

Аурика Луковкина

# Альманах №3 для мальчиков



# **Аурика Луковкина**

## **Альманах №3 для мальчиков**

*Текст предоставлен правообладателем  
[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=9064996](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=9064996)  
АЛЬМАНАХ № 3 ДЛЯ МАЛЬЧИКОВ: Научная книга;*

### **Аннотация**

Что значит быть мальчиком? Школа, родители, учителя, одноклассники, уроки, домашние обязанности. А еще хобби, спорт, друзья, девочки... Как найти для всего этого время? Ты найдешь ответы в этой книге, ведь она написана о тебе и для тебя!

# Содержание

Раздел 1	4
Вопрос на засыпку!	7
Рецепты	8
Каша рисовая	10
Каша "Геркулес"	11
Каша пшенная	13
Каша гречневая	15
Дела домашние. Стираем джинсы и изделия из трикотажа и велюра	16
Раздел 2	21
Мы идем в поход	27
Если вы идете в однодневный поход	31
Если вы идете в поход на несколько дней	37
Конец ознакомительного фрагмента.	38

# **Альманах № 3 для мальчиков**

## **Раздел 1**

### **Один дома. Поварешка с ложкой. Блюда из круп (гречка, манка, пшено, овсянка)**

Мама наверняка любит готовить тебе на завтрак каши, но ты почему-то не разделяешь ее любви к этому блюду. А зря. Ведь каши очень полезны и питательны; кроме того, они как ничто другое помогают скорее вырасти. Может быть, если ты сам научишься кашеварить, они перестанут быть твоим мучением и превратятся, наконец, в лакомство. В любом случае стоит попробовать.

Каши варят из круп, которых на свете существует великое множество. Конечно, обо всех мы не сможем рассказать, но ведь и ты не собираешься становиться шеф-поваром, так что тебе хватит умения сварить их из манной крупы или гречки, овсяных хлопьев или пшена.

Что же такое каша? Это блюдо, для приготовления которого требуется вода или молоко, которые необходимо довести до кипения. После запускается сама крупа и варится на медленном огне до готовности. При этом необходимо добавить соли и сахар по вкусу. Если ты хочешь полакомиться сладкой кашей, соли нужно класть чуть-чуть, а сахара – в несколько раз больше. Если же ты бережешь свои зубы или фигуру и не ешь сладких блюд, соль клади побольше (но смотри, не пересоли), а сахара – совсем чуть-чуть, только для того, чтобы придать каше пикантности.

За несколько секунд до того, когда каша будет готова, добавь сливочное масло или маргарин, а уж после этого можно и приступать непосредственно к пробе кулинарного шедевра.

Если уж ты решил заделаться заправским поваром, тебе необходимо знать, что каши бывают жидкими, вязкими и рассыпчатыми. Если ты любишь кашу-размазню, то есть жидкую, при ее приготовлении клади в жидкость поменьше крупы, а если тебе, наоборот, нравятся каши густые, а по-научному – вязкие, крупы нужно брать побольше. Ну, а рассыпчатые каши получаются, если варить их на воде или мясном бульоне, да и крупа должна быть особенной. Так, например, из манки ты никогда не получишь рассыпчатую кашу, а вот гречка для этого подходит как нельзя лучше, помимо

нее можно использовать рис.

Прежде чем запускать крупу в кипяток, не забудь ее тщательно промыть. В этом не нуждаются только, пожалуй, манка да еще овсяные хлопья.

## **Вопрос на засыпку!**

Если у тебя убежит каша, что ты будешь делать?

1. Я обязательно побегу ее догонять!
2. Да пусть бежит – нужна она!
3. Я тоже убегу!
4. Останусь на месте.
5. А я лягу спать!

# Рецепты

## Каша манная

Для ее приготовления возьми полстакана манной крупы, 3 стакана молока, 2 ст. л. сахара, 0,5 ч. л. соли, 1 ст. л. сливочного масла.

Молоко вскипяти (лучше взять алюминиевую кастрюлю), при этом внимательно следи, чтобы оно не убежало. Учти, что греть молоко нужно на медленном огне и внимательно следить за происходящими в кастрюле процессами, только в этом случае ты не прозеваешь момент, когда оно будет рваться наружу.

Когда же оно наконец закипит, бери манку и сыпь ее в молоко тонкой струйкой, но при этом другая твоя рука должна непрерывно помешивать кашу, чтобы в ней не образовались комки. Их, как известно, никто не любит.

Каша варится достаточно быстро – минут 7—10, но не забывай, что все это время ты должен ее усиленно помешивать. В конце варки добавь сахар и масло; масло можно также класть уже после того, как каша разложена в тарелки.

Если тебе хочется чего-нибудь особенного, можешь доба-



вить в кашу варенье, а еще лучше свежие ягоды или фрукты.

# Каша рисовая

Прежде чем приступать к варке, не забудь промыть рис, причем несколько раз и только в холодной воде.

Необходимые продукты: полстакана риса, 3 стакана молока, 2 ст. л. сливочного масла, 2 ст. л. сахара, щепотка соли.

В кастрюлю налей молоко и доведи до кипения. Затем опускай промытый рис, хорошенько размешай и вари минут 20–25. В конце варки добавь сахар и масло.

В готовую кашу положи изюм и измельченные орехи – и у тебя получится настоящее десертное блюдо, которым и родителей, да что там родителей, гостей побаловать не стыдно.

# Каша "Геркулес"

Эта каша просто волшебная. Видишь ли, все дело в том, что в овсяной крупе содержится много разных полезных веществ, которые способствуют быстрому росту, а также придают богатырскую силу тем, кто ее постоянно ест. Да ведь и название этой каши говорит само за себя. В греческих мифах был такой бесстрашный и очень сильный герой, звали которого Геркулес, вот в честь него и назвали это блюдо. Мы достоверно не знаем, ел ли он на завтрак кашу из овсяных хлопьев или нет, но гарантируем, что ты станешь настоящим суперменом, если будешь употреблять ее регулярно. Необходимые продукты: полстакана овсяных хлопьев "Геркулес", 3 стакана молока, 3 ст. л. меда, 2 ст. л. сливочного масла, щепотка соли. Доведи молоко до кипения на слабом огне и засыпь овсяные хлопья, добавь мед, масло и вари на медленном огне 7—10 минут. Готовую кашу лучше всего подавать с молоком, в этом случае твоя богатырская сила только увеличится.

Кстати говоря, в кашу можно добавлять не только мед, но и сироп от варенья, фрукты, орехи – в общем все, что только ты захочешь.

## **Анекдот**

- Беримор, что у нас сегодня на завтрак?
- Овсянка, сэр.
- Беримор, что у нас на обед?
- Овсянка, сэр.
- Беримор, а что у нас на ужин?
- Котлеты...
- Ура!!!
- ... из овсянки, сэр.

# Каша пшенная

Она достаточно проста в приготовлении, но от этого не делается менее вкусной.

Необходимые продукты: стакан пшена, 1 литр молока (молоко ты вполне можешь заменить водой, но в этом случае придется тебе побольше положить в нее сливочного масла), 2 ст. л. сливочного масла, 2 ст. л. сахара и половинку чайной ложки соли.

Молоко доведи до кипения и не забудь промыть пшено хорошенько теплой водой.

В кипящее молоко всыпай пшено и вари на медленном огне 15 минут. В конце варки добавь сахар, соль и сливочное масло.

Откроем тебе секрет: пшенная каша очень вкусна с тыквой. А для того чтобы приготовить тыквенную кашу, тебе придется нарезать мякоть тыквы небольшими кусочками и варить на медленном огне; когда все это закипит, запускай пшено, а дальше вари, как сказано в рецепте.

Благодаря тыкве каша приобретет необычайно красивый

оранжевый цвет и станет еще более вкусной и полезной.

# Каша гречневая

Гречка – наиболее распространенная крупа в России. В старые времена гречневая каша была любимым крестьянским блюдом, потому что она вкусна, неприхотлива, помогает снять усталость и восстанавливает силы, необходимые для работы в поле.

Ты, естественно, в поле не работаешь, но силы тебе тоже понадобятся, так что не раздумывай и принимайся за приготовление гречневой каши. Необходимые продукты: 1 стакан гречневой крупы, 3 стакана воды, 2 ст. л. сливочного масла и соль по вкусу.

Доведи воду до кипения и запусти в нее тщательно промытую гречку, добавь соль и вари на медленном огне 20–25 минут. После этого снимай с огня, добавь сливочное масло, оберни полотенцем и оставь на час упревать. Гречневую кашу можно заправить сметаной или майонезом – так она будет просто восхитительной.

# Дела домашние. Стираем джинсы и изделия из трикотажа и велюра

В гардеробе каждого уважающего себя мальчишки должны быть джинсы, да не одни, а несколько. Это – настолько универсальный вид одежды, что в них можно пойти куда угодно. Да вот беда – изнашиваются быстро, а как раскошелить маму на покупку других? Выход один – джинсы надо беречь, за ними надо ухаживать, чтобы они послужили как можно дольше. Кстати, хорошие джинсы носятся от 5 до 10 лет. Но срок носки их можно продлить, если научиться за ними правильно ухаживать.

## Анекдот

Съездил чукча куда-то в город и прикупил себе вельветовые джинсы. Приезжает он в родное стойбище, родне покупку показывает, хвалит:

– Хорошие штаны, однако! Каждая вошка по своей дорожке бежать будет.

Перво-наперво запомни, что стирать джинсы надо как можно реже. От частых стирок коттон выбелывается и вытирается, следовательно ухудшается товарный вид джинсов. А



вот чистить их мокрой щеткой еще не возбранялось. Итак, как же все-таки постирать джинсы? Существует несколько хитростей.

**КСТАТИ ГОВОРЯ!** Знаешь ли ты о том, что в первые джинсы рядились фермеры с Техаса? Это было в 60-х годах XIX века. Первые джинсы шились из коттона. Современные модели шьются из денима, очень прочной ткани.

1. Джинсы стираем только вручную. Никакие стиральные машины, какой бы щадящий режим у них ни был, не могут выстирать джинсы так, как это сделают человеческие руки. И дело тут вовсе не в том, что машина стирает чище, а значит лучше. Она, конечно, стирает лучше, быстрее, но она портит джинсы. Поэтому их стираем только вручную.

2. Предварительно моем ванну. Раскладываем на дне ванны джинсы, вывернув их наизнанку. Берем стиральное мыло, не порошок и не пасту. Именно стиральное мыло хорошо справится с загрязнениями. Порошки содержат вещества, которые влияют на ткань изделия. Они расправляются не только с грязью, но и с тканью. Деним, из которого шьют джинсы, плохо переносит воздействие порошка. Он становится менее прочным, теряет свой первоначальный цвет.

3. Джинсы стираем не очень горячей водой. Кстати, это

шанс проверить, хорошие ли джинсы ты приобрел. Качественные джинсы не линяют. А вот те, которые похуже, линяют очень сильно. И в скором времени их становится трудно отличить от половой тряпки.

4. Джинсы намыливаем мылом по всей длине и трем щеткой. Затем переворачиваем их и так же намыливаем и трем другую сторону. Очень загрязненные джинсы выворачиваем и с изнанки стираем еще раз.

5. Выстиранные джинсы полоскаем следующим образом: сначала под струей душа, потом наливаем в ванну много воды (чуть теплой) и кладем туда джинсы на полчаса.

6. После полоскания джинсы выворачиваем наизнанку и вешаем на веревку за пояс. Ни в коем случае нельзя выжимать джинсы или выкручивать. Эта процедура оставит заломы на джинсах, которые не исчезнут даже при глажке. Вместо этого с подвешенных джинсов руками сгоняем лишнюю воду.

7. Гладим выстиранные джинсы только с изнанки. Не вздумай отгладить на них стрелки. Это верх безвкусицы.

Трикотажные изделия, такие, как футболки, майки, толстовки, венгерки и т. д., любят бережное обращение. Трико-

таж – очень специфический материал, так как легко деформируется: вытягивается, выстирывается, в общем, напоминает какую-то тряпку, а не вещь. Кроме того, его нельзя стирать в стиральных машинах, потому что на ткани образуются мелкие дырочки. Стиральная машина пробивает трикотаж, и он теряет свой товарный вид. Поэтому возьми себе за правило стирать собственные майки, футболки и толстовки собственноручно. А мы подскажем, как это лучше сделать.

**КСТАТИ ГОВОРЯ!** Известно ли тебе, что спортивная кофта из трикотажа с капюшоном и двумя кармашками "кенгуру" называется либо "венгерка", либо "кенгурушка"?

1. Трикотаж замачивай очень осторожно, особенно это касается цветного, так как он может полинять. Порошок бери без отбеливающих ферментов. В противном случае ты навряд ли сможешь узнать свою любимую футболку.

2. После замачивания обязательно смени воду. Насыпь немного порошка и налей теплой воды. Погрузи туда изделие и начинай стирать. Основное внимание обращай на ворот. Сильно не три, потому что ткань может деформироваться и навряд ли ты сможешь вернуть ей первоначальный вид. Изделия из велюра стираются только с изнанки. Так же они и гладятся. Что такое велюр? Это ткань, которая отличается равномерным плотным ворсом. Она производится на осно-

ве шерсти. При правильном уходе может прослужить очень долго.

Как следует прополоскай выстиранное изделие и повесь его сушиться за низ. Обрати внимание на то, чтобы края изделия были ровными, не вытянувшимися. Как следует расправь боковые швы, пройму и рукава. И еще совет: сильно не выжимай изделие. От того, что ты сильно его выкрутишь, быстрее оно не высохнет. Не суши трикотажные изделия на солнце, так как они быстро выгорают и теряют свой первоначальный вид. Если ты все-таки повесил футболку на солнце, выверни ее наизнанку, чтобы краски не поблекли.

## **Раздел 2**

### **Чужой среди своих, или отношения со сверстниками. Старый друг лучше новых двух. Если ты поссорился с другом**

Конечно же, у тебя есть друг – и дружите вы достаточно давно, хорошо понимаете друг друга и скучаете, если оказываетесь далеко друг от друга. Но случается иногда так, что вы не можете найти общего языка, что приводит к ссоре. В таких ситуациях сложно разобраться, кто прав, а кто виноват, но еще сложнее восстановить дружеские отношения, ведь каждый считает, что прав именно он, и не хочет первым делать шаг к примирению.

Прежде всего, не стоит огорчаться из-за ссор, в этом возрасте они, как правило, несерьезные. Но есть такие ситуации, когда мириться с другом не стоит – он того не заслуживает. Одним из таких смертных грехов, которые не заслуживают прощения, относится предательство. Но, обвиняя в нем своего друга, ты должен точно знать, что под этим выражением скрывается.

Ты доверил своему другу секрет, а он не удержался и рассказал его другим, хотя ты слезно умолял его ничего подобного не делать ни при каких обстоятельствах. Не нужно быть волшебником, чтобы догадаться, как ты поступишь в этом случае. Скорее всего, ты просто перестанешь разговаривать с ним, но можно поступить и по-другому: откровенно поговорить (только без крика и нецензурных выражений) и объяснить человеку, что он поступил неправильно, а далее выслушать со вниманием, почему он поступил именно так. Если он сделал это специально, ни о каких дружеских чувствах по отношению к тебе с его стороны и говорить не приходится, и лучше всего с ним не общаться. Однако это вовсе не означает, что нужно ходить и на всех углах кричать о том, какой он гад и предатель или бить его при каждом удобном случае. Лучше всего вести себя вежливо, но соблюдая дистанцию. Этим ты дашь ему понять, что ваш дружеский союз разрушен навсегда, окончательно и бесповоротно.

Если же твой друг раскрыл тайну не со зла, а по недомыслию, ничего страшного в этом нет и можно его простить, но только в том случае, если он сам осознает свою вину и попросит у тебя прощения. Простить ты его, конечно, простишь, но вот впредь будь с ним осторожнее и не рассказывай ничего такого секретного. Видишь ли, не все люди могут совладать с собой, а есть такие, которые, услышав секрет, испытывают просто физическое неудобство до тех пор, пока не

поделиться им с кем-нибудь еще. Помни, что:

Стерпев пороки друга, наживешь их себе.

*Публий Сир.*

А вот следующая ситуация, которую трудно оценить однозначно и принять правильное решение.

У тебя возникли проблемы в школе, и если их немедленно не разрешить, последствия могут быть катастрофическими. Ты запрещаешь своему другу рассказывать об этом родителям, убеждая его, что им незачем об этом знать, потому что ты сам во всем прекрасно разберешься. Время идет, как снежный ком, а ты ничего не предпринимаешь, чтобы изменить ситуацию. Твой друг не выдерживает и рассказывает обо всем твоим предкам. Естественно, что ты получаешь от них по первое число. Они подключаются и помогают тебе уладить все проблемы и начать нормальную школьную жизнь. А ты в свою очередь порываешь всяческие отношения с другом, так как считаешь его гнусным предателем. Он понимает, что поступил не совсем хорошо, но у него есть оправдание – он сделал это, чтобы помочь тебе. Как быть в этом случае? Можно ли и правильно ли считать поступок друга предательством по отношению к тебе?

Вот тут-то все как раз зависит от причин, побудивших его поступить именно так. Если он просто хотел досадить тебе, то и нечего рассусоливать с ним; объяви ему, что больше

не считаешь его своим другом, – и вся недолга. Но если он действительно хотел помочь тебе, пусть даже из-за этого ты получил выволочку от родителей, он тебе настоящий друг и оказал большую услугу, вмешавшись в твои дела. Кто знает, что бы получилось из всего этого, если бы он остался равнодушным наблюдателем? Так что, возможно, тебе его благодарить надо, а не ругать и предъявлять претензии.

## Анекдот

Узнал как-то раз один киллер, что сыночек его ненаглядный поссорился в школе с приятелем, а потом его и пристрелил! Вот подзывает он к себе ребеночка, воспитывает:

– Ты че, пацан, оборзел вааще? Ты ж учти, что такие дела до добра не доведут! Чего доброго, еще и курить начнешь, а то и по бабам бегать!

Единственная сложность заключается как раз в том, чтобы выяснить – действительно ли твой друг желал тебе добра или прикидывается. Мы будем исходить из того, что вы дружите давно и оба отлично знаете как отрицательные, так и положительные свои качества. Если это так, сложности в этом вопросе возникнуть не должно, ведь ты прекрасно понимаешь, как к тебе относится друг. Если вы постоянно соперничаете и стараетесь переплюнуть друг друга – он поступил так только из вредности; а если ты уверен в нем больше,



чем в самом себе, если он не раз проявил себя как преданный и верный человек – не сомневайся, он желал тебе только добра.

Обычно, когда возникают ссоры или разногласия с друзьями, мы виним в этом кого угодно, но только не себя. Недаром говорят, что в чужом глазу и соломинка заметна, а в своем и бревно разглядеть трудно.

Вот и со ссорами – мы ждем, что наш друг сделает первый шаг навстречу и совершенно не думаем о том, что, может быть, сами спровоцировали разлад и повели себя не должным образом.

Как выяснить степень вины и как вести себя, если ты все-таки поссорился с другом? Прежде всего, не пори горячку, а успокойся и подумай как следует, почему произошла размолвка, кто был тому виной. Кто знает, может быть, такое размышление поможет тебе понять, что именно ты был неправ?

Если же ты уверен, что поступил неправильно, забудь о ложной гордости и постарайся объяснить ему, почему ты поступил именно так, а не иначе. Но объясняй доходчиво и говори только правду – может быть, это убедит твоего друга – и он сменит гнев на милость; в конце концов, все мы совер-

шаем ошибки — и никто от них не застрахован. Кстати говоря, подобные испытания полезны для укрепления дружеских чувств. Ты ведь никогда не станешь просить прощения у человека, если не боишься потерять его расположения? Так и твой друг: если ты ему действительно дорог, он всегда сумеет понять тебя и простить.

В любом случае учти, что друзьями, настоящими друзьями, не разбрасываются, поэтому не проявляй гордыни и самолюбия там, где они неуместны. Можно многим поступиться и пожертвовать ради настоящего, преданного друга.

# Мы идем в поход

Наверное, первая ассоциация, которая приходит в голову, когда видишь слово "поход", – связана с почти забытыми пионерами, красными галстуками и прочими атрибутами советского прошлого.

На самом деле все совсем не так: поход – замечательный способ не только отдохнуть, но и поближе узнать тех, с кем ты видишься, может быть, каждый день, но не подозреваешь, насколько сильно отличается поведение этого человека в обычной обстановке от того, как он ведет себя в такой вот, что называется, экстремальной ситуации.

Ты удивляешься, почему мы назвали поход экстремальной ситуацией? А посуди сам: вот вы идете мимо какого-то озера, и тут кто-то решает искупаться, хотя вы впервые в этой местности и даже не знаете, какое здесь дно, какая вода, нет ли под водой каких-то коряг или длинных водорослей. Как быть?

Кто-то забудет об осторожности и захочет поплескаться в водичке, кто-то, наоборот, останется на берегу и не рискнет входить в незнакомый водоем. Разве это не говорит очень много об особенностях характера каждого человека? То-то

же!

Кстати говоря, ситуация действительно непростая. Конечно же, купаться надо. Но только пусть сначала в воду зайдет кто-нибудь, хорошо умеющий плавать. Входить нужно медленно, осторожно ощупывая дно. Если вы убедились, что никаких опасностей водоем не таит – вперед!

## Анекдот

В Днепре столкнулись два пловца.

– Извините, а почему вы плаваете в костюме и в шляпе?

– Это вы, милейший, плаваете, а я тону!

Короче говоря, поход – это здорово. Представь себе: на дворе лето, ты на каникулах, но приходится сидеть в душном городе, потому что родители работают и вы не можете поехать на какую-нибудь турбазу или на море... Да, тут и каникулы станут не в радость! Так почему бы в таком случае не устроить себе развлечение и не отправиться в поход? Ты можешь пойти в него с родителями (кстати, это было бы предпочтительнее, и мы скажем чуть позже, почему именно) или со своими друзьями.

Поход не обязательно должен длиться несколько дней и происходить где-нибудь в неизведанном уголке земного ша-

ра – совсем нет! Если вы потратите всего лишь один день, и то не полный, на то, чтобы прогуляться за городом, это тоже будет называться походом, потому что поход – это и есть прогулка на природе.

Но, говоря откровенно, все же надо признаться, что самый лучший поход, от которого ты получишь просто тонны впечатлений, это тот, который устраивается с ночевкой (хотя бы одной). Ведь ночь сама по себе – целое событие, а когда ты ночуешь где-нибудь на природе, а не в своей привычной постельке, тут уж сам Бог велел наслаждаться каждым мгновением, потому что любая секунда – это что-то неповторимое. Вот подул ветер, а тебе кажется, что какой-то зверь шуршит прямо у входа в палатку; в соседнем спальном мешке кто-то кашлянул – и ты пытаешься отгадать, кто именно это сделал и почему ему не спится...

Конечно, все это мелочи, но в каждой из них действительно кроется бездна впечатлений. Да уже то, что тебе приходится ходить не по твердому асфальту, а по мягкой траве – уже это заставляет чувствовать себя по-другому.

...Итак, мы надеемся, что убедили тебя в том, что поход стоит того, чтобы его устроить. Но как подступиться к этому непростому делу, ведь оно требует много чего, и ты не пойдешь в поход налегке, как на прогулку в парк, который

расположен возле дома.

# Если вы идете в однодневный поход

Тут, конечно же, все гораздо проще. И самое главное, о чем нужно побеспокоиться, – это провиант, или, проще говоря, еда. Не секрет, что на свежем воздухе аппетит приходит гораздо быстрее, чем если бы ты сиднем сидел дома у телевизора. Вот и в походе – ты идешь, двигаешься, тратишь запас калорий, и, естественно, их обязательно нужно восполнить, иначе домой ты вернешься с единственной мыслью – наестся и не чувствовать больше этого противного чувства голода.

Наверное, главным достоинством однодневного похода является то, что в него вполне можно отправиться и без родителей, ведь ничего такого опасного в течение дня может и не случиться. Вот именно – МОЖЕТ! Ну а если случится? Так что прежде чем радоваться тому, что хоть что-то в этой жизни можно сделать самим, без родителей, лучше задуматься: а может, не стоит рисковать?

Но если ты все же предпочел проявить самостоятельность, в этом случае родителям обязательно нужно сказать о том, что ты и твои друзья хотели бы отправиться в поход. Расскажи обо всем нормально – кто будет среди твоих товарищей, сколько вас будет всего, куда вы запланировали идти...

Родители должны знать все детали, потому что только тогда они дадут свое согласие.

И все-таки мы еще раз советуем тебе не пренебрегать помощью родителей: они ведь старше тебя и, значит, лучше знают некоторые вещи. Кроме того, наличие хотя бы одного взрослого в вашей тинейджерской компании сможет уберечь вас от каких-нибудь нежеланных встреч.

Если ты не до конца уверен в своих силах (и нечего возмущенно фыркать – такое вполне возможно, ведь тебе еще не так уж и много лет!), то позаботься о том, чтобы в вашей компании был кто-то старший и чтобы он хорошо разбирался во всех тонкостях пребывания на природе. Даже если в ваши планы не входит покорение тайги, все равно было бы очень не плохо, если бы хотя бы один человек из всех вас мог ориентироваться на местности, знать, как определить стороны света и прочие премудрости. Представь, как смешно и в то же время испуганно вы будете себя чувствовать, если ЗАБЛУДИТЕСЬ.

...Когда определятся участники похода и будет получено одобрение старших, самое время подумать о маршруте, который вы выберете. Если вы отправляетесь в поход в первый раз, то будет достаточно небольшого расстояния от города. Выберите за город, погуляйте там несколько часов



и возвращайтесь домой. Если все пройдет хорошо, в следующий раз можно будет удлинить маршрут и отправиться в какое-нибудь более удаленное от родного дома место.

В начале нашего разговора шла речь о жарком лете, но это вовсе не значит, что в походы можно ходить только летом. А как же зимние месяцы, когда в лесах лежит белый снег, который так и просит, чтобы вы покатались на лыжах? Так что не забывай о том, что поход можно устроить и в зимнее время года.

Только в этом случае нужно позаботиться о теплой одежде, ведь если ты замерзнешь в городе, это еще не беда, потому что, во-первых, ты можешь прийти домой и быстро согреться с помощью горячего чая с вареньем или просто-напросто зайти на минутку в какой-нибудь теплый магазин, а во-вторых, в городе не так холодно, как в его окрестностях.

Замерзнуть на природе – дело просто ужасное. Сколько бы ты ни прыгал и ни растирал руки, заостеневшие от холода, – делу ничто не поможет.

Так что единственный выход – одеться как можно теплее. Не бойся выглядеть смешно в какой-нибудь старой отцовской куртке или ботинках, которые, как тебе кажется, годят-

ся только для "second-hand'a" – все это ерунда! Главное, чтобы тебе было тепло.

Теперь остается сказать несколько слов о том, что же брать с собой из еды. Если на дворе зима, не забудь о термосе с горячим, крепким и сладким чаем – он хорошо согревает. Немного вареного или жареного мяса с хлебом обеспечат тебе быструю сытость. Вареная картошка, яйца, сваренные вкрутую, хлеб – все это простая и очень хорошая еда в походах. Никаких суперизысканных блюд типа устриц или сельди в маринаде быть не должно – употребляя все это гурманство в пищу, ты не только не наешься, но измучаешься и испачкаешь себя и все в округе.

Ну, а летом ситуация немного меняется, потому что в жару продукты очень быстро портятся, и, беря с собой, скажем, жареное мясо, ты рискуешь в конце дня просто-напросто отравиться испорченной пищей. Свежие овощи – огурцы или помидоры, хлеб, немного постного мяса, какой-нибудь напиток для утоления жажды (желательно, чтобы он не был очень сладким, иначе ты не только перестанешь хотеть пить, но, наоборот, будешь постоянно лнуть к заветной бутылочке), отварной картофель и яйца – вот и вся нехитрая снедь.

Если вы отправляетесь в поход всего лишь на один день, то удобнее будет взять каждому немного еды из дома. Но при

этом нужно помнить, что когда вы решите перекусить – а решение это должно быть именно общим, ведь у вас компания, а не куча посторонних людей – то еду не нужно смущенно прикрывать от других ладошкой – ешьте все вместе, не боясь, что кто-то другой съест чужую еду. Это, кстати, неплохая проверка на дружбу.

Собираясь в поход, не забудьте о воде, которая обязательно понадобится хотя бы для того, чтобы сполоснуть руки. Если вы не уверены, что в том месте, куда вы собрались идти, есть вода, ее нужно взять побольше. Ее, кстати, лучше всего использовать и для питья, потому что все лимонады и прочее имеет особенность быстро кончаться, а восполнить неоткуда. Если же вы увидите реку, это вовсе не значит, что воду оттуда можно и нужно пить – делая это, ты очень сильно рискуешь, потому что в водоемах вода далека от норм здравоохранения.

Еще одна немаловажная вещь – покрывала, на которых вы будете сидеть. Взять их обязательно нужно, чтобы, во-первых, не простудиться, сидя на холодной земле, а во-вторых, чтобы не испачкать одежду. Чтобы вам не было скучно, можете взять с собой что-нибудь для развлечения – карты, бадминтон, мяч. Но все это может и не пригодиться, потому что, пройдя всего лишь несколько километров пешком, вы устанете – и наверняка вам захочется просто посидеть на траве,

обозревая окрестности.

## Анекдот

Папочка с Вовочкой в турпоходе. Вот влезли они на вершину высоченной горы, папаша вниз смотрит:

– Погляди-ка, Вовочка, какая под нами красотища! Леса, реки...

Вовочка, отдуваясь: – Слышь, пап, а если вся красотища там, то зачем же мы, дураки, сюда-то лезли?

Одежда для походов должна быть удобной. Не думай о том, как бы одеться в самые лучшие и красивые вещи – это лишнее. Дорогая и красивая может испачкаться и порваться, а тогда ты только об этом и будешь думать все оставшееся время. Зато простое, удобное и неброское выручит тебя в любом походе.

## **Если вы идете в поход на несколько дней**

Тут, безусловно, не обойтись без родителей. Если вы идете в поход с классом, с вами должен пойти учитель. Не хмурься недовольно – присутствие взрослых просто необходимо, если ты хочешь, чтобы о походе у всех остались наилучшие впечатления. Именно взрослые помогут вам не поспориться в трудную минуту и не растеряться, если случится что-то непредвиденное (а такого непредвиденного в походах пруд пруди!).

Многодневный поход, который несет с собой ночевку, – дело более хлопотное, чем однодневный. Что касается одежды, тут не обойтись одной лишь майкой и легкими шортами – летом в лесу ночью бывает прохладно, к тому же бич всех туристов – комары – замучают тебя, если ты поленишься взять с собой теплый джемпер с длинными рукавами и штаны. Обувь должна быть закрытой – это позволит тебе избежать ушибов о какие-нибудь невидимые в темноте кочки или сухие ветки.

# 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.