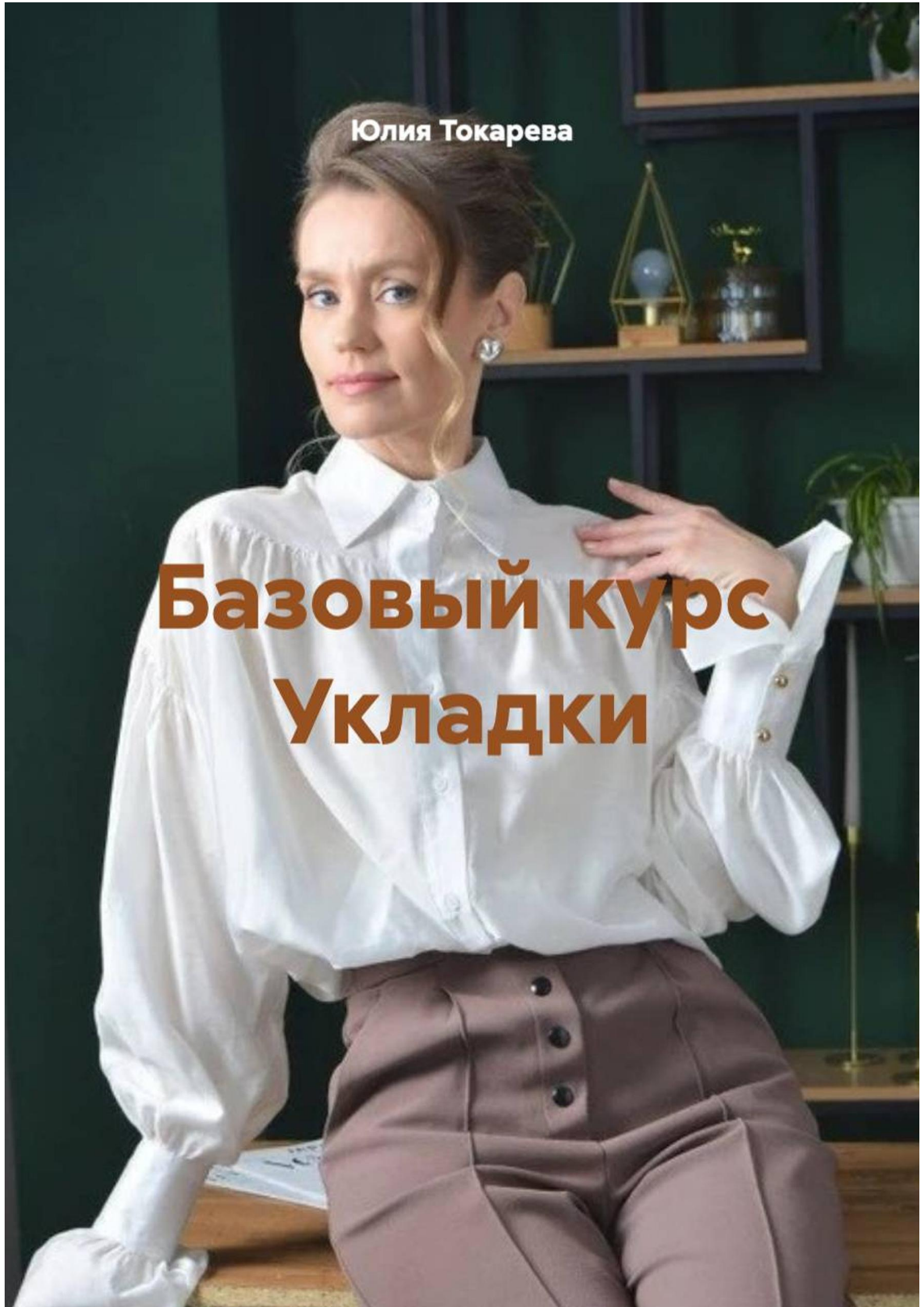

Юлия Токарева
Базовый курс
Укладки

Юлия Токарева

Базовый курс Укладки

«Автор»
2026

Токарева Ю. Ф.

Базовый курс Укладки / Ю. Ф. Токарева — «Автор», 2026

Workbook базовый курс по укладкам — структурированное практическое пособие для начинающих. Здесь собрана вся база: от диагностики волос и подбора стайлинга до работы с инструментом.Включает пошаговые алгоритмы и схемы ключевых укладок: волна, классические локоны, голливудская волна, мокрый эффект и а-ля браш. Разобраны секреты стойкого объема, техники накрутки и коррекции формы лица. Идеально подходит для записи важных нюансов, создания личных шпаргалок и отработки навыков.

© Токарева Ю. Ф., 2026
© Автор, 2026

Содержание

Привет! Меня зовут Юлия, и я рада приветствовать вас в этой рабочей тетради. 5
УКЛАДКИ. Базовый курс. 6
Диагностика волос перед укладкой. 6
Выбор температурного режима инструмента 7
Пористость и гладкость волос. 7
Жёсткость и мягкость волос 8
Стайлинг. 10
Термозащита 10
Конец ознакомительного фрагмента. 11

Юлия Токарева
Базовый курс Укладки

Привет! Меня зовут Юлия, и я рада приветствовать вас в этой рабочей тетради.

Многие думают, что красивая прическа требует таланта, часов мучений перед зеркалом и дорогих многомесячных курсов. Я здесь, чтобы доказать обратное! Моя философия очень проста. Красивый и законченный образ можно создать быстро. При этом волосы должны оставаться здоровыми. Вы экономите свое время и деньги.

Наверное, вы удивлены, почему эта девушка с тонкими волосами на обложке посвятила свое время изучению причесок. Да, вы правы именно это! От природы мне достались не самые роскошные волосы, но желание выглядеть всегда красиво взяло свое. Я стала изучать – что делать, как скрывать недостатки, как подчеркнуть достоинства. Сначала училась онлайн, затем в живую, с наставниками и вот, результат моего пути – рабочая тетрадь, которую я использую в обучении других. Возможно, мои лайфхаки помогут и вам.

Делать прически может любая девушка, которая пройдет это обучение. Вам не нужно несколько месяцев учиться на парикмахера, заучивать сложные схемы и термины. Достаточно понять базу и начать делать.

Что обычно бесит новичков в прическах? Скорее всего, то же самое, что и меня. Волосы не держат форму и разваливаются через час. После горячей укладки они выглядят сухими и безжизненными. А в зеркале отражается что угодно, но не красивый образ.

Я тоже через это проходила. Мое главное открытие случилось тогда, когда я поняла одну простую вещь. Весь секрет кроется в подборе стайлинга под тип волос. Дело не в волшебных руках и не в цене плойки. Если понять текстуру волос и дать им правильный продукт, форма будет держаться сама.

Этот воркбук станет вашей рабочей тетрадью. В нем много практики, необходимой теории и свободного места для ваших личных заметок. Мы пройдем путь от базовых инструментов до готовой укладки на любое мероприятие.

Итак, ваше желание и хороший настрой помогут вам с лёгкостью пройти обучение!

УКЛАДКИ. Базовый курс.

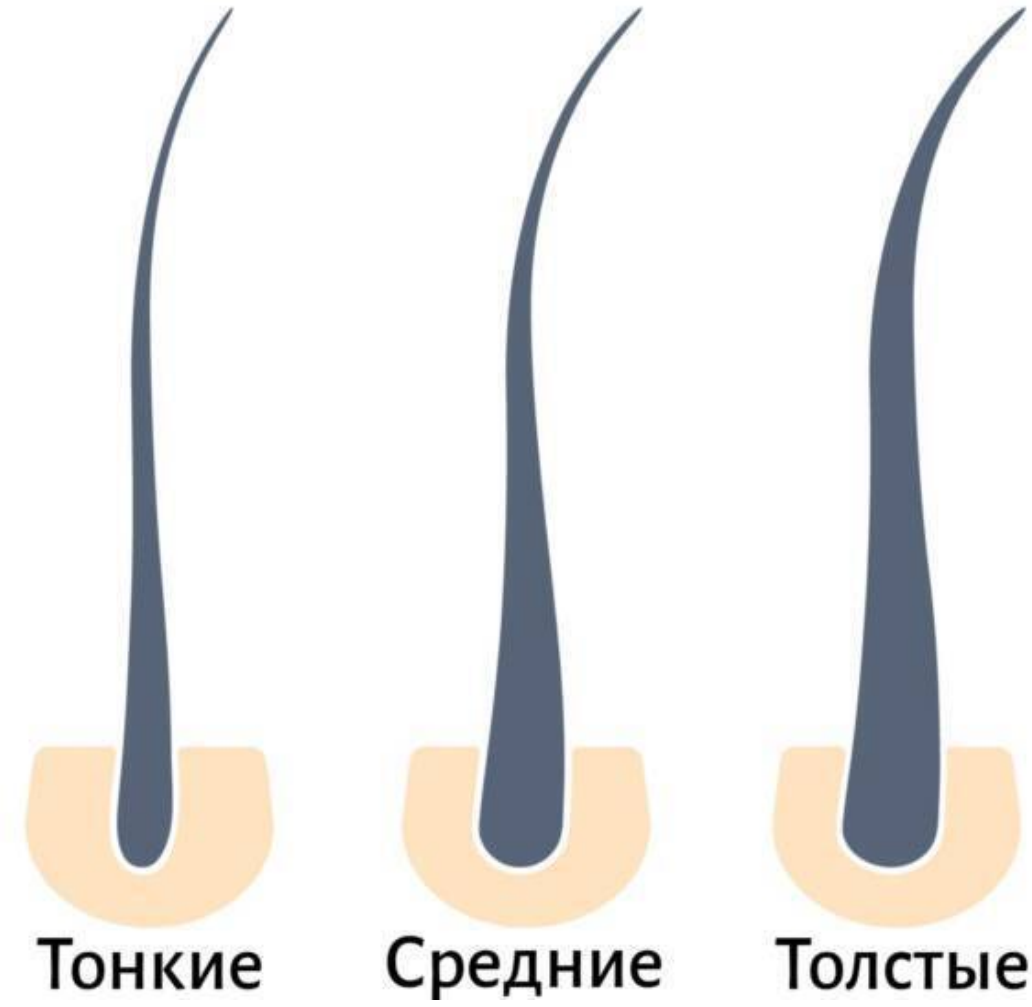
Диагностика волос перед укладкой.

Перед стартом работы с волосами необходимо оценить их исходные параметры. От того, с каким типом волос вы работаете, напрямую зависит подбор уходовых и стайлинговых средств, а также выбор диаметра и температурного режима инструментов. На общий вес волос влияют их длина, густота и толщина.

Длина волос определяет формат укладки, подбор диаметра плойки и техники работы. Для длинных волос оптимально использовать диаметр 25 мм. При работе с густыми и тяжелыми волосами на нижних рядах рекомендуется выполнять подчёс для снятия излишней тяжести. Чтобы сохранить причёску до начала события, можно предложить клиенту сеточку. Кроме того, для длинных волос отличным решением может стать хвост.

Густота определяет подбор вида и техники укладки, а также метод создания объёма.

Толщина волоса влияет на выбор рабочей температуры инструмента. Волосы могут быть тонкой структуры, но иметь высокую густоту, поэтому важно не путать толщину отдельного волоса с общей густотой волос.



Толщина волос

Выбор температурного режима инструмента

Тонкие волосы: отличаются малым диаметром волоса, отсутствием естественного объёма и склонностью к спутыванию. Легко поддаются укладке, однако быстро теряют первоначальную форму. Рекомендуемая температура: 190 °C.

Средние волосы: хорошо удерживают объём, не спутываются и легко поддаются формированию укладки. Рекомендуемая температура: 200–210 °C.

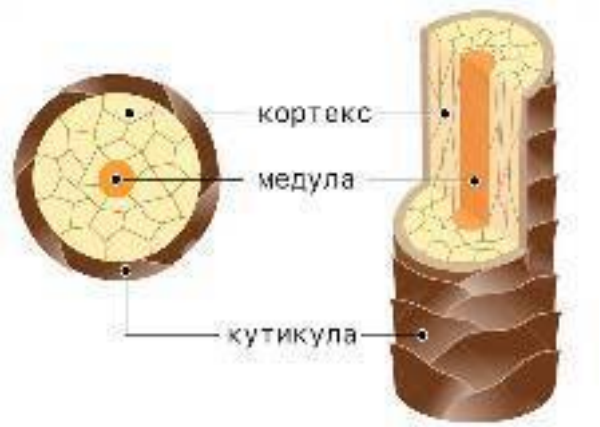
Толстые волосы: тяжелые и объёмные, с трудом поддаются укладке и плохо держат форму. Рекомендуемая температура: 200–220 °C.

На выбор типа укладки и техники создания объёма также существенно влияет стрижка. Каскадные стрижки выигрышно смотрятся с текстурными элементами и объёмными локонами, однако хуже поддаются формированию в гладкие волны. При наличии прямой чёлки стоит отдавать предпочтение причёскам с плавным переходом в лёгкую волну. Если чёлка оформлена лесенкой, её достаточно слегка подкрутить и гармонично встроить в общую укладку. На густом каскаде выполнять жгуты не рекомендуется.

Пористость и гладкость волос.

Пористость/гладкость волос влияет на выбор стайлинга и инструмента, которые мы выберем для работы. Бывает низкая пористость, средняя и высокая.

Внутреннее строение волоса





Сердцевина (медула) состоит из ороговевших клеток кератина.

Кортекс – корковый слой, составляет основную массу волоска (90%). Именно в этом слое содержится пигмент меланин, отвечающий за цвет.

Кутикула или наружный слой состоит из чешуек (из белковых ороговевших клеток).

Классификация волос по степени пористости

Низкопористые (гладкие) волосы: чешуйки кутикулы плотно прилегают друг к другу. Волосы отличаются блеском и идеальной гладкостью, сопоставимой с эффектом после кератинового выпрямления. Они никогда не пушатся, однако с трудом поддаются созданию объёма, плохо удерживают укладку и стремительно возвращаются в исходное прямое состояние. Низкопористые волосы можно разделить на абсолютно гладкие и слегка шероховатые — с проявлением «ёлочки» по длине.

Средняя пористость: чешуйки волоса слегка приподняты. Волосы обладают матовым финишем, шероховатой текстурой и могут иметь лёгкую естественную волну. Внешне их можно перепутать с низкопористыми, однако они отлично держат укладку. При работе со средней пористостью на большой длине рекомендуется делать подчёс и использовать инструмент диаметром 25 мм.

Высокая пористость: кутикулярный слой сильно раскрыт. Волосы матовые, объёмные, пушистые, вьющиеся или кудрявые. К этой категории также относятся обесцвеченные волосы. Степень пушистости варьируется от умеренной до экстремальной. Это наиболее хрупкий тип: такие волосы быстро теряют внутреннюю влагу, а во влажной среде еще сильнее разбухают и закручиваются. Им необходим интенсивный питательный уход (важно не путать высокую пористость с «ёлочкой» по длине, о таких волосах часто говорят «как солома»).

Техника работы: Перед укладкой необходимо выровнять текстуру завитка. Для этого наносим термозащиту и просушиваем волосы на брашинг, после чего приступаем к накрутке. Если задача — создать гладкую укладку без локонов, применяем термозащитное средство и вытягиваем пряди утюжком.

Смешанный тип: возникает из-за комбинированных техник окрашивания, когда отросшие корни остаются натуральными и более гладкими, а длина — пористой и обесцвеченной. В таких случаях оправдано (хотя и не всегда обязательно) зональное нанесение разных уходовых и стайлинговых средств.

Пористость и гладкость влияют на выбор стайлинга и инструмента.

Жёсткость и мягкость волос

Данные характеристики напрямую влияют на подбор средств стайлинга и оптимального температурного режима.

Жесткие волосы: отличаются плотностью, большим диаметром волоса и шероховатой поверхностью (часто про такие говорят «как солома»). Они с трудом поддаются завивке и укладке, а также быстро теряют форму. Такие волосы требуют качественного прогрева — рекомендуется использовать температуру инструмента 210–220 °C. Торчащие по длине волоски («пушки») можно аккуратно приглаживать с помощью спрей-воска.

Мягкие волосы: легкие, тонкие, по текстуре напоминающие детские пушковые волосы. Подобные волосы категорически не рекомендуется перегружать тяжёлыми уходами и стайлинговыми средствами.

Готовим волосы к укладке:

1). Тонкие и мягкие – нужно уплотнить и увеличить.

2). Гладкие/низко пористые – нужно сделать пористыми, жёсткими и шероховатыми.

3). Пористые – нужно сделать гладким, блестящими, мягкими.

4). Жёсткие – нужно смягчить.

Стайлинг.

Термозащита

Это уходовое средство без фиксации, которое питает, увлажняет, защищает волосы, снижает статическое электричество, а также делает их более эластичными и ухоженными на вид. Наносится непосредственно на те зоны, которые будут подвергаться воздействию горячего инструмента.

Бывают в виде:

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, купив полную легальную версию на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.