К. С. Аниашвили, Н. Л. Ликсо,
В. А. Ригарович, Е. О. Хомич

БОЛЬШАЯ КОПИЛКА ТАЙН ДЛЯ ДЕВОЧЕК

ИЗДАТЕЛЬСТВО
АСТ

Содержание

Этикет — копилка правил поведения на все случаи.....10

Это должна знать каждая девочка!.....12

Что такое этикет?.....13

Простые правила, без которых не обойтись....14

Вежливость — не забывай о ней.....20

Здороваться тоже надо уметь.....22

А знаешь ли ты, как следует извиняться?.....26

Чтобы тебя было приятно слушать.....29

Красиво говорить — это важно.....29

Умеешь ли ты спорить?.....34

Как правильно звонить и отвечать на звонки?.....35

Разговариваем по мобильнику.....41

Правильное общение.....44

Отношения с родными.....44

Какая ты подруга?.....48

Гости, праздники, подарки.....51

Как правильно нанести визит?.....51

Как дарить и принимать подарки?.....55

Учись правильно есть.....62

Поведение в общественных местах....66

Как вести себя на улице?....66

Поведение в транспорте.....67

Идем в театр, кинотеатр, на концерт 68
За покупками! 69
Секреты привлекательности для настоящих девчонок 70
Красота и гигиена 72
Ухоженное личико 72
Не забываем о губах 74
Приветливая улыбка 78
Глаза тоже могут улыбаться 81
Маникюр как у взрослой 84
Не забудь о педикюре 87
Блестящие и шелковистые волосы 90
Замарашка или красавица? 94
Здоровый образ жизни 96
Распорядок дня 96
Зарядка 98
Занимаемся аэробикой 102
Походка и осанка 103
Как набрать вес? 106
Как стать выше? 107

Модная и современная — копилка советов 108
Как не затеряться среди других? 108
Базовый гардероб 109
Одежда под цвет лица 110
Стили в одежде — что это? 111
Что выбрать? 112
Наряд по фигуре 113
Как покупать одежду? 116

Аксессуары — что это такое? 117
Украшения для прически 118
Важный аксессуар — ремень 119
Шарфики и платочки 119
Как носить шарфы и платки? 120
Как выбрать сумочку? 122

Таи́ны домоводства — будущей хозя́ике на вооружение 124

Чтобы всё сияло чистото́й 126

Главное — поддерживать порядок! 126
Еженедельная уборка 128
Чистим ковры 129
Чистим мягкую мебель 130
Моем пол 131
Генеральная уборка 133
Чистим зеркало 135
Сияющая прихожая 136
Убираемся в гости́ной 137
Мо́йка окон 138
Чистота в ванно́й комнате 139
Уборка на кухне 140

Уход за мягкими игрушками 142
Уход за книгами 144

Как ухаживать за одежда́й и обувью? 148

Выводим пятна 148
«Ревизия» в шкафу 151
Стирка и сушка 152
Как правильно утюжить? 158
Уход за обувью 160

Украсим дом цветами 162

Уход за зелеными питомцами 163
Советы начинающему цветоводу 164

Первые растения 166
Как пересадить цветок? 173
Искусство флористики 174
Чтобы цветы в букете долго сохраняли свежесть 176
Флориография — тайный язык цветов 177
Чудо-мастерица 178
Виды швов 178
Как пришить пуговицу? 180
Как сшить прихватку для горячего? 182
Шьем подушку для иголок 184
Зашиваем лопнувшие джинсы 185
Аппликации для одежды 186
Как сделать куклу из подручных материалов? 187

Готовим вкусные блюда — это тоже надо уметь 188
Пальчики оближешь! 190
Манная каша 190
Гренки 190
Бутерброды 192
Яйца, фаршированные сливочным маслом 193
Рулет из лаваша с начинкой 194
Оладьи на кефире 194
Оладьи из кабачков 195
Блинчики с начинкой 196
Пицца на сковороде 196
Омлет со шпинатом и морковью 197

Сырники 198
Запеканка картофельная 198
Запеченный картофель 199
Салат «Оливье» 200
«Греческий» салат 200
Винегрет 201
Овощной салат 202
Морковные котлеты 202
Квашеная капуста 204
Икра баклажанная 205
Щи из свежей капусты 206
Окрошка на кефире 207
«Ёжики» с мясом 208
Рыба в кляре 209
Фаршированные помидоры 210
Свиные котлеты 211
Шоколадная колбаса 212
Пирог с яблоками 212
Запеченные яблоки 213
Ледяной чай 214
Молочный коктейль 214
Кисель из клюквы 215

Полезные советы 216
Подготовка кухни 216
Как готовить правильно и вкусно? 217
Как измерить вес продуктов? 218
Специи на любой вкус 219
Как хранить продукты в холодильнике? 220
Как собрать мясорубку? 221
Оригинальная подача блюда 223
Как поддерживать чистоту и порядок в кухне? 229
Как правильно мыть посуду? 232
В борьбе с грязной посудой 233

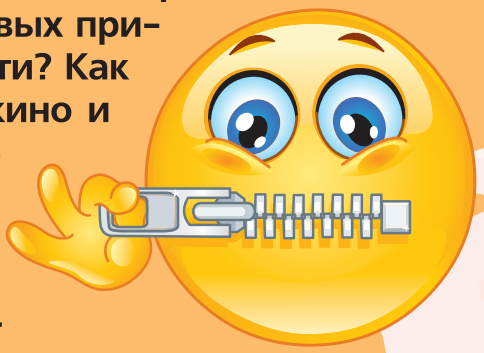
Хобби для души — это очень увлекательно! 234
Своими руками 236
Бабочка из... теста 236
Свечка 237
Подарочная фоторамка 238
Пасхальные яйца 239
Разноцветный платок 240
Подарочная тарелка 241
Тайник из книги 242
Печать из... картошки 243
Браслет из цветных бусин на леске 244
Мак из бумаги 245
Василек из бумаги 245
Цветочная композиция в тыкве 246
Подсвечник из апельсина 249
Подсвечник 250
Бисероплетение — для себя и подружек 252
Разноцветная стрекоза 252
Мышка 254
Розовая снежинка 258
Веточка рябины 262
Копилка фокусов — удиви всех! 266
Звенья цепочки 266
Кольцо на резиночке 268
Поменяй резинки местами 270
Из частей в целое 272
Из яиц в конфетти 274
Спичка-«феникс» 278
«Неуязвимый» шарик 280

«Самостоятельный» коробок 281
Восстановление веревки 284
Монета проходит сквозь стол 286
Монета в сахаре 291
Откуда ни возьмись 294
Что за слово? 296
Сколько мне лет? 298
«Летающая» ваза 300
Горящая в руках лампочка 303
Куда пропала вода? 304
Скачущие зайчики 306
Проведи опыты и эксперименты — раскрой тайны окружающего мира 308
Почему яйцо то плавает, то тонет? 308
Почему из земли появляется зеленая травка? 310
Почему белые лепестки цветка становятся красными? 312
Картина из песка 314
Может ли стакан сам засосать воду? 316
Почему на стене появляются тени? 318

ЭТИКЕТ — КОПИЛКА ПРАВИЛ ПОВЕДЕНИЯ НА ВСЕ СЛУЧАИ

Это должна знать каждая девочка!

Каждый человек, в том числе и ты, иногда сталкивается с различными трудными или неловкими ситуациями. Как, например, правильно обращаться с множеством столовых приборов, которые ты увидела на столе, придя в гости? Как правильно выбрать подарок? Как вести себя в кино и в театре? Воспитанные девочки всегда знают, что делать в таких сложных случаях. Ведь их с детства обучают хорошим манерам. Так что не откладывай освоение этикета в долгий ящик — начинай знакомиться с правилами хорошего тона прямо сейчас!



Что такое этикет?

Этикет — это правила поведения, принятые в том или ином месте, в определенном окружении или обстановке.

Как и всему остальному, этикету можно и нужно научиться. Существует очень много книг и пособий по этикету, в которых рассказывается о том, как правильно вести себя в школе, дома, на улице и в других местах. Из этой главы ты узнаешь основные правила этикета, следуя которым, сможешь научиться хорошим манерам и безукоризненно вести себя в любой ситуации.

Хотя общепринятые правила поведения существовали во все времена, впервые в современном значении слово «этикет» было употреблено в XVII веке во Франции. При дворе короля Людовика XIV на приемах и балах каждому гостю давали карточку, где были прописаны правила, которых необходимо придерживаться. Эти карточки стали называть этикетками, а затем слово «этикет» прижилось, им стали называть все правила поведения.

Простые правила, без которых не обойтись

Человек не может прожить без общения и дня. Поэтому, само собой, каждый день ты разговариваешь с множеством разных людей. Различается и общение с ними. Например, с подругами ты можешь непринужденно болтать часами напролет, даже и не задумываясь, как именно и что сказать. С дедушкой и бабушкой ты разговариваешь уважительно, с участием расспрашивая их о здоровье и делах. Ну а в общении с учителем ты, конечно, больше слушаешь, чем говоришь, и стараешься вести себя сдержанно. Так вот, первое, что ты должна знать, — это манера общения. А как вести себя в различных ситуациях, тебе подскажет этикет.

Всегда старайся вести себя так, чтобы находящимся рядом с тобой людям было хорошо и комфортно.

Согласись, от того, как ведет себя собеседник, насколько он приветлив и дружелюбен, зависит очень многое, даже настроение. Когда общаться легко и приятно — сразу становится светло и уютно на душе, ну а когда к тебе относятся холодно и пренебрежительно — общение сразу же хочется прекратить.

При общении с человеком обязательно учитывай его характер. Ведь есть люди спокойные и открытые, а есть и те, что часто злятся и раздражаются, не хотят сближаться и идти на контакт. С незнакомыми людьми всегда веди себя предельно вежливо и деликатно, ну а когда узнаешь человека хоть немного — обязательно думай о том, как он отреагирует на твои слова или действия, и старайся вести себя так, как, по твоему мнению, он хочет, чтоб себя с ним вели.

КАКИЕ ЖЕ ПРАВИЛА ОБЩЕНИЯ НУЖНО ЗАПОМНИТЬ В ПЕРВУЮ ОЧЕРЕДЬ?

1. Чтобы общаться с тобой всем было легко и приятно, старайся не быть навязчивой и всегда держать в общении определенную дистанцию. Например, даже при разговоре с лучшей подругой не стоит дергать ее за одежду, хватать за руки или касаться ее вещей без спросу — воспитанные девочки так себя не ведут. А прежде чем сделать что-нибудь эдакое, подумай, понравилось бы тебе, если бы так поступали с тобой?

2. Еще одно важное правило: если на свое дружелюбие и доброжелательность ты не встретила никакого встречного отклика, не стремись сблизиться с этим человеком. Возможно, он просто не хочет или не может с тобой общаться, такое тоже бывает. Ни в коем случае не навязывайся и не будь назойливой. Но и впадать в другую крайность и переставать даже здороваться с такими людьми тоже не стоит. Просто будь с ними приветливой, как и со всеми окружающими.

У каждого человека есть так называемая «зона комфорта» — личное пространство, в пределах которого он чувствует себя уверенно и комфортно. Поэтому при общении необходимо стараться сохранять определенную дистанцию и не нарушать эти границы, иначе твой собеседник будет чувствовать себя неуютно и скованно при общении с тобой.

3. Старайся не навязывать людям свои мысли, взгляды и вкусы. Это недостойное и просто неприличное поведение. Если твоя подруга обожает спортивный стиль, а ты предпочитаешь классические юбки и платья, ты не должна заявлять, что она не права и ей следует брать с тебя пример и одеваться, как ты. Все люди разные, и у каждого свои вкусы и мнения по любым вопросам.