

27.09.2021

Здравствуйте студенты гр. 405-СП!

Учебная дисциплина:

Организация и технологии парикмахерских услуг

Тема урока:

Массаж головы

Задание к лекции:

Вам необходимо самостоятельно изучить текст лекции, законспектировать его в свои рабочие тетради.



Выполненную работу оформить в рабочую тетрадь, сфотографировать и отправить отдельным файлом (электронный документ) в личное сообщение через социальные сети VK (lili Zaeva) (беседа) или на электронную почту преподавателя .

1.Краткие сведения из теории:

Массаж головы

Косметический массаж головы рекомендуется с целью укрепления волос. Его назначение – улучшить кровоснабжение, а также питание кожи, мышц и волосяных сосочков. Он противопоказан при сильном выпадении волос, гнойничковых процессах, гипертонии 2-3 степени.

Приступая к массажу необходимо знать следующее:

1. Массажные линии на голове начинаются на макушке и радиально расходятся от нее во все стороны.
2. Массировать нужно волосистую часть головы в направлении наклона роста волос.

3. Массаж должен быть энергичным, особенно при ослабленных волосах и облысении.
4. Во время разминания нельзя допускать скольжения пальцев по волосам: пальцы должны быть плотно прижаты к коже.
5. Массаж головы должен продолжаться 10-15 минут.
6. Всего делают 15-20 сеансов.

Посредством массажа головы:

- ◆ улучшается кровообращение, кожное дыхание и сосудистый тонус,
- ◆ усиливается обмен веществ,
- ◆ усиливаются выделительные и ферментативные процессы.
- ◆ улучшается состояние эластических, коллагеновых и гладкомышечных волокон, которые прикреплены к луковицам волоса

Техника массажа

Массаж головы имеет ряд полезных результатов. Поговорим о пользе и технологии таких процедур как классический массаж головы, стимулирующий и успокаивающий массаж. Массаж кожи головы стимулирует кровообращение и обмен веществ, улучшает питание корней волос, усиливает рост волос, нормализует деятельность сальных желез, делает кожу головы мягкой и упругой. Благодаря массажу усиливается действие лечебных препаратов (препарат наносится на чистые и влажные волосы, затем голова массируется). Все перечисленные результаты достигаются при выполнении классического массажа. Классический массаж головы. Техника (картинка 1)

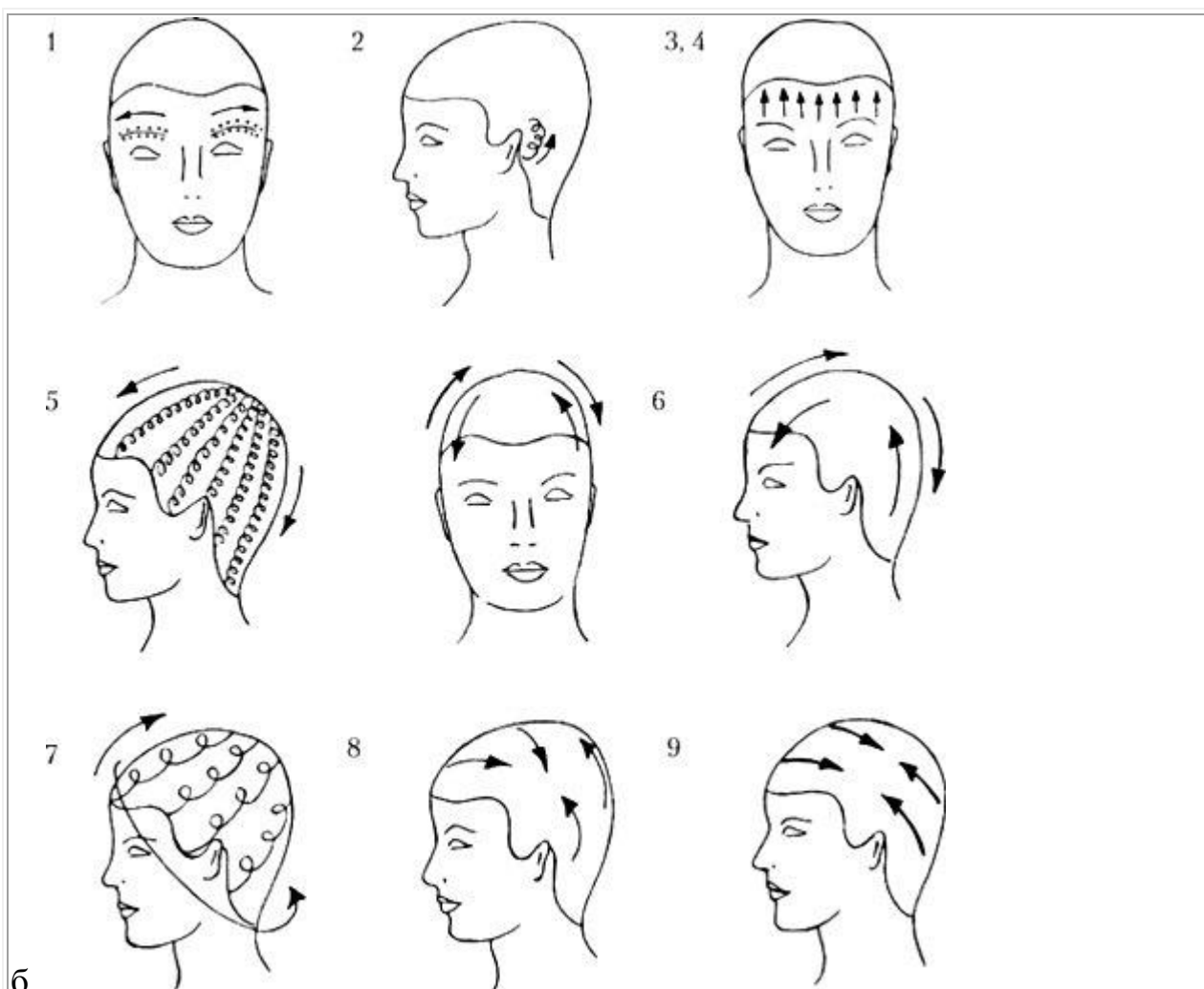
1. Подушечки большого и указательного пальцев захватывают складки в области надбровных дуг во всю толщину тканей. Захваченные складки сдавливаются. Движения повторяются по всей длине надбровных дуг от переносицы к вискам.
2. Подушечки двух – трех пальцев обеих рук выполняют круговые разминания за ушными раковинами в области сосцевидных отростков.
3. Подушечки двух пальцев обеих рук производят давящее поглаживание от надбровных дуг до границы роста волос.
4. Ладонями обеих рук выполняется поглаживание от надбровных дуг до границы роста волос.
5. Подушечки двух пальцев выполняют круговые разминания от макушки к границе роста волос. Массаж выполняется правой рукой.
6. Голова плотно обхватывается ладонями и кожа волосистой части головы сдвигается сначала в одну сторону, а затем в другую. Сначала

руки обхватывают височную область, а затем теменную и затылочную. Во время разминания нельзя допускать скольжения рук или пальцев по волосам.

7. Кисть правой руки накладывается на теменную зону, а кисть левой руки – на затылочную. Правой рукой выполняется круговое разминание волосистой части головы, постепенно передвигая руку по всей голове. Левая рука поддерживает голову.
8. Кисть правой руки накладывается на теменную зону, а кисть левой руки – на затылочную. Пальцы обеих рук разводятся в разные стороны. Кожа волосистой части головы сдвигается в различных направлениях, но одновременно.
9. Кисть правой руки накладывается на теменную зону, а кисть левой руки – на затылочную. Кожа волосистой части головы сдвигается навстречу друг другу. Движение повторяется по всей поверхности головы.

Каждый этап классического массажа следует повторять 2 – 3 раза.

Противопоказаниями для выполнения классического массажа являются грибковые и гнойничковые заболевания, обильное выпадение волос, различные травмы, гипертония. Помимо давно известного классического массажа, существует стимулирующий массаж (позволяет ощутить свежесть и бодрость после трудового дня) и успокаивающий массаж (дает максимальное расслабление и позволяет отвлечься от повседневных забот. Здесь секрет заключается в правильности выполнения движений. Массаж состоит из нескольких этапов, что позволит клиенту расслабиться.



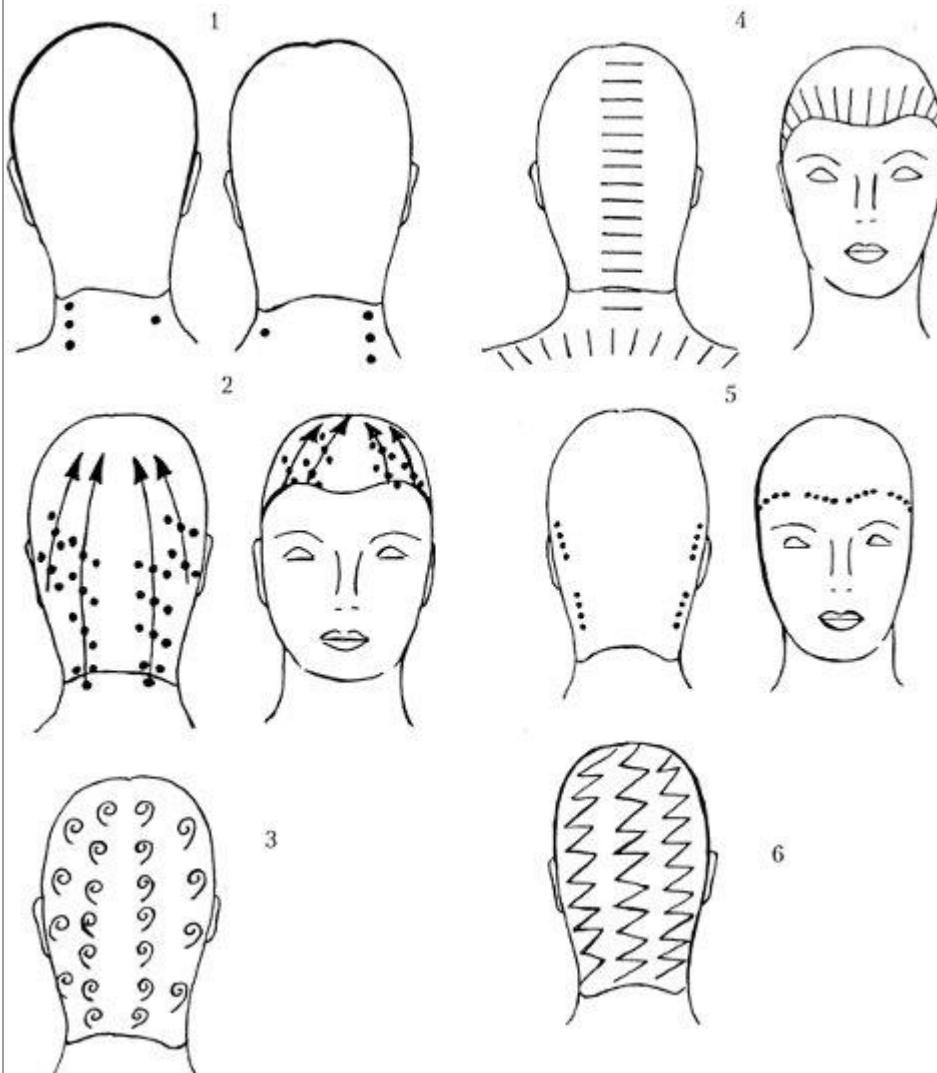
б

к Стимулирующий массаж головы (картинка 2):

1. Разминание шейных позвонков сначала с одной стороны, а затем с другой при помощи двух или одного пальца правой руки.
2. Всеми пальцами рук осуществляется нажатие. Пальцы постепенно перемещаются от затылочной зоны к теменной. Сила нажатия должна соответствовать пожеланиям клиента. При выполнении данного этапа массажа большой палец смещает указательный, средний и безымянный.
3. Круговые движения. Пальцы ставятся под прямым углом к голове и выполняют круговые движения от затылка к линии роста волос на лбу и снова по направлению к затылку. Нажим регулируется пожеланием клиента.
4. Постукивающие движения ладонями обеих рук. Сначала массируется плечевая область, затем затылочная (горизонтальными линиями), затем теменная (от уха до уха). Движения должны быть пружинистыми и

легкими.

5. Точечный массаж. Нажатие осуществляется четырьмя пальцами. Массирование начинается от затылка, перемещается за ушные раковины, переходит на виски и заканчивается на линии роста волос у лба. Нажим постепенно увеличивается, а затем постепенно ослабевает. После каждого цикла руки возвращаются в исходное положение.
6. Зигзагообразные движения. Подушечки пальцев обеих рук перемещаются зигзагами от затылочной к теменной зоне. При этом руки следует перемещать как бы в противоположные стороны.



Картинка 2.

Стимулирующий массаж

Контрольные вопросы :

1. Назовите показания к массажу
2. Перечислите противопоказания к массажу