

КНИГА
для 
НАСТОЯЩИХ
МАЛЬЧИШЕК

Текст Мартина Оливера

Иллюстрации Саймона Икоба

ЗАМЕТКА ДЛЯ ЧИТАТЕЛЯ

Автор и издатель не несут ответственности за несчастные случаи, травмы и потери, которые могут произойти после прочтения этой книги. Мы приложили все усилия, чтобы предлагаемые советы соответствовали государственным стандартам безопасности.

Даже самый крутой парень всегда сначала подумает, а потом сделает. Будь очень осторожен с ножницами, иголками, бытовой техникой, а также с горячими жидкостями. Спроси разрешения у взрослого, перед тем как использовать любые инструменты и утварь. Соблюдай правила и законы, будь внимателен к людям.


КНИГА
для 
НАСТОЯЩИХ
МАЛЬЧИШЕК


Аванта

Издательство АСТ
Москва



СОДЕРЖАНИЕ

Введение	7	Чрезвычайный чай	40
		Очищаем апельсин	42
СОВЕТЫ НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ	8	Мастер-класс	
Переходим дорогу	9	по разбиванию яиц	43
Белоснежная улыбка	10	Шинкуем лук	44
Гений чистых рук	11	Блинных дел мастер	46
Не обгори на солнце	12	Готовим коктейль	48
Безопасность онлайн	13		
Как завязать галстук	14	СДЕЛАЙ САМ	49
Чихаем аккуратно	16	Подкачиваем шину	50
Педикюр	17	Завинчиваем шуруп	52
Нет запаху из ботинок	18	Заправляем нитку	53
Зашнуруйся!	20	Зашиваем по шву	54
Как собрать рюкзак	22	Как залатать прокол	56
Прыщи	23	Пришей пуговицу	60
Галстук-бабочка	24	Мойка машины	62
Начищенная обувь	26	Как поймать паука	64
Копим деньги	27	Переносим тяжести	65
Который час?	28	Пожарная тревога	67
Как остановить икоту	29		
Если укачивает	30	МАЛЕНЬКИЕ ХИТРОСТИ	68
Здоровое питание	31	Классное фото	69
		Ставим палатку	70
ШЕФ-ПОВАР	32	Подготовка к тесту	72
Осторожнее на кухне	33	Выбленочный узел	73
Сервировка стола	35	Хорошие манеры за столом	74
Как сварить яйцо	36	Телефонный звонок	75
Чистка картошки	37	Публичная речь	76
Спагетти «белиссимо»	38	Благодарственное письмо	77



КНИГА ДЛЯ НАСТОЯЩИХ МАЛЬЧИШЕК



Рифовый узел	78	Пропылесось свою спальню	105
Отправляем посылку	79	Как сложить простыню	106
Как завязать булинь	80	Собери листья	108
Упаковка подарка	82	Вымой полы	109
		Аккуратно сложи свою	
		одежду	110
ПОМОЩЬ ПО ДОМУ	84		
Упаковка продуктов	85		
Забота о кактусе	86	ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ	
Выводим пятна	87	ПОМОЩИ	112
Убери комнату за 5 минут	88	Как достать занозу	113
Тугая крышка	89	Обработка ожога	114
Прилипшая жвачка	90	Экстренные службы	115
Повесь белье	91	Пчелиный укус	116
Займись стиркой	92	Наложь повязку	117
До последней капли	94	Помоги поперхнувшемуся	
Собираем чемодан	95	человеку	118
Мытье посуды	96	Забинтуй порез	119
Мытье окон	97	Устойчивое положение	121
Уборка стола	98	Посчитай пульс	123
Разберись с пылью	99	Как быть при пожаре	124
Сортировка отходов	100	Кровь из носа	125
Посудомойка	102	Никаких судорог	126
Ты и пододеяльник	104	Если ты потерялся	127

НА СТАРТ... ВНИМАНИЕ... МАРШ!

Ты готов к тому, чтобы стать мастером на все руки? Эта книга научит тебя необходимым навыкам, и ты будешь чувствовать себя уверенно в самых разнообразных жизненных ситуациях.

Освоение каждого навыка проходит в несколько простых этапов и сопровождается классными картинками, которые помогут тебе, если описание покажется слишком трудным.

В книге есть шесть разделов, где ты найдешь все, что хочешь узнать: от шинкования лука в разделе «Шеф-повар» до спасения жизни в разделе «Оказание скорой помощи». Читай и узнаешь, как хорошо быть самостоятельным.

УРОКИ МАСТЕРСТВА

Обращай внимание на подобные рамочки с текстом.

В каждой ты найдешь простой совет о том, как сделать твою работу более совершенной.

ВНИМАНИЕ

Обязательно читай текст в таких рамочках. Это гарантирует безопасность освоения навыка в первую очередь для тебя самого.





СОВЕТЫ НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ



НАВЫК 1

ПЕРЕХОДИМ ДОРОГУ

Научиться правильно переходить дорогу жизненно необходимо. Совершенно не важно, находишься ты перед оживленной трассой или тихой сельской улочкой, поступай следующим образом:

1. Найди безопасное для перехода место. Поищи зебру или светофор. Никогда не переходи улицу между припаркованными машинами или на вершине холма.
2. Подожди. Никогда не беги сразу на ту сторону, даже если кажется, что машин на дороге нет. Остановись на краю тротуара, чтобы водитель имел возможность увидеть тебя.
3. Посмотри и послушай, не едет ли машина. Не экономь время на том, чтобы внимательно посмотреть в обоих направлениях.
4. Подожди, пока поток машин не прервется настолько, чтобы ты мог пересечь всю дорогу. Если тебе пришлось остановиться посередине, встань на островке безопасности, который достаточно широк для того, чтобы ты был в недосягаемости от проезжающих машин.
5. Когда дорога опустеет, иди по прямой, а не по диагонали. Продолжай смотреть влево-вправо.

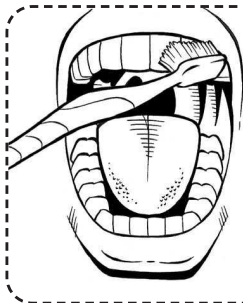


НАВЫК 2

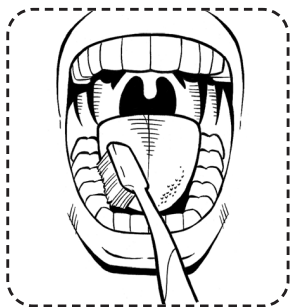
БЕЛОСНЕЖНАЯ УЛЫБКА

Чисти зубы два раза в день. Чтобы быть уверенным, что они сверкают чистотой, а от дыхания веет мятной свежестью, следуй этим простым советам:

1. Выдави на свою щетку шарик зубной пасты размером с горошину.
2. Включи одну из своих любимых песен. Чисти зубы до тех пор, пока музыка не прекратится. Чтобы быть уверенным в их белизне, чистка должна длиться не менее двух минут дважды в день.



3. Возьми щетку так, чтобы щетина касалась зубов под углом 45 градусов. Совершай круговые движения, двигаясь от внешней части каждого зуба к его основанию.



4. Повтори эти движения и с внутренней стороны каждого зуба.
5. Для того чтобы добраться в трудно-доступные места, слегка прикрой рот.



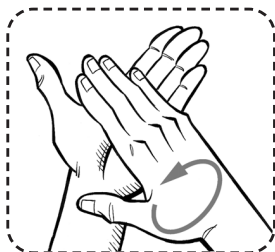
6. Счищай налет с коренных зубов при помощи движения вперед-назад.
7. Не забудь почистить язык. Это необходимо для того, чтобы избавиться от бактерий, а также для свежести дыхания.

НАВЫК 3

ГЕНИЙ ЧИСТЫХ РУК

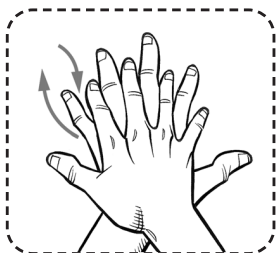
Знаешь ли ты, что для тщательного мытья рук необходимо как минимум 15 секунд? Перед едой, после работы в саду, после туалета вымой руки.

Следуй нашим советам, чтобы уничтожить все бактерии:



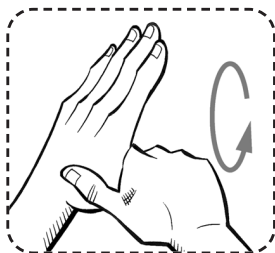
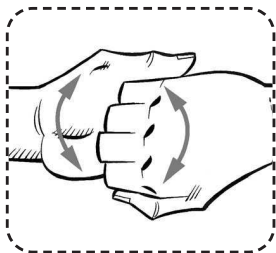
1. Намочи руки теплой водой, а затем намыль их.

2. Потри ладони друг о друга круговыми движениями.



3. Потри тыльную сторону каждой ладони другой рукой, переплетя пальцы.

4. Соедини подушечки пальцев вместе и скрепи руки так, чтобы ладонь одной руки закрывала пальцы другой, и наоборот. Потри их друг о друга.



5. Сожми в кулак левую руку, зажав при этом большой палец правой, и потри. Затем поменяй руки.

6. Смой мыло струей воды.

НАВЫК 4

НЕ ОБГОРИ НА СОЛНЦЕ

Для того чтобы повеселиться под солнечными лучами и не обгореть, следуй этим простым правилам:

1. Не оставайся на солнце слишком долго. Солнечные лучи наиболее опасны с 11 утра до 15 часов дня, поэтому постарайся проводить это время в помещении. Если тебе все-таки хочется побыть на свежем воздухе, по возможности найди место в тени.

2. Обязательно надевай свободную хлопковую одежду, головной убор и солнечные очки. Убедись, что стекла не пропускают опасный для глаз спектр солнечного излучения.

3. Защити кожу солнцезащитным лосьоном. Используй лосьон с достаточным уровнем фильтрации солнечных лучей (SPF), который должен быть не менее 30, и нанеси его...

★...на все участки своего тела, на которые попадает солнце, не забудь об ушах и пальцах!

★...как минимум за 20 минут до выхода на улицу

★...как минимум каждые два часа или сразу после плавания или купания.

УРОКИ МАСТЕРСТВА

Постарайся пить много воды в течение дня – это предотвратит обезвоживание организма и поможет избежать солнечного удара.



НАВЫК 5

БЕЗОПАСНОСТЬ ОНЛАЙН

Интернет – это круто, но и он таит в себе опасность. Если хочешь бродить по Сети без проблем, следуй этим советам:

1. Не открывай письма и прикрепленные файлы от незнакомых людей. Они могут содержать вирусы.

2. Храни свои логины и пароли в тайне от других людей, чтобы никто не мог зайти в твой почтовый ящик вместо тебя.

3. Никогда не давай свой настоящий адрес, электронную почту, не называй свое настоящее имя, возраст, номер мобильного телефона и номер школы. Если какой-то человек или сайт спрашивает тебя об этом, закрой окно браузера и не заходи больше на этот сайт. Если ты все же сомневаешься в безопасности, перезагрузи компьютер.

4. Разделяй реальный мир и онлайн. Никогда не встречайся в настоящей жизни со знакомыми из Интернета – они могут оказаться не теми, за кого себя выдают.

5. Если тебя беспокоит что-то из увиденного в Интернете, немедленно сообщи об этом взрослому.



НАВЫК 6

КАК ЗАВЯЗАТЬ ГАЛСТУК

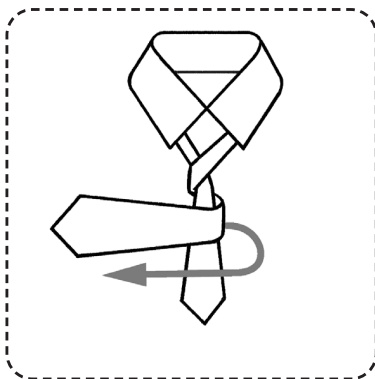
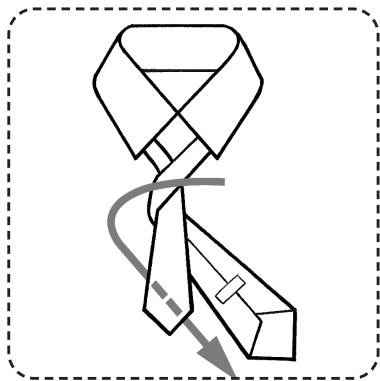
Это умение позволит тебе выглядеть стильно, когда это нужно. Просто следуй нашим советам:



1. Если ты надеваешь галстук на рубашку, приподними воротник, затем оберни галстук вокруг шеи так, чтобы узкий конец был с правой стороны.

Убедись в том, что широкий конец длиннее узкого на 15 сантиметров.

2. Заверни широкий конец за узкий так, чтобы была видна сторона со швом.



3. Заверни его еще раз, как показано здесь.