09.2024	14.40. -15.25 15.35- 16.20	Лекция	2	1	1	<b>Гигиена труда. Производственная санитария и профилактика травматизма. Плетенье волос</b>	каб. №11 №7	Требования к оснащению и содержанию парикмахерской, режим труда и отдыха, гигиенические требования к рабочей одежде. Производственная санитария. Санитарно - гигиенические нормы. Санитарный уход за помещениями. Составление инструкций по профилактике санитарно - профилактических мероприятий.  Упражнения в оказании первой доврачебной помощи при травматизме.  Освоение способов плетенья волос	<i>Оценка домашнего задания; оценка самостоят ельной работы</i>
8	сентябрь	27.09.2024	14.40. -15.25 15.35- 16.20	Лаборат орная работа	2	1	1	<b>Анатомия, физиология кожи, волос, ногтей. Плетенье волос</b>	каб. №11 №7	Кожа: виды, структура и цвет. Волосы: виды, структура, цвет, физиология и рост волос. Ногти: строение, цвет, рост. Определение вида, структуры, цвета волос.  Освоение способов плетенья волос	<i>оценка самостоят ельной работы</i>

9	октябрь	02.10.2024	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Лабораторная работа	2	1	1	<b>Болезни кожи, волос, ногтей. Плетенье волос</b>	каб. №11 №7	Болезни кожи волос, ногтей: грибковые, гнойничковые, вызванные животными паразитами. Причины и профилактика инфекционных и неинфекционных заболеваний. Врожденные и приобретённые особенности кожи и волос. Работа с наглядным материалом по определению видов болезней: инфекционных и неинфекционных. Освоение способов плетения волос	<i>оценка самостоятельной работы</i>
5		<b>РАЗДЕЛ № 5: МАТЕРИАЛОВЕДЕНИЕ - 8ч.</b>									
10	октябрь	04.10.2024	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Беседа	2	2		<b>Вводная часть. Общее понятие о парфюмерии и косметике</b>	каб. №11 №7	Задачи предмета «Материаловедение». Понятия: «Парфюмерия», «Косметика», «Парфюмерно - косметические средства».	<i>Фронтальный опрос</i>

11	октябрь	09.10.2024	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Проблем ная лекция	2	1	1	<b>Дезинфицирующие и кровоостанавливаю щие средства. Плетенье волос</b>	каб. №11 №7	Виды дезинфицирующих и кровоостанавливающих средств; их состав и назначение. Способы применения. Техника безопасности при работе с дезинфицирующими и кровоостанавливающими средствами. Распознавание по образцам, дезинфицирующих и кровоостанавливающих средств. Приготовление растворов. Освоение способов плетенья волос	<i>оценка самостоят ельной работы</i>
12	октябрь	11.10.2024	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Тематич еская дискусс ия	2	1	1	<b>Моющие средства. Плетенье волос</b>	каб. №11 №7	Вода как средство мытья волос; требование к ней. Виды и классификация моющих средств. Кондиционеры. Ассортимент. Свойства, назначение. Требования к качеству. Виды и классификация средств, для ухода за волосами. Изучение по образцам моющих средств. Ознакомление с соответствующими инструкциями. Освоение способов плетенья волос	<i>оценка самостоят ельной работы</i>

13	октябрь	16.10.2024	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Беседа	2	1	1	<b>Способы и средства ухода за волосами</b>	каб. №11 №7	Средства лечебно – профилактического назначения.  Использование готовых и приготовленных в домашних условиях средств. Технология ухода за волосами: диагностика волос, восстановление волос. Исследование волос. Составление брошюр, технологических карт по способам и средствам ухода за волосами. Выполнение диагностики волос, составление программы ухода за волосами.	<i>оценка самостоятельной работы</i>
<b>6.</b>		<b>РАЗДЕЛ № 6: ОСНОВЫ ПАРИКМАХЕРСКОГО ИСКУССТВА – 112ч</b>									
14	октябрь	18.10.2024	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Беседа	2	1	1	<b>Вводная часть. История развития парикмахерского искусства</b>	каб. №11 №7	Виды услуг, представляемых парикмахерскими. Истории прически. Определение исторических причёсок.	<i>Фронтальный опрос</i>
15	октябрь	23.10.2024	14.40.-	Лекция	2	1	1	<b>Безопасность труда</b>	каб.	Безопасность труда при	<i>Устный</i>

			15.25 15.35- 16.20					<b>при выполнении различных видов парикмахерских работ</b>	№11 №7	выполнении различных видов парикмахерских услуг. Отработка основных правил по безопасности труда.	<i>опрос</i>
16	октябрь	25.10.2024	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Беседа	2	1	1	<b>Помещение и оборудование парикмахерских</b>	каб. №11 №7	Размещение парикмахерских. Типы и помещения парикмахерских. Организация интерьера. Требования к оснащению парикмахерской. Составление плана – схемы парикмахерской различных типов.	<i>Оценка самостоятельной работы</i>
<b>Подготовительные и заключительные работы по обслуживанию посетителей-4ч.</b>											
17	октябрь	30.10.2024	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Деловая игра	2	1	1	<b>Организация рабочего места</b>	каб. №11 №7	Правила подготовки рабочего места для обслуживания посетителей. Подготовительные работы перед выполнением парикмахерских работ, подготовка инструментов. Парикмахерское белье. Заключительные работы. Выполнение подготовительных и заключительных работ.	<i>Наблюдение</i>

18	ноябрь	01.11.2024	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Деловая игра	2	1	1	<b>Правила приема посетителей</b>	каб. №11 №7	Ознакомление учащихся с организацией рабочего места, с правилами обслуживания посетител Отработка правил приема посетителей при различных видах парикмахерских работ. Укрытие и снятие парикмахерского белья ей.	<i>Наблюдени е</i>
<b>Технология мытья и массажа головы-бч.</b>											
19	ноябрь	06.11.2024	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Лекция	2	1	1	<b>Технология гигиенического мытья головы</b>	каб. №11 №7	Способы мытья головы. Цели: гигиеническая, деформационная, подготовительная. Технология гигиенического мытья головы. Основные операции и виды работ при мытье головы. Безопасность труда. Выполнение гигиенического мытья головы.	<i>Фронтальн ый опрос</i>
20	ноябрь	08.11.2024	14.40. -15.25 15.35- 16.20	Проблем ная лекция	2	1	1	<b>Технология лечебного мытья головы</b>	каб. №11 №7	Основные операции и виды работ при лечебном мытье головы: приемы мытья головы, правила применения средств, с учетом их назначения. Стабилизация волос. Выполнение мытья головы с использованием	<i>Фронтальн ый опрос</i>

										лечебных эмульсий. Приготовление состава, нанесение на волосы. Время выдержки.	
21	ноябрь	13.11.2024	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Беседа	2	1	1	<b>Технология выполнения массажа головы</b>	каб. №11 №7	Технология выполнения массажа головы поглаживание, кругообразные движения, толкательные, сдавливание, поглаживание. Приёмы, время выполнения. Выполнение технологии массажа головы. С включением подготовительных и заключительных работ.	<i>Фронтальный опрос</i>
<b>6.6</b>		<b>Аппаратура, инструменты и приспособления для парикмахерских работ-26ч.</b>									
22	ноябрь	15.11.2024	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Лекция	2	1	1	<b>Виды и назначение аппаратуры</b>	каб. №11 №7	Аппаратура: виды, назначение, устройство, правила пользования. Виды, назначение и правила применения приспособлений. Освоение правил пользования аппаратурой. Парикмахерских приспособлений. Приемы держания. Назначение.	<i>Наблюдение</i>

23	ноябрь	20.11.2024	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Беседа	2	1	1	<b>Инструменты для расчесывания волос</b>	каб. №11 №7	Расчески, их виды, форма, назначение и название частей, способы держания при выполнении различных операций. Правила безопасности. Щетки, их виды, назначение, правила использования. Освоение приемов держания расчески. Разделение волос на прядки, выполнение проборов. Освоение приемов работы щеткой	<i>Наблюдение</i>
24	ноябрь	22.11.2024	14.40.- 15.25 15.35 16.20	Лекция	2	1	1	<b>Инструменты для горячей завивки волос</b>	каб. №11 №7	Щипцы для горячей завивки волос, их разновидности: название и назначение частей. Способы держания. Техника безопасности при работе с электрическим инструментом. Освоение приемов завивки локонов: «горизонтальных», «вертикальных». «Вверх», «Вниз» при помощи щипцов.	<i>Наблюдение</i>
25	ноябрь	27.11.2024	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Практическая работа	2	1	1	<b>Современные способы горячей завивки волос</b>	каб. №11 №7	Технологии современных способов выполнения горячей завивки волос: «гофре», «голливудская волна», «мятые	<i>Наблюдение</i>

										локоны». Выполнение технологий современных способов горячей завивки волос: «гофре», «голливудская волна», «мятые локоны».	
26	ноябрь	29.11.2024	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Практич еская работа	2	1	1	<b>Стайлер для горячей завивки волос</b>	каб. №11 №7	Виды, строение, применение стайлера. Технологическая последовательность работы стайлером: выпрямление волос, создание локонов. Выполнение горячей завивки волос стайлером, с соблюдением технологических приемов работы: при выпрямлении волос и создания локонов.	<i>Наблюдени е</i>
27	декабрь	04.12.2024	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Практич еская работа	2	1	1	<b>Инструменты для укладки волос - бигуди</b>	каб. №11 №7	Бигуди, их типы. Преимущества и недостатки назначение, правила использования. Выполнение приемов накручивания волос на бигуди различного типа, в соответствии с правилами	<i>Устный опрос</i>
28	декабрь	06.12.2024	14.40.- 15.25 15.35-	Практич еская работа	2	1	1	<b>Технология классического расположения бигуди</b>	каб. №11 №7	Технология выполнения накручивания волос на бигуди классическим способом. Освоение	<i>Наблюдени е</i>

			16.20							технологии выполнения накручивания волос на бигуди классическим способом.	
29	декабрь	11.12.2024	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Практич еская работа	2	1	1	<b>Укладка волос на бигуди в зависимости от задуманной прически</b>	каб. №11 №7	Технологии укладок волос на бигуди в зависимости от задуманной прически: с пробором прямым, косым; без пробора. На концах волос, на всю длину волос. Выполнение накручивания волос на бигуди в зависимости от задуманной прически. Определение времени сушки. Проверка качества сушки волос.	<i>Демонстра ция работы</i>
30	декабрь	13.12.2024	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Практич еская работа	2	1	1	<b>Технология укладки волос на бигуди различных типов</b>	каб. №11 №7	Технологии укладок волос на бигуди различных типов: «бумеранги», «ежики», «папильотки», «бархатные» .Выполнение технологии укладок волос на бигуди: «бумеранги», «ежики», «папильотки», «бархатные».	<i>Демонстра ция работы</i>
31	декабрь	18.12.2024	14.40.- 15.25	Практич еская	2	1	1	<b>Электрический фен</b>	каб. №11 №7	Устройство, применение электрического фена. Трудовые	<i>Наблюдени е</i>

			15.35- 16.20	работа						приемы, способы укладки работы электрическим феном. Выполнение укладки волос феном с применением трудовых приёмов. Соблюдение техники безопасности.	
32	декабрь	20.12.2024	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Практич еская работа	2	1	1	<b>Технология укладки волос феном и щеткой методом: «бомбаж»</b>	каб. №11 №7	Технология укладки волос феном и щеткой методом: «бомбаж»: приемы, способы работы для коротких и длинных волос. Выполнение укладки волос феном и щеткой методом: «бомбаж» коротких и длинных волос.	<i>Наблюдени е</i>
33	декабрь	25.12.2024	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Практич еская работа	2	1	1	<b>Технология укладки волос феном и щеткой методом: «брашинг»</b>	каб. №11 №7	Технология укладки волос феном и щеткой методом: «брашинг»: приемы, способы работы для коротких и длинных волос. Выполнение укладки волос феном и щеткой методом: «брашинг»: приемы, способы работы для коротких и длинных волос.	<i>Наблюдени е</i>
34	декабрь	27.12.2024	14.40.- 15.25 15.35-	Практич еская работа	2	1	1	<b>Режущий инструмент</b>	каб. №11 №7	Режущий инструмент: ножницы, бритвы, машинки для стрижки волос. Их форма, размер,	<i>Устный опрос</i>

			16.20							название частей, приемы держания, эксплуатация. Правила хранения и ухода за ними. Освоение приемов работы режущим инструментом: ножницами, бритвами, электрической машинкой.	
<b>Технология стрижки волос-70ч.</b>											
35	январь	10.01.2025	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Практич еская работа	2	1	1	<b>Виды, формы, операции стрижки</b>	каб. №11 №7	Общие сведения о стрижке. Виды стрижек: контрастная и неконтрастная. Разновидность форм. Характеристика операций стрижки. Выполнение определений вида, форм и операций стрижки, подбор инструментов в соответствии с операциями стрижки.	<i>Устный опрос</i>
36	январь	15.01.2025	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Практич еская работа	2	1	1	<b>Типы лица, коррекция с помощью стрижки</b>	каб. №11 №7	Характеристика типов лица. Коррекция стрижкой физических особенностей типа лица. Определение типа и коррекции лица с помощью стрижки.	<i>Демонстра ция работы</i>

37	январь	17.01.2025	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Практич еская работа	2	1	1	<b>Виды окантовки на шее</b>	каб. №11 №7	Характеристика видов «окантовки» волос на шее. Скобкой, прямая универсальная, овальная, вогнутая, углом. Освоение выполнения «окантовки» на шее. Скобкой, прямая универсальная, овальная, вогнутая, углом.	<i>Наблюдени е</i>
38	январь	22.01.2025	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Практич еская работа	2	1	1	<b>Виды окантовки на челке</b>	каб. №11 №7	Характеристика видов челки: прямая универсальная, полукруглая, асимметричная, вогнутая, двойная. Правила стрижки челки. Выделение основания челки. Способы стрижки челки густой, плоской. Объемной, легкой. Выполнение окантовки челки: прямой универсальной, полукруглой, асимметричной, вогнутой, двойной. Подбор вида челки в зависимости от индивидуальных особенностей лица.	<i>Наблюдени е</i>

39	январь	24.01.2025	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Практич еская работа	2	1	1	<b>Виды окантовки на висках</b>	каб. №11 №7	<p>Виды, формы, висков: прямой, прямой удлиненный, закругленный, острый, косой, венгерский. Способы их выполнения в зависимости от роста волос в мужских и женских стрижках. Последовательность этапов. Поэтапное визуальное выполнение приемов всех видов окантовок на висках.</p> <p>Использование режущего инструмента: ножниц, бритвы, электрической машинки в зависимости от длины волос.</p>	<i>Наблюдени е</i>
40	январь	29.01.2025	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Практич еская работа	2	1	1	<b>Операция стрижки: «Стрижка волос на пальцах»</b>	каб. №11 №7	<p>Технология выполнения операции стрижки: «Стрижка волос на пальцах», с внешней и внутренней стороны ладони. Метод прядь за прядью. Визуальное выполнение операции: «Стрижка волос на пальцах»</p>	<i>Наблюдени е</i>

41	январь	31.01.2025	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Практич еская работа	2	1	1	<b>Технология выполнения «прогрессивной формы» женской стрижки ножницами</b>	каб. №11 №7	Технология выполнения «прогрессивной формы» женской стрижки – ножницами, (Каскад). Последовательность операций стрижки. Выполнение технологии «прогрессивной формы» женской стрижки – ножницами, (Каскад).	<i>Демонстра ция работы</i>
42	февраль	5.02.2025	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Практич еская работа	2	1	1	<b>Технология выполнения «прогрессивной формы» женской стрижки – с укладкой волос</b>	каб. №11 №7	Технология выполнения «прогрессивной формы» женской стрижки - (Каскад) с укладкой волос. Особенность работы и техника безопасности при работе. Выполнение технологии «прогрессивной формы» женской стрижки - (Каскад) с укладкой волос	<i>Наблюдени е</i>
43	февраль	07.02.2025	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Практич еская работа	2		2	<b>Выполнение женской стрижки «прогрессивной формы»</b>	каб. №7	Выполнение женской стрижки «прогрессивной формы» Последовательная технология выполнения с применением ножниц. Отработка способов укладки волос феном	<i>Наблюдени е</i>

44	февраль	12.02.2025	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Практич еская работа	2	1	1	<b>Операция стрижки: «филировка»</b>	каб. №11 №7	Операция стрижки: филировка. Виды филировки: на концах, по всей длине, прикорневая. Методы филировки: «пойнтирование», «выщип», «скользящий» срез, (слайсинг) «тупировка», на перекрученную прядь, «пойтинг». Выполнение отработки методов филировки: «пойнтирование», «выщип», «скользящий» срез, (слайсинг) «тупировка», на перекрученную прядь, «пойтинг»	<i>Наблюдени е</i>
45	февраль	14.02.2025	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Практич еская работа	2	1	1	<b>Технология выполнения «равномерной формы» женской стрижки»</b>	каб. №11 №7	Технология выполнения «равномерной формы» женской стрижки», (универсальной стрижки «Шарм»). Выполнение технологии «равномерной формы» женской стрижки», (универсальной стрижки «Шарм»)	<i>Устный опрос</i>
46	февраль	19.02.2025	14.40.- 15.25	Практич еская	2		2	<b>Выполнение женской стрижки</b>	каб. №7	Выполнение женской стрижки «равномерной формы»	<i>Демонстра ция</i>

			15.35-16.20	работа				<b>«равномерной формы»</b>		(универсальной стрижки «Шарм») на основе операции: «стрижка на пальцах», методом «прядь за прядью»	<i>работы</i>
47	февраль	21.02.2025	14.40.-15.25 15.35-16.20	Практическая работа	2	1	1	<b>Технология выполнения «массивной формы» женской стрижки</b>	каб. №11 №7	Технология выполнения женских стрижек «массивной формы» (Русская), (Классическое каре). Метод наложения пряди на прядь. Выполнение технологии женских стрижек «массивной формы» (Русская), (Классическое каре). Отработка метода наложения пряди на прядь.	<i>Наблюдение</i>
48	февраль	26.02.2025	14.40.-15.25 15.35-16.20	Практическая работа	2		2	<b>Выполнение женской стрижки «массивной формы»</b>	каб. №7	Выполнение женских стрижек «массивной формы», (Русская), (Классическое каре)	<i>Наблюдение</i>
49	февраль	28.02.2025	14.40.-15.25 15.35-16.20	Практическая работа	2	1	1	<b>Операция стрижки: «градуировка»</b>	каб. №11 №7	Операция стрижки: «градуировка». Виды градуировки: внутренняя, внешняя. Выполнение операции: «градуировка» Освоение	<i>Наблюдение</i>

										операции внешнего и внутреннего вида.	
50	март	05.03.2025	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Практич еская работа	2	1	1	<b>Технология выполнения «градуированной формы» женской стрижки»</b>	каб. №11 №7	Технология выполнения «градуированной формы» женской стрижки (Градуированное каре), (Овальное каре). Выполнение технологии «градуированной формы» женской стрижки.  (Градуированное каре.), (Овальное каре)	<i>Наблюдени е</i>
51	март	07.03.2025	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Практич еская работа	2		2	<b>Выполнение женской стрижки «градуированной формы»</b>	каб. №7	Выполнение женской стрижки «градуированной формы» (Градуированное каре), (Овальное каре)	<i>Наблюдени е</i>
52	март	12.03.2025	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Практич еская работа	2	1	1	<b>Операции стрижки: «сведение волос на нет», «тушевка»</b>	каб. №11 №7	Определение операций стрижки: «сведение волос на нет», «тушевка». Инструменты. Технология приемов операций стрижки. Освоение приемов операций стрижки волос: сведение волос на «нет», «тушёвка».	<i>Наблюдени е</i>

										Отработка способов держания инструментов	
53	март	14.03.2025	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Практич еская работа	2	1	1	<b>Технология выполнения мужской классической стрижки: «Канадка»</b>	каб. №11 №7	Технология выполнения мужской классической стрижки «Канадка». Проверочные работы, устранение возможных допущенных ошибок в работе. Выполнение технологии мужской классической стрижки «Канадка» Выполнение проверочных работ, устранение возможных допущенных ошибок в работе.	<i>Устный опрос</i>
54	март	19.03.2025	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Практич еская работа	2		2	<b>Выполнение мужской классической стрижки: «Канадка»</b>	каб. №7	Выполнение мужской классической стрижки «Канадка», с применением операций: «стрижка на пальцах», «сведение волос на нет», «окантовка».	<i>Наблюдени е</i>

55	март	21.03.2025	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Практич еская работа	2	1	1	<b>Технология выполнения мужской короткой стрижки «Полубокс» с применением электрической машинки</b>	каб. №11 №7	Технология выполнения мужских коротких стрижек с применением электрической машинки. Определение особенностей формы головы, подбор вида стрижки. Технология выполнения стрижки волос машинкой (Наголо, Бокс, Полубокс). Выполнение мужской короткой стрижки «Полубокс» с применением электрической машинки. Определение особенностей формы головы, подбор вида стрижки.	<i>Устный опрос</i>
56	март	26.03.2025	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Практич еская работа	2		2	<b>Выполнение мужской короткой стрижки «Полубокс» с применением электрической</b>	каб. №7	Выполнение мужской короткой стрижки «Полубокс» с применением электрической машинки Выполнение проверочных работ	<i>Наблюдени е</i>

								<b>машинки</b>			
57	март	28.03.2025	14.40. -15.25 15.35- 16.20	Практич еская работа	2	1	1	<b>Технология выполнения мужской короткой стрижки «Бокс» с применением электрической машинки</b>	каб. №11 №7	Технология выполнения мужской салонной стрижки (Бокс). Отличительные черты стрижки «Полубокс» от стрижки «Бокс». Изменение модели стрижки в зависимости от особенностей формы головы, роста волос и типа лица. Выполнение технологии мужской салонной стрижки (Теннис). Подбор модели стрижки в зависимости от особенностей формы головы, роста волос и типа лица	<i>Устный опрос</i>

58	апрель	02.04.2025	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Практич еская работа	2		2	<b>Выполнение мужской короткой стрижки «Бокс» с применением электрической машинки</b>	каб. №7	Выполнение мужской короткой стрижки «Бокс» с применением электрической машинки. Проверка качества работы, соблюдение техники безопасности во время стрижки	<i>Наблюдени е</i>
59	апрель	04.04.2025	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Практич еская работа	2	1	1	<b>Технология выполнения мужской стрижки «haircut»</b>	каб. №11 №7	Технология выполнения мужской стрижки «haircut». Особенности выполнения креативных мужских стрижек. Соблюдение последовательности, точности выполнения стрижки. Выполнение освоения технологии мужской стрижки «haircut». Самоконтроль в выполнении точности стрижки.	<i>Устный опрос</i>
60	апрель	09.04.2025	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Практич еская работа	2		2	<b>Выполнение мужской стрижки «haircut»</b>	каб. №7	Выполнение мужской стрижки «haircut». Самоконтроль в выполнении точности стрижки.	<i>Наблюдени е</i>

61	апрель	11.04.2025	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Практич еская работа	2	1	1	<b>Технологии выполнения детских стрижек с применением электрической машинки.</b>	каб. №11 №7	Технологии выполнения детской стрижки с применением электрической машинки «Чёлочка». Правила и особенности выполнения детских стрижек. Соблюдение в работе техники безопасности. Выполнение освоения технологии выполнения детской стрижки «Чёлочка», с применением электрической машинки.	<i>Устный опрос</i>
62	апрель	16.04.2025	14.40. -15.25 15.35- 16.20	Практич еская работа	2		2	<b>Выполнение детских стрижек с применением электрической машинки</b>	каб. №7	Выполнение детской стрижки: «Челочка». Проверка качества стрижки.	<b><i>Промежу точная аттестаци я: тестирова ние</i></b>
63	апрель	18.04.2025	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Практич еская работа	2	1	1	<b>Технология выполнения детских салонных стрижек</b>	каб. №11 №7	Технология выполнения детских салонных стрижек. Для девочек «Лесенка», для мальчиков «Боб». Метод «наложение пряди на прядь». Выполнение освоения	<i>Устный опрос</i>

										технологии детских салонных стрижек. Для девочек «Лесенка», для мальчиков «Боб». Отработка метода «наложения пряди на прядь».	
64	апрель	23.04.2025	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Практич еская работа	2		2	<b>Выполнение детских салонных стрижек</b>	каб. №7	Выполнение детских салонных стрижек. Для девочек «Лесенка», для мальчиков «Боб». Соблюдение техники безопасности в работе.	<i>Наблюдени е</i>
65	апрель	25.04.2025	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Практич еская работа	2	1	1	<b>Технология чтения схем женских стрижек</b>	каб. №11 №7	Значение технологии чтения схем стрижек, символика линий, соблюдение последовательности работы над схемой женских стрижек ( Аврора, Каприз). Выполнение освоения технологии чтения схем женских стрижек (Аврора, Каприз).	<i>Устный опрос</i>
66	апрель	30.04.2025	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Практич еская работа	2	1	1	<b>Технология чтения схем мужских стрижек</b>	каб. №11 №7	Технология чтения схем мужских стрижек (Теннис, Бриз). Символика технологических обозначений. Освоения технологии чтения схем мужских стрижек	<i>Устный опрос</i>

										(Теннис, Бриз)	
67	май	07.05.2025	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Практич еская работа	2		2	<b>Проверочные работы на тему: «Стрижка волос»</b>	каб. №7	Выявление знаний и умений обучающихся по теме: «Стрижка волос»	<i>Зачёт</i>
68	май	14.05.2025	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Практич еская работа	2		2	<b>Моделирование схем салонных женских стрижек</b>	каб. №7	Выполнение моделирования схем салонных женских стрижек, их фасон, последовательность технологических обозначений.	<i>Демонстра ция работы</i>
69	май	16.05.2025	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Практич еская работа	2		2	<b>Моделирование схем мужских салонных стрижек</b>	каб. №7	Последовательное выполнение моделирования схем мужских салонных стрижек.	<i>Демонстра ция работы</i>
<b>7.</b>		<b>РАЗДЕЛ № 7: ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ЭКСКУРСИИ-4</b>									
70	май	21.05.2025	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Образов ательная экскурси я	2		2	<b>Образовательная экскурсия в парикмахерскую обычного типа</b>	каб. №7	Ознакомление со структурой и основным оборудованием парикмахерской обычного типа. Организация рабочего места для выполнения различных видов парикмахерских работ.	<i>Анализ</i>

71	май	23.05.2025	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Образов ательная экскурси я	2		2	<b>Образовательн ая экскурсия в салон - парикмахерскую повышенного типа</b>	каб. №7	Ознакомление со структурой и основным оборудованием парикмахерской повышенного типа. Организация рабочего места для выполнения различных видов работ.	<i>Анализ</i>
<b>8</b>		<b>РАЗДЕЛ № 8: ИТОГОВОЕ ЗАНЯТИЕ - 2</b>									
72	май	28.05.2025	14.40.- 15.25 15.35- 16.20	Деловая игра	2	1	1	<b>Итоговое занятие</b>	каб. №11 №7	Выявление знаний обучающихся по разделам программы. Определение навыков и умений обучающихся за 2 полугодие первого года обучения.	<i>Мозговой штурм</i>

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

### *Используемая литература для педагога:*

1. Локкоко А. Все о волосах. Большая книга для парикмахера. - М.: АСТ, **2020**. - **713** с.
2. Батурчик Н. П. Парикмахерские работы. - М.: Вышэйшая школа, **2023**. - 240 с.
3. Голубева Е.В. Прически для праздников и особых случаев. - М.: Эксмо, **2022**. - 192 с.
4. Доброва Е. В. Роскошные волосы. Уход, прически, укладки - М.: Центрполиграф, **2021**. - **987** с
5. Дрибноход Ю. Ю. Здоровые и красивые волосы. Пособие по уходу и лечению - М.: Феникс, **2022**. - 464 с.
6. Хорина Е.А. Праздничные косички для девочек. Мастер-класс профессионала . - М.: Питер, **2022**. - **237** с.

7. Панченко О. А. Авангардные молодежные прически и стрижки. Практическое пособие. - М.: Диля, **2022**. - 144 с.
8. Романова О.Н. Косы и косички - М.: АСТ, **2023**. - **812** с.
9. Мирошниченко С.А. Энциклопедия парикмахерского искусства - М.: Феникс, **2023**. - **992** с.
10. Тулаева Т. С. Стильные косички для взрослых и детей. Искусство плетения - М.: Феникс, Суфлер, **2020**. - **834** с.
11. Филатова С.В. Современные стрижки и укладки. Женские, мужские, детские - Москва: **Машиностроение, 2020**. - **848** с.
12. Хомич Е.О. Косы и косички плетем себе сами,**2023**. - **755** с.
13. Шквыря Ж.Ю. Уход за волосами - М.: Мир книги, **2021**. - **214** с.

Электронный ресурс

[http://diplomcollege.ru/a/kimb/files/23892/26230/Petrovskaya\\_V.\\_Parikmakherskoe\\_iskusstvo.\\_Uroki\\_masterstva.pdf](http://diplomcollege.ru/a/kimb/files/23892/26230/Petrovskaya_V._Parikmakherskoe_iskusstvo._Uroki_masterstva.pdf)

#### *Литература для учащихся/родителей*

1. Школа красоты: учебное пособие для будущих парикмахеров, косметологов, стилистов и визажистов. - М.: Крон-Пресс, **2020**. - 384 с.
2. Больц Э. Ваш тип прически - М.: Кристина & Со, **2021**. - 128 с.
3. Дрибноход Ю.Ю. Здоровые и красивые волосы. Пособие по уходу и лечению - М.: Феникс, **2022**. - 464 с.
4. Гид Cosmopolitan. Уход за волосами. - М.: Фэшн Букс, **2022**. - 224 с.
5. Живилкова Е.И. Великолепные прически, не выходя из дома - М.: Эксмо, **2022**.-192 с.
6. Хорина Е. Праздничные косички для девочек. Мастер-класс профессионала - М.: Питер, **2022**. - **237** с.
7. Романова О.Н. Простейший способ заплести себе "французскую косу" + 12 причесок на ее основе. - М.: АСТ, Харвест, Кладезь, **2020**. - **347** с