

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Центр развития ребенка – детский сад №4» городского округа город Агидель  
Республики Башкортостан

# Исследовательская работа «Красота и здоровье волос»

**Исследователь темы:** *Зайнитдинова Зарина, 6 лет*

**Руководитель:** *Сахаветдинова З.А.*

*2018 год*

- **Проблема** – На сегодняшний день средств по уходу за волосами стало гораздо больше. Косметические или народные средства полезны волосам?
- **Тема** - здоровые и красивые волосы.
- **Актуальность** - Издавна главным украшением женщин и девушек считались длинные красивые волосы. С недавних пор длинные волосы стали считаться «модными» не только в России, но и в других странах мира.
- **Цель** - узнать, как нужно заботиться о волосах, чтобы они выглядели красиво и ухоженно.
- **Задачи:**
  - Выяснить, как связаны между собой здоровое питание и красота волос.
  - Узнать как правильно мыть и сушить волосы
  - Узнать какие типы расчесок для волос существуют.
- **Гипотеза** - я предполагаю, что красота волос зависит от ухода за ними.
- **Ожидаемый результат** – в результате исследования у детей формируется навыки и умения ухаживать за волосами, а у девочек появляется интерес и желание иметь красивые и длинные волосы.
- **Этапы исследования :**
  - Изучение литературы;
  - Поиск информации в интернете;
  - Наблюдения.
- **Исследование** – волосы и средства по уходу за волосами.

С самого рождения мама меня ни разу не подстригала и мне захотелось узнать, как продолжить уход за волосами, для того чтобы они стали более мягкими, блестящими и здоровыми. Я попросила маму найти мне в интернете информацию о волосах.



# ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ И ЗДОРОВЬЕ ВОЛОС.



Правильное питание и нужные витамины для волос помогут волосам быть сильными, красивыми и блестящими. Для здоровья волос нужно соблюдать некоторые условия:

1. Голову нужно мыть по мере загрязнения.
2. Волосы после мытья не надо вытирать, их лучше промокнуть полотенцем и высушить на воздухе.
3. Мокрые волосы лучше не расчесывать, так как они вытягиваются и рвутся.



Изучив информацию о волосах, я решила провести эксперимент, выбрав шампуни с учетом вида и типа моих волос.

У меня нормальный тип волос, гладкой формы.

Для исследования были отобраны 3 вида шампуня:

- «Дракоша»;
- «Принцесса»;
- «Ушастый нянь».

После проведенного исследования я пользуюсь шампунем «Принцесса», после его применения волосы стали чистыми, шелковистыми, послушными, легко расчесываются, имеют здоровый и ухоженный вид.

# Расчесывание волос

## Инструменты для расчесывания



Щетка для укладки



Щетка массажная



Расческа с частыми зубьями



Расчески комбинированные



Расческа-выпрямитель



Расческа с редкими зубьями



Расчески для укладки



- Расчёсывание. постоянно повторяющиеся ошибки при расчёсывании, могут вызвать повреждение волос, особенно если это длинные волосы.
- Надо расчёсывать медленно, распутывая каждую прядь, а не рвать и не тянуть волосы, тем самым повреждая структуру.
- Лучше всего использовать для расчёсывания и массажа головы деревянные расчёски.

# Народные средства для здоровья волос



- Моя бабушка рассказала мне, что яичный желток полезен для здоровья волос. После её слов мне стало интересно так ли это и мы с мамой попробовали помыть мои волосы яичным желтком. Оказывается бабушка была права. После яичной маски мои волосы стали более мягкими, послушными и приятные на ощупь.

# Отвар из крапивы

- Из журнала я узнала, что отвар из крапивы также хорошо влияет на волосы, ЭТИМ отваром надо просто сполоснуть волосы.





Есть еще много средств и способов по уходу за волосами, но для детей хватает тех, о которых я рассказала.

## Вывод:

- Проведя исследование я узнала, какие есть народные средства для улучшения здоровья волос, как правильно ухаживать за своими волосами и поделилась этим со своими друзьями. В дальнейшем я буду заботиться о красоте своих волос.

**Спасибо за  
внимание**

**ВНИМАНИЕ**