

КОСЫ и КОСИЧКИ

Мастер-класс профессионалов



Annotation

Эта книга — самое полное на сегодняшний день пособие для начинающих парикмахеров, осваивающих техники плетения косичек и способы создания причесок из них. Вы научитесь плести разнообразные косы — от классических до французских и даже африканских. Пошаговые инструкции помогут создать прическу из кос любой сложности на все случаи жизни. Все это поможет начинающему парикмахеру сделать первые шаги на пути к мастерству, а опытному стилисту продолжать совершенствовать свое искусство.

- [Анастасия Витальевна Колпакова](#)
 - [Предисловие](#)
 - [Глава 1](#)
 - - [Средства для укладки](#)
 - [Расчески](#)
 - [Петля для волос \(topsy tool\)](#)
 - - [Принцип использования](#)
 - [Ленты, заколки, шпильки](#)
 - - [Резинки](#)
 - [Ленты](#)
 - [Шпильки](#)
 - [Заколки](#)
 - [Глава 2](#)
 - - [Техника плетения](#)
 - [Прически](#)
 - [Две классические косы](#)
 - [Пучок, обернутый косой](#)
 - [Хвост с шишечкой из косы](#)
 - [Ракушки](#)
 - [Стильная простота](#)
 - [Гроздь](#)
 - [Радуга](#)

- [Глава 3](#)
 -
 - [Техника плетения](#)
 - [Прически](#)
 - [Вечерняя](#)
 - [Простая корзинка](#)
 - [Пучок с косичками](#)
- [Глава 4](#)
 -
 - [Техника плетения](#)
 -
 - [«Шахматная» техника](#)
 - [Прически](#)
 - [Коса в элегантной прическе](#)
 - [«Колосок» из пяти прядей](#)
 - [Коса из пяти прядей с лентой](#)
- [Глава 5](#)
 -
 - [Техника плетения](#)
 - [Прически](#)
 - [Селедки](#)
 - [Деревенская рыбка](#)
- [Глава 6](#)
 -
 - [Техника плетения](#)
 - [Прически](#)
 - [Французский твист](#)
 - [Дорожка твиста](#)
- [Глава 7](#)
 -
 - [Техника плетения](#)
 - [Прически](#)
 - [Воздушная коса](#)
 - [Дракончик](#)
 - [Ромашка](#)
 - [Корона](#)
 - [Двойная капля](#)
 - [Воздушное сердечко](#)
- [Глава 8](#)

-
- [Техника плетения](#)
- [Прически](#)
 - [Датская роза](#)
 - [Датская корона](#)
 - [Ободок](#)
- [Глава 9](#)
 -
 - [Техника плетения](#)
 - [Прически](#)
 - [Боковые косы-жгуты](#)
 - [Боковые жгуты, закрученные вперед](#)
 - [Жгуты и Франция](#)
- [Глава 10](#)
 -
 - [Техника плетения](#)
 - [Прически](#)
 - [Прическа для длинных волос](#)
 - [Ажурная коса и локоны](#)
 - [Ажурные розетки](#)
- [Глава 11](#)
 -
 - [Противопоказания к афрокосичкам](#)
 - [Принципы создания афропрически](#)
 - [Техника плетения](#)
 - [Прически из афрокосичек](#)
 -
 - [Классические афрокосички](#)
 - [Сенегальские косички](#)
 - [Тайские косички](#)
 - [Брейды](#)
 - [Пони-тейл](#)
 - [Уход за афрокосичками](#)
 -
 - [Мытье головы и сушка волос](#)
 - [Уход за кожей головы](#)
 - [Расплетание](#)
- [Вклейка](#)
 - [Вероника](#)

- [Воздушная элегия](#)
 - [Солнечная улыбка](#)
 - [Амазонка](#)
 - [Тропиканка](#)
 - [Муза](#)
 - [Парижанка](#)
 - [Грация](#)
-

Анастасия Витальевна Колпакова
Косы и косички. Мастер-класс
профессионалов

Предисловие

Наверняка найдется немало людей, которые скажут, что косички — это исключительно детская прическа. У кого-то косы ассоциируются с образом деревенской простушки. Некоторые девушки считают, что косы — это совершенно не модно и абсолютно не гламурно. Кажется, им легче обриться налысо, чем заплести косичку.

Отбросьте предубеждение! Косички снова в моде! Парикмахеры и стилисты включают все свое умение и всю свою фантазию, чтобы придумывать все новые и новые прически из кос. Профессионалы с мировым именем устраивают мастер-классы по плетению кос и косичек. Актрисы, певицы, женщины-политики и прочие знаменитости с гордостью предъявляют на суд публики свои очаровательные (и не очень) головки, увенчанные прическами из кос.

Если взяться за плетение волос со знанием дела, даже из простых трехпрядных косичек можно сотворить шедевр парикмахерского искусства. А ведь существует огромное множество разновидностей косичек, причем некоторые из них делятся в свою очередь на подтипы.

Всем известна народная мудрость: «коса — девичья краса». Произнесите ее — и перед вами тут же возникнет образ дородной русской красавицы в сарафане, в кокошнике и с косой до пят. Однако косы — это отнюдь не славянское изобретение. Искусство плетения волос зародилось еще в незапамятные времена. Косы были популярны и в Древнем Египте, и в античных Греции и Риме, и у американских индейцев. Во всех уголках мира самые разные народы заплетали волосы в косички. Цвет кожи, язык, религиозные убеждения, традиции и даже климат местности — все это не имело значения. Угольно-черные или же белоснежные руки делили кудрявые, жесткие или прямые, тонкие волосы на прядки — и начиналось оно, Таинство Плетения.

Сегодня ношение косичек уже утратило то магическое значение, которым его наделяли наши предки. Сплетенные волосы — не более чем красивая прическа.

В этой книге двенадцать глав, одиннадцать из которых посвящены разным видам кос и косичек. Вы познакомитесь с техникой плетения различных косичек и научитесь создавать на их основе прически. Мы старались подобрать прически разного уровня сложности. С одними из них без проблем справятся даже новички в плетении кос, для создания других

потребуется опыт и многочисленные тренировки.

Вы найдете как ежедневные прически, так и варианты, подходящие для торжественных случаев.

Учитесь, набирайтесь опыта и создавайте новые стильные и модные прически из кос и косичек!

Глава 1

Стайлинг-средства и инструменты для работы



Средства для укладки

Современная косметическая промышленность предлагает огромное разнообразие средств для укладки волос. Они отличаются текстурой, консистенцией, силой фиксации, способом применения.

1. *Вода для укладки.* Придает волосам гибкость, создает естественную укладку с легким эффектом «мокрых» волос. Вода для укладки наносится на влажные волосы. Перед употреблением флакон нужно встряхнуть. Пряди укладывают феном, моделирую прическу щеткой или пальцами. Чем больше средства нанести на волосы, тем сильнее получится фиксация. Это средство не подходит для сухих волос, так как содержит спирт. Кроме того, вода для укладки, как правило, не справляется с очень длинными волосами. Зато тонкие и не слишком густые волосы такая жидкость держит прекрасно.

2. *Лосьоны для укладки.* Придают прическе объем, однако фиксируют волосы не слишком сильно. Лучше всего использовать их при укладке волос феном. Лосьоны, в отличие от муссов, можно наносить на сухие волосы.

3. *Кремы для волос.* Как правило, в таких средствах содержатся питательные вещества, так что кремы не только фиксируют волосы, но и ухаживают за ними. Разновидность крема для волос — крем-глянец, которые придает волосам блеск и пластичность. Кремы снимают с волос статическое электричество, помогают восстановиться волосам, поврежденным химической завивкой. В отдельную группу можно выделить кремы для укладки, которые не содержат блеска, однако делают прическу пышной, а волосы эластичными. Этим средством особенно легко уложить сухие волосы.

...

Гели для укладки с эффектом блеска «тяжелее» обычных гелей. В состав этих средств входят вещества, придающие волосам блеск с перламутровым переливом. Такие гели применяют для создания вечерних и праздничных причесок.

Способ применения одинаковый для всех видов крема: надо выдавить несколько капель крема на ладонь, растушевать и втереть в волосы.

Обладательницам коротких волос достаточно просто несколько раз провести руками по шевелюре. С длинными волосами придется повозиться подольше, распределяя порции крема по всей их длине от корней до кончиков.

4. *Воск для волос.* Одно из преимуществ этого средства в том, что оно не содержит спирт, а значит, достаточно безопасно для волос. Например воск рекомендуют использовать, если волосы повреждены химической завивкой или окраской. Воск надежно фиксирует прическу, облегчает ее моделирование. Тем не менее, с воском нужно работать осторожно: если нанести слишком много препарата, волосы будут выглядеть грязными, сальными. Это свойство воска используется для создания особого стиля причесок с эффектом «немытых волос».

Еще одна не слишком приятная особенность воска заключается в том, что нанесенный на волосы по всей длине, он хорошо фиксирует отдельные пряди, но при этом уменьшает объем прически. Поэтому обладательницам тонких, жидких волос нужно избегать этого средства укладки. Воск больше подходит для жестких, послушных волос, которые хорошо держат форму.

Способ применения воска таков: надо взять небольшое количество средства и растереть его между ладонями, чтобы согреть. Затем втереть воск в волосы. В корни волос воск втирают кончиками пальцев, такими же движениями, как при мытье головы. По всей длине и на кончики волос воск наносят пропуская волосы через ладонь, словно выжимая из них воду. Если нанести средство на корни волос, прическа станет более пышной. Если же втереть воск в кончики волос, они склеятся и станут блестящими.

5. *Гели для волос.* Эти средства для укладки применяют для создания гладких причесок. Гели позволяют легко моделировать и фиксировать отдельные пряди. С помощью геля также можно сформировать локоны и волны из густых, непослушных волос. Гели не содержат спирта, благодаря чему их можно использовать даже на сухих и поврежденных волосах.

Гели наносят почти так же, как кремы для волос. Небольшое количество геля надо выдавить на ладонь, а затем распределить по волосам пальцами или расческой. Гель можно наносить как на влажные, так и на сухие волосы.

Существуют и другие разновидности геля, в частности гель-спрей и гель-воск.

Гель-спрей имеет более жидкую консистенцию. С помощью имеющегося на флаконе пульверизатора это средство равномерно распределяется по волосам. Гели-спреи различаются по степени фиксации. Средства слабой фиксации поддерживают форму прически, при этом

сохраняя естественность. Средства сильной фиксации закрепляют прическу волосок к волоску.

Гель-воск используется для создания гладких, блестящих причесок. Средство нужно взять кончиками пальцев и распределить по всей длине волос.

6. *Мусс или пенка*. Эти средства фиксируют волосы, не утяжеляя их и не склеивая. Кроме того, муссы придают прическе объем, что особенно ценно, если волосы сухие и слабые.

Разные виды муссов предназначены для волос в различных состояниях: вьющихся, осветленных, окрашенных, после химической завивки и т. д. На это нужно обращать внимание при выборе средства укладки.

Различаются муссы и по степени фиксации: сильная, средняя и слабая. Чем тоньше волосы, тем слабее должна быть степень фиксации. Если нанести на тонкие волосы препарат сильной фиксации, они станут тяжелыми, и прическа не будет держать форму.

Муссы наносят на влажные волосы, не затрагивая кожу головы. Волосы не должны быть слишком мокрыми, иначе пенка просто соскользнет с них. Перед применением флакон с пенкой встряхивают. Небольшое количество средства выдавливают на ладонь и распределяют по всей длине волос. Чтобы мусс ложился равномерно, после его нанесения волосы рекомендуется причесать расческой с редкими зубьями.

Чтобы прическа не утратила естественность, мусс нужно использовать в строго дозированных количествах. Излишек этого средства скрепляет волосы в жесткие пряди.

7. *Лаки для волос*. Все перечисленные ранее средства фиксации являются промежуточными. По-настоящему эффективными они будут только в сочетании с лаком для волос. Средства для укладки облегчают моделирование прически и фиксируют ее. Однако действие их недолговечно. Достаточно легкого порыва ветра — от и вашей прически останется лишь воспоминание. Поэтому какое бы стайлинг-средство вы ни применяли, рекомендуется закреплять прическу лаком. Современные лаки не только обеспечивают надежную фиксацию, но и защищают волосы от воздействия ультрафиолетовых лучей и других вредных факторов окружающей среды.

Лаки для волос выпускаются в виде аэрозоля. Различают лаки слабой, нормальной и сильной фиксации.

Расчески

Существуют несколько типов расчесок, каждый из которых предназначен для определенных целей. Отдавайте предпочтение расческам, изготовленным из натуральных материалов. Они не вредят волосам и не травмируют кожу головы.

Обращайте внимание и на качество расчески. Например, плохо отполированные деревянные расчески могут занозить кожу.

1. *Комбинированная расческа.* Половина зубьев такой расчески редкая, а половина — частая. Такие расчески являются универсальными. С их помощью вы можете расчесываться, делать горячие или холодные укладки. Выбирая комбинированную расческу, обращайте внимание на следующие характеристики. Качественная расческа не должна сгибаться. Острые зубцы будут травмировать кожу головы, поэтому они должны быть слегка закругленными. Отдавайте предпочтение расческам с антистатическим покрытием, тогда ваши волосы не будут электризоваться и «тянуться» вслед за расческой. Этим требованиям отвечают расчески из силикона или карбона. Она прочные, долговечные и способны выдержать воздействие высоких температур. Металлических и пластмассовых расчесок желательно избегать (рис. 1).

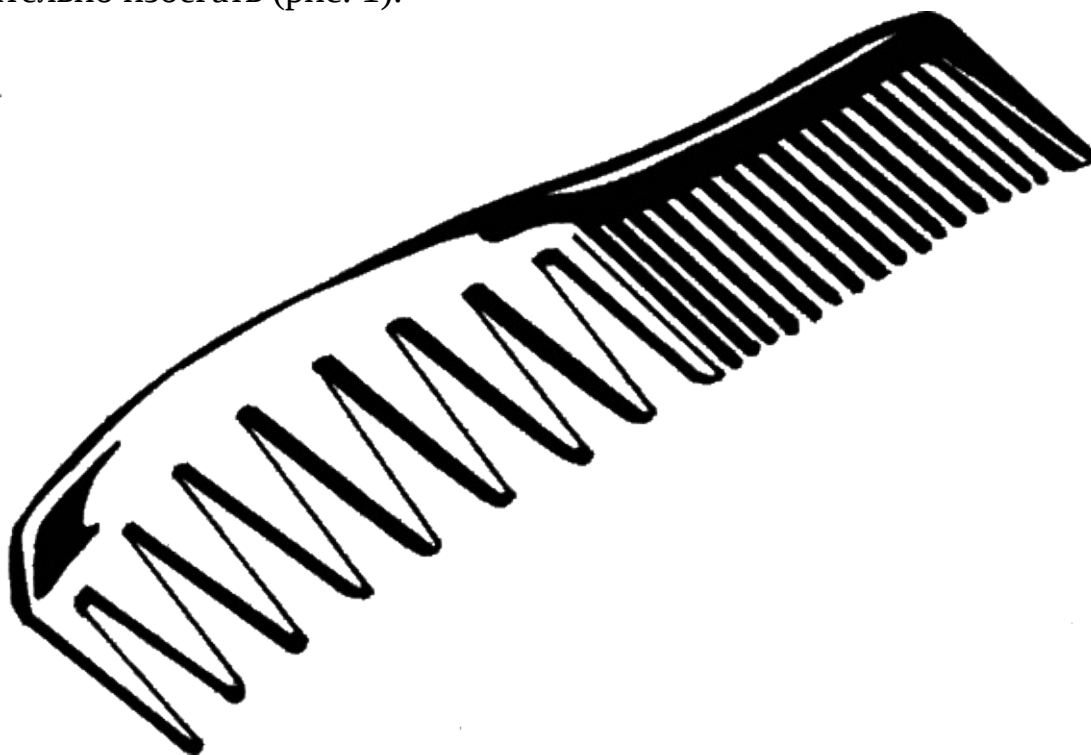


Рис. 1. Комбинированная расческа

2. *Расчески с чередующимися длинными и короткими зубцами.* Ими очень удобно делать начес, а потом разглаживать верхний слой начесанных волос. Короткие зубчики расчесывают верхние волосы, не нарушая созданный объем. Как правило, на конце таких расчесок имеется пластмассовая или металлическая «вилка». Она предназначена для моделирования прически. Кроме того, ею удобно подцеплять и приподнимать отдельные начесанные пряди до общего уровня (рис. 2).

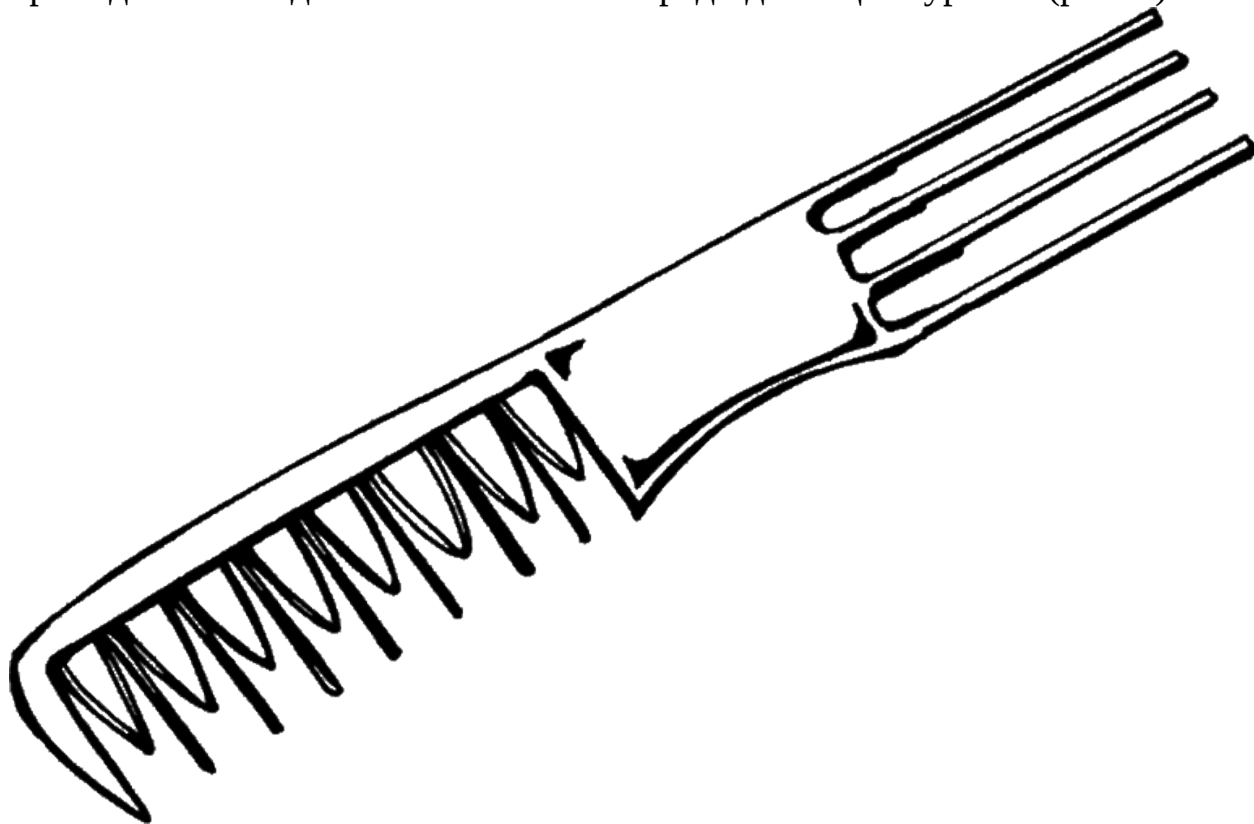


Рис. 2. Расческа с чередующимися длинными и короткими зубцами и «вилкой»

3. *Щетка из натуральной щетины в 3 ряда.* Эта расческа аналогична предыдущей. Она состоит из чередующихся длинных и коротких щетинок. Такой щеткой удобно делать начес и разглаживать его верхние волосы. Преимущество щетки из натуральной щетины в том, что она полирует волосы, разглаживает их чешуйки, благодаря чему волосы становятся блестящими (рис. 3).

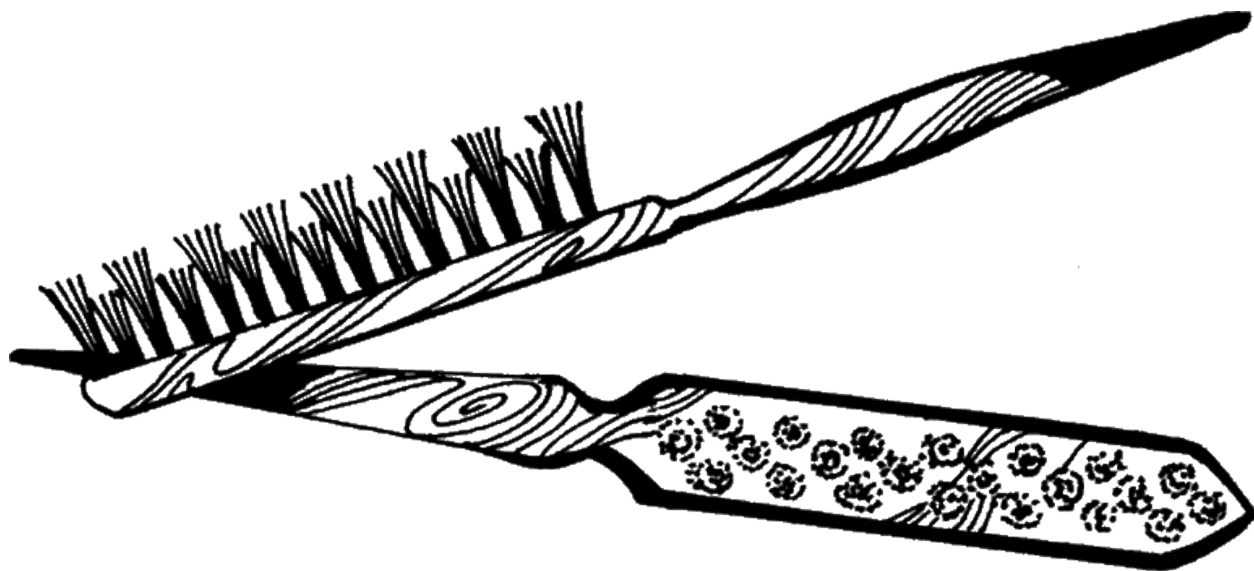


Рис. 3. Щетка из натуральной щетины в 3 ряда

4. Щетка с натуральной щетиной. В отличие от щетки из натуральной щетины в 3 ряда, она имеет всего одну функцию: разглаживать и полировать волосы в процессе укладки. Такая щетка может заменить утюжок (рис. 4).



Рис. 4. Щетка с натуральной щетиной

5. *Расческа с одним «хвостиком».* Это одно из главных «орудий труда» при создании причесок из косичек. Такой расческой можно легко и быстро сделать пробор любой формы. Нужные линии «прочерчиваются» тонким «хвостиком» такой расчески как карандашом, после чего волосы разводятся по разные стороны от получившегося пробора (рис. 5).

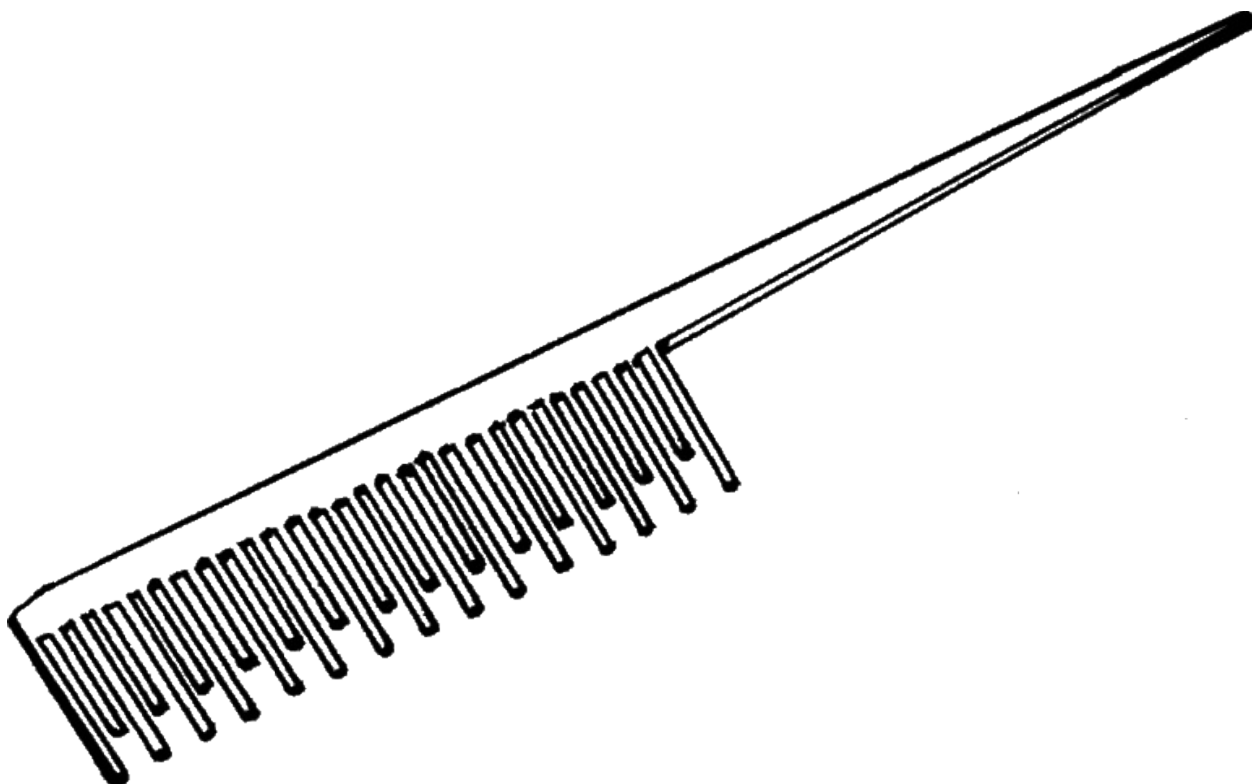


Рис. 5. *Расческа с одним «хвостиком»*

6. *Массажная прямоугольная щетка, или «лопатка».* Предназначена для расчесывания длинных волос. Многочисленные зубчики такой щетки легко разделяют и приглаживают волосинки. Учитывая, что большинство видов кос плетется на длинных и средних волосах, «лопатка» не менее полезна, чем расческа с одним «хвостиком». У качественной массажной щетки на конце зубчиков должны быть пластмассовые шарики, которые защитят кожу головы. Желательно пользоваться щеткой с антистатическим покрытием (рис. 6).

...

Регулярно промывайте расчески под струей воды, зазоры между щетинками и зубчиками очищайте мылом и щеткой. Чистые расчески дезинфицируйте в течение 15 мин в растворе аламинола (50 г аламинола на 1 л воды), а затем ополаскивайте под проточной водой и просушивайте.

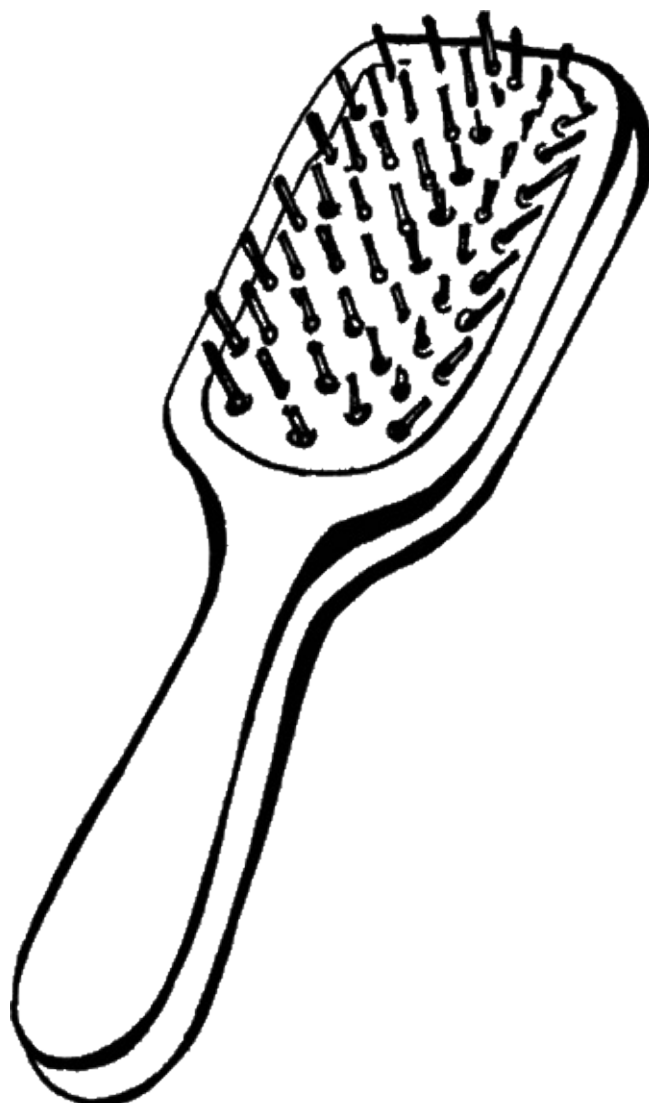


Рис. 6. Массажная прямоугольная щетка, или «лопатка»

7. *Скелетная расческа.* Аналогична массажной щетке. Однако между ними есть существенное различие: в корпусе скелетной расчески имеется отверстие, благодаря чему ее можно использовать при сушке волос феном. Воздух из фена свободно проходит через отверстие в корпусе, расческа не перегревается и не обжигает кожу головы. С помощью скелетной щетки приподнимают корни волос и создают объем. Такой расческой удобно укладывать короткие и средние волосы. Весьма практична двусторонняя скелетная щетка: с одной стороны ее щетинки длинные, а с другой короткие. Сторона с длинными щетинками предназначена для укладки волос средней длины, а сторона с короткими щетинками — для укладки коротких волос (рис. 7).

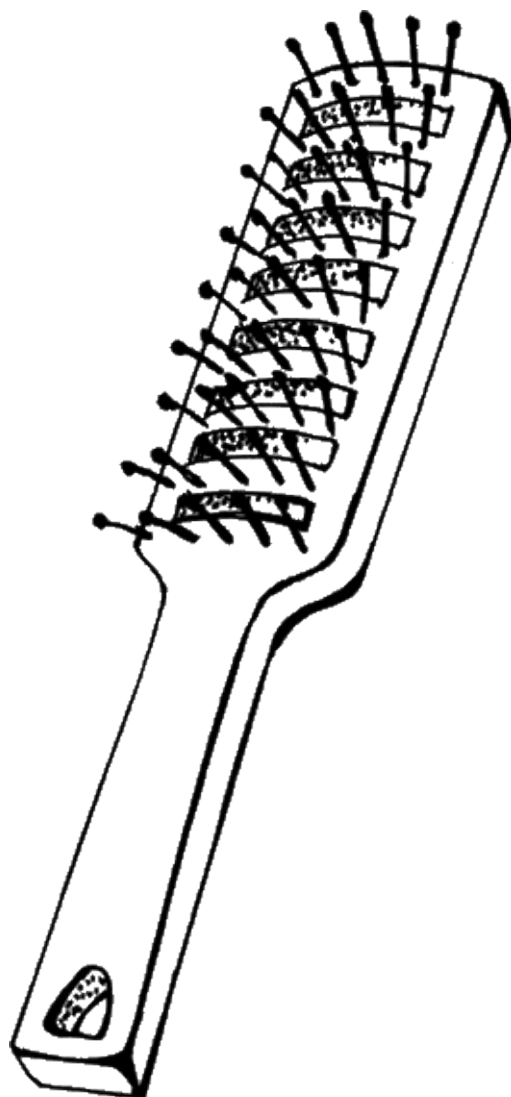


Рис. 7. Скелетная расческа

8. Брашинг, или термобрашинг. Это круглая расческа для укладки волос феном. С помощью термобрашинга создают объем прикорневой зоны волос, выпрямляют или, наоборот, подкручивают локоны. Такой вид расчески удобно использовать для работы с длинными и средними волосами, а также с челкой.

Термобрашинг удерживает тепло, воздействуя на волосы подобно щипцам для завивки. Однако в отличие от щипцов, которые жгут волосы, брашинг обеспечивает более деликатную завивку.

По своему строению термобрашинг напоминает скелетную расческу. Основание термобрашинга должно быть полым, чтобы через это отверстие свободно проходила струя воздуха от фена. Основание обязательно должно быть керамическим, так как пластмасса не выдерживает высоких температур. Желательно пользоваться брашингом с ионным покрытием,

которое препятствует образованию статического электричества на волосах во время сушки феном (рис. 8).

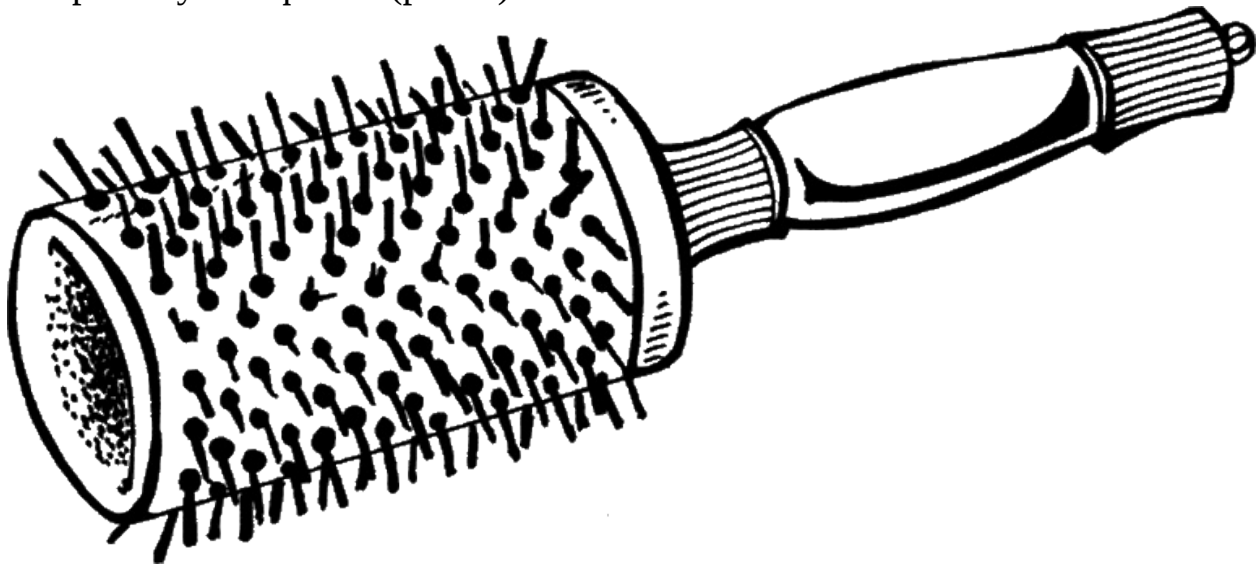


Рис. 8. Термобрашинг

Весьма удобны термобрашинги с выдвижным «хвостиком». Им удобно отделять пряди в процессе укладки.

Термобрашинги различаются по диаметру. Чем он меньше, тем сильнее завивается локон и тем больше получается объем. Для подкручивания прядей используют термобрашинг среднего или малого диаметра. Средние брашинги подходят и для создания объема. Напротив, если вам нужно распрямить волосы, пользуйтесь брашингом самого большого диаметра.

Желательно иметь минимум два брашинга: большой, диаметром около 55 мм, и средний, диаметром около 35 мм.

Хорошее практичное решение — овальный двусторонний термобрашинг. С одной его стороны находится скелетная расческа, а с другой — щетка с натуральной щетиной.

Петля для волос (topsy tool)

Петля для волос — это элементарнейшее, но весьма полезное приспособление. По сути, это огромная игла с широким ушком, позволяющая «зашить» выбившуюся прядь. С помощью topsy tool удобно заправлять внутрь торчащие хвостики косы, делать простейшие прически, быстро и красиво укладывать длинные волосы (рис. 9).

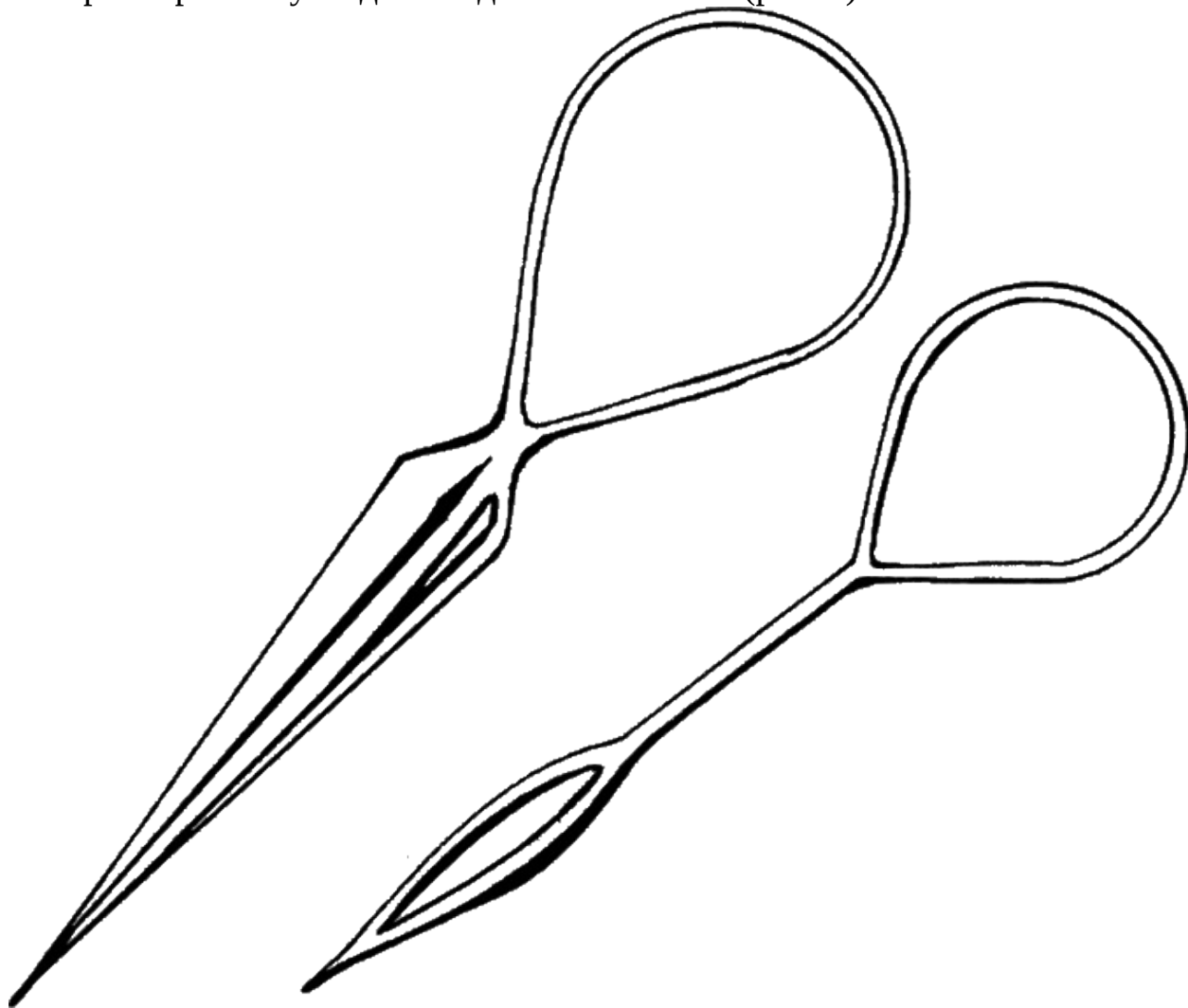


Рис. 9. Петля для волос *topsy tool*

Принцип использования

1. Соберите волосы в хвост и закрепите его резинкой.
2. Немного спустите резинку, ослабив основание хвоста.

3. В середину хвостика вставьте ножку topsy tool. Петля при этом должна быть направлена вертикально вверх (рис. 10).



Рис. 10. *Использование петли topsy tool: шаг 3*

4. Придерживая петлю левой рукой, правой захватите волосы и пропустите их сквозь ушко петли (рис. 11).



Рис. 11. *Использование петли topsy tool: шаг 4*

5. Протащите петлю вниз вместе с заправленным в нее хвостом (рис. 12).



Рис. 12. *Использование петли topsy tool: шаг 5*
6. Готовая прическа (рис. 13).



Рис. 13. *Использование петли topsy tool: конечный результат*

Аналогичным образом можно спрятать торчащие прядки косы: вставить ножку topsy tool в косу, продеть торчащую прядь в ее ушко и протянуть петлю вниз.

Ленты, заколки, шпильки

При создании и оформлении прически не обойтись без дополнительных аксессуаров: резинок, лент, заколок, шпилек. В процессе плетения косы нередко приходится временно фиксировать ненужные в данный момент пряди, чтобы они не мешали работать. Если вы делаете прическу из нескольких кос, то на промежуточных этапах каждую из них приходится закреплять, чтобы они не распустились, пока вы занимаетесь созданием других элементов прически. Аксессуары для волос должны быть не только удобными, надежными, но и красивыми. Особенно если речь идет не о «рабочих» заколках, которые закрепляют на волосах лишь временно, а о тех, что используют для окончательного оформления прически.

Резинки

При создании многих видов кос и косичек основания и кончики волос фиксируются резинками.

Маленькие косички удобно крепить тонкими силиконовыми резиночками. Они бывают черными, прозрачными и разноцветными.

Если резинка нужна только для фиксации волос, она не должна выделяться. В этом случае для темных волос берут черную резинку, а для светлых — прозрачную. Если резинка будет служить еще и украшением, можно выбрать силиконовую резинку любого цвета, который будет гармонировать с вашим нарядом.

Можно использовать и тканевые резинки. Материалы, цвета и размеры таких изделий необыкновенно разнообразны.

Резинку можно сделать и своими руками. Простейший вариант — резинка из ткани. Вам потребуется прямоугольный кусок подходящей ткани. Сложите ткань пополам лицевой стороной внутрь, совместив длинные стороны прямоугольника. Выполните шов, выверните получившийся «рукав» наружу, проденьте в него кусок бельевой резинки нужной вам длины. Сшейте вместе сначала концы резинки, а потом концы «рукава». Такую резинку можно украсить бисером, бусинами, стеклярусом, стразами, искусственным цветком или оставить в первоначальном виде.

Ленты

Коса с заплетенной в нее лентой — настоящая классика жанра. Лента может быть атласной, капроновой, хлопчатобумажной, кожаной. Подойдет любая ткань. Главное, чтобы она соответствовала выбранному стилю. Помимо тканевых лент, в косу можно вплетать нитку бисера или бусы.

Атласные ленты продаются в швейном магазине. Удобнее всего работать с не слишком широкими ленточками, 1–1,5 см. Правда, есть опасность, что вам попадутся некачественные ленты, которые в процессе ношения линяют. Обычно под удар попадает та часть ленты, которая оказывается ближе к голове. Под воздействием жира и пота она выцветает. Причем случиться это может после первого же дня эксплуатации. Такие ленты лучше не использовать повторно: вылинявшие участки будут выделяться на общем фоне и прическа получится неряшливой.

Шпильки

Шпильки нужны для закрепления отдельных элементов прически и для поддержания ее формы (рис. 14).

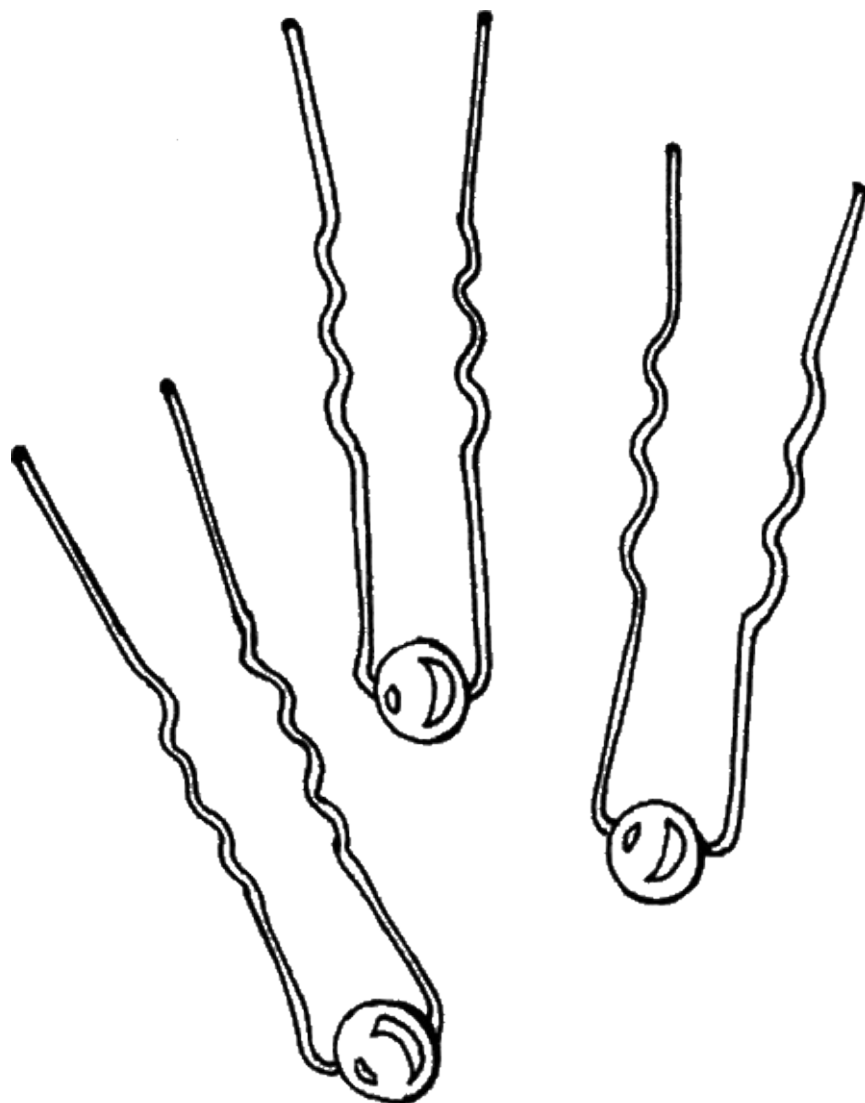


Рис. 14. Шпильки для волос с «жемчужинами»

Шпильки бывают прямыми и волнистыми. Прямые шпильки служат для временной фиксации элементов прически, а волнистые — для ее финального оформления.

Отдавайте предпочтение не гладким, а зубчатым шпилькам. Благодаря шероховатой поверхности они надежнее удерживаются в волосах.

Различаются шпильки и по размеру. Чаще всего можно встретить шпильки 45-го размера. Однако они маленькие, поэтому ими фиксируют только отдельные небольшие детали прически. Для надежного крепления более крупных и объемных элементов нужны большие шпильки.

Шпильки могут быть черными, медными и серебристыми. Подбирать их следует под цвет волос: для темных волос подойдут черные шпильки, а для светлых — серебристые или медные.

Заколки

Заколки для волос — это не только средство фиксации прически, но и очень красивые аксессуары. Сама по себе изящная, оригинальная заколка уже может служить украшением прически. Существует множество видов заколок: невидимки, «крокодильчики», «крабы», гребки, софиста твист и т. д.

1. *Невидимки*. Эта сложенная пополам проволочка — незаменимый аксессуар для создания идеальной прически. Невидимками закрепляют все ненужные, торчащие кончики волос. Ими фиксируют отдельные пряди и косы (рис. 15).

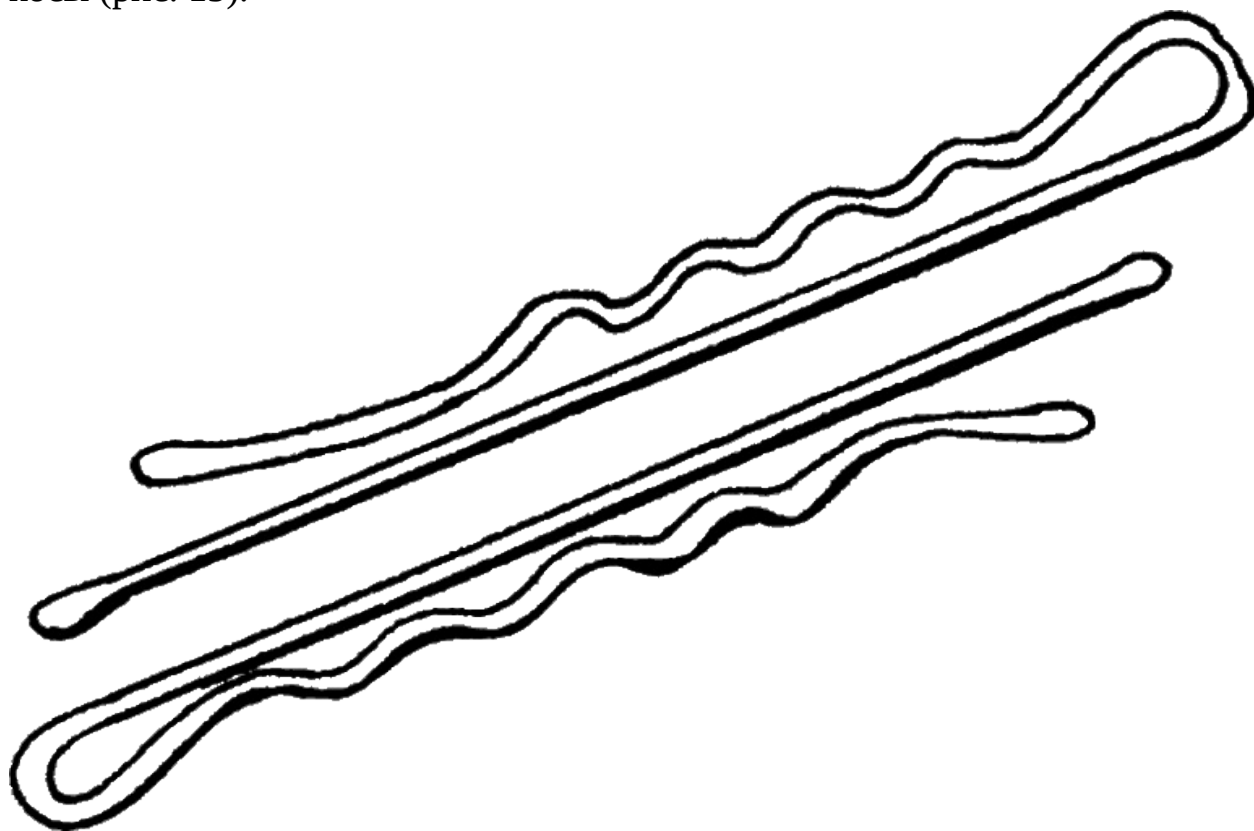


Рис. 15. *Невидимки*

Невидимки используют для первоначального крепления ленты при плетении ее в косу.

Как и шпильки, невидимки различаются по размерам, самый популярный из которых 50-й.

Обычно невидимки подбирают в тон волос. Однако сегодня часто можно встретить разноцветные невидимки, украшенные блестками и стразами. Такие аксессуары можно использовать уже не только как фиксаторы, но и как украшения, детали оформления прически.

2. «Крокодильчики». Этот вид заколок соперничает по популярности с невидимками. «Крокодильчики» представляют собой автоматический механизм: две пластины, с одной стороны соединенные гвоздиком и пружинкой (рис. 16).



Рис. 16. «Крокодильчик»

Прядь волос кладут в «пасть» такой заколки, механизм защелкивается и удерживает волосы. «Крокодильчики» незаменимы на промежуточных этапах плетения косы, когда надо отвести и придержать ту или иную прядку.

Полезна такая заколка и при финальном оформлении прически: «крокодильчиком» можно скрыть выбивающиеся из пучка боковые пряди, убрать слишком длинную челку или приколоть конец косы к волосам, придав ей нужное положение.

3. *Заколки на автоматической основе.* Декоративная часть такой заколки может быть выполнена из любых материалов — дерева, пластмассы, ткани, кожи и дополнена самыми разнообразными украшениями: бусинами, бисером, перьями, стразами. Автоматическая основа устроена одинаково как у дешевых пластмассовых заколочек, так и у самых дорогих, шикарных заколок. Она представляет собой три металлические пластины, с одного конца соединенных вместе. Нижняя крепится к декоративной части. На одном из ее концов имеются «ушки» и два смежных зубца, которые при нажатии на «ушки» придвигаются ближе друг к другу. В свободном конце верхней пластины, расположенном над зубцами нижней, имеются прорезы. Их вставляют в «зубцы», которые разъезжаются и удерживают верхнюю пластину. Средняя пластина служит упором (рис. 17).

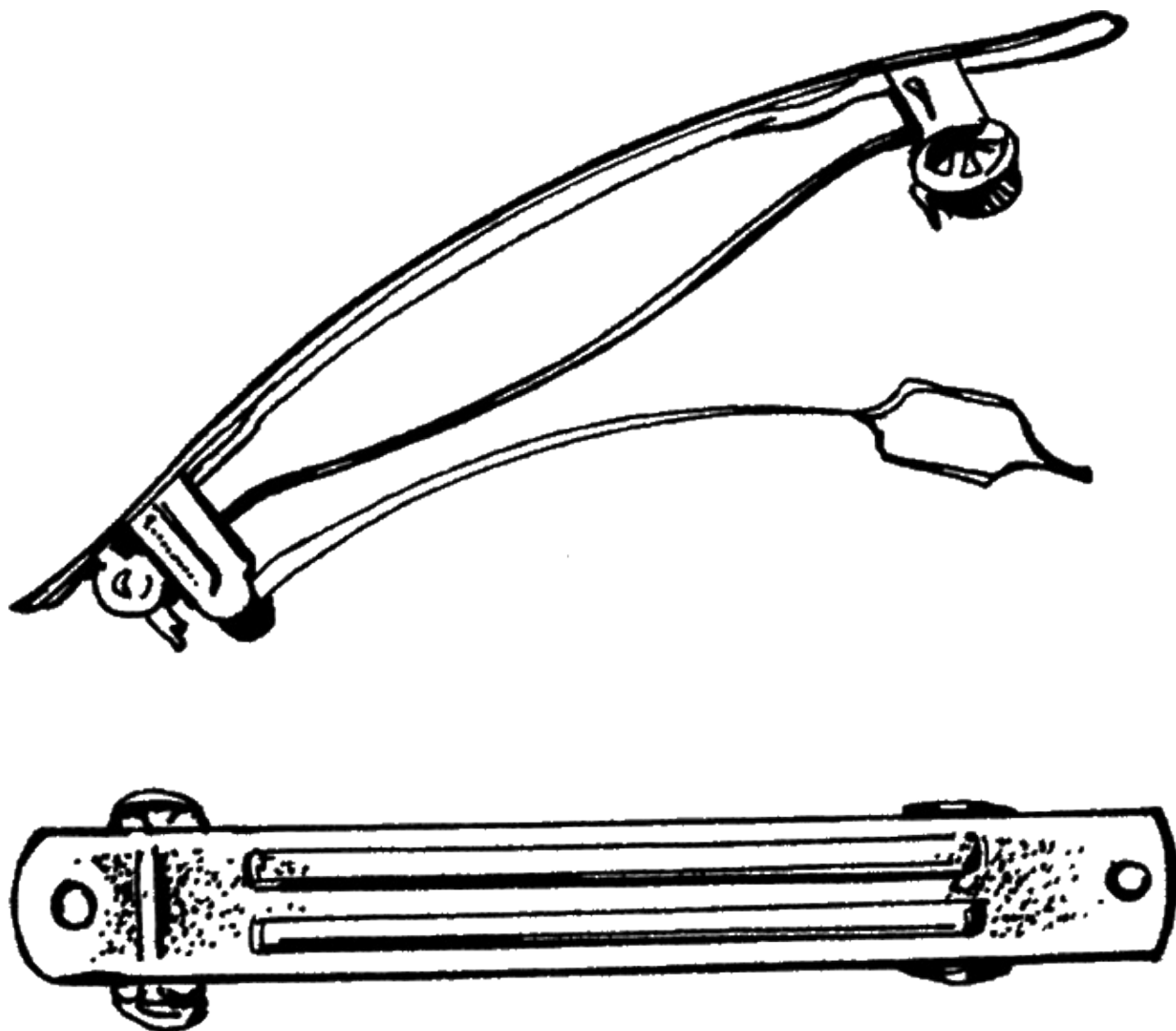


Рис. 17. Автоматическая основа заколки для волос

Если вы приобретете такую автоматическую основу, то сможете своими руками сделать любую заколку. Вот самый простой вариант: возьмите кусок понравившейся вам ткани, сложите его пополам лицевой стороной внутрь. Мылом или мелом начертите контуры будущей декоративной части вашей заколки. Это может быть прямоугольник, квадрат, треугольник, овал, круг. Выполните шов вдоль нарисованных контуров. Его можно сделать вручную или на машинке. Не замыкайте контур, а оставьте 3–5 см незастроченными. Через это отверстие вы выверните деталь и набьете ее наполнителем. Вырежьте деталь из ткани, отступая 1–1,5 см от краев. Отутюжьте швы, чтобы после выворачивания они не выделялись. Выверните заготовку через оставленное отверстие и набейте ее ватой, синтепоном или другим наполнителем. Зашейте отверстие вручную потайным швом.

Ученые установили, что количество волос на голове зависит не только от их здоровья, но и от цвета! Блондины являются обладателями самой густой шевелюры. У них на голове растет около 120 тыс. волосков. На втором месте брюнеты и шатены. У них 100 тыс. волосков. А вот рыжим людям похвастаться нечем: у них «всего» 80 тыс. волос.

Получившуюся «подушечку» прикрепите к автоматической основе. Предварительно вы можете вышить декоративную часть или украсить перьями, бисером, бусинами.

Глава 2

Классическая коса



Классическая коса плетется из хвоста, разделенного на 3 пряди. Это наиболее простой и распространенный способ сплетения волос. Однако простота в данном случае вовсе не означает безвкусию. Аккуратно заплетенная классическая коса выглядит элегантно как сама по себе, так и в составе более сложных причесок. Так, многие прически — и ежедневные, и вечерние — сочетают классическую и французскую косы. Умение заплетать классическую косу пригодится и в афроплетении.

Чтобы сделать такую косу, вам не придется прибегать к посторонней

помощи, применять специальные инструменты или мудреные аксессуары для волос. Даже если вы новичок в плетении кос, вы быстро освоите технику создания классической косы. Потренировавшись всего несколько раз, вы научитесь заплетать волосы в красивую классическую косу.

Техника плетения

1. Соберите волосы в хвост и разделите его на 3 равные по толщине пряди. Левую прядь (Л) держите в левой руке, правую (П) — в правой. Центральная прядь (Ц) свободно свисает (рис. 18).

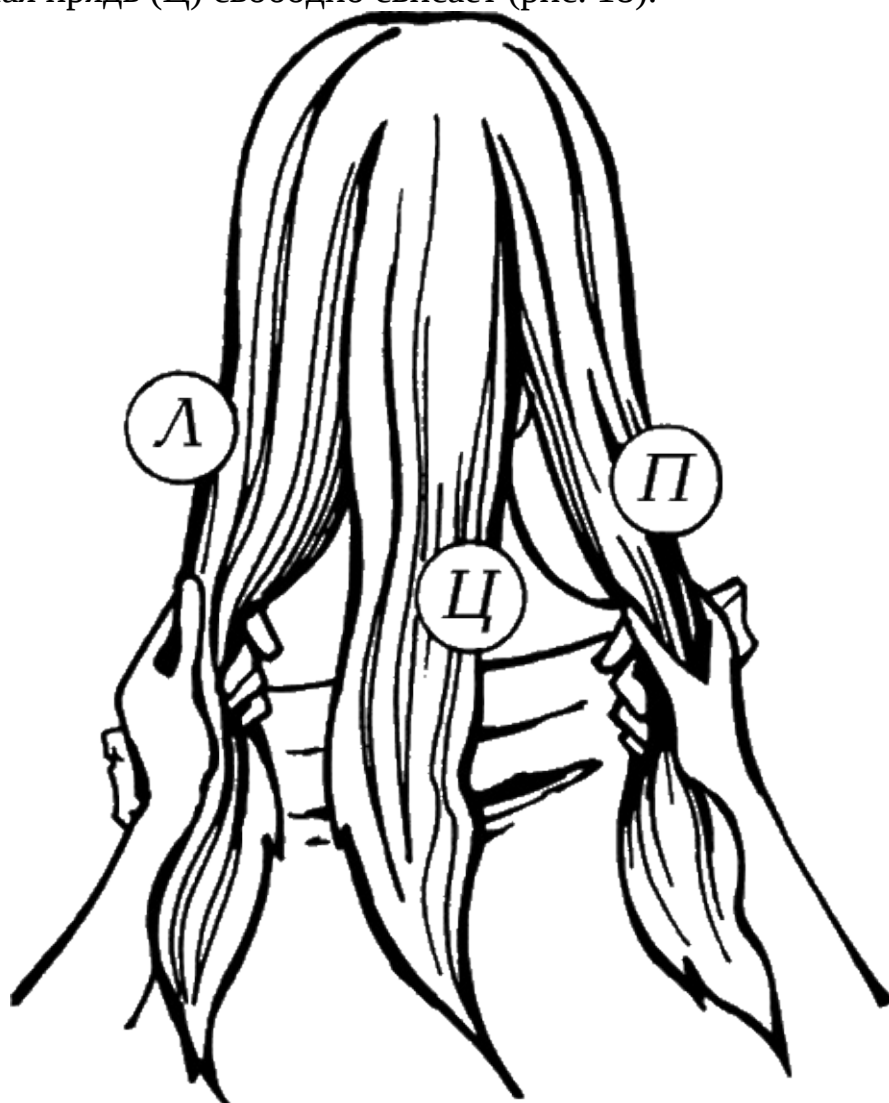


Рис. 18. Техника плетения классической косы: шаг 1

2. Перекрестите правую прядь П с центральной Ц. Теперь они поменялись местами: прядь Ц оказалась справа, а прядь П — в центре (рис. 19).

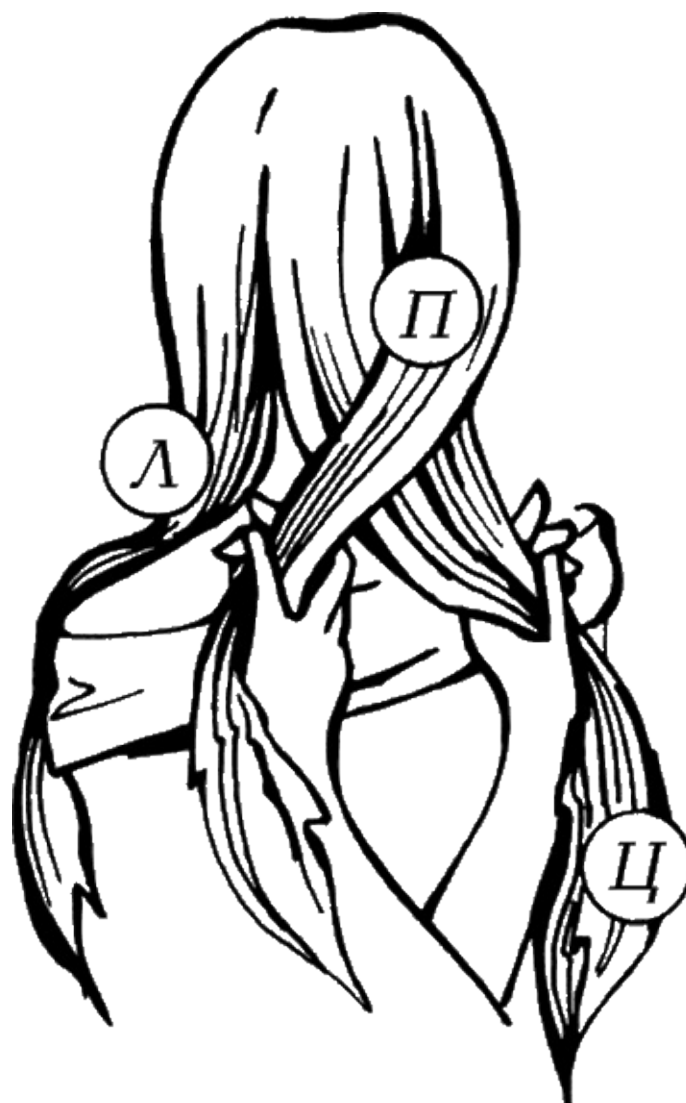


Рис. 19. Техника плетения классической косы: шаг 2

3. Перекрестите левую прядь Л с расположенной в центре прядью П. В центре оказалась прядь Л (рис. 20).



Рис. 20. Техника плетения классической косы: шаг 3

4. Продолжайте поочередно перекрещивать крайние пряди с центральной. Меняясь местами, каждая из прядей по очереди будет оказываться в центре.

...

Учитесь правильно расчесывать волосы. Короткую шевелюру расчесывают сразу от корней. Длинные же волосы надо расчесывать постепенно: начав с кончиков, понемногу продвигаться к корням, захватывая все более длинные участки шевелюры.

5. Конец косы закрепите резинкой или лентой (рис. 21).

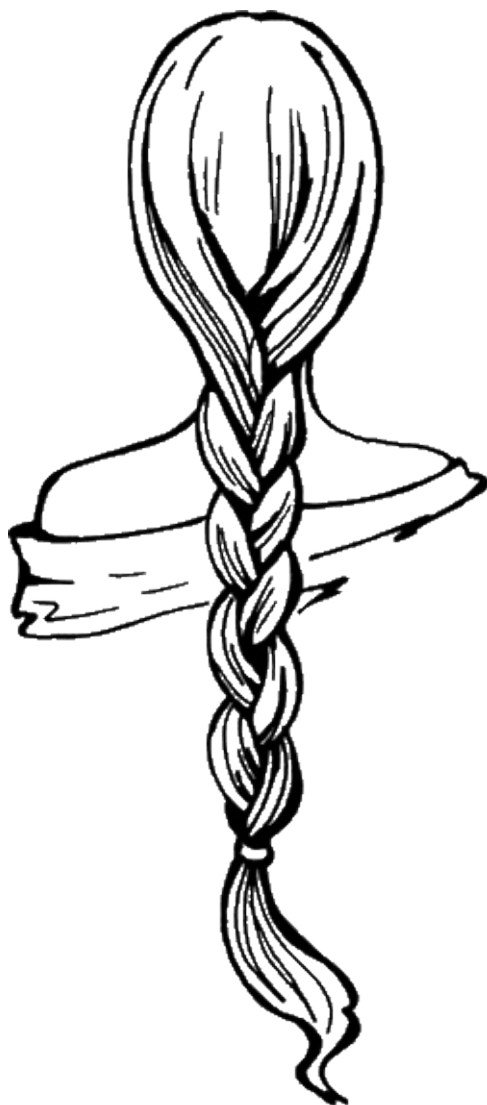


Рис. 21. Классическая коса: окончательный вид

Прически

Две классические косы

1. Разделите волосы на две одинаковые части пробором посередине головы.

2. Каждую часть разделите на 3 пряди.

3. Плетите каждую косу отдельно как обычную классическую косу.

4. Конец косы закрепите резинкой или лентой.

Коса с лентой

1. Расчешите волосы, соберите их в хвост и перетяните его у основания тонкой резинкой.

2. Возьмите ленту для плетения. Ее длина должна быть в 2 раза больше длины волос. Если вы хотите завершить косу пышным бантом, длина ленты должна быть еще больше. Наложите ленту поперек основания хвоста, обмотайте и завяжите ее так, чтобы она прикрывала резинку. Оба свободных конца ленты должны быть равной длины.

3. Разделите хвост на три равные пряди как при плетении классической косы.

4. Вместе с крайними прядями зажмите в руках свободные концы ленты.

5. Плетите обычную классическую косу, перекрещивая вместе с крайними прядями концы ленты.

6. Конец косы закрепите резинкой или ленточкой. Для надежности используйте и то и другое. Концы ленточки или завяжите обычным узлом и оставьте свободно свисать, или завяжите бантом.

Конец косички можно украсить также пышным бантом на заколке или резинке, подобрав ленту соответствующего цвета.

Пучок, обернутый косой

1. Зачешите волосы на затылок и соберите их в низкий хвост у основания шеи.

2. Протяните хвост сверху между волосами его основания вручную или с помощью петли для волос topsy tool. У вас получится пучок (рис. 22).



Рис. 22. Пучок, обернутый косой: шаг 2

3. Разделите свободные волосы пучка на две равные по толщине части.
4. Из каждой части сплетите классическую косу из 3-х прядей.
5. Концы кос закрепите резиночками.
6. Оберните обе косы вокруг основания пучка. Для этого перекрестите их сверху, на пучке (рис. 23).



Рис. 23. Пучок, обернутый косой: шаг 6

7. Концы кос зафиксируйте невидимками или шпильками.

Хвост с шишечкой из косы

1. Зачешите волосы на затылок, несколько набок, соберите их в хвост и закрепите его резинкой.

2. Отделите от хвоста прядь толщиной примерно в треть от всей массы волос. Прядь должна выходить с той стороны хвоста, которая расположена ближе к уху.

3. Разделите прядь на три равных по толщине части и заплетите классическую косу (рис. 24).



Рис. 24. Хвост с шишечкой из косы: шаг 3

4. Конец косы закрепите резиночкой. 5. Начинайте закручивать косу вокруг ее основания. Каждый виток прикалывайте к волосам шпильками. В итоге у вас должна получиться шишечка (рис. 25).



Рис. 25. Хвост с шишечкой из косы: шаг 5

6. Конец косы заправьте под шишечку и зафиксируйте шпильками или невидимками. 7. Волосы, оставшиеся в хвосте распущенными, расчешите и завейте концы локонов плойкой или на бигуди (рис. 26).



Рис. 26. Хвост с шишечкой из косы: шаг 7

Ракушки

1. Тщательно расчешите и разделите волосы на две равные части прямым вертикальным пробором. Следите, чтобы между частями не было «пограничных» прядок. Каждую из частей зачешите на ухо.

2. Разделите волосы с левой стороны на 3 равные по толщине пряди и заплетите их в классическую косу.

3. Закрепите конец косы резинкой.

4. Повторите шаги 2–3 с правой стороны (рис. 27).



Рис. 27. Ракушки: шаг 4

5. Закрутите левую косу по спирали, начиная с основания косы. Каждый виток прикалывайте шпильками. Конец косы заправьте в центр ракушки под витки и замаскируйте красивой заколкой (рис. 28).



Рис. 28. Ракушки: шаг 5

6. Повторите шаг 5 с правой косой (рис. 29).



Рис. 29. Ракушки: окончательный вид

Стильная простота

1. Расчешите волосы и нанесите на корни верхней части и макушки мусс. Распределите его по этой части волос расческой с частыми зубьями. Предварительно увлажнять волосы не требуется.

2. Подсушите волосы феном. Направляйте струю воздуха ото лба к затылку (рис. 30). Чтобы правильно смоделировать прическу, поправляйте волосы пальцами.



Рис. 30. *Стильная простота: шаг 2*

3. Немного начешите волосы верхней части головы. 4. Соберите волосы в низкий хвост за ухом. Разделите их на 3 равные по толщине пряди и заплетите в классическую косу (рис. 31).



Рис. 31. Стильная простота: шаг 4

5. Закрепите конец косы резинкой. По желанию украсьте конец косы заколкой или другим аксессуаром.

...

Полезны для волос расчески из натуральных материалов. На втором месте идут пластиковые расчески. Они достаточно бережно обращаются с волосами, но из-за трения на пластике образуется статическое электричество, и волосы липнут к расческе. Металлические расчески вредят волосам и травмируют кожу.

6. Сбрызните прическу лаком и пальцами немного вытащите зерна косы по всей ее длине, чтобы плетение выглядело более объемным

(рис. 32).



Рис. 32. *Стильная простота: окончательный вид*

Гроздь

1. Расчешите слегка влажные волосы, зачешите их на затылок, соберите в «конский хвост» и закрепите резинкой.

2. Разделите хвост на 5 (или более) частей равной толщины и временно уберите под резинку или зажим, чтобы они не мешали. Каждую из частей разделите на 3 равные по толщине прядки.

3. Поочередно заплетайте части хвоста в классическую косу. Конец каждой косы временно закрепляйте резинкой или «крокодильчиком» (рис. 33).



Рис. 33. Гроздь: шаг 3

4. Соберите готовые косички вместе и сложите их пополам концами наверх (рис. 34).



Рис. 34. Гроздь: шаг 4

5. Приложите концы пучка к основанию хвоста, оберните вокруг резинки и сверху закрепите еще одной резинкой (рис. 35).



Рис. 35. Гроздь: шаг 5

6. Распустите кончики косичек. 7. По желанию украсьте пучок заколкой (рис. 36).



Рис. 36. Гроздь: шаг 7

Радуга

Для выполнения этой прически вам потребуется 6 лент. Можно взять ленты одного цвета, разноцветные ленты или выбрать 2–3 гармонирующих друг с другом оттенка. Главное, чтобы цвета лент удачно сочетались с одеждой.

Ленты должны быть не слишком широкими, иначе с ними будет неудобно работать.

1. Разделите волосы на две равные части прямым вертикальным пробором.

2. Каждую из частей зачешите к уху, соберите над ушами в высокие конские хвосты и закрепите резиночками (рис. 37).



Рис. 37. Радуга: шаг 2

3. Возьмите три ленты и протяните их через резинку, скрепляющую один из хвостов. Концы лент должны быть равной длины. Обратите внимание, что ленты не нужно сгибать пополам, чтобы из 3 лент получилось 6. Верхние концы лент длиной примерно 30 см оставьте свободными. Они не будут задействованы в плетении.

4. Повторите шаг 3 с другим хвостом.

5. Разделите правый хвост на три равные по толщине пряди.

...

Расчесывая волосы, вы не только распутываете волосинки, но и проводите простейший массаж головы. Он стимулирует кровоток,

регулирует работу сальных желез в коже головы, обеспечивает приток кислорода и питательных веществ к клеткам кожи и корням волос.

6. Каждую прядь обмотайте лентой от основания до конца и закрепите «крокодильчиками» (рис. 38).



Рис. 38. *Радуга: шаг 6*

7. Заплетите пряди в классическую косу.
8. Дойдя до конца хвоста, снимите зажимы и закрепите конец косы резиночкой.
9. Повторите шаги 5–8 с левым хвостом.
10. Подверните правую косу внутрь и соедините верхние свободные концы лент с нижними. Коса образует кольцо.
11. Завяжите концы лент бантами (рис. 39).



Рис. 39. *Радуга: шаг 11*
12. Повторите шаги 10–11 с левой косой.

Глава 3

Коса из четырех прядей



На первый взгляд кажется, что плести косу из 4-х прядей не многим сложнее, чем из 3-х. Однако на самом деле одна добавившаяся прядь вносит в технику плетения заметные изменения. Сама коса становится более объемной, рельефной.

Чтобы заплести такую косу самостоятельно, волосы рекомендуется увлажнить и тщательно расчесать.

Техника плетения

1. Зачешите волосы на затылок.

2. Разделите волосы на 4 равные пряди. Для удобства прядки можно заколоть шпилькой или заколками. В процессе плетения косы пряди постоянно будут меняться местами. Если запоминать изначальное положение прядей, то в порядке их чередования легко запутаться, ведь придется все время держать в уме, какой по счету прядь была до многочисленных перемещений. По этой причине намного удобнее ориентироваться не на порядковые номера прядей, а на их положение на каждом конкретном этапе работы. Тем не менее, приведем два алгоритма счета прядей, чтобы каждый читатель смог выбрать более понятную и доступную для себя схему.

3.1. Числовой алгоритм. Вы разделили волосы, и у вас получилось 4 пряди. Справа налево: 1-я, 2-я, 3-я и 4-я. Эти порядковые номера фиксированные. Далее плетем косичку следующим образом:

1-ю прядь на 2-ю. Новый порядок расположения прядей справа налево: 2-я, 1-я, 3-я, 4-я.

3-ю прядь на 4-ю. Новый порядок расположения прядей справа налево: 2-я, 1-я, 4-я, 3-я (рис. 40).



Рис. 40. Техника плетения косы из четырех прядей: шаги 1–2

4-ю прядь под 1-ю. Новый порядок расположения прядей справа налево: 2-я, 4-я, 1-я, 3-я.

2-ю прядь на 3-ю. Новый порядок расположения прядей справа налево: 4-я, 1-я, 3-я, 2-я.

4-ю прядь на 2-ю. Новый порядок расположения прядей справа налево: 1-я, 3-я, 2-я, 4-я.

1-ю прядь под 2-ю. Новый порядок расположения прядей справа налево: 3-я, 2-я, 1-я, 4-я.

3-ю прядь на 4-ю. Новый порядок расположения прядей справа налево: 2-я, 1-я, 4-я, 3-я.

1-ю прядь на 3-ю. Новый порядок расположения прядей справа налево: 2-я, 4-я, 3-я, 1-я.

2-ю прядь под 3-ю. Новый порядок расположения прядей справа

налево: 4-я, 3-я, 2-я, 1-я (рис. 41).



Рис. 41. Техника плетения косы из четырех прядей: шаги 4–9

Продолжать плести косу таким образом до желаемой длины.

3.2. Алгоритм по взаимному расположению. Вы разделили волосы, и у вас получилось 4 пряди. Справа налево: крайняя правая (П), предпоследняя правая (ПП), предпоследняя левая (ПЛ), крайняя левая (Л). В процессе плетения указанные места будут занимать разные пряди, но в данном алгоритме это не важно. Здесь нужно ориентироваться только на положение прядей относительно друг друга. Плетем косичку следующим образом:

П на ПП.

ПЛ на Л.

ПЛ под ПП.

П на Л.

П на Л.

П под ПЛ.

П на Л.

ПП на Л.

П под ПЛ.

Продолжать плести косу таким образом до желаемой длины.

4. Конец косы закрепите резинкой или лентой (рис. 42).

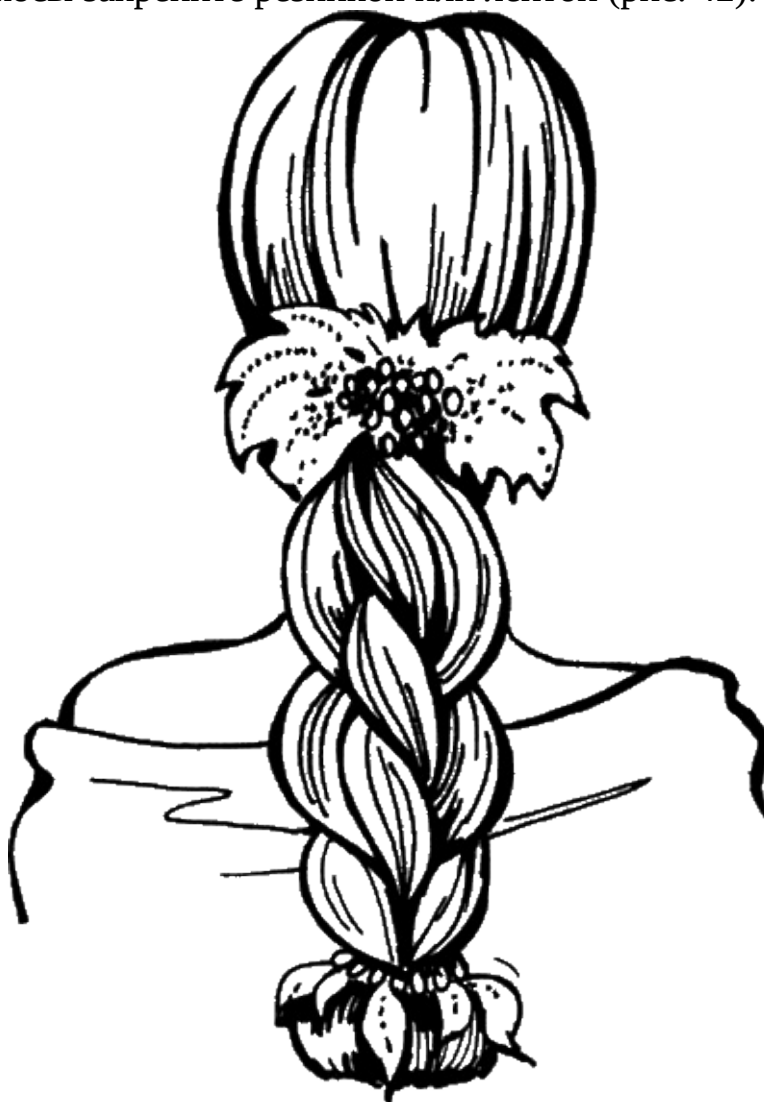


Рис. 42. Коса из четырех прядей: окончательный вид

Прически

Вечерняя

1. От макушки к каждому виску проведите по косому пробору. В результате в передней части теменной зоны у вас образуется треугольная зона плетения. Для удобства зачешите эти волосы на лицо и временно уберите в хвост под резинку или заколку.

2. Оставшиеся волосы в нижней части головы соберите в высокий конский хвост и закрепите резинкой (рис. 43).



Рис. 43. Вечерняя: шаги 1–2

3. Разделите волосы хвоста на 3 равные по толщине части.

4. Каждую часть разделите на 4 прядки.

5. Поочередно заплетите каждую часть в косу из 4-х прядок, закрепляя их концы резинками. В результате у вас получится 3 косы, выполненных в технике плетения из 4-х прядей (рис. 44).



Рис. 44. Вечерняя: шаг 5

6. Волосы треугольной зоны заплетите во французскую косу, подхватывая дополнительные пряди с обеих сторон. Плетите косу вперед: от макушки к лицу. Конец косы закрепите резиночкой (рис. 45).



Рис. 45. Вечерняя: шаг 6

7. Пальцами расслабьте «зерна» французской косы, вытащив их полукольцами (рис. 46).



Рис. 46. Вечерняя: шаг 7

...

При расчесывании зубчики расчески соскребают с волос микроскопические частички пыли, грязи, а также ороговевшие чешуйки. Волосы «обновляются», становятся гладкими и блестящими. Но злоупотреблять расчесыванием не стоит: зубчики размазывают по всей длине волосков кожное сало, и волосы быстрее становятся грязными.

8. Сложите французскую косу пополам, чтобы ее конец накрывал основание сверху. Заправьте хвостик косы под «зерна» ее основания и зафиксируйте шпильками или невидимками (рис. 47).



Рис. 47. Вечерняя: шаг 8

9. Возьмите одну из кос из четырех прядей и, придерживая ее конец пальцами одной руки, другой рукой стяните косу «гармошкой» (рис. 48).



Рис. 48. Вечерняя: шаг 9

10. Сложите стянутую косу пополам и приколите шпильками к макушке, у основания французской косы. Моделируйте изгибы косы по своему усмотрению. Надежно фиксируйте косу в нескольких местах и сбрызгивайте прическу лаком. 11. Повторите шаги 9–10 поочередно с оставшимися косами из четырех прядей (рис. 49).



Рис. 49. Вечерняя: шаг 11

12. В итоге три косы должны образовать единый объемный пучок. На рисунке изображен только один из возможных вариантов этой прически. Конкретный же результат будет зависеть только от вашей фантазии. В зависимости от того, как вы будете фиксировать косы, пучок может получиться более или менее объемным, округлым или вытянутым.

13. Сбрызните прическу лаком (рис. 50). Сложите стянутую косу пополам и приколите шпильками к макушке, у основания французской косы.



Рис. 50. Вечерняя: окончательный вид

Простая корзинка

1. Разделите волосы на две равные части прямым вертикальным пробором.
2. Зачешите правую часть волос к уху, соберите над ухом в конский хвост и закрепите резинкой (рис. 51).



Рис. 51. Простая корзинка: шаг 2

3. Разделите хвост на 4 равные по толщине части и заплетите их в косичку из 4-х прядей.

4. Конец косы закрепите резинкой.

5. Повторите шаги 2–5 с другой стороны.

6. Перекрестите косы на макушке, прикалывая их по всей длине шпильками (рис. 52).



Рис. 52. Простая корзинка: шаг 6

7. Кончики кос оберните вокруг оснований кос и зафиксируйте невидимками.

Пучок с косичками

1. Увлажните волосы или нанесите для них стайлинг-средство.
2. Зачешите волосы на затылок, соберите их в конский хвост и закрепите резинкой.
3. Разделите хвост на две равные по толщине части.
4. Одну из частей разделите на 3 пряди.
5. Каждую прядь разделите на 4 маленькие прядки и заплетите в косички из 4-х прядей.
6. Конец каждой косы закрепляйте резиночкой.

7. Вторую часть хвоста разделите на 4 пряди, заплетите в не слишком тугую косу и закрепите на конце резинкой.

8. Оберните толстую косу из 4-х прядей вокруг основания хвоста. Каждый виток фиксируйте шпильками. У вас получится шишечка.

9. Конец косы спрячьте под один из витков и заколите невидимкой.

10. Сверните одну из тонких косичек полумесяцем, заправьте ее конец под шишечку и закрепите невидимкой.

11. Повторите шаг 10 с двумя другими тонкими косичками. У вас получится 3 полумесяца из тонких косичек.

Глава 4

Коса из пяти прядей, или объемная коса



Даже не слишком пышные волосы можно уложить в объемную прическу, если заплести их в косу из пяти прядей. На коротких волосах этот вид косы сделать не получится, однако уже средней длины будет достаточно, чтобы сотворить эту объемную рельефную косу. Работа одновременно с пятью прядями требует определенно ловкости. Вам придется много тренироваться, пока вы не научитесь аккуратно заплетать объемную косу самостоятельно. Для облегчения задачи волосы рекомендуется предварительно увлажнить и тщательно расчесать. Слегка влажные (но не мокрые!) волосы более послушные. Они не будут рассыпаться по волоскам, а останутся лежать отдельными прядками так, как вы их распределите. Дополнительно пряди можно зафиксировать шпильками или заколками.

Техника плетения

Как ни странно, техника плетения косички из 5 прядей проще техники плетения косички из 4-х прядей. Формирование одного сегмента косички из 4-х прядей включало, как вы помните, 9 этапов, которые потом нужно было последовательно повторять до конца косички. Сегмент объемной косы сформируется всего лишь за 4 этапа.

Сейчас, как и в случае с техникой плетения косички из 4-х прядей, описание этапов будет дано в двух видах: согласно чередованию порядковых номеров прядей и согласно чередованию прядей по их взаимному положению. Вы сможете ориентироваться на то описание, которое будет более удобным и понятным именно вам.

1. Зачешите волосы назад и разделите их на 5 равных прядок.

2.1. Числовой алгоритм. У вас получилось 5 прядок. Справа налево: 1-я, 2-я, 3-я, 4-я, 5-я. Напоминаем, что в схеме номера прядей не изменяются, хотя на самом деле при переплетении они постоянно перемещаются. После каждого этапа указывается новая последовательность расположения прядок по порядковым номерам.

1-ю прядь на 2-ю. Новый порядок расположения прядей справа налево: 2-я, 1-я, 3-я, 4-я, 5-я (рис. 53).



Рис. 53. Техника плетения косы из пяти прядей: шаг 1

3-ю прядь на 2-ю. Новый порядок расположения прядей справа налево: 2-я, 3-я, 1-я, 4-я, 5-я (рис. 54).



Рис. 54. Техника плетения косы из пяти прядей: шаг 2

...

Для ухода за волосами используют практически все виды косметической глины, кроме черной. Голубая глина очищает волосы от грязи и мертвых чешуек, препятствует выпадению волос. Голубая, зеленая и желтая борются с перхотью. Красная благотворно влияет на жирные волосы. Белая стимулирует рост волос и препятствует облысению. Серая увлажняет и оздоравливает секущиеся волосы.

2-ю прядь на 4-ю. Новый порядок расположения прядей справа налево: 3-я, 1-я, 4-я, 2-я, 5-я (рис. 55).



Рис. 55. Техника плетения косы из пяти прядей: шаг 3

5-ю прядь на 2-ю. Новый порядок расположения прядей справа налево: 3-я, 5-я, 1-я, 4-я, 2-я (рис. 56).



Рис. 56. Техника плетения косы из пяти прядей: шаг 4

Продолжать плести косу таким образом до желаемой длины.

2.2. Алгоритм по взаимному расположению. У вас получилось 5 прядок. Справа налево: крайняя правая (П), предпоследняя правая (ПП), центральная (Ц), предпоследняя левая (ПЛ) и крайняя левая (Л). Напоминаем, что в данном случае ориентироваться надо не на изначальное расположение прядей, а на их реальное взаимное расположение на каждом этапе.

П на ПП.

Ц на П.

ПП на ПЛ.

Л на ПЛ.

Продолжать плести косу таким образом до желаемой длины.

3. Конец косы закрепите резинкой или лентой (рис. 57).



Рис. 57. Коса из пяти прядей: окончательный вид

«Шахматная» техника

Порядок перекрещивания прядей в этой технике несколько отличается от описанного ранее. Соответственно, отличается и внешний вид косы. Если вы собираетесь носить косу из 5 прядей в качестве ежедневной прически, то вы сможете выбрать ту технику, которая для вас понятнее и удобнее в исполнении, ну и, разумеется, которая вам больше нравится. И все же мы советуем вам освоить обе техники. Дело в том, что для создания некоторых причесок косу из 5 прядей нужно выполнять именно в определенной технике.

1. Зачешите волосы на затылок. По желанию соберите их в хвост и закрепить резинкой. Разделите волосы на 5 равных по толщине прядей.

2. Начните плести косу с трех центральных прядей. Перекрестите их как при плетении классической косы.

3. Подплетите крайние пряди. Каждую из них заведите под ближайшую к ним прядь.

4. Продолжайте перекрещивать пряди в шахматном порядке. Продолжайте плести косу таким образом до желаемой длины.

5. Конец косы закрепите резинкой или лентой.

Прически

Коса в элегантной причёске

1. Разделите волосы на две неравные части косым вертикальным пробором (рис. 58).



Рис. 58. Коса в элегантной причёске: шаг 1

2. От большей части отделите прядь средней толщины. Она должна выходить от начала пробора, ото лба. Чтобы коса получилась не слишком тонкой, ширина пряди должна быть около 3–5 см. Поэтому основание пряди будет тянуться вдоль пробора. 3. Разделите взятую прядь на 5 равных по толщине прядок и заплетайте их в косу в «шахматной» технике.

Три пряди держите в правой руке, а две — в левой. В процессе работы перекладывайте пряди из одной руки в другую. Сначала сплетите 3 центральные пряди, перекрестив их как при создании классической косы. Затем подплетите крайние пряди, заведя каждую из них под ближайшую к ним прядь. И далее продолжайте перекрещивать пряди в шахматном порядке. Направляйте плетение вдоль линии роста волос (рис. 59).



Рис. 59. Коса в элегантной прическе: шаг 3

4. Достигнув уха, продолжайте спускаться вниз, подплетая к косе новые прядки. Дополнительные пряди захватывайте только с одной стороны, дальше от уха. Следите, чтобы натяжение дополнительных прядок, а также их толщина были одинаковыми. От этого зависит аккуратность прически. Чтобы регулировать направление плетения, изменяйте не натяжение, а длину дополнительных прядок. Расстояние от изгиба косы до уха должно быть таким, чтобы плетение, с одной стороны,

не сплющивало край ушной раковины, а с другой — не образовывало залысину. 5. Достигнув шеи, направьте плетение вбок. Поворот должен быть плавным. Дополнительные прядки захватывайте сверху, из оставшихся распущенными волос другой части головы. Не натягивайте дополнительные прядки слишком туго: они должны лежать на голове достаточно свободно (рис. 60).



Рис. 60. Коса в элегантной прическе: шаг 5

6. Дойдя до противоположного конца шеи, закрепите волосы резинкой. Используйте тонкую резиночку, незаметную в волосах, так как конец косы в дальнейшем окажется внутри спирали. Чтобы этот элемент прически получился аккуратным, резинка на конце косы не должна утолщать ее, торчать или выделяться. Например, можно взять силиконовую резинку. В зависимости от оттенка ваших волос, она должна быть либо темной, либо светлой.

7. Слегка расслабьте крайние «зерна» косы, чтобы волосы легли аккуратнее. Вытаскивайте полукольца прядок пальцами, карандашом или тонким «хвостиком» расчески.

8. Подверните конец косички спиралью, закрутив ее внутрь, и приколите под ухом шпильками и невидимками. По желанию украсьте прическу заколкой (рис. 61, а, б).

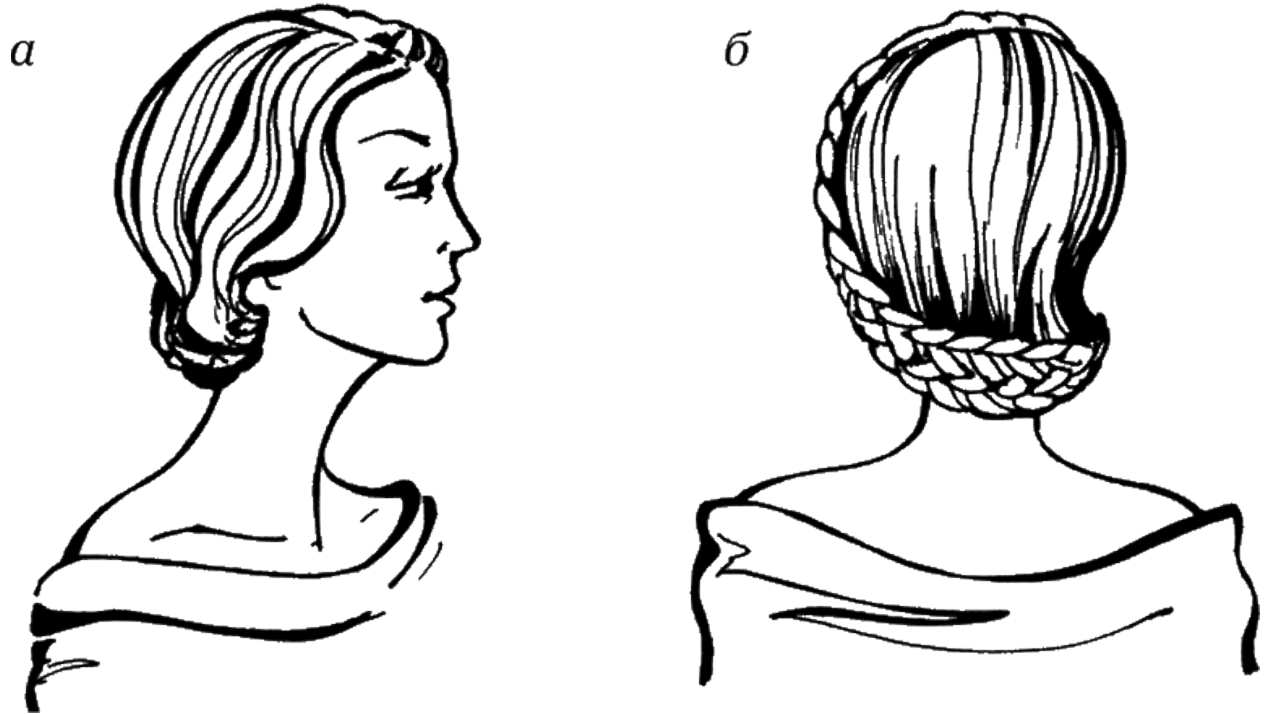


Рис. 61. Коса в элегантной прическе: шаг 8: а) вид сбоку, б) вид сзади

9. Сбрызните прическу лаком.

«Колосок» из пяти прядей

1. Зачешите волосы на затылок.

...

Тоненькие волоски кажутся ломкими и хрупкими. Но на самом деле они очень прочные. Волосок толщиной 0,1 мм способен выдержать нагрузку около 100 г. Если аккуратно растянуть волос, то благодаря своей эластичности он увеличит длину на треть.

2. Ото лба, ближе к левому виску, отделите прядь средней толщины (рис. 62).



Рис. 62. «Колосок» из пяти прядей: шаг 2

3. Тщательно расчешите отделенные волосы. Разделите прядь на 3 прядки равной толщины и сделайте два переплетения классической косы: сначала на центральную прядь положите правую. Они поменяются местами. Теперь положите на новую центральную прядь левую прядку.

4. Из распущенных волос захватите одну прядь слева и одну прядь справа. Толщина и длина этих прядей должны быть приблизительно такими же, что и у тех трех прядок, которые вы отделяли и переплетали в шаге № 3. Теперь у вас 5 прядей.

5. Плетите косу из 5 прядей с двух сторон к центру: сначала левую прядь подложите под предпоследнюю левую и на центральную, затем правую прядь подложите под предпоследнюю правую и на центральную. Следите за тем, чтобы натяжение прядей было одинаковым (рис. 63).



Рис. 63. «Колосок» из пяти прядей: шаг 5

6. Подложите левую прядь под левую предпоследнюю и временно откиньте левую прядь на лицо.

...

Чтобы волосы были густыми и длинными, новгородцы в Чистый четверг причесывались под яблоней, а югославы — в Юрьев день в поле. Сербские девушки под Рождество прятали под подушку веревку. Болгары мазали волосы сырым яйцом, заплетали их в косу, отрезали ее конец и закапывали в винограднике.

7. Из распущенных волос слева захватите дополнительную прядь, соедините ее с предпоследней левой и верните левую прядь на место

(рис. 64).



Рис. 63. «Колосок» из пяти прядей: шаг 5

8. Повторите шаг 7 с правой стороны. Старайтесь, чтобы плетение шло симметрично. Дополнительные пряди должны располагаться на одной линии, иметь равную толщину и натяжение.

9. Продолжайте чередовать шаги 7 и 8, захватывая дополнительные пряди из распущенных волос с обеих сторон. Постепенно направляйте плетение к середине шеи. Для этого правые дополнительные пряди (со стороны макушки) делайте все длиннее и длиннее.

10. Когда для дополнительных прядей не останется свободных волос, доплетите косу из 5 прядей (сначала крайнюю левую на предпоследнюю левую и на центральную, потом крайнюю правую под предпоследнюю правую и на центральную и т. д.).

11. Конец косы закрепите резинкой. Украйте конец косы заколкой

или другим аксессуаром. Слегка расслабьте «зерна» косы пальцами (рис. 65).



Рис. 65. «Колосок» из пяти прядей: общий вид

Коса из пяти прядей с лентой

1. Отделите прядь волос средней толщины от макушки и временно уберите ее на лицо.

...

С косами связано много свадебных поверий. На Руси девушки, чтобы скорее найти жениха, вплетали в косу кусок веревки от церковного

колокола.

2. Под прядью на небольшом расстоянии друг от друга прикрепите две ленточки: привяжите их к тонким прядкам и дополнительно приколите невидимками (рис. 66).

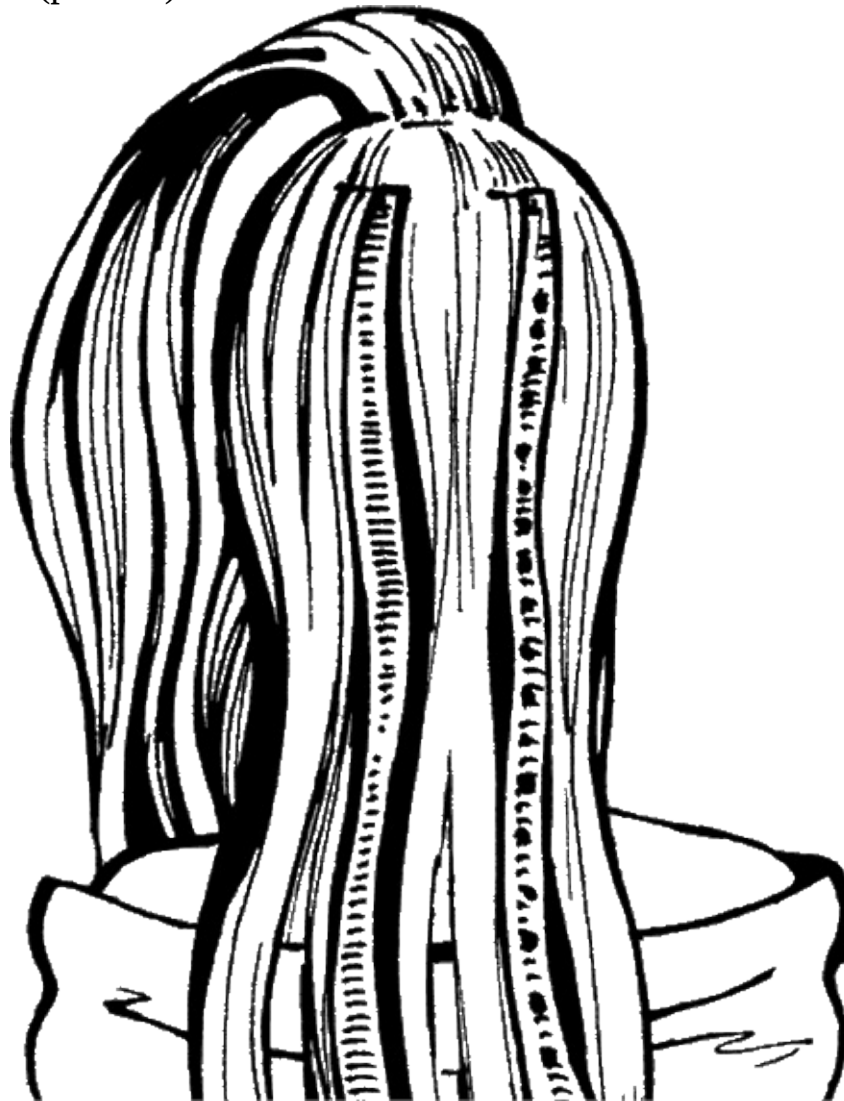


Рис. 66. Коса из пяти прядей с лентой: шаг 2

3. Возьмите верхнюю отложенную прядь и разделите ее на 3 равных по толщине прядки. Роль еще двух прядей в косе будут играть ленты. Важно соблюсти определенный порядок прядей из волос и ленты. Слева направо: прядь волос, лента № 1, лента № 2, прядь волос и прядь волос (рис. 67).

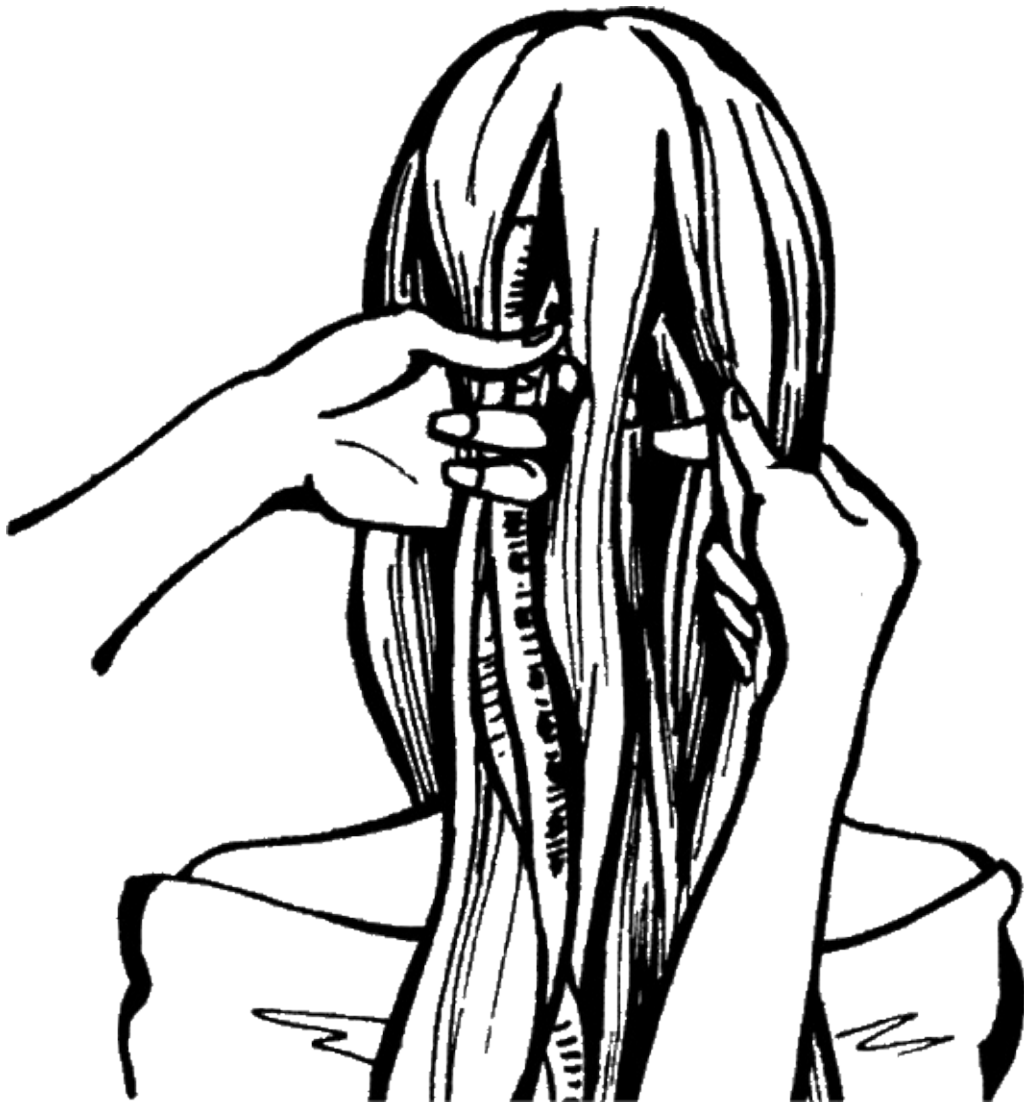


Рис. 67. Коса из пяти прядей с лентой: шаг 3

4. Правую прядь подведите под предпоследнюю правую, наложите на центральную и подведите под предпоследнюю левую (рис. 68).

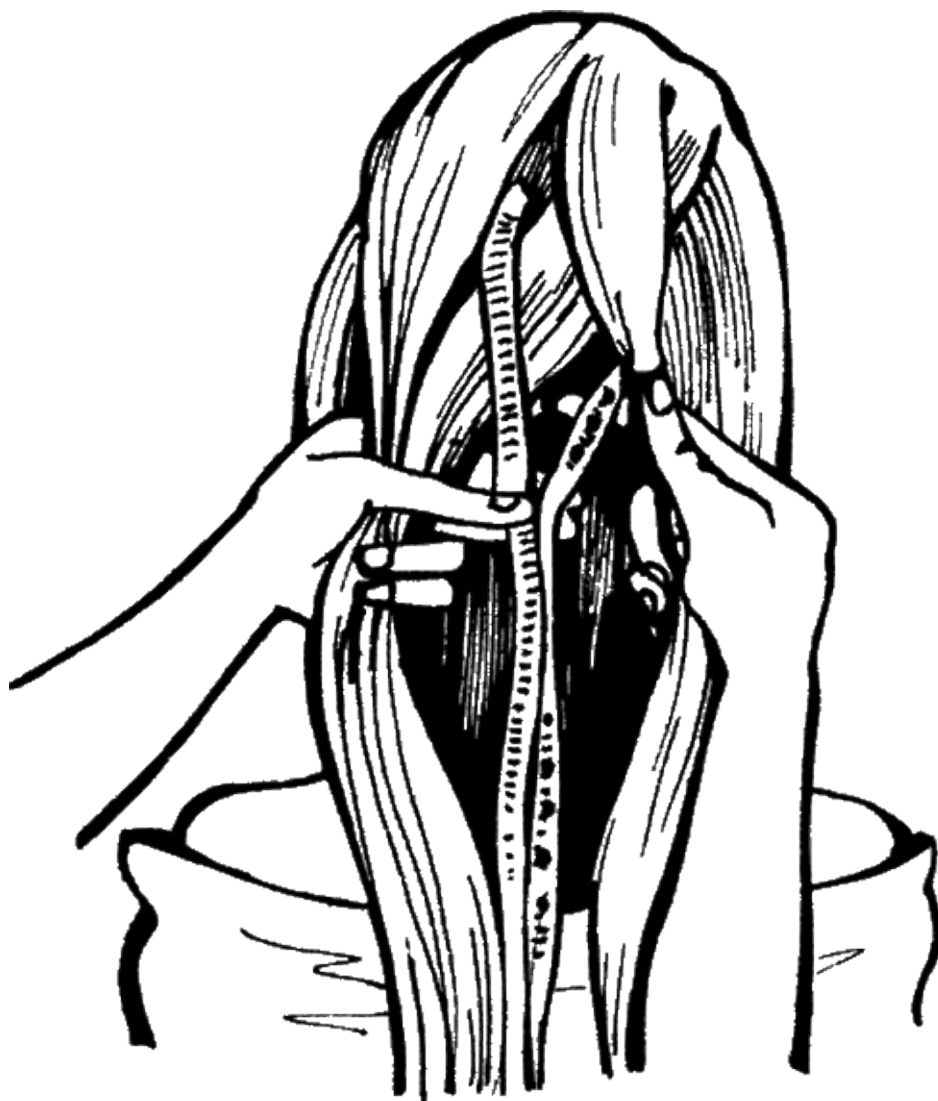


Рис. 68. Коса из пяти прядей с лентой: шаг 4

5. Левую прядь подведите под предпоследнюю левую, наложите на центральную и подведите под предпоследнюю правую. Не натягивайте ленты слишком туго. Они в любом случае будут тоньше прядей волос. При сильном натяжении ленты сворачиваются жгутиком и становятся практически незаметны в косе. 6. Правую подведите под предпоследнюю правую, прибавьте к ней дополнительную прядь из распущенных волос, наложите на центральную и подведите под предпоследнюю левую. Дополнительная прядь должна быть примерно той же толщины, что пряди волос, задействованные в плетении изначально (рис. 69).



Рис. 69. Коса из пяти прядей с лентой: шаг 6

7. Повторите шаг 6 с левой стороны. 8. Продолжайте плести косу из 5 прядей в том же порядке, захватывая дополнительные пряди с обеих сторон.

...

Специалисты советуют мыть нормальные волосы раз в 2–3 дня, сухие — раз в 6–8 дней, а жирные — каждый день или через день. Чтобы волосы были здоровыми и красивыми, пользуйтесь только качественными шампунями, предназначенными для вашего типа волос.

9. Когда для дополнительных прядей не останется свободных волос, доплетите косу из 5 прядей в том же порядке.

10. Конец косы закрепите лентами и завяжите их на узел или на бант (рис. 70).



Рис. 70. Коса из пяти прядей с лентой: общий вид

Глава 5

Коса «Рыбий хвост»



Изящный, легкий «рыбий хвостик» или «колосок», кажется, источает сияние. Свет отражается от тонких переплетенных прядок во всех направлениях, словно «играет» на них. Такая коса — идеальный вариант для обладательниц прямых густых волос. Ее нетрудно заплести самостоятельно, а смотрится такая косичка ничуть не хуже сложных салонных причесок. «Рыбий хвост» подходит и в качестве повседневной прически, и в качестве праздничной. В первом случае достаточно закреплять его обычной резинкой или ленточкой. На праздник же косу

можно дополнительно украсить шпильками с бусинами или стразами, расположив их в произвольном порядке по всей длине косы.

...

Древние китайцы не стригли волосы, собирали их в пучок и закалывали шпилькой. Однако в 1644 г. произошло вторжение маньчжуров. После этого был введен закон, согласно которому китайские мужчины должны были брить переднюю часть головы, а оставшиеся волосы заплетать в длинную косу.

Мастерство при плетении «рыбьего хвоста» заключается в том, чтобы все прядки получались примерно одинаковой толщины. Тогда коса получится идеально ровной, а прядки будут плотно прилегать друг к другу, как зернышки в колоске пшеницы или чешуйки рыбьего хвоста.

Техника плетения

1. Зачешите волосы назад.
2. От обоих висков отделите по одной пряди толщиной примерно 2,5 см каждая (рис. 71).



Рис. 71. Техника плетения косы «рыбий хвост»: шаг 2

3. Перекрестите пряди на затылочной части головы, положив правую на левую.
4. Правой рукой придерживайте перекрещенные пряди, прижимая их к голове, а левой захватите новую тонкую прядь из волос под левой первоначальной прядью.
5. Наложите новую левую прядь на ту, что располагается справа, и

прижмите к голове левой рукой. Эти пряди сольются, образуя одну более толстую прядь. Теперь у вас в руках снова две пряди.

6. Правой рукой захватите новую прядь с правой стороны и наложите на прядь, расположенную слева.

7. Продолжайте плести косичку до шеи, повторяя шаги 4–6. Следите за тем, чтобы дополнительные пряди были равной толщины и имели одинаковое натяжение (рис. 72).



Рис. 72. Техника плетения косы «рыбий хвост»: шаг 7

8. Ниже шеи новые прядки брать неоткуда, поэтому продолжайте плести «рыбий хвост» прядями из прядок оставшегося распущенным хвоста. Перекрещивайте пряди по центру в описанном порядке (рис. 73).



Рис. 73. Техника плетения косы «рыбий хвост»: шаг 8
9. Конец косы закрепите резинкой или лентой.

Прически

Селедки

1. Расчешите волосы. Если у вас непослушные волосы, нанесите на них подходящее стайлинг-средство или увлажните их водой. Разделите волосы на две неравные части косым вертикальным пробором.

2. Отделите от большей части волос тонкую прядь. Она должна начинаться от пробора на небольшом расстоянии ото лба (рис. 74).



Рис. 74. Селедки: шаг 2

Если у вас секутся кончики волос, боритесь не с последствиями, а с причинами этой неприятности. Остригите поврежденные концы в парикмахерской методом «горячих» ножниц, откажитесь от причесок, стягивающих волосы, не пользуйтесь щипцами и другими термосредствами, защищайте волосы от солнца и ветра.

3. Разделите взятую прядь на две равные по толщине прядки и начинайте плести косу «рыбий хвост». Направляйте плетение вдоль линии роста волос, а затем — назад, за ухо. Захватывайте дополнительные пряди от самого пробора, увеличивая их длину в процессе работы, чтобы коса принимала нужное направление. Самым слабым плетение должно быть за ушами, чтобы коса слегка торчала, а прическа повторяла контуры вашей головы (рис. 75).



Рис. 75. Селедки: шаг 3

4. Дойдя до шеи, продолжайте плести «рыбий хвост», захватывая

дополнительные пряди из распущенных волос. Прядки должны быть очень тонкими (рис. 76).



Рис. 76. *Селедки: шаг 4*

5. Конец косы закрепите резинкой. Она должна быть тонкой и незаметной, потому что в дальнейшем, когда вы свернете косы, их концы «уйдут» внутрь. 6. Пальцами вытяните из готовой косы «зерна», чтобы они образовывали полукольца. Благодаря этому коса станет ажурной. Обратите внимание, что в верхней части полукольца вытягиваются только с внешней стороны косы, со стороны уха. «Зерна» свободной части косы вытягивайте с обеих сторон (рис. 77, а, б).

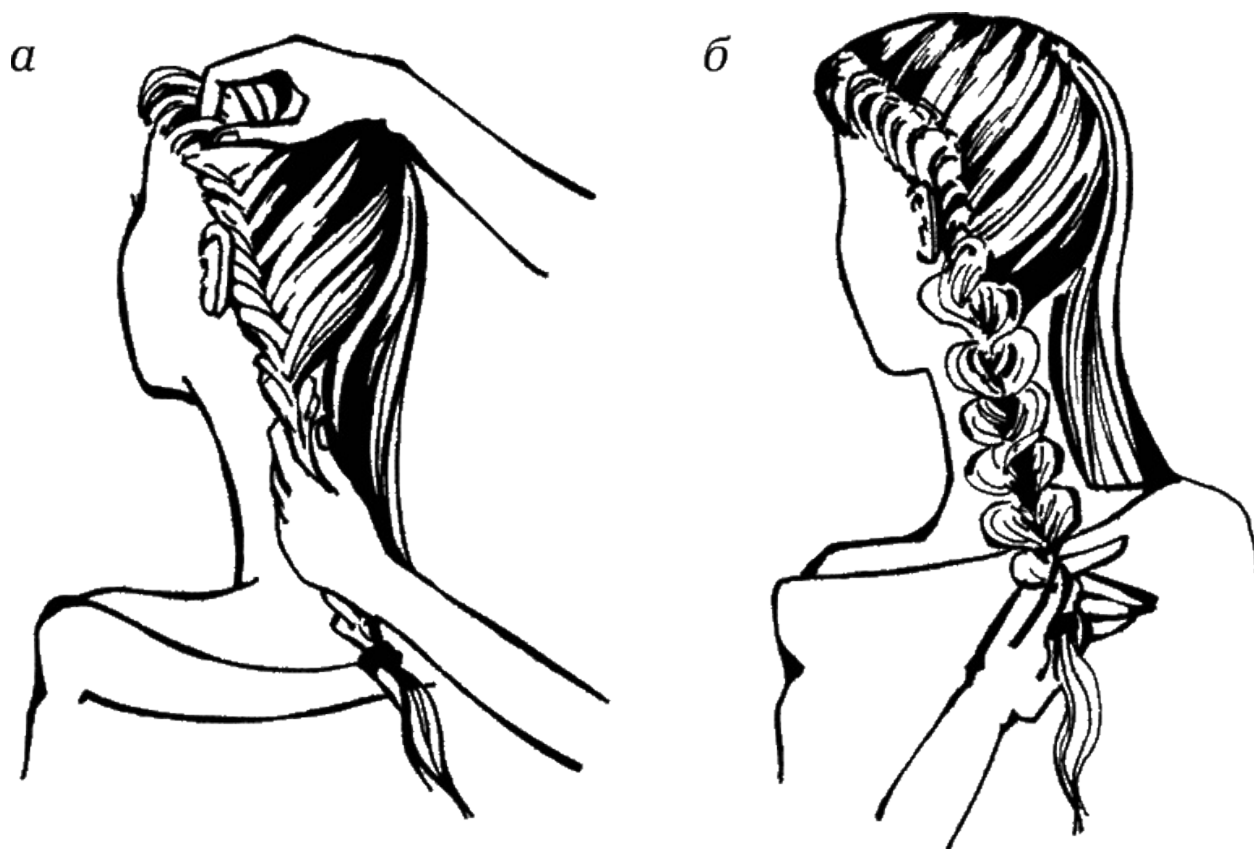


Рис. 77. Селетки: шаг 6:

- а) вытягивание прядок верхней части косы;*
- б) вытягивание прядок нижней части косы*

7. Повторите шаги 2–6 с оставшейся половиной волос. 8. Обвейте большую косу меньшей и аккуратно уложите ее по спирали. Закрепите косы шпильками или невидимками (рис. 78).



Рис. 78. *Селедки: шаг 8*

9. Сбрызните прическу лаком (рис. 79).



Рис. 79. *Селедки: общий вид*

Деревенская рыбка

1. Нанесите на волосы по всей длине жидкий лак и завейте локоны щипцами гофре (рис. 80).



Рис. 80. Деревенская рыбка: шаг 1

2. Отделите часть волос с правой стороны косы вертикальным пробором, проводя его ото лба к затылку.

3. Проведите еще один косой пробор от конца первого пробора до макушки. Два пробора должны образовать треугольник, вторая сторона которого будет короче первой.

4. От конца второго пробора (расположенного ближе ко лбу) проведите короткий прямой горизонтальный пробор.

5. От конца горизонтального пробора проведите косой вертикальный пробор к левому уху.

6. В итоге в передней части головы выделится зона плетения неправильной формы, примыкающая ко лбу. Волосы этой зоны зачешите вперед, к лицу, соберите их в хвост и временно закрепите его «крокодильчиком».

7. Оставшиеся волосы отчешите к лицу, соберите в высокий «конский хвост» и закрепите резинкой (рис. 81).

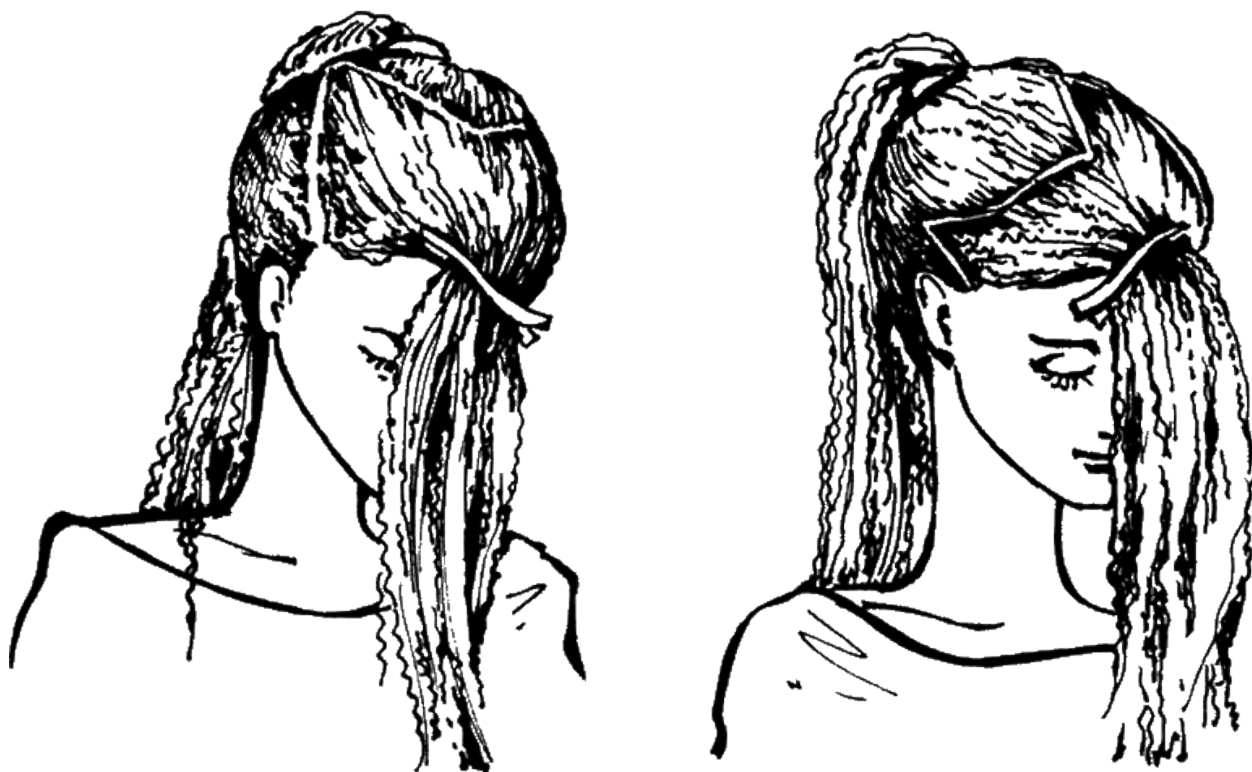


Рис. 81. Деревенская рыбка: шаги 2–7

...

Чтобы визуально расширить продолговатое лицо, вы бирайте прическу, пышную по бокам. Это могут быть длинные боковые локоны, каре до подбородка, кудри или вол нистые волосы, обрамляющие лицо. Все должно быть в меру: не носите слишком длинные или слишком короткие волосы.

8. Откиньте хвост на лицо и начните заплетать косой «рыбий хвост». Дополнительные прядки захватывайте из выделенной ранее передней зоны плетения. Следите, чтобы новые прядки были равной толщины. Для удобства при работе наклоняйте голову вперед. Ваша коса будет идти от затылка к лицу (рис. 82).



Рис. 82. Деревенская рыбка: шаг 8

9. Когда вы достигнете лба, измените направления плетения и ведите косу к левому уху (рис. 83).



Рис. 83. Деревенская рыбка: шаг 9

10. Когда все волосы будут вплетены в косу, продолжайте делать «рыбий хвост», захватывая дополнительные прядки из оставшегося хвоста. Конец косы закрепите резинкой. 11. Конец косы оберните вокруг головы, спрячьте хвостик на затылке и зафиксируйте косу шпильками (рис. 84).



Рис. 84. Деревенская рыбка: шаг 11

12. Пальцами аккуратно вытяните отдельные пряди (рис. 85).



Рис. 85. Деревенская рыбка: шаг 12

Глава 6

Коса твист



Английское слово «twist» переводится как «крутить», «вертеть». Именно это движение лежит в основе плетения косы твист. Можно также вспомнить одноименный танец, пользовавшийся огромной популярностью в 60-е гг. XX в. Этот зажигательный ритмичный танец заключался в небольших вращательных движениях ног, стоящих на носках или на пятках. В памяти сразу всплывает сцена из комедии Леонида Гайдая «Кавказская пленница», где герой Евгения Моргунова Бывалый объясняет, как танцевать твист на примере раздавливания окурков. Вспоминайте эту

веселую комедию, когда будете учиться плести косу твист, и работа пойдет гораздо легче.

...

В Древней Руси незамужние девушки заплетали волосы в косу и завязывали ее лентой или накосником. Прическа замужней женщины состояла из двух кос. Они укладывались короной вокруг головы, а сверху надевался повойник — небольшая полотняная шапочка.

Коса твист плетется из двух прядей, которые перекручиваются между собой. Такие косички придадут объем даже жидким волосам. Еще одно преимущество косы твист в том, что ее можно заплести на волосах практически любой длины, кроме, разумеется, самой короткой.

Если вы торопитесь, и вам надо срочно сделать красивую прическу, косички твист станут вашим спасением. Их можно заплести и в том случае, если ваши волосы не слишком чистые, а исправлять ситуацию времени нет.

Техника плетения

1. Зачешите волосы назад, соберите их в хвост и стяните резинкой.
2. Разделите хвост на две равные по толщине пряди.
3. Перекручивайте пряди между собой до конца косички.
4. Конец косы закрепите резинкой или лентой.

Прически

Французский твист

Если у вас пышные, густые, непослушные волосы, они, скорее всего, будут расплетаться. Выход — заплести несколько косичек твист или косы в технике французского твиста.

1. Разделите волосы на пробор. Пробор может быть прямым или косым, а его направление — любым: ото лба к шее, от макушки к вискам и т. д. Вы можете выбрать его по желанию. Начинайте плести косичку от основания пробора, т. е. от того конца, который расположен ближе к лицу.

2. Возьмите прядь волос с одной из сторон пробора и разделите ее на две более тонкие прядки, равные по толщине. Получившиеся у вас прядки условно будем называть передней и задней, так как при плетении они будут занимать именно такое положение относительно вашего лица (рис. 86).



Рис. 86. Французский твист: шаг 2

3. Заведите дальнюю прядь под ближнюю и перекрутите. Теперь они поменялись местами.левой рукой придерживайте прядку, которая оказалась позади, а правой — прядь, оказавшуюся впереди (рис. 87).



Рис. 87. Французский твист: шаг 3

...

Патрик Веллингтон, владелец известного нью-йоркского салона и СПА «Веллингтон» как-то сказал: «Я абсолютно уверен в том, что косы придают ощущение молодости и вседозволенности, они как бы напоминают их владелице, что жизнь не стоит воспринимать слишком серьезно».

4. Правой рукой, в которой уже зажата передняя прядка, захватите прядь свободных волос, расположенных сбоку от первоначальной пряди. Если коса плетется с правой стороны от пробора, то прядь захватывается справа, если с левой стороны — то слева (рис. 88).



Рис. 88. Французский твист: шаг 4

5. Присоедините новую прядь к передней прядке и продолжайте перекручивать прядки по кругу, по часовой стрелке. Перекрестив дальнюю и ближнюю прядки, поменяйте их местами. Таким образом, первоначальная дальняя прядка сделает полный оборот на 180° .

6. Придерживая пряди левой рукой, правой захватите новую прядь и добавьте ее к передней прядке.

7. Еще раз перекрутите пряди, но теперь уже на 180° , поменяв их местами.

8. Далее продолжайте по принципу: 1 поворот на 180° — 1 добавленная прядка.

9. Когда новые прядки неоткуда будет брать, продолжайте перекручивать две имеющиеся у вас прядки между собой.

10. Пальцами слегка расслабьте косичку, немного вытянув сплетенные

прядки вверх.

11. Прикрепите конец косички к голове с помощью невидимки (рис. 89).



Рис. 89. Французский твист: шаг 11

12. При необходимости заплетите такую же косичку с другой стороны от пробора.

Дорожка твиста

1. Зачешите волосы на затылок. Если у вас непослушные волосы, нанесите на них стайлинг-средство или увлажните волосы водой.

2. В передней (теменной) части выделите центральную зону плетения, идущую ото лба к затылку. Для этого сделайте два прямых вертикальных пробора, идущих параллельно друг другу. Ширину зоны плетения вы

можете выбрать по желанию. От расстояния между вертикальными проборами будет зависеть толщина косы. Учтите: чем толще коса, тем она более заметная и выпуклая. Не стоит чересчур увлекаться, иначе объемный твист будет выглядеть неестественно, а оставшаяся масса волос — слишком жидкой. Залог красоты и успеха этой прически — гармония пропорций.

3. Остальные волосы временно уберите под резинку или заколку.

4. От волос зоны плетения, от самого лба отделите тонкую прядь и разделите ее на две прядки равной толщины.

5. Заплетайте косичку твист, захватывая дополнительные прядки с обеих сторон, но только из центральной зоны плетения (рис. 90).



Рис. 90. Дорожка твиста: шаг 5

Среди природных стимуляторов роста волос известен розмарин. Полезно мыть голову смесью из воды, настоя розмарина и шампуня, взятых в равных долях. Чай с розмарином не только улучшает волосы, но и тонизирует весь организм в целом.

6. Доплетите косу до затылка или чуть ниже и заколите ее конец невидимками (рис. 91).



Рис. 91. Дорожка твиста: шаг 6

7. Остальные волосы оставьте распущенными, соберите в «конский хвост» или заплетите в косу по вашему усмотрению.

Глава 7

Французская коса



Французская коса совмещает в себе простоту и элегантность. Она подходит как для длинных волос, так и для волос средней длины и даже каре. Прежде чем учиться делать такую косичку, нужно для начала освоить технику плетения простой классической косы из 3-х прядей, так как по сути эти техники очень похожи. Отличие в том, что французская коса плетется не из «конского хвоста», как классическая, а от отдельных прядей, как «рыбий хвост». Однако если пряди для «колоска» берут от висков, то зачин французской косы идет от центра макушки.

Французскую косу можно выполнять как из широких, так и из узких прядей. Чем тоньше прядь, тем туже получится коса.

Новичкам советуем потренироваться делать слабо заплетенную французскую косу с широкими прядями, так как она более проста в исполнении. Скоро ваши руки привыкнут захватывать пряди равной толщины и сплести их в нужном порядке, и вы сможете выполнять французскую косу играючи и быстро. Такая прическа — идеальный вариант на каждый день.

Взяв эту высоту, усложните задачу: научитесь плести тугую французскую косу из тонких прядок.

В обоих случаях главное, чтобы прядки были примерно одинаковыми по толщине, а их натяжение при сплетении равномерным. Только тогда коса получится ровной и аккуратной. Этого можно добиться путем многочисленных тренировок.

Пряди можно подхватывать расческой с тонким хвостиком. Однако практика показывает, что удобнее это делать мизинцем, держа косу остальными пальцами. Расческа так и норовит упасть или запутаться в волосах. Особенно если вы заплетаете косу себе сами. Ногтем мизинца прочерчивайте прямой пробор от уха до косы, отделяя прядку от основной массы волос.

Техника плетения

1. Зачешите волосы назад и соберите волосы с передней части головы, висков и макушки в небольшую прядь (рис. 92).



Рис. 92. Техника плетения французской косы: шаг 1

2. Разделите прядь на три равные части и начните заплетать из них классическую косу: наложите сначала левую прядь на центральную, а затем правую прядь на центральную (рис. 93).



Рис. 93. Техника плетения французской косы: шаг 2

3. Перед тем как второй раз переплести левую прядь, захватите новую прядку рядом с основной, соедините их и перекиньте через центральную прядь (рис. 94).



Рис. 94. Техника плетения французской косы: шаг 3

4. Сделайте то же самое с другой стороны: захватите новую прядь рядом с правой основной, соедините их и перекиньте через центральную.

5. Продолжайте плести косу, повторяя шаги 3–4.

6. Когда вы дойдете до шеи, и вам неоткуда будет брать новые прядки, продолжайте плести косу как классическую — из 3-х прядей (рис. 95).



Рис. 95. Техника плетения французской косы: шаг 6

...

Если у вас овальное лицо, то вам подойдет практически любая прическа. Однако старайтесь избегать причесок с поднятыми вверх волосами. Они визуально удлиняют овальное лицо. Идеальный вариант — наиболее пышные волосы у подбородка или скул.

7. Конец косы закрепите резинкой или лентой.

Прически

Воздушная коса

1. Зачешите волосы на затылок, соберите их в «конский хвост» и закрепите резинкой. При необходимости нанесите на волосы подходящее вам средство для укладки.

2. От основания хвоста, слева отделите тонкую прядь, разделите ее на три прядки и начните плести классическую косу.

3. Сделав два скрещения, переходите на плетение французской косы, захватывая волосы только с одной стороны — сверху.

4. С внутренней стороны «конского хвоста» (со стороны шеи) продолжайте плести косу классическим способом.

...

В Польше при рождении девочки заплетали соломенную косу, вкладывали в нее монету и вешали этот талисман на дерево перед домом. Крестные, заплетавшие косу, пели: «Плетем тебя, милая косичка, для здоровья и силы крестницы. Чтобы мы были такими ловкими, чтобы у нее косички были длинными».

5. Вернувшись на внешнюю сторону «конского хвоста», снова переходите на технику плетения французской косы. Коса будет идти слева направо, обвиваясь змейкой вокруг «конского хвоста» (рис. 96).



Рис. 96. Воздушная коса: шаги 3–5

6. Продолжайте повторять шаги 4–5 по всей длине хвоста.
7. Конец хвоста заплетите в классическую косу.
8. Закрепите конец косы резинкой или лентой и приколите ее к середине косы с внутренней стороны (рис. 97).



Рис. 97. Воздушная коса: окончательный вид

Дракончик

1. Зачешите все волосы вперед, на лицо.
2. Начиная с затылка и следуя вверх, плетите французскую косу. Новые пряди захватывайте с обеих сторон (рис. 98).



Рис. 98. Дракончик: шаг 2

3. Дойдя до макушки, плетите классическую косу (рис. 99).



Рис. 99. *Дракончик: шаг 3*

4. Конец классической косы закрепите резиночкой, подверните его внутрь, заправьте под французскую косу и зафиксируйте шпилькой или невидимкой (рис. 100).



Рис. 100. Дракончик: окончательный вид

Ромашка

1. Тщательно расчешите волосы и при необходимости нанесите на них подходящее вам средство для укладки либо увлажните волосы водой. Разделите волосы на две равные части прямым вертикальным пробором.

2. Каждую из этих частей разделите пополам прямым горизонтальным пробором. Всего получится 4 зоны плетения. При этом волосы каждой зоны собирайте в «конский хвост» и закрепляйте резинкой (рис. 101).



Рис. 101. Ромашка: шаг 2

3. Заплетите волосы левой нижней зоны во французскую косичку, захватывая новые пряди с обеих сторон. Коса должна идти от макушки к шее. Дополнительные пряди должны быть равными по толщине между собой и с первоначальными прядями и иметь одинаковое натяжение.

4. Когда в левой нижней зоне закончатся волосы для новых прядей, продолжайте плести французскую косу, захватывая пряди из волос левой верхней зоны. Направление плетения при этом изменится на противоположное: от шеи к лицу.

5. Когда все волосы левой половины головы окажутся в косичке, продолжайте заплетать оставшийся хвост классической косой. Конец косы закрепите резинкой.

6. Повторите шаги 3–5 с правой стороны от центрального вертикального пробора (рис. 102).



Рис. 102. Ромашка: шаг 5

7. Свободные косы соберите в пучок и завяжите резинкой в «конский хвост» (рис. 103).



Рис. 103. Ромашка: окончательный вид

Корона

1. Расчешите волосы от макушки равномерно во все стороны (в том числе на лицо).
2. Возьмите толстую прядь волос на затылке, поделите ее на три прядки и плетите французскую косу по кругу, захватывая новые пряди только с внешней стороны. Продолжайте плетение, пока все волосы не будут убраны в косу.
3. Конец косы закрепите резинкой и спрячьте, приколов невидимкой под косой.
4. Украсьте косу заколками (рис. 104).



Рис. 104. Корона

Двойная капля

1. Разделите волосы двумя прямыми горизонтальными проборами на три равные части. Волосы каждой части соберите в «конский хвост» и закрепите резинкой (рис. 105).

Двойная капля: шаг 1



Рис. 105.

2. Распустите верхний хвост и прямым вертикальным пробором разделите его на две равные части. Правую соберите в хвост и закрепите резинкой, а с левой работайте.

...

Недостаток лица в форме сердечка — острый подбородок, отвлекающий внимание от глаз. «Уравновесить» лицо помогут прямые волосы по бокам, челка, достигающая до бровей, или удлиненные пряди на макушке.

3. Заплетите левую верхнюю часть во французскую косу, захватывая дополнительные пряди для нее только сверху (справа). Направляйте

плетение наискосок: от левого уха к центральному вертикальному пробору (рис. 106).



Рис. 106. *Двойная капля: шаг 3*

4. Конец косы закрепите резинкой.

5. Повторите шаги 3–4 с правой стороны в зеркальном отображении. Косы не должны быть натянуты слишком туго, иначе «капля» будет выглядеть неестественно. Та сторона косички, которая плелась без использования дополнительных прядей, должна несколько нависать над остальной массой волос, имитируя плавные изгибы капли.

6. Соедините свободные части обеих кос вместе и зафиксируйте их одной резинкой. Можно скрыть резинку под заколкой. Такой же аксессуар нужен будет и для второй «капли».

7. Повторите шаги 2–6 со второй частью волос, расположенных под первыми зонами плетения.

8. Третий, нижний хвост распустите и расчешите.

9. Кончик соединенных верхних кос спрячьте под волосы средней части головы, а кончик кос средней части — под распущенные волосы (рис. 107).



Рис. 107. *Двойная капля: окончательный вид*

Воздушное сердечко

1. Разделите волосы прямым вертикальным пробором на две равные части. Левую часть временно соберите в хвост и закрепите резинкой или уберите под заколку.

Ежедневно минимум по 10 мин. делайте самомассаж головы. Он улучшает кровообращение и стимулирует рост волос. Во время массажа для усиления эффекта втирайте в корни волос подогретую смесь оливкового, касторового и кокосового масел.

2. От правой части волос, от начала пробора отделите тонкую прядь. Начните плести французскую косу вдоль линии роста волос. Дополнительные пряди захватывайте только с внешней стороны (рис. 108).



Рис. 108. Воздушное сердечко: шаг 2

3. Дойдя до уха, плавно направьте плетение к шее, чтобы коса образовывала контур половинки сердца. Чтобы придать косе нужные очертания, по необходимости увеличивайте или уменьшайте длину дополнительных прядей. 4. Доплетите косу до шеи и закрепите резиночкой (рис. 109).



Рис. 109. Воздушное сердечко: шаг 4

5. Повторите шаги 2–4 с левой стороны. Следите, чтобы плетение шло строго симметрично правой косе. 6. Свободные концы обеих косичек должны сойтись у шеи. Соедините их и скрепите вместе под одной резинкой или заколкой (рис. 110)

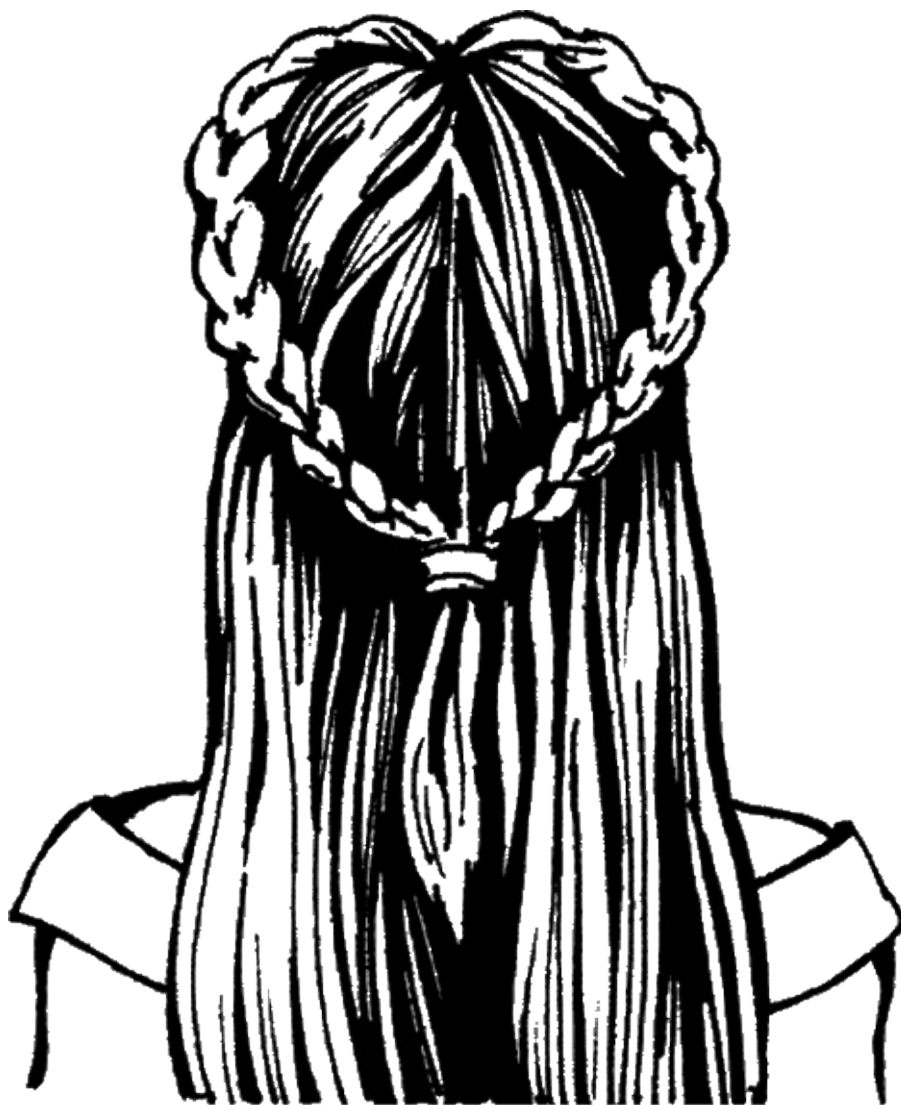


Рис. 110. *Воздушное сердечко: окончательный вид*

Глава 8

Датская коса



Датскую косу иногда называют обратной французской, или вывернутой французской. Техника плетения такая же, что и в случае с французской косой, однако боковые пряди не накладываются на центральную, а подводятся под нее.

В результате коса получается как бы перевернутой нижней частью вверх, за счет чего оказывается более выпуклой, объемной. Кстати, вы можете попробовать в прическах с французской косой заменить ее на датскую.

Древнеегипетский «папирус Иберса», созданный 4 тыс. лет назад, содержал советы по уходу за волосами. Например, облысение советовалось лечить мазью из смеси львиного, крокодилового, гусиного, змеиного и оленьего жира, взятых по 5 частей.

Если вы хорошо умеете плести французские косы, вам не составит труда научиться делать датскую косу.

Все, что говорилось о технике плетения французской косы, справедливо и для датской. Подхватывайте новые прядки мизинцем и старайтесь соблюдать одинаковую толщину прядок и их натяжение.

Техника плетения

1. Как вы помните, датская коса — близнец французской, так что начало их плетения одинаковое. При необходимости нанесите на волосы средство для укладки или увлажните их водой. Зачешите волосы назад и соберите волосы с передней части головы, висков и макушки в небольшую прядь (рис. 111).



Рис. 111. Техника плетения датской косы: шаг 1

2. Разделите прядь на три равные части и начните заплетать из них классическую косу, однако пряди располагайте в обратном порядке: сначала левую прядь под центральную, затем правую прядь под центральную. Тогда коса будет как бы вывернута наизнанку (рис. 112).

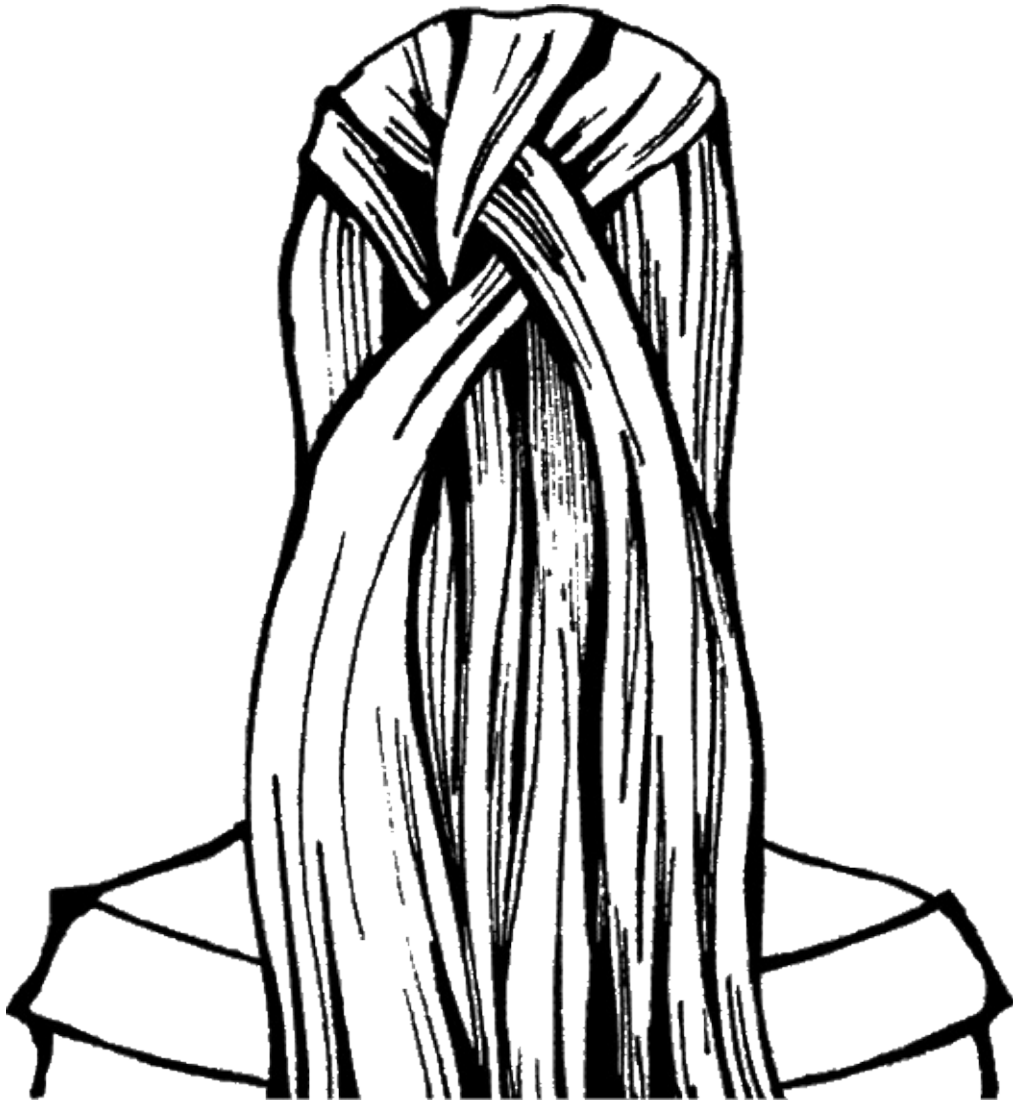


Рис. 112. Техника плетения датской косы: шаг 2

3. Перед тем как второй раз переплести левую прядь, захватите новую прядку рядом с основной, соедините их и подведите под центральную прядь. 4. Сделайте то же самое с другой стороны: захватите новую прядь рядом с правой основной, соедините их и подведите под центральную.

...

Чтобы визуально сузить круглое лицо, носите прически чуть ниже подбородка или асимметричное каре либо поднимайте волосы вверх. Ровная, короткая стрижка и гладко зачесанные волосы делают лицо еще шире.

5. Продолжайте плести косу, повторяя шаги 3–4.

6. Когда вы дойдете до шеи, и вам неоткуда будет брать новые прядки, продолжайте плести косу как классическую — из 3 прядей, но подкладывая боковые прядки под центральную (как описывалось в шаге 2).

7. Конец косы закрепите резинкой или лентой.

8. Чтобы коса стала еще более объемной и фактурной, немного вытяните пальцами переплетенные прядки.

Прически

Датская роза

1. Разделите волосы на две равные части прямым вертикальным пробором.

2. Из левой части выделите зону плетения. Для этого сделайте прямой горизонтальный пробор от верхней части левого уха. Волосы из зоны плетения соберите в хвост, закрепите его резинкой и временно оставьте (рис. 113).



Рис. 113. Датская роза: шаг 2

3. Из правой части волос надо лбом, ближе к центральному пробору,

выделите толстую прядь. Разделите хвост на три равные прядки и начинайте плести датскую косу, захватывая дополнительные прядки с обеих сторон. Направляйте плетение слегка наискось: от пробора к правому уху. Для этого постепенно удлиняйте дополнительные пряди (рис. 114).



Рис. 114. Датская роза: шаг 3

4. Вытягивайте часть прядок с обеих сторон (рис. 115).



Рис. 115. Датская роза: шаг 4

5. Дойдя до уровня горизонтального пробора, которым вы отделяли зону плетения слева, измените направление плетения косы. Теперь ведите ее от правого уха слегка наискось к левой части шеи. Продолжайте вытягивать прядки, как описывалось в шаге 4. 6. Когда волосы для дополнительных прядей кончатся, оставшиеся волосы заплетите в классическую косу, вытягивая ее прядки, как описывалось в шаге 4 (рис. 116).



Рис. 116. Датская роза: шаг 6

7. Конец косы закрепите резинкой или лентой. Переходите к выделенной левой пряди. Распустите ее, расчешите и разделите на три равные прядки. 8. Заплетите левую выделенную прядь в классическую косу. В процессе работы правые прядки косы, расположенные ближе к лицу, вытягивайте петельками (аналогично тому, как вы делали в шаге 4). Первая петля у основания косы должна быть самой большой, а остальные петли — постепенно уменьшаться (рис. 117). Конец косы закрепите резинкой или лентой.



Рис. 117. Датская роза: шаг 8

9. Заверните получившуюся косичку по спирали петлями наружу. Сверните ее от кончика до основания и приколите шпильками (рис. 118).



Рис. 118. Датская роза: шаг 9

Датская корона

1. Прямым вертикальным пробором разделите волосы на две равные части.
2. С левой стороны проведите косой пробор от середины затылка к верхушке левого уха. Временно уберите волосы из выделенной впереди зоны под резинку или заколку, чтобы они не мешали вам в дальнейшей работе.
3. От нижней части волос левой части отделите вертикальную прядь.
4. Разделите эту прядь на три маленькие прядки равной толщины и начните плести датскую косу (рис. 119).



Рис. 119. Датская корона: шаг 4

5. Сделав два переплетения датской косы, отделите под ней еще одну вертикальную прядь и зафиксируйте ее отдельно от всех остальных волос (рис. 120).



Рис. 120. Датская корона: шаг 5

6. Продолжайте плести датскую косу, захватывая верхние, более короткие дополнительные пряди от волос передней части головы, а нижние, более длинные и толстые — от распущенных волос. Чем длиннее будут нижние дополнительные пряди, тем выше пройдет коса. Плетите косу по кругу так, чтобы она охватывала макушку обручем. Изменяя длину прядей, регулируйте направление косы. Она должна держаться у вас на голове без дополнительной помощи. В крайнем случае можно зафиксировать витки косы шпильками. 7. Когда вы обогнете затылок и будете плести косу вдоль лба, старайтесь отступать подальше от линии роста волос. Для этого с внешней стороны косы (ближе к лицу) захватывайте более длинные пряди, чем с внутренней. В итоге коса должна описать правильный круг и практически сойтись со своим началом, образовав на голове «корону» (рис. 121).



Рис. 121. Датская корона: шаг 7

8. Когда все волосы будут вплетены в косу, доплетите оставшийся хвост классическим способом. Конец косы закрепите резиночкой.

9. У вас осталась одна незадействованная прядь, которую вы отделили в шаге 5. Разделите ее на несколько прядок (от 3 до 5) одинаковой длины и толщины.

10. Заплетите оставшуюся прядь в косу из 3, 4 или 5 прядок и закрепите ее конец резиночкой.

11. Уложите косичку на затылке полумесяцем и зафиксируйте невидимкой. Если косичка получилась слишком длинной, можно закрепить ее посередине.

12. Спрячьте конец косички под «корону» из датской косы и закрепите невидимкой.

13. Оберните свободный конец датской косы вокруг ее основной части

и скрепите обе части шпильками (рис. 122). Заправьте кончик датской косы под ближайшее «зерно» косы и закрепите невидимками.



Рис. 122. Датская корона: шаг 13

Ободок

1. Прямым горизонтальным пробором отделите волосы передней части головы от уха до уха и зачешите их на лицо. Оставшиеся соберите в хвост и закрепите резинкой (рис. 123).



Рис. 123. Ободок: шаг 1

2. Зачешите свободные волосы на одну сторону и сплетите из них датскую косу, захватывая новые пряди для нее с обеих сторон (рис. 124).



Рис. 124. Ободок: шаг 2

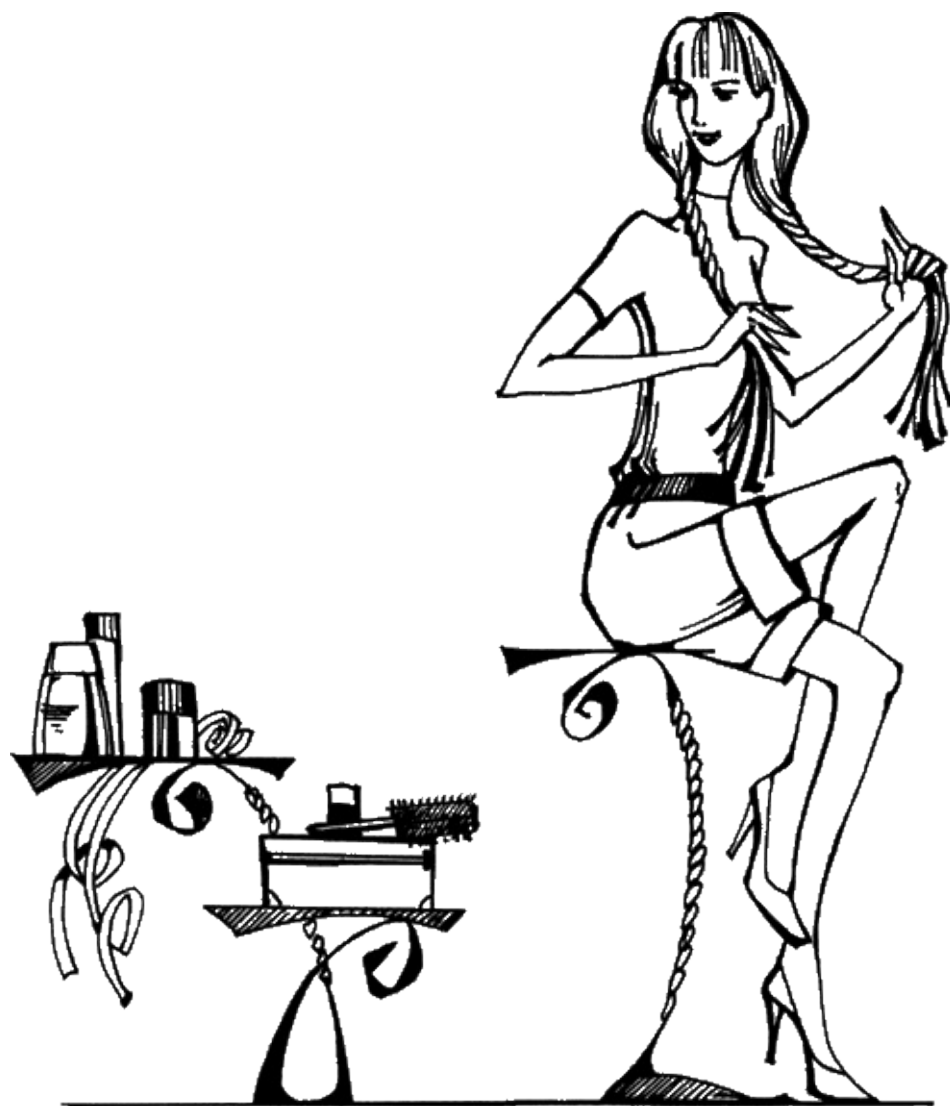
3. Завершите плетение классической косой. Закрепите ее конец резинкой и спрячьте его под «конским хвостом». 4. Распустите хвост и расчешите волосы (рис. 125).



Рис. 125. Ободок: окончательный вид

Глава 9

Коса из жгутов



Любительницы объемных и простых в исполнении причесок просто обязаны научиться плести косички из жгутов. Принцип создания кос этого вида таков: каждая прядь волос скручивается жгутиком, за счет чего визуально она становится более выпуклой, объемной. Когда же эти жгуты переплетаются между собой, прическа становится еще более пышной.

Квадратный подбородок тяжеляет лицо. Чтобы отвлечь внимание это этой части лица, носите прически, начинающиеся на уровне подбородка, короткие кудряшки или длинные асимметрично постриженные волосы. Избегайте прямой стрижки и ровного каре.

Главная хитрость в том, чтобы скрученные жгутики не расплетались. Тут вам на помощь придут средства укладки, о которых рассказывалось в предыдущей главе. Запаситесь также достаточным количеством резиночек и заколок, которыми вы сможете фиксировать готовые жгуты на промежуточных этапах создания прически. Помните правило: чтобы коса не распадалась, переплетать жгуты между собой надо в направлении, обратном их скручиванию.

Техника плетения

1. Зачесать волосы на затылок, собрать их в хвост и зафиксировать резинкой.

2. Разделить волосы в хвосте на 3 равные по толщине пряди: правую, центральную и левую (рис. 126).



Рис. 126. Техника плетения жгутов: шаг 2

3. Возьмите правую прядь, и вращая ее вокруг своей оси, скрутите в жгут от основания до кончика. Попросите кого-нибудь придержать готовый жгут или зафиксируйте его сами. Чтобы прядь не раскрутилась, нельзя ослаблять ее натяжение. Если вы фиксируете жгут самостоятельно, заколите его в нескольких местах «крокодильчиками» или приколите

шпильками. 4. Повторите шаг 3 сначала с центральной, а затем с левой прядью (рис. 127).



Рис. 127. Техника плетения жгутов: шаги 3–4

5. Наложите левую прядь на две другие по часовой стрелке (рис. 128).



Рис. 128. Техника плетения жгутов: шаг 5

6. Возьмите прядь, которая теперь оказалась с левой стороны, и наложите ее на остальные, как описывалось в шаге 5.

7. Продолжайте плести косу таким образом до нужной длины.

8. Конец косы закрепите резинкой или лентой (рис. 129).

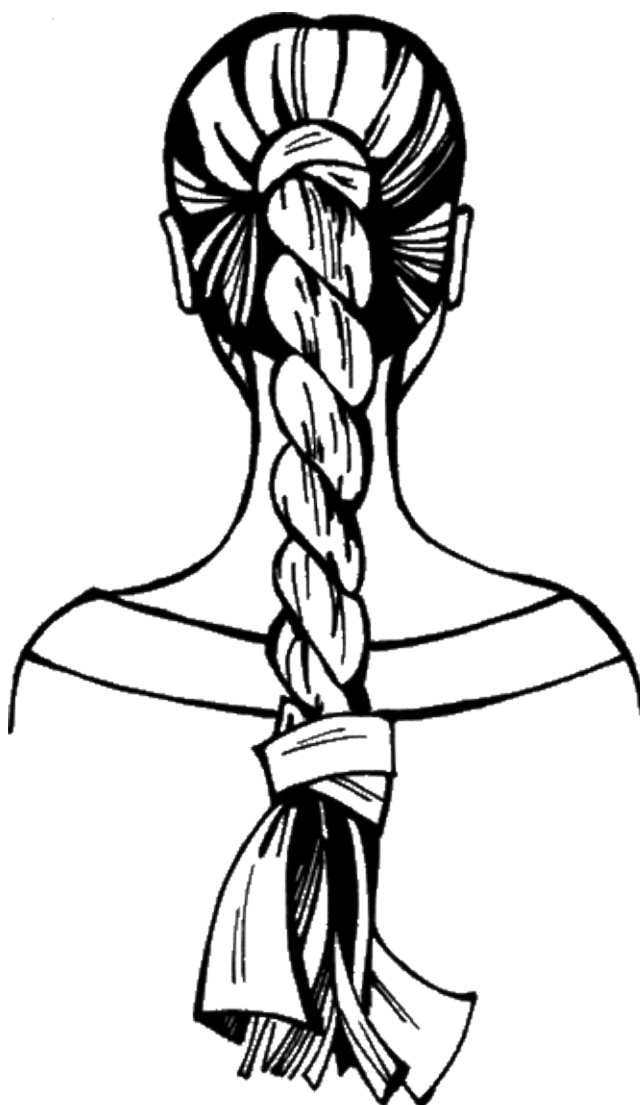


Рис. 129. *Техника плетения жгутов: окончательный вид*

Прически

Боковые косы-жгуты

Эта прическа совмещает в себе техники плетения французской косы и кос из жгутов. При выполнении боковых косжгутов к первоначальным прядям добавляются новые, как при плетении французской косы. В результате на голове образуется красивый рельефный узор из волос.

1. Спереди сделайте любой пробор и закончите его на середине макушки. Продолжите пробор ровно по середине затылка. Ваши волосы оказались разделены на две части. Выполняйте прическу в два этапа: сначала с одной стороны, потом с другой стороны в зеркальном отображении. Пока вы работаете с одной частью волос, другую рекомендуется убрать под резинку, чтобы эти волосы вам не мешали.

2. Зачешите волосы с левой стороны от пробора на затылок.

3. Спереди, у лица, отделите прядь толщиной около 2,5 см, идущую от пробора к виску. Чем тоньше будет прядь, тем туже получится косичка. Перекрутите отделенную прядь 3 раза в направлении от лица и зажмите получившийся жгут № 1 правой рукой (рис. 130).

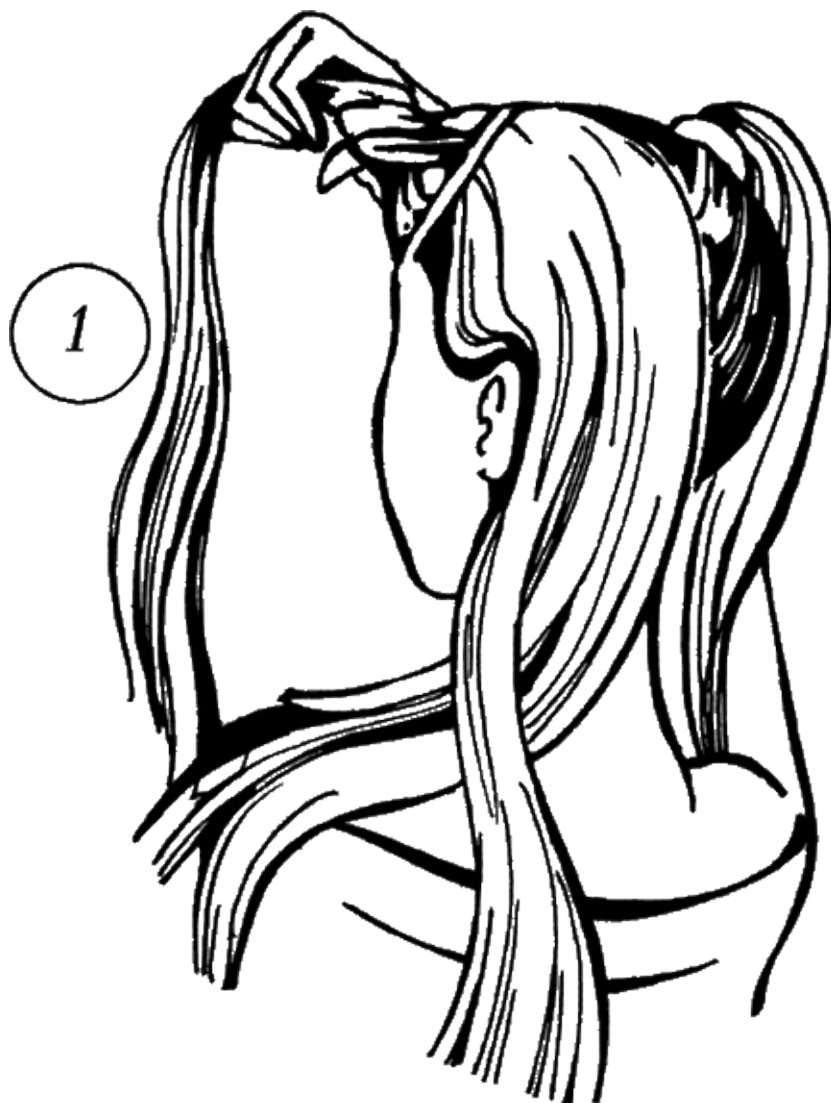


Рис. 130. Боковые косы-жгуты: шаг 3

4.левой свободной рукой отделите вторую прядь из волос, расположенных под жгутом № 1. Она должна быть примерно равна по толщине первой пряди и идти от пробора через голову к лицу (рис. 131).



Рис. 131. Боковые косы-жгуты: шаг 4

5. Трижды перекрутите эту прядь в направлении от лица. У вас получится жгут № 2. Старайтесь, чтобы натяжение обоих имеющихся у вас жгутов было примерно одинаковым. Если один будет скручен очень туго, а другой едва-едва, то коса получится неаккуратной и непропорциональной.

6. Заведите жгут № 2 под жгут № 1, перекрестив их. Поменяйте руки местами.

7. Переложите оба жгута в правую руку. Придерживая их пальцами, перекрутите жгуты и сожмите пальцами, чтобы они не расплелись.

8.левой рукой отделите новую прядь, такую же, как для жгута № 2 (рис. 132).



Рис. 132. Боковые косы-жгуты: шаг 8

9. Трижды перекрутите новую прядь, чтобы получился жгут № 3.
10. Перекрестите жгут № 3 с нижним жгутом № 1 под верхним жгутом № 2.
11. Поменяйте руки местами, соедините жгуты № 1 и № 2 в одну прядь и перекиньте ее в правую руку.
12. Повторяйте шаги 4–11 до шеи. Чтобы коса получилась аккуратной, все дополнительные пряди должны быть примерно равной толщины. Перекручивать их также надо с одинаковым натяжением. Надо следить, чтобы дополнительные пряди брались не вразнобой, а из волос под предыдущим жгутом.
13. От шеи плетите косу-жгут по всей длине: перекручивайте обе пряди и перекрещивайте их в одном направлении. Как вы заметили, техника создания этой прически напоминает технику плетения

французской косы (рис. 133).



Рис. 133. Боковые косы-жгуты: шаг 13

14. Конец косы закрепите резинкой или лентой.
15. Заплетите такую же косу с другой стороны.
16. Подверните концы жгута внутрь и зафиксируйте под косой с помощью заколки.
17. При желании обвяжите подвернутые жгуты лентой, а сверху завяжите ее на бант.

Боковые жгуты, закрученные вперед

Эта прическа выполняется почти так же, как боковые косы-жгуты. Однако в данном случае жгуты перекручиваются не в направлении лица, а назад, от него. Волосы делятся на две части. Сначала плетется коса с одной

стороны от пробора, а потом в зеркальном отображении — с другой стороны от пробора.

1. Спереди сделайте любой пробор и закончите его на середине макушки. Продолжите пробор ровно по середине затылка. Ваши волосы оказались разделены на две части.

Сначала заплетите в косу одну часть, а другую заколите или уберите под резинку, чтобы она вам не мешала.

2. Зачешите волосы с левой стороны от пробора к затылку.

3. Спереди, у лица, отделите прядь толщиной около 2,5 см, идущую от пробора к виску. Чем тоньше будет прядь, тем туже получится косичка. Перекрутите отделенную прядь 3 раза к лицу и зажмите получившийся жгут № 1 левой рукой (рис. 134).



Рис. 134. Боковые жгуты, закрученные вперед: шаг 3

4. Правой рукой возьмите новую прядь из волос от пробора до лица

под жгутом № 1. Ее толщина должна быть такой же, как и у первой пряди.

5. Трижды перекрутите новую прядь в направлении от лица. У вас получится жгут № 2.

6. Перекрестите оба жгута, наложив жгут на № 2 на жгут № 1. Поменяйте руки местами (рис. 135).

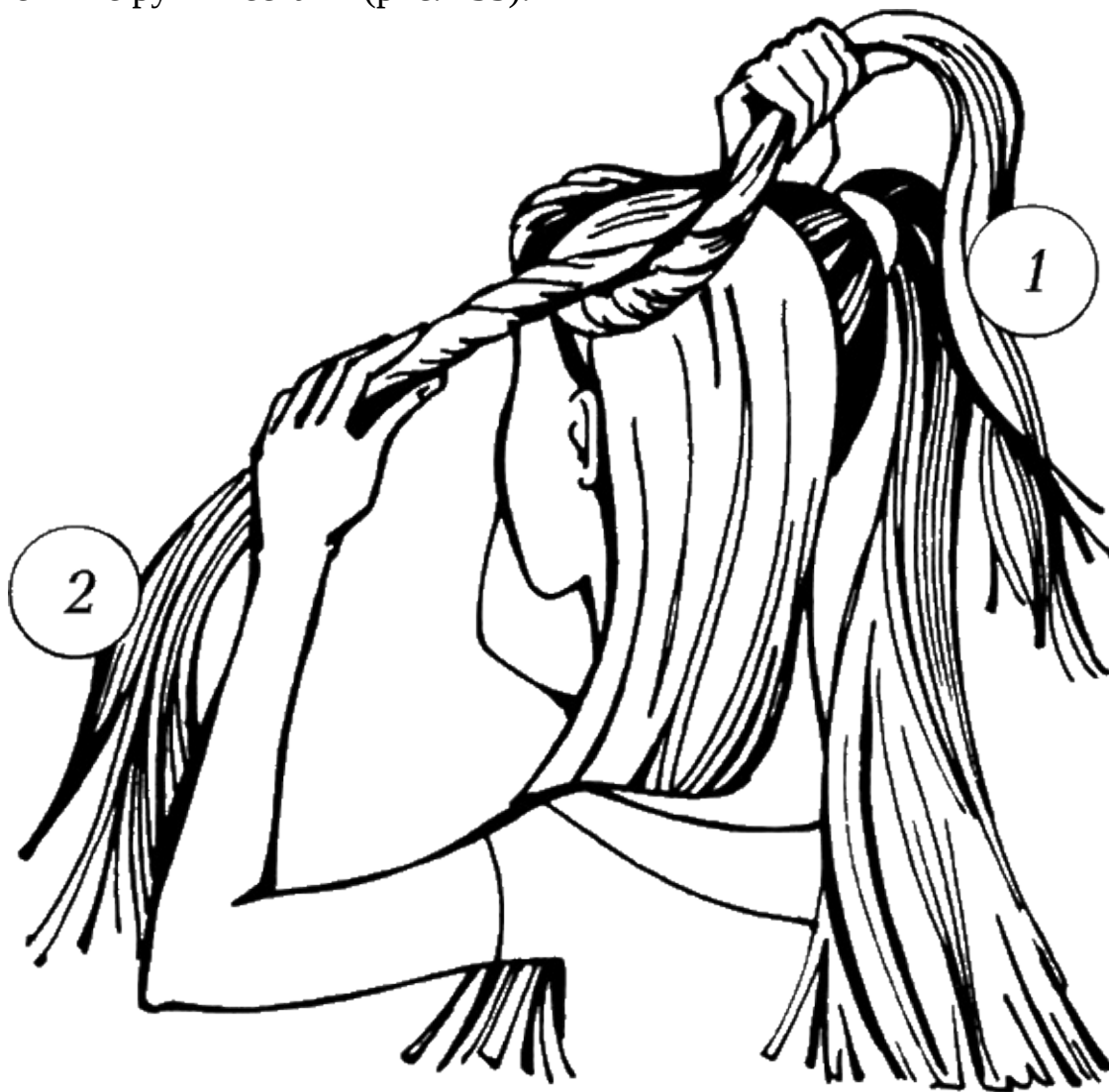


Рис. 135. Боковые жгуты, закрученные вперед: шаг 6

7. Перехватите оба жгута в левую руку, придерживая их пальцами. Жгуты должны оставаться перекрещенными, но не соединяться в одну прядь. Чтобы этого добиться, зажмите одну прядь между средним и безымянным пальцами, а другую — между указательным и средним. Чтобы жгуты не раскручивались, сжимайте руку в кулак.

Бальзамы-ополаскиватели придают волосам блеск, делают их эластичными и гладкими. Но главная функция этого косметического средства — удалять с волос и кожи головы остатки шампуня и восстанавливать нормальный pH кожи головы.

8. Правой рукой отделите новую прядь, аналогично тому, как вы брали прядь для жгута № 2.

9. Трижды перекрутите третью прядь по направлению к лицу. Получится жгут № 3.

10. Пропустите жгут № 3 между № 2 и № 1, чтобы жгут № 1 был сверху, а жгут № 2 снизу.

11. Поменяйте руки местами, объедините жгуты № 1 и № 2 в одну прядь. У вас получится один объединенный жгут и жгут № 3. Переложите эти жгуты в левую руку.

12. Повторяйте шаги 4–11 до начала шеи, после чего зафиксируйте жгуты «крокодильчиком» (рис. 136).

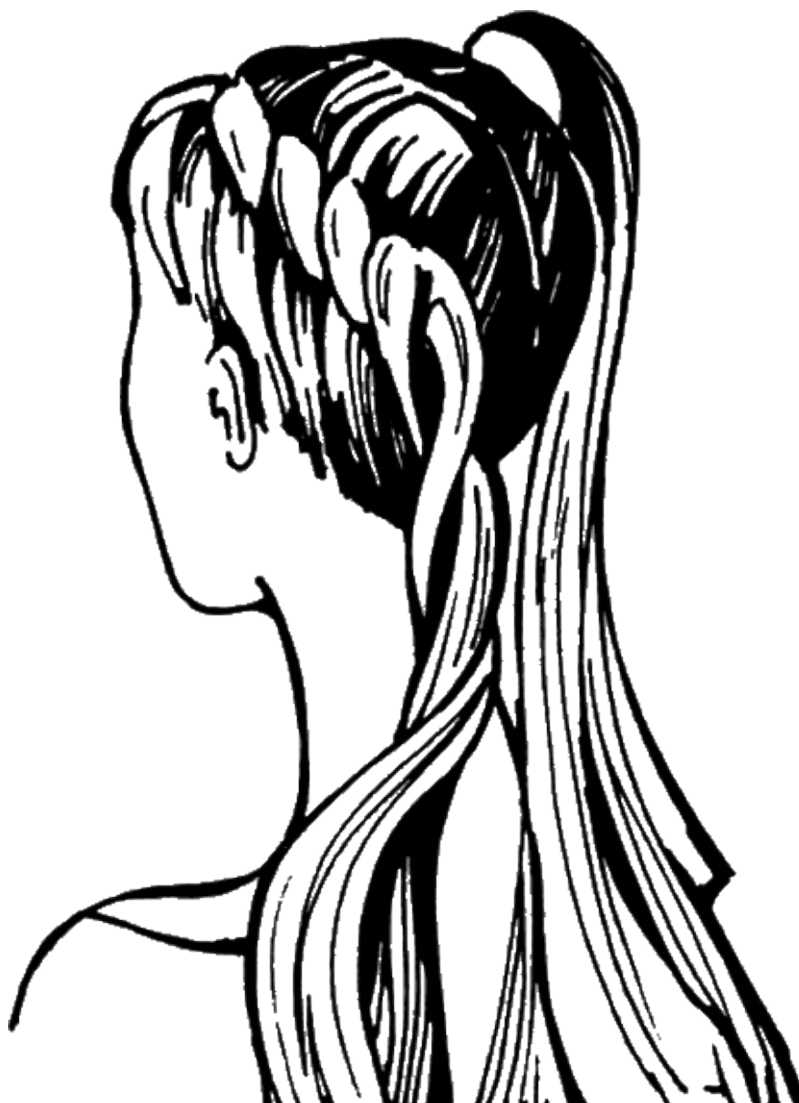


Рис. 136. Боковые жгуты, закрученные вперед: шаг 12

13. Аналогичным образом заплетите косу с другой стороны от пробора. Выполните шаги 2–11, меняя направления для левой и правой сторон. 14. У начала шеи объедините концы обоих жгутов и заплетите получившийся хвост в классическую косу.

Жгуты и Франция

1. Увлажните волосы или нанесите для них стайлинг-средство.
2. Двумя прямыми вертикальными проборами отделите волосы у висков и с боков.
3. Остальные волосы зачешите назад, соберите в «конский хвост» и временно уберите под заколку или резинку.
4. Волосы правой боковой зоны плетения разделите на две равные по

толщине пряди.

5. Каждую прядь закрутите жгутом. Скручивайте оба жгута в одну сторону.

6. Переплетите жгуты между собой в направлении, противоположном направлению их скручивания (рис. 137).



Рис. 137. Жгуты и Франция: шаг 6

7. Конец косы закрепите резинкой.

8. Повторите шаги 4–7 с левой стороны.

9. Соедините жгуты на затылке и временно зафиксируйте место их скрещения «крокодильчиком».

10. Остальные волосы расчешите и начните заплетать их во французскую косу. В качестве центральной пряди используйте

объединенные косы из жгутов (рис. 138).



Рис. 138. Жгуты и Франция: шаг 10

...

Широко распространено заблуждение, что частая стрижка или бритье делают волосы гуще. На самом деле обе эти процедуры удаляют только стержень волоса, растущий на поверхности. На состояние корней волос они не влияют.

11. Существует несколько вариантов завершения этой прически:
когда все свободные волосы будут вплетены в косу продолжайте захватывать дополнительные пряди из самого хвоста косы и доплетите

косу до конца;

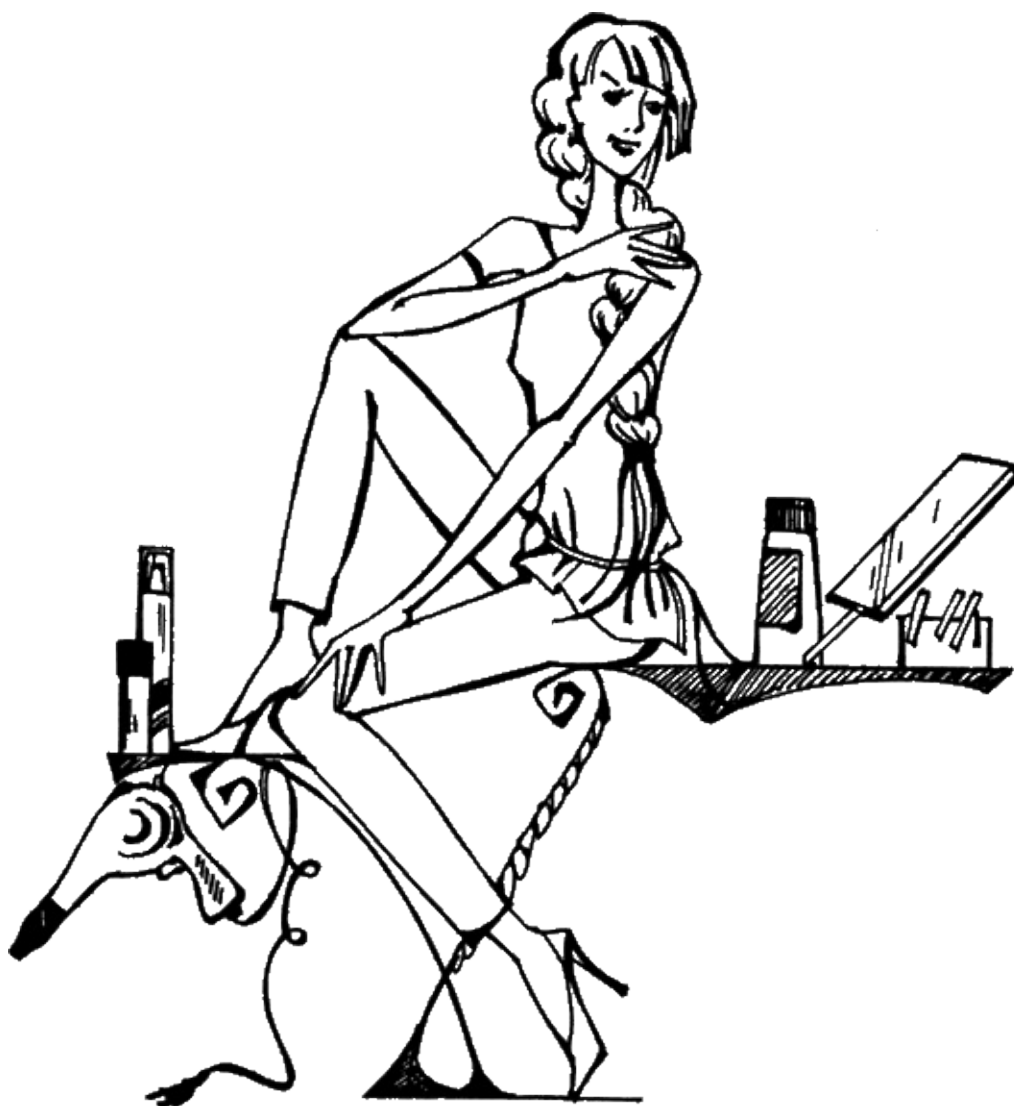
когда все свободные волосы будут вплетены в косу, завершите косу классическим способом и закрепите резинкой или лентой;

доплетите косу как описано в вариантах а) или б), затем скрутите ее у основания затылка в тугой пучок и зафиксируйте шпильками;

доплетите французскую косу до шеи и оставшиеся волосы закрепите резинкой, заколкой или бантом.

Глава 10

Косы с плоскими зернами



Легкие ажурные косы с плоскими «зернами» напоминают кружево с причудливыми узорами. При взгляде на прическу из таких кос трудно поверить, что они сплетены из волос.

...

Выпадение волос у женщин может быть вызвано несколькими

причинами: избытком мужского полового гормона тестостерона, заболеванием щитовидной железы, анемией, недостатком витаминов и питательных веществ. Во всех случаях исправить ситуацию способна только квалифицированная врачебная помощь.

Умение заплетать косы с плоскими «зернами» пригодится вам при создании оригинальных, но простых в исполнении праздничных причесок. Стороннему наблюдателю может показаться, что сплести косы с плоскими «зернами» способен только профессиональный парикмахер. Однако на самом деле техника создания кос этого типа очень проста. При описании причесок с предыдущими типами кос вы не раз сталкивались с необходимостью вытягивать петли полукольцами из готовой, а иногда и зафиксированной косы.

Косы с плоскими «зернами» плетутся таким образом, чтобы на заключительном этапе «зерна», образованные двумя прядями, сдвинуть по третьей пряди, как трамвай по рельсам.

Хитрость заключается в том, чтобы перемещать петли косы по одной из прядей, не нарушая плетения. Потренироваться придется и для того, чтобы научиться красиво расправлять петли косы.

Техника плетения

Чтобы приступить к плетению кос с плоскими «зернами», вам для начала нужно научиться делать классическую косу из 3 прядей, косу из 4 прядей или косу из 5 прядей.

Косы с плоскими «зернами» плетутся из тонких легких прядей. Однако прядки должны быть достаточно толстыми, чтобы из них можно было вытянуть петли. Для оформления причесок из кос с плоскими «зернами» используют различные виды плетения и воздушных локонов.

Для воздушных локонов от волос отделяют 2–3 пряди шириной 4–6 см и пропитывают стайлинг-средством. Важно не использовать слишком много средства для укладки. Если пряди будут слишком влажными, они провиснут и не будут держать форму. Затем локоны разглаживают пальцами, чтобы получилась плоская лента из склеенных волос. «Ленты» должны иметь ровную поверхность и быть жесткими, но эластичными. Все это достигается путем выглаживания локонов пальцами. Ленты обрабатывают лаком и подсушивают естественным путем, без помощи фена.

1. Отделите часть волос и разделите ее на 3–5 прядок средней толщины.

2. Заплетите пряди в косу соответствующего типа.

3. Не закрепляйте конец косы. Придерживайте пальцами одну прядь (например, центральную). Свободной рукой возьмите остальные пряди и сдвиньте их к голове, к корням волос. Петли прядей будут скользить по центральной прядке. Сдвиньте их на такое расстояние, чтобы «гармошка» из петель оказалась на месте ее расположения в прическе.

4. Расправьте петли.

5. Спрячьте центральную неподвижную прядь и прикрепите ажурную косу к волосам с помощью шпилек и невидимок. Косу можно прикреплять в распрямленном виде, оборачивать вокруг головы, сворачивать спиралью и т. п.

Прически

Прическа для длинных волос

Эта прическа выполняется на волосах длиной более 40 см.

1. Разделите волосы на две части косым диагональным пробором, идущим от мочки левого уха к правой половине лба.

2. Волосы каждой части соберите в «конский хвост» и закрепите резинкой (рис. 139).



Рис. 139. Прическа для длинных волос: шаг 2

3. Разделите каждый хвост на пряди. Количество прядей выбирайте по

желанию.

...

Как ни странно длинные волосы значительно облегчают жизнь своим обладательницам. Такую шевелюру надо реже мыть, подстригать достаточно 4 раза в год, подравнивая только самые кончики волос. Собранные в обычный «конский хвост» или трехпрядную косу, длинные волосы уже превращаются в красивую прическу.

4. Нижнюю часть волос заплетите в косу с плоскими «зернами», вытянув петли только с внешней стороны. В процессе плетения изгибайте косу так, чтобы ее удобно было крепить к голове. Коса должна огибать голову обручем.

5. Готовую косу уложите на голове и зафиксируйте шпильками и невидимками.

6. Разделите верхнюю часть волос на отдельные локоны, уложите их на макушке в произвольном порядке и зафиксируйте шпильками или невидимками (рис. 140).



Рис. 140. Прическа для длинных волос: шаг 6
7. Сбрызните прическу лаком.

Ажурная коса и локоны

1. С левой стороны выделите треугольную зону, сделав два косых диагональных пробора. Один из них должен идти от левой стороны шеи, другой от левого виска. Пробыры должны сходиться в одной точке, примерно на затылке.
2. Отделенную часть волос соберите в «конский хвост» и временно уберите под резинку или заколку.
3. Отделите часть волос на макушке и затылке, соберите эти волосы в «конский хвост» и временно уберите под резинку или заколку.

4. Повторите шаги 1–2 с правой стороны.

5. Зачешите волосы правой зоны на лицо, разделите на несколько прядей и заплетите ее в косу с плоскими зернами, начиная от затылка и продвигаясь ко лбу. Петли из нее вытяните только с одной стороны. Зафиксируйте косу шпильками.

7. Волосы оставшихся зон обработайте стайлинг-средством, закрутите в валики, прикрепите их концы шпильками или невидимками и сбрызните лаком сильной фиксации.

8. По желанию дополните прическу заколкой и декоративными перышками (рис. 141).



Рис. 141. *Ажурная коса и локоны*

1. Отделите переднюю часть волос, сделав прямой горизонтальный пробор от уха до уха. Волосы этой зоны соберите в «конский хвост» и закрепите резинкой.

2. Нижнюю часть волос разделите на две равные части прямым вертикальным пробором. Волосы каждой части собирайте в «конский хвост» и закрепляйте резинкой (рис. 142).



Рис. 142. Ажурные розетки: шаг 2

3. Разделите верхний хвост на несколько прядей равной толщины. Количество прядей зависит от густоты ваших волос. 4. Каждую прядь заплетите в косу с плоскими «зернами», вытянув петли только с одной стороны (рис. 143).



Рис. 143. Ажурные розетки: шаг 4

5. Возьмите одну из готовых косичек, согните ее пополам концом вверх и закрепите невидимками и шпильками, спрятав кончик под косу. То же самое надо сделать с остальными косами, располагая их каскадом.

7. Повторите шаги 3–4 с нижними боковыми хвостами.

8. Косы каждого хвоста закрутите в розетки и зафиксируйте шпильками.

9. Сбрызните прическу лаком сильной фиксации (рис. 144).



Рис. 144. Ажурные розетки: окончательный вид

Глава 11

Африканские косички



Копна из сотен тонких как ниточки афрокосичек выглядит необычайно экзотично. Сложно поверить, что такую прическу можно создать из человеческих волос, пускай и дополненных искусственными локонами.

Стильная, оригинальная прическа из афрокосичек просто не может не привлечь всеобщего внимания. Люди старшего поколения скорее всего будут бросать на вас неодобрительные взгляды, зато сверстники наверняка по достоинству оценят своеобразие вашей прически. Во всяком случае, в одном вы можете быть уверены: афрокосички не дадут вам стать частью

безликой серой массы и помогут выразить вашу индивидуальность.

...

Улучшить состояние волос поможет простая маска из свежих помидоров. Разомните несколько томатов в кашицу, нанесите маску на корни волос, а через 30–40 мин вымойте голову шампунем.

Про афрокосички ходит множество мифов. Однако многие из них — не более чем «бабушкины сказки».

Родиной африканских косичек считается Древний Египет. Уже 5 тыс. лет назад египтяне заплетали волосы в многочисленные тонкие косы. Подобный выбор прически был вызван не только и не столько стремлением к красоте, сколько практическими соображениями. Под палящими лучами африканского солнца распущенные волосы превращались в подобие меховой шапки. Косички же позволяли избежать перегрева.

Кроме египтян, прически из тонких косичек носили и другие народы, населявшие страны с жарким климатом.

Тонкие косички заплетали и народы, обладающие плотными жесткими, прямыми волосами: узбеки, американские индейцы, коренные обитатели Аляски, якуты, чукчи, эвенки.

Плетение косичек всегда имело магическое значение. Такое единство мышления может показаться удивительным, но практически все языческие народы в разных уголках Земного шара верили, что косички служат оберегами от злых сил.

Сегодня африканские косички считаются оригинальной, а главное практичной и удобной прической.

Противопоказания к афрокосичкам

Ношение африканских косичек имеет ряд медицинских противопоказаний. Это уже не мифы и домыслы, а научно доказанные факты.

Противопоказаниями являются:

- вегетососудистая дистония, мигрень, головные боли;
- травмы кожного покрова головы, свежие шрамы, раны;
- выпадение волос (алопеция);
- ослабление волос, секущиеся кончики, перхоть;

возраст до 16 лет. До этого времени волосы слишком слабы из-за того, что продолжают формироваться. Афрокосички в этом возрасте действительно вредны. Альтернатива — брейды (французские афрокосички) из собственных волос, которые носят не более 1,5 недели.

Принципы создания афропрически

Для создания афропрически вовсе не обязательно иметь длинные густые волосы, так как косички в любом случае плетутся из искусственного материала. Опытные профессионалы могут создать афроприческу на волосах длиной всего 4–5 см. Для новичков и самоучек этот минимум составляет 7–10 см.

Количество косичек может варьироваться от 100 до 500. Однако в среднем на голове заплетается 140–300 косичек. Их число зависит от густоты ваших волос. Чем больше косичек, тем они тоньше.

Количество косичек — вовсе не показатель качества. Некоторые считают, что большое число косичек делает менее заметными проборы между ними. На самом деле это не так. Важно не количество косичек, а их размещение. В частности, мастера афроплетения знают, что проборы между ромбовидными секторами менее заметны, чем между квадратными. Сзади косичек должно быть меньше, чем на макушке и по бокам, а размеры зон плетения должны уменьшаться от затылка к макушке.

В течение первых 2–3 дней свежезаплетенные афрокосички будут немного торчать. Волосам нужно время, чтобы «привыкнуть» к новому положению. «Адаптация» волос пройдет успешнее, если в процессе плетения задавать волосам правильное направление.

Косички можно носить без пробора. В этом случае человек, помогающий заплетать косички, должен стоять позади вас. Если же косички будут с пробором, то помощник должен стоять параллельно пробору.

...

Искусственные волосы, или канекалон, относятся к модакриловым волокнам. Они созданы на основе сополимеров акрилнитрила с 40–60 % винилхлорида или 20–50 % винилиденхлорида. Иногда в их состав также включают третий компонент — например, 1–2 % винилсульфоната натрия.

«Срок жизни» афрокосичек составляет от 1 до 6–7 месяцев. Все зависит от индивидуальной скорости роста волос. Как только корни волос отрастут настолько, что будут портить внешний вид прически, косички

пора расплетать.

Техника плетения

Существуют разные типы африканских косичек. Об их плетении вы сможете прочитать в разделе «Прически из афрокосичек». Сейчас же поговорим об общей технике заплетения афрокосичек.

Для создания афропрически вам потребуется:

искусственный синтетический материал. В афроплетении используются канекалон, гофре, пони, зизи. Чаще всего применяют канекалон. Этот материал используется, например, в изготовлении париков. Канекалон можно купить в специализированном магазине или заказать через Интернет;

расческа с тонким «хвостиком», с помощью которой вам будет удобно делать проборы нужной формы, длины и ширины, а также подцеплять пряди волос;

пульверизатор с водой;

зажигалка или кипятик для фиксации кончиков;

ножницы, чтобы отрезать лишний канекалон;

«крокодильчики» и заколки для крепления разделенных прядей.

1. Канекалон продается в виде одной большой пряди. Поэтому предварительно ее нужно разделить на прядки необходимой толщины, которые и будут непосредственно вплетаться в африканские косички. Определите, сколько косичек вы сделаете, и заранее подготовьте нужно число прядок канекалона. Это заметно сократит время, которое вы потратите на создание афропрически. Чтобы нити канекалона не спутывались, разделяйте их подкручивающими движениями.

2. Разделите волосы на сектора плетения. Толщина косичек будет меняться в зависимости от сектора, в котором они будут располагаться. Секторов три: затылочный, теменной и височный. В затылочном секторе целесообразно заплести меньше косичек, но большей толщины. Более тонкие и многочисленные косички височного и теменного сектора прикроют затылок, и диспропорция будет незаметной. Такое распределение косичек позволяет существенно сэкономить время на создание афропрически.

3. Каждый сектор плетения разделите на отдельные зоны квадратной, треугольной или ромбовидной формы. Стандартный размер квадратной зоны — 10 × 10 мм или 15 × 15 мм. В затылочном секторе зоны будут несколько крупнее, чем в височном и теменном. О преимуществах и

недостатках зон плетения различной формы уже рассказывалось в подразделе «Принципы создания афропрически».

Какую бы форму зоны плетения вы ни выбрали, старайтесь «прорисовывать» ее предельно четко. Стороны «фигур» должны быть прямыми, равными по длине. Между зонами не должно быть «пограничных» прядок. Каждый волосок должен совершенно определенно относиться к конкретной зоне плетения. Иногда в какую-то зону плетения попадают волосы из соседней зоны и их по недосмотру вплетают в косичку. «Приблудные» волосы оказываются слишком сильно натянутыми. Они стремятся вернуться на положенное им место. В результате человек испытывает болезненный дискомфорт кожи головы. Она может воспалиться, чесаться, зудеть, а волоски могут порваться либо даже вырваться с корнем.

Чтобы волосы лучше делились на зоны плетения, перед прочерчиванием пробора увлажняйте их водой из пульверизатора.

Волосы каждой зоны плетения собирайте в хвостик и временно закрепляйте «крокодильчиком».

Зоны плетения должны располагаться в шахматном порядке. В этом случае косички лягут на находящиеся под ними проборы и прикроют их. Если расположить косы в другом порядке, на голове будут заметны «проплешины» от проборов.

Главное, чтобы косички не располагались хаотично. Иначе прическа получится бесформенной, а со стороны будет казаться, что пропорции головы нарушены.

4. Заплетайте косички, перемещаясь от лица к затылку. Возьмите прядь канекалона и сложите ее пополам. Освободите от зажима прядку ваших волос одной из зон плетения и накиньте на ее основание петлю, образовавшуюся на сгибе канекалона. Один из концов канекалона протяните сквозь эту петлю и затяните ее у основания прядки волос.

5. Дальнейшие действия зависят от вида афрокосички. Самый простой вариант — разделить прядь волос на три прядки равной толщины, к ним добавить нити канекалона и плести классическую косу до самых концов канекалона. Главное, чтобы коса была ровной, аккуратной, а петли имели одинаковое натяжение. Для ускорения процесса плетения опытные парикмахеры советуют заплетать классическую косу обратным способом (как при плетении датской косы), т. е. не накидывать крайние пряди на центральную, а заводить их под нее.

6. Оформите конец косички одним из описанных ранее способов. Если это допускает вид афрокосичек, оставьте концы свободными. Если нет,

запаяйте их. Подпаливать волосы, пусть даже искусственные, огнем не слишком безопасно. Поэтому лучше закрепить косичку, погрузив ее конец в крутой кипяток.

7. Повторите шаги 4–6 со всеми оставшимися прядями.

Прически из афрокосичек

В предыдущих главах мы учились плести косички различных видов. Каждый раз вам приходилось осваивать новые приемы плетения. Африканские косички в этом отношении стоят особняком. Как вы уже, наверное, поняли из раздела «Техника плетения афрокосичек», никаких особых приемов здесь не существует. За основу берутся уже известные вам техники плетения классической, французской и датской косы, жгутов, а также приемы вплетания в косы ленточек. Чтобы избежать ненужных и утомительных повторов, в данном разделе мы не будем давать подробную пошаговую инструкцию, а остановимся на характерных особенностях разных видов афрокосичек, на свойствах материалов, которые используются при их плетении, и на некоторых тонкостях их создания. Исключение будет сделано только для тех случаев, когда техника плетения окажется действительно сложной. В остальном ориентируйтесь на общие рекомендации по плетению африканских косичек и на знания, полученные из предыдущих глав.

Классические афрокосички

Это самый популярный вид косичек. Он очень легок в исполнении. В его основе лежит техника заплетения классической косы из трех прядей. Длина натуральных волос должна быть не менее 5–6 см. При создании косичек используется канекалон, который вплетается в волосы от самых корней.

...

В Древнем Египте в процессе плетения косичек волосы заговаривали особыми заклинаниями. Для волос каждой части головы (на висках, макушке, затылке) существовали специальные магические слова. Считалось, что правильно заплетенные косы будут охранять своего носителя и приманивать к нему удачу.

В зависимости от густоты волос, можно заплести от 100 до 500 классических афрокосичек, но в среднем плетется 200–250 кос. Они могут доходить до плеч, до лопаток, до пояса или спускаться ниже талии.

Максимальная длина классических афрокос — 2 м.

Концы косичек можно запаять огнем или кипятком, завязать узелками или оформить с эффектом «живого конца».

Плетение классических афрокосичек отнимает от 3 до 8 ч в зависимости от количества кос и числа помощников.

Классические афрокосички можно носить в среднем 2 месяца. Когда корни волос отрастут на 2–3 см и более, косички рекомендуется распустить (рис. 145).

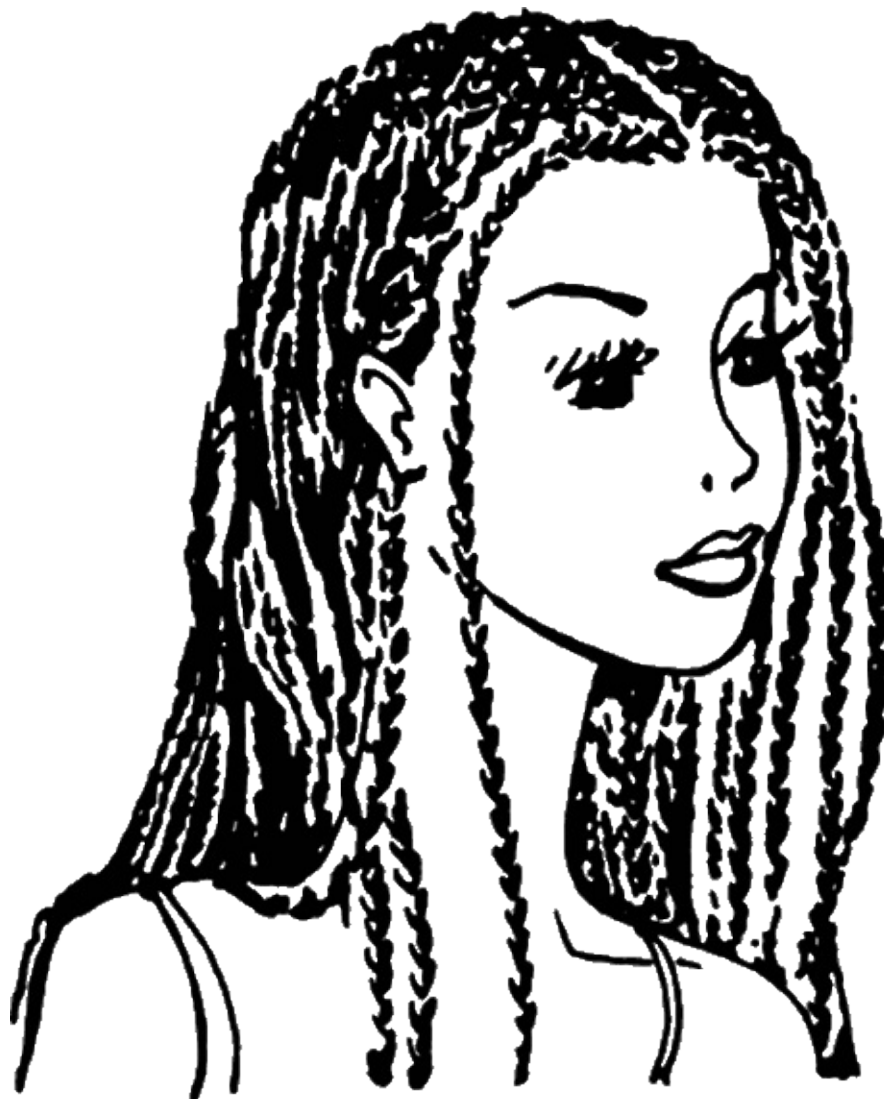


Рис. 145. *Классические африканские косички*

Сенегальские косички

Сенегальские косы также известны как сенегалы, спиральки, (сенегальские) жгутики, канатики, скрутки. В основе этого вида

афрокосичек — плетение из двух скрученных жгутом прядей. В причёске используется канекалон или искусственный материал пони. Особенно эффектно смотрится причёска, выполненная с применением искусственного материала двух контрастных цветов.

Сенегальские жгуты очень плотные, поэтому их не рекомендуется заплетать на слишком густых волосах.

Создание сенегальских косичек занимает очень много времени, поэтому редко можно увидеть человека с причёской, полностью выполненной в этой технике. Как правило, сенегалы служат дополнением к причёскам из других видов африканских кос.

Длина, толщина и количество сенегальских жгутов могут быть любыми. Чаще всего причёска, полностью выполненная в этой технике, состоит из 200 жгутов.

Срок ношения сенегальских косичек — от 2-х до 4-х месяцев. Зависит он не только от скорости роста волос, но также от количества и толщины жгутов. Чем тоньше косички, тем они долговечнее. Причёска из сенегалов теряет эстетичность, когда корни волос отрастают на 1–2 см.

Чтобы заплести сенегальские косички, длина натуральных волос должна быть более 10 см.

Для плетения одной косички возьмите прядь канекалона в 2 раза тоньше пряди натуральных волос. Сложите канекалон пополам и закрепите на пряди, как описывалось в «Технике плетения афрокосичек».

Разделите прядь натуральных волос на три прядки и сделайте 6–8 переплетений классической косы.

Затем разделите натуральную прядь на две равные части и переложите их прядями из канекалона.

Скрутите прядки жгутиками в одном направлении, а затем начинайте перекрещивать между собой в направлении, противоположном скручиванию жгутов. Плетите косичку таким способом до кончиков канекалона.

Конец косы запаяйте огнем или кипятком (рис. 146).



Рис. 146. Сенегальские косички

Тайские косички

Тайские косички, или веревки, отличаются от обычных африканских косичек тем, что плетутся без использования искусственных материалов. По этой причине такую прическу себе могут позволить только обладательницы густых длинных волос. В норме заплетают 150 тайских косичек, однако их количество может варьироваться от 100 до 300 шт. Работа отнимет у вас от 3 до 5 ч, а носить тайские косички вы сможете 1–2 месяца.

Техника плетения тайских косичек аналогична классическим афрокосам, однако прическа создается только из ваших волос. Косички закрепляются разноцветными резиночками.

Тайские косички нередко сочетают с брейдами. Оба эти вида афрокосичек можно заплетать детям до 16 лет. В подобных комбинированных прическах тайские косички делают толще обычного, чтобы избежать неприятного ощущения стянутости кожи. Кроме того, более толстые косы легче расплести.

Косички из натуральных волос спутываются быстрее, чем из искусственных, поэтому мыть тайские косы надо реже, чем другие виды африканских косичек.

Носить тайские косы дольше 2-х месяцев вредно. Так что даже если за 8 недель ваши волосы отросли ненамного и прическа почти не утратила первоначальной аккуратности, с тайскими косами все равно придется расстаться (рис. 147).



Рис. 147. *Тайские косички*

Брейды

Брейды также называют французскими косичками, френчами, или косами на голове. Как и тайские косички, брейды обычно плетутся без использования искусственных материалов. Поэтому их можно заплетать даже детям до 16 лет. Для украшения «взрослой» прически из брейдов можно добавить к прядям канекалон или цветные нитки. Они сделают косички более объемными.

Брейды хорошо сочетаются с другими видами африканских косичек.

Прическа из французских косичек в стиле афро не только оригинальная, но и практичная. Если вы ведете активный образ жизни, много путешествуете, занимаетесь спортом, брейды существенно облегчат вам жизнь, помогут сэкономить время и при этом всегда выглядеть стильно и красиво.

Французские афрокосички подходят не только женщинам, но и мужчинам. Если у представителя сильного пола длина волос достигает 3–4 см, он вполне может позволить себе брейды.

Брейды плетутся на голове, плотно прилегая к коже. Голову делят на зоны плетения проборами различной формы. Это могут быть прямые линии, зигзаги, диагонали. Опытные мастера афроплетения умудряются создать на голове сложный орнамент из косичек и проборов. Начинаться и заканчиваться брейды могут в любой области головы. Если длина волос позволяет, косички можно спустить ниже, к плечам, и продолжить их в технике классических афрокос.

Среднее число брейдов в прически значительно меньше числа афрокосичек других видов. В принципе, можно заплести от 6 до 30 брейдов, но стандартно заплетается 15 косичек. Работа занимает от 3 до 5 ч. Продолжительность ношения брейдов также невелика: французские косы только из натуральных волос нужно будет расплести через 2–4 недели, косы с использованием искусственного материала — максимум через 6 недель. Детям рекомендуется расплести брейды еще раньше — через 1,5 недели. Прежде чем повторно делать брейды, волосам нужно устроить «каникулы» продолжительностью не менее 2-х месяцев.

Техника плетения аналогична французской косе: идя от той части зоны плетения, которая располагается ближе к лицу, начните заплетать обычную классическую косу. Постепенно добавляйте к боковым прядям дополнительные прядки, захваченные из волос данной зоны плетения. В результате косичка будет «лежать» на голове (рис. 148).



Рис. 148. Брейды

Пони-тейл

Пони-тейл (иногда встречается написание «пони-тэйл» или «пони-тайл») в переводе с английского означает «хвост пони». Этот вид африканских косичек плетется практически так же, как классические афрокосы, но вместо канекалона используется другой искусственный материал — пони. Он очень похож на канекалон, однако заканчивается пони круглыми, гладкими завитками, действительно напоминающими лошадиный хвост. Выпускают три размера пони, различающиеся по длине: размер S — короткий, по плечи; размер M — средний, до лопаток; размер L — длинный, до талии и ниже.

Не так давно появился новый материал «Суперпони». Внешне он

почти не отличается от обычного пони, однако у него несколько иная структура. За прической из «Суперпони» легче ухаживать, а локоны можно завивать щипцами или плойкой. «Суперпони» тоже имеет три длины: S, M и L. Однако количество оттенков этого материала гораздо более скромное, чем у обычного пони.

Допускается заплести от 100 до 600 косичек пони-тейл, хотя нормой считается 200 косичек. В зависимости от числа кос, работа отнимает от 3 до 10 ч. Носятся пони-тейл 2–4 месяца.

Технология плетения пони-тейл такая же, как и классических афрокос. Однако на конце косы оставляют свободные локоны длиной 10–15 см (рис. 149).



Рис. 149. *Пони-тейл*

Уход за афрокосичками

Ухаживать за африканскими косичками достаточно просто. Вместе с тем важно делать это правильно и регулярно. От того, насколько грамотно вы будете заботиться о своей экзотической прическе, зависит, во-первых, срок службы афрокосичек, а во-вторых — здоровье ваших волос и кожи головы.

Мытье головы и сушка волос

Африканские косички надо мыть раз в 7–10 дней. Делать это чаще не рекомендуется, так как от частого воздействия воды косички быстро разлохматятся и утратят первоначальный вид. Брейды или французские афрокосички можно протирать влажной салфеткой.

В качестве моющего средства подойдет любой шампунь без добавок, бальзамов, ополаскивателей и кондиционеров. Эти компоненты способны за короткое время испортить афроприческу. Поэтому чем проще будет шампунь, тем лучше.

Чтобы вымыть волосы, заплетенные в афрокосички, разведите шампунь теплой водой. Так он будет лучше пениться и вымываться из косичек. С помощью небольшой губки нанесите разведенный шампунь на корни волос, аккуратно помассируйте и смойте под сильной струей воды. Ополаскивайте волосы как можно тщательнее, иначе между петлями косичек останутся частички шампуня.

После мытья осторожно отожмите косички. Не трите вымытые волосы — так вы только распушите косички. Просто обмотайте голову мягким махровым полотенцем. Оно впитает избыток влаги. По мере необходимости можно менять промокшее полотенце на сухое. Затем дайте косичкам высохнуть естественным образом.

По возможности старайтесь не мыть голову перед сном. Косички должны успеть высохнуть. Если же вы ляжете спать с мокрыми волосами, то они останутся влажными до утра.

Сушить афрокосички феном нежелательно. Используемые при плетении искусственные материалы нельзя подвергать воздействию высоких температур. От горячего воздуха они могут расплавиться и прилипнуть к волосам. По этой же причине исключается использование щипцов для завивки, утюжков и прочих нагревательных приборов. Если вы

все-таки решили ускорить процесс сушки с помощью фена, следите, чтобы воздух был либо прохладным, либо чуть теплым.

При посещении бани и сауны на голову обязательно надо надевать шапочку. В парилку заходить не стоит совсем.

А вот прямые солнечные лучи афроприческе не повредят. К такому нагреванию искусственные материалы устойчивы.

Уход за кожей головы

Как уже отмечалось, после заплетения афрокосичек на коже головы могут возникнуть раздражение, аллергия, зуд. Если вы столкнулись с такой проблемой, не поддавайтесь желанию расчесать кожу ногтями или острой расческой: через царапины вы можете занести в кровь инфекцию.

Чтобы успокоить зуд, ополаскивайте голову отваром ромашки. Эту процедуру полезно проводить и в профилактических целях после каждого мытья головы.

При появлении раздражения раз в 3–5 дней смачивайте корни волос ватным тампоном с раствором Мирамистин, который продается в аптеке.

...

Профессиональные мастера в салонах берут от 100 до 200 рублей за плетение одного дреда. Учитывая, что стандартное количество «ужасных» косичек от 30 до 50, то максимально на прическу вы потратите 10 тыс. руб. Самостоятельно вы заплетете их бесплатно. Однако в случае ошибки вы рискуете лишиться всех волос.

Причиной зуда могут стать не туго заплетенные косички, а неправильно подобранный шампунь. Попробуйте сменить моющее средство: возможно, проблема исчезнет сама собой.

Расплетание

Расплетать африканские косички самостоятельно не рекомендуется. Тем более, если вы новичок в афроплетении. Обратитесь за помощью к профессиональному мастеру. Если вы все же решились избавиться от афропрически без постороннего вмешательства, будьте готовы действовать на свой страх и риск.

Процесс расплетения состоит из следующих этапов:

- мысленно разделите голову на несколько участков;
- выбрав для расплетания один из них, отведите в сторону косички со всех остальных участков и уберите их под резинку или «крокодильчик», чтобы они не мешали вам в дальнейшей работе;
- обрежьте искусственный материал до той длины, где начинаются ваши собственные волосы;
- с помощью спицы или тонкого «хвостика» расчески начинайте расплетать косички, двигаясь снизу вверх;
- когда до корней волос останется 3–4 см, потяните за нити искусственного материала, и он сам выскользнет из волос;
- расчешите волосы. Учтите, что при первом расчесывании из вашей прически вылезут все волосы, которые выпадали из головы на протяжении того периода, когда вы ходили с афрокосичками. Бояться этого не надо.

Новые африканские косы можно будет заплести не раньше, чем через 2 недели.

Вклейка

Вероника



1. Отделите переднюю часть волос прямым горизонтальным пробором от уха до уха.

2. Начиная от левого уха, заплетите волосы в датскую косу, подхватывая дополнительные средней толщины пряди с обеих сторон. Направление плетения — от уха до уха и далее по кругу. Регулируйте длину дополнительных прядей, чтобы коса принимала нужное направление.

3. Когда все свободные волосы будут убраны, закончите косу классическим способом.

4. Конец косы закрепите резинкой, спрячьте под «обруч» из датской

косички и зафиксируйте невидимками.

Воздушная элегия



1. Расчешите волосы от макушки равномерно во все стороны, в том числе и на лицо.

2. Отделите от левого уха прядь волос средней толщины и начните заплетать французскую косу, подхватывая дополнительные пряди только со стороны лба. Направление плетения — от левого уха к правому.

3. Дойдя до уха, продолжайте плести французскую косу из оставшихся волос, захватывая дополнительные пряди только со стороны затылка. Ведите плетение по кругу.

4. Когда все свободные волосы будут убраны, конец косы доплетите классическим способом, закрепите резинкой и сложите витками внутри «обруча» из французской косы. Каждый виток фиксируйте шпильками, а

конец косы спрячьте и закрепите невидимкой.

5. Украсьте прическу заколкой.

Солнечная улыбка



1. Разделите волосы на две неравные части косым вертикальным пробором, проходящим как можно ближе к уху. Отделенную большую часть волос зачешите на сторону.

2. От основания пробора у кромки волос отделите тонкую прядь и начните заплетать французскую косичку, подхватывая дополнительные прядки только со стороны затылка (дальше от лица). Косичка должна проходить вдоль края волос, обрамляющего лицо.

3. Спустившись чуть ниже уха, завершите плетение. Конец косы зафиксируйте стайлинг-средством.

Амазонка



1. Зачешите все волосы на затылок.
2. От верхней части волос в области лба отделите прядь средней толщины и заплетите волосы в датскую косу, захватывая дополнительные пряди с обеих сторон.
3. Когда все свободные волосы будут вплетены в косу, продолжайте захватывать дополнительные пряди из волос распущенного «хвоста».
4. Конец косы закрепите резинкой.
5. Аккуратно ослабьте пальцами боковые зерна косы по всей ее длине, делая их от верха к низу все крупнее и крупнее.
6. Сбрызните прическу лаком.

Тропиканка



1. Зачешите всю массу волос набок на одну сторону.
2. Отделите от края волос на лбу прядь и заплетите волосы во французскую косу, подхватывая дополнительные пряди только со стороны затылка. Косы должна пройти по краю зачесанных на бок волос. Постепенно увеличивайте длину дополнительных прядей, чтобы убрать в косу все свободные волосы. Не стягивайте волосы: плетение должно быть достаточно свободным.
3. Конец косы закрепите лентой или заколкой.
4. Украсьте косу по всей длине или в нескольких местах живыми цветами либо декоративными шпильками.

Муза



1. Разделите волосы на две равные части прямым вертикальным пробором. Каждую часть зачешите на ухо.
2. От правой части волос со стороны пробора отделите две пряди равной толщины. Одна должна идти ото лба (прядь А), а другая располагаться над ней (прядь Б).
3. Перекрестите эти пряди между собой, поменяв их местами: прядь, идущая ото лба (А), должна оказаться над второй прядью (Б).
4. Разделите прядь, идущую ото лба (А), на две прядки равной толщины и несколько раз перекрутите их между собой. Оставшуюся их часть вновь объедините в одну прядку.
5. Возьмите оставшуюся часть пряди А и прядь Б и заплетите косу «рыбий хвост», захватывая дополнительные прядки только со стороны затылка.
6. Когда все свободные волосы будут убраны, продолжайте плести

косу «рыбий хвост», захватывая дополнительные прядки из распущенных волос самой косы.

7. Конец косы закрепите резинкой или лентой.

8. Повторите шаги 2–7 с другой стороны.

Парижанка



1. Разделите волосы на две равные части прямым вертикальным пробором. Каждую часть волос зачешите на ухо.
2. Ото лба отделите несколько тонких прядок и оставьте их свободными.
3. Отделите справа чуть ниже пробора прядь и заплетите правую часть волос во французскую косу, захватывая дополнительные пряди с обеих сторон.
4. Когда все свободные волосы справа будут убраны в косу, продолжайте заплетать косичку в классической технике.
5. Конец косы закрепите резинкой.

6. Ослабьте пальцами петли косы, придав ей несколько небрежный вид.

7. Повторите шаги 2–6 с другой стороны.

8. Свободные прядки у лба завейте щипцами.

Грация



1. Разделите волосы на две неравные части косым вертикальным пробором.
2. Волосы большей части зачешите вперед и на ухо, чтобы они ниспадали на грудь, а волосы меньшей части зачешите назад за ухо, чтобы они лежали на спине.
3. Отделите от основания большей части волос прядь средней толщины, разделите ее на две прядки и заплетите эту часть волос в косу «рыбий хвост». Начните плетение не от виска. Не затягивайте косу слишком туго.
4. Конец косы закрепите резинкой.

5. Пальцами аккуратно расслабьте зерна косы, придав ей слегка растрепанный вид.

6. Повторите шаги 3–5 с меньшей частью волос. Обратите внимание, что эта коса должна начинаться еще ниже — примерно от середины шеи.