



НУ ОЧЕНЬ
СМЕШНАЯ КНИГА!
На все случаи жизни



И девочкам
интересно!



КНИГА для мальчиков

Самир Сенусси, Зельда Зонк



Дружба,
школа, семья:
главные вопросы
подростков



САМЫЕ
ЛУЧШИЕ
КНИГИ

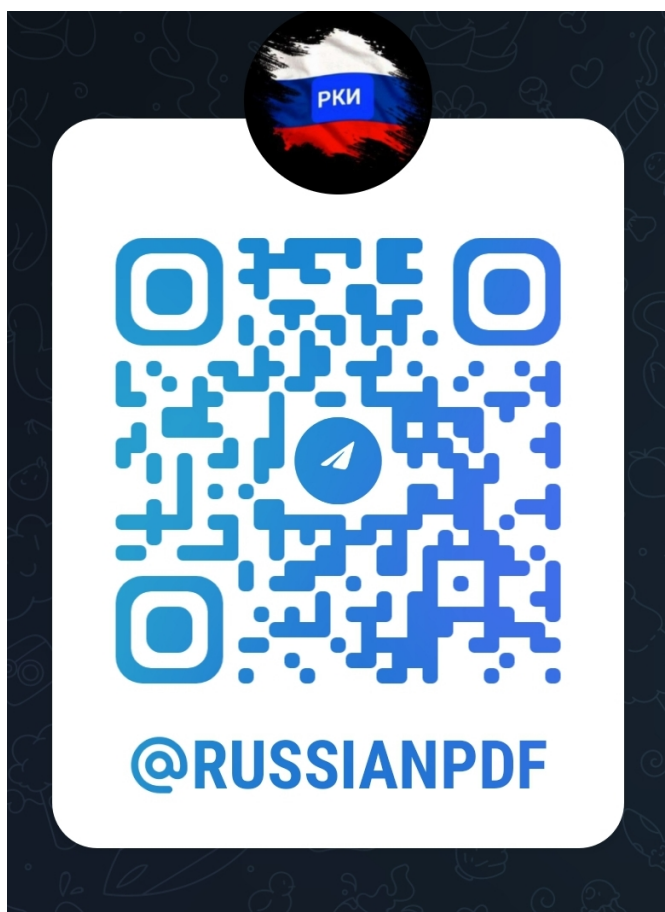
для мальчиков
и девочек



Фанта

КНИГА

для мальчиков





FLEURUS

LES GARÇONS SONT FORMIDABLES

Samir Senoussi, Zelda Zonk

Перевод с французского В. Николаенко

ISBN : 978-5-17-105220-1

© Fleurus, Paris, 2015

© Николаенко В.В., пер., 2018

© ООО «Издательство АСТ», 2018

Все права защищены.

КНИГА для мальчиков

Самир Сенурси, Зельда Зонк



Аванта

Содержание

1 ТЕЛО И ОДЕЖДА

9

Тело: инструкция по применению

10

В теле авария!

12

Гигиена — что это?

14

Штормовое предупреждение:
прилив полового созревания

16

Как получаются дети?

18

А я красивый?

20

Выбираем одежду?

22

Мода и я

24



2 МОЯ СЕМЬЯ И Я

27

Кто я?

28

Папа, мама

30

Братья и сестры

32

Семья — это навсегда?

34

Твоя комната

36

Вещи и игрушки

38

Домашние звери

40



3 ДРУЗЬЯ И ШКОЛА

43

Какой ты ученик?

44

Любимые уроки

46

Оценки и домашние задания

48

Приемы, которые помогут
усвоить материал

50

Компания и друзья

52

Мой лучший друг

54

Приглашаем друзей в гости

56



4 ВЫХОДНЫЕ И КАНИКУЛЫ

59

Да здравствует спорт!

60

Футбол, футбол, футбол!

62

Я художник!

64

Книга или экран?

66

Да здравствуют каникулы!

68

Отдыхаем с семьей

70

В лагере?

72



5 ЧУВСТВА И ОЩУЩЕНИЯ

75

Мне страшно!

76

Стыдно!

78

Что я люблю

80

Во что я верю

82



6 ПРАВА И ОБЯЗАННОСТИ

85

Мои права

86

Все равны?

90

Зачем нужна вежливость?

92

SOS! Планета в опасности!

94

Безопасность

96



7 МЕЧТАЕМ О БУДУЩЕМ

Я фанат...
Любимые герои книг и фильмов
Любимые герои в истории
Работа моей мечты
Семья моей мечты
Мое будущее



99

100
102
105
108
110
112

8 ДЕВОЧКИ И МАЛЬЧИКИ

Что значит «разные»?
Война полов?
Что мальчики думают о девочках
Что девочки думают о мальчиках
Влюблен?
Наш мир



115

116
118
120
122
124
126



ТЕЛО и одежда



ТЕЛО: ИНСТРУКЦИЯ ПО ПРИМЕНЕНИЮ

Тело — это настоящая маленькая фабрика, где все вертится, кипит и считается. Там происходит столько всего разного, что в это трудно поверить. Но самое невероятное — что второго такого, как ты, нет.

// Гены? Что это?

Хромосомы XY и XX, эмбрионы, генетика... Просто фильм ужасов какой-то! Однако не все так страшно. Сейчас все объясним. Каждая клетка содержит 46 хромосом: 23 унаследованы от отца и 23 от матери. Хромосомы образуют своего рода библиотеку, содержащую планы строительства тела, и книгами в этой библиотеке служат гены. У тебя нос как у боксера и уши смахивают на цветную капусту? — Виноваты гены!



// Как устроено тело?

Тело состоит из миллиардов крохотных клеточек, — вроде как дом из кирпичей. Они образуют не только кости и кожу, но и органы — глаза, легкие, желудок, мозг и так далее. Кровь — это топливо, позволяющее всей этой сложной машине работать. По телу ее гонит мотор — сердце. А главный компьютер, мозг, отвечает за порядок в этом маленьком мирке.

// Как работает мозг?

Отличный вопрос! Мозг — это целая галактика из сотен миллиардов нейронов. Эти нагруженные информацией клетки, — как скопление звезд, которое мы и называем мозгом. Неудивительно, что там жарко! Этот жар и есть наши мысли, наши чувства, наши представления... А еще благодаря мозгу мы чувствуем, видим, ощущаем. Он связан с остальным телом длинными проводами — нервами. Когда нам больно, клетки кожи говорят мозгу: «Ой!» — а он командует остальному телу среагировать. Удобно, правда?

// Одинаков ли мозг у мальчиков и девочек?

Есть ли пол у мозга? Это остается загадкой. Мозг — орган очень сложный, даже для ученых, которые привыкли им работать. Единственное, что можно сказать наверняка — что ум с полом не связан никак.

// Можно ли выбрать, родится девочка или мальчик?

Нет, этого сделать нельзя, и это прекрасно. Родители не могут решить, что у них будет только мальчик, и чтоб никаких девочек, — это дело случая. А вот что тебе все время повторяют, что ты похож на родителей, — это как раз не случайно, это сходство передается с генами.

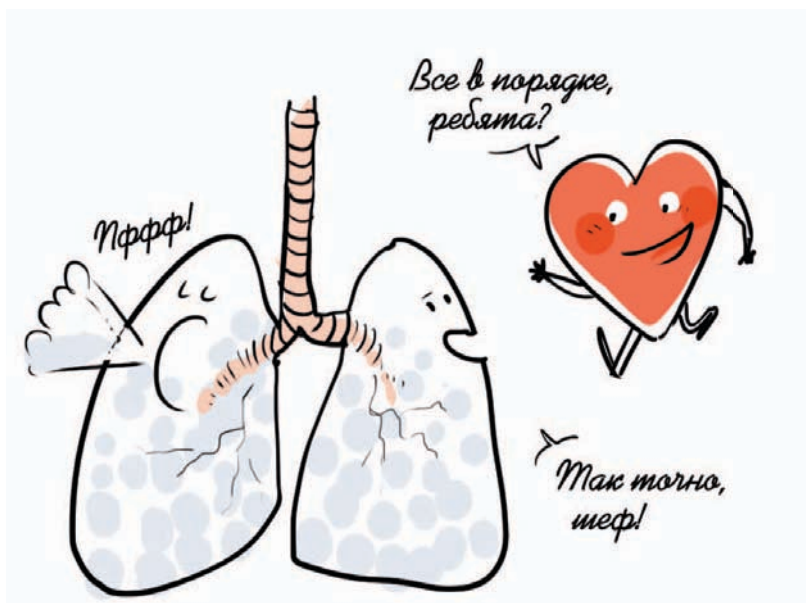


В ТЕЛЕ АВАРИЯ!

Пока тело работает нормально, все хорошо. Ты вообще забываешь, что оно у тебя есть. Оно вроде как на автомобиле. Но если что-то разламживается, ты чувствуешь себя так, будто тебя на части разобрали. Из-за чего же разламживается система?

// Почему мы рыгаем и пукаем?

Но откуда эти неожиданные «эк!» и вонючее громкое «пуфф!»? — А это все газы. Пукнул в самый неподходящий момент? — Виноваты кишки, переваривающие пищу. Посреди обеда началась отрыжка? — Виноваты пузырьки воздуха, поднимающиеся из желудка. Между прочим, всякий рыгает не меньше пятнадцати раз в сутки. Так что без паники!



// Как мы дышим?

В воздухе содержится кислород; когда ты дышишь, он попадает в легкие, а оттуда кровь разносит его по всему телу. Зачем? — он нужен, чтобы превращать питательные вещества в энергию. Поэтому воздух нужен всем! Однако ненадолго задержать дыхание можно. Знаешь, каков мировой рекорд задержки дыхания? 8 минут 27 секунд! Просто дух захватывает, правда?

// Что происходит, когда мы едим?

Куда девается та сладкая булочка, которую ты проглотил чуть ли не целиком? Наша система пищеварения похожа на перерабатывающую фабрику с множеством трубопроводов, резервуаров и химических веществ. Сначала твои зубы, язык и слюна размельчили и увлажнили булочку, чтобы ее легче было проглотить. Затем она упала по пищеводу — длинной трубке, которая ведет в живот. И там, в желудке, она варится, как каша — разваривается, перемешивается и разлагается под действием кислот. Дальше она отправляется в кишки — семь метров изогнутых трубок, которые ее сортируют: забирают все полезное, а остальное отправляют дальше. Ее путь лежит в унитаз!

// Как подхватывают болезнь?

Есть вещи, которые не хотелось бы ни с кем делить... Это, прежде всего бактерии и вирусы! Эти незримые вредители перескакивают с человека на человека, как блохи с собаки на собаку. Поэтому если у твоего соседа насморк и он при тебе чихнул, есть опасность, что он передал тебе свои микробы. Спасибо за подарочек!

// Почему лихорадит, когда болеешь?

Стучишь зубами, дрожишь, а градусник вот-вот лопнет? Значит, тебя лихорадит. Если твое тело так реагирует, значит, оно борется с болезнью. Лихорадка — это как полицейская мигалка: «Внимание! Микробы!»

// Почему важны прививки?

Дифтерия, столбняк, полиомиелит, коклюш... Все эти страшные болезни почти исчезли благодаря волшебным уколам — прививкам. Когда в организм вводят мизерное количество микробов, он учится им сопротивляться. И это работает: если все привиты от какой-то болезни, ею больше никто не заражается.

// Табак, враг номер один

Однажды тебе предложат покурить. Курить — значит объявить войну собственным легким. От табака на их стенках оседает ядовитая сажа, которая медленно их отравляет. Рикошетом она же вызывает и болезни сердца. Лучший способ оставаться здоровым — не начинать курить!

ГИГИЕНА — ЧТО ЭТО?



*Твое тело — это твоё жилище, твоё жилище, твоё жилище.
Старайся ее не повредить. Ты отвечаешь за то, чтобы она прошла
технический контроль! Вот несколько советов, как это сделать.*

// Что такое калории?

Из пищи мы получаем энергию, благодаря которой работает наше тело. Калориями измеряют количество энергии, содержащейся в пище. Ты знаешь, что час игры в футбол обходится в 600 калорий — то есть в два больших эклера с шоколадом? А десять минут хохота — это пятьдесят калорий, половина банана.

// Что значит «сбалансированное питание»?

Хочешь двойной чизбургер с майонезом и блинчик с «нужной», взбитыми сливками и клубничной карамелью? А тебе не поплохее? В девять лет ребенку нужно 2200 калорий в день, а одна только порция шоколадного мусса содержит уже 500. Да, мальчикам, когда они растут, нужно больше калорий, чем девочкам, это правда, но все же не надо перебарщивать. И очень важно есть разнообразную пищу: молочные продукты — для роста, фрукты и овощи — для витаминов, мясо, рыбу или яйца — для мышц.

// Что значит «ожирение»?

Запомни: не всякий, у кого пухлые щеки, страдает ожирением. При ожирении человек становится слишком толстым для своего роста. Ожирение может быть признаком болезни — булимии. При булимии человек не может удержаться и ест слишком часто.

Сегодня в России ожирением страдает каждый шестой мальчик. Так что завязывай со сладостями и газировкой, и марш на стадион!

// Зачем каждый день мыться?

От кого-то воняет, как от скунса! Ты что, объявил мылу бойкот? Мыться значит уважать самого себя и окружающих — особенно их обоняние. Что хуже всего, тело само по себе загрязняется — на нем размножаются микробы и бактерии, — малюсенькие существа, которые забираются на нас и проникают повсюду — под ногти, на пальцы, в рот. Уж не будем говорить о невымытых волосах, которые могут стать санаторием для вшей.

// Подмываемся

Каждый день, принимая душ, подмыться так же важно, как помыть за ушами. Следует завести эту простую, но важную привычку, чтобы избежать раздражения и микробов; это нетрудно.

// Зачем чистить зубы?

Чтобы жевать и грызть, чтобы разговаривать, а еще ради неотразимой улыбки. Поэтому рот надо полоскать после каждой еды, зубы чистить сверху вниз и не меньше трех минут по секундомеру! А если нет, — здравствуй, кариес! Эту болезнь вызывают бактерии, атакующие зубную эмаль. Вначале ничего не чувствуется, а потом... нам будет жаль твою эмаль.



ШТОРМОВОЕ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ: ПРИЛИВ ПОЛОВОГО СОЗРЕВАНИЯ

«Половое созревание» еще называют латинским словом «пубертат», которое происходит от слова *pubis* — «волос». Это и правда время, когда по телу начинают расти волосы. Вообще все тело преобразается, и сильно. Голос ломается, пробиваются усы, начинается война с прыщами — и все это сразу!

Вот увидишь, Мауелл,
ты будешь такой же
волосатый, как я!



// Где начинают расти волосы?

Почти повсюду. Сперва на половых органах, потом под мышками, а потом и на лице, на груди, на ногах...

Сначала это кажется странным, щеки чешутся, подмышки потеют... но потом мы этой порослью гордимся!

// В каком возрасте начинается пубертат?

У мальчиков — лет в 13—14; у девочек обычно раньше, лет в 11—12. Да, девочки развиваются раньше! Именно поэтому в этом возрасте они могут быть крупнее тебя. Ничего, скоро догонишь... и перегонишь! Мальчики растут «рывком», — очень впечатляюще!

// Почему все лицо в прыщах?

Прыщи для подростка — враг номер один! Избежать их трудно: у 80% девочек и мальчиков они рано или поздно появляются. А виноват кожный жир, который вырабатывает тело, защищая кожу. Когда его слишком много, он мешает коже дышать, и так рождается прыщ, потом другой, потом третий...

// Почему голос меняется только у мальчиков?

Вообще-то у девочек он тоже слегка меняется, но не так явно. А вот у мальчиков перемена просто бросается в уши! И обычно при этом звучит не слишком благозвучно. Голос «ломается», мечется между высокими и низкими нотами. Почему? Из-за того, что гортань — большая трубка в горле, — в конце полового созревания расширяется. По крайней мере, с этим баском исчезает риск, что тебя спугнут по телефону с твоей младшей сестренкой!

// Меняются ли половые органы?

Половые органы начинают принимать свою окончательную форму. Сперва набухают яички и начинают вырабатывать сперматозоиды. Потом увеличивается и пенис, становится толще и несколько темнее.

// Вырасту ли я?

За два-три года ты прибавишь больше 20 сантиметров! Правда, в свое время. Половое созревание может начаться в любой момент между 10 и 17 годами.

// Как это — эрекция?

Эрекция — это когда пенис увеличивается и становится твердым. Обычно это случается ночью — но бывает и в классе, в спортивном зале и вообще в тех местах, где ты бы предпочел, чтобы он оставался маленьким... Часто эрекция заканчивается эякуляцией (выбросом белой жидкости, которая называется «семя» или «сперма»). Все это дело мужских гормонов. Это совершенно нормально и даже хорошо — значит, мужское тело работает как следует!



// Что значит «заниматься любовью»?

Чем старше становишься, тем сильнее притягивают девочки. Как магнитом. И в конце концов приходит любовь. А влюбленных так тянет друг к другу, что словами это выразить нельзя. Вместо слов начинаются ласки и поцелуи. Поцелуи и ласки. Поцелуи и вот... когда оба согласны и ощущают, что пора, они «занимаются любовью»: половые органы мужчины знакомятся с половыми органами женщины. Звучит странно? Для тех, кто любит — нет!

// С какого возраста могут получиться дети?

У мальчиков и девочек в принципе могут быть дети с самого начала полового созревания, которое начинается между 10 и 14 годами. У девочек — как только начинаются месячные (небольшие кровотечения, которые случаются каждый месяц), а у мальчиков — когда начнет вырабатываться семя. Но так рано нельзя! Даже если физически ты уже готов, до настоящей, внутренней готовности тебе еще далеко.

// Откуда берутся дети?

Их находят в розах? В капусте? Их приносит в клюве аист? Глупости! Они вырастают из маленького семечка? — А вот в этом есть доля истины... Во время полового акта мужчина выбрасывает вглубь половых органов женщины миллионы микроскопических сперматозоидов, и самый быстрый из них сливается с яйцеклеткой, отчего зарождается эмбрион, который впоследствии разовьется до младенца.

// Почему мальчики не рожают?

Безобразие! Почему это мы, мальчики, не можем рожать детей? А? Вот морские коньки могут! У них как раз отец вынашивает малышей в животе. Но у нас происходит не так. Конечно, без отца ребенок родиться не может, но до рождения малыш остается в животе матери, в ее безопасной утробе (матке) — почти как кенгуренок в материнской сумке. Он дышит и питается через длинную трубку, которая называется пуповиной. Так он развивается и растет, и через девять месяцев высунет нос наружу...

А Я КРАСИВЫЙ?

Ты задаешься этим вопросом, и это нормально. Никто не хочет, чтобы его принимали за чужого. Смириться со своей внешностью не всегда просто — тем более когда ты стремительно меняешься физически. Чего-то слишком много, чего-то недостаточно, и ничего — ровно так, как тебе бы хотелось. А что, если самое важное — просто чувствовать себя хорошо в своей шкуре?

// Как жить с такими зубами, как у меня?

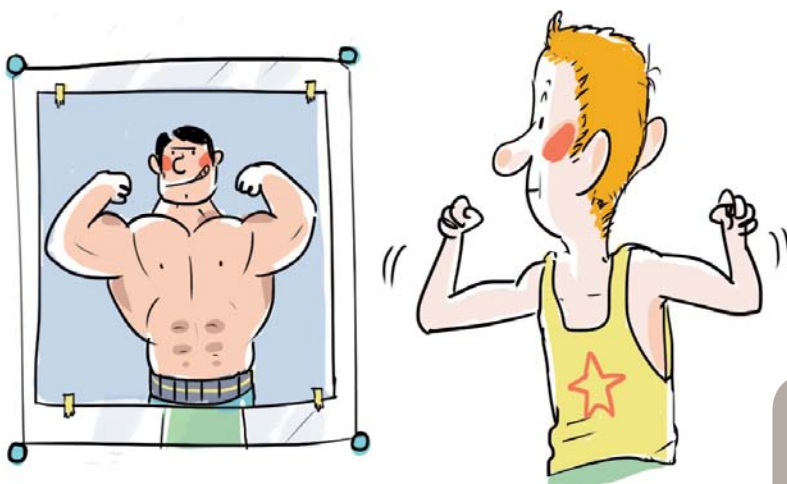
В пожарных случаях — дантист, а вообще — ортодонт! Именно он должен решить, носить тебе на зубах скобки или нет.

Что-о, скобки?! Держать зубы в плену, а улыбку — за губами?! — Успокойся, это же не на всю жизнь, всего на два-три года. Ну да, — честно говоря, это довольно долго, но зато потом — прощайте, зубы как у зайца!



// Как мне жить, если я очкарик?

С той поры, как ты носишь очки, ты стал лучше видеть — но ты бы предпочел, чтобы другие на них поменьше смотрели. Но по крайней мере у тебя закончились головные боли и муть в глазах. И потом — сейчас же есть очки на всякий вкус: как у умников — «под Гарри Поттера», как у спортсменов-сноубордистов, или просто почти незаметные, без оправы. А если ты и правда считаешь, что очки — это каторга, потом можно будет перейти на линзы.



// Недоволен своей мускулатурой?

В бассейне или в раздевалке ты иногда кажешься себе задохликом рядом с кубиками мышц некоторых твоих приятелей. Они что, качать мускулы еще в колыбели начали? — На самом деле они просто стали раньше созреть. Потерпи — рано или поздно маленькие бицепсы станут больше... И вот тебя уже называют «Железная рука»! И потом, горы мышц как у Криса Хемсворта — это немного чересчур, тебе не кажется? Ведь сила не всегда зависит от объема бицепса. Посмотри на тонкие, как у гепардов, ноги бегунов на средние дистанции, на боксеров в «весе петуха», на дельфиныи тела серферов...

// Хватит! Я уже не малыш!

Это, в конце концов, унинительно. Пока «малышом» тебя зовет бабушка, это еще туда-сюда, но когда старшая сестра твоего друга — это просто невыносимо! Может быть, тебе кажется, что тебя пытаются навсегда оставить на положении ребенка? Есть даже слово для этого: «сюсюкать» — обращаться с кем-нибудь как с младенцем. Но когда ты услышишь слово «малыш» от девочки твоего возраста — может быть, оно прозвучит для тебя иначе...

// Мечтаешь о новой прическе?

«Ирокез», «под дикобраза», или нарочито растрепанные... Волосы — твоя новая игрушка.

Чего ты с ними только не вытворяешь! Твое любимое орудие пытки? — гель! Но если ты выйдешь в таком виде, — как бы прически твоих родителей не встали дыбом или не поседали.

// Мне нравится быть собой!

Главное — радоваться, что ты — это ты! Быть тобой чертовски здорово! От восторга хочется кричать, вертеться и кувыркаться... Тойбой, с твоей энергией и вкусом к жизни, которую ты сейчас хорошенько распробуешь!

ВЫБИРАЕМ ОДЕЖДУ?

Манера одеваться — первое, на что смотрят люди. Поэтому так важно ее выбрать с умом. Это твоя визитная карточка, твой почерк, твой стиль. Беда только в том, что ты не всегда можешь подобрать свою одежду самостоятельно.



// Чтобы подходило к случаю

Да, не всегда приятно, когда тебя заставляют по торжественному случаю надевать ботиночки и костюмчик. Но одежда — это тоже язык. На похороны надевают темное, чтобы выразить печаль, а на свадьбу одеваются получше, чтобы показать, что такое событие бывает не каждый день. Так что придется потерпеть!

// Кому выбирать?

Иногда одеться — это целая проблема. Один поход по магазинам в субботу вечером — это очень мало. И потому, ты любишь, когда тебе дают возможность самому выбрать, что тебе идет. Беда только, что мама ничего в модной одежде не понимает... С другой стороны, хорошо, что с нею можно посоветоваться. В любом случае родители вправе высказать свое мнение. По крайней мере, по поводу цены того блузона за 150 евро, на который ты глаз положил! В общем, чтобы не узнать внезапно на кассе, сколько это стоит, лучше это сперва обсудить.

// Кросовки или не кросовки?

Когда-то спортивную обувь надевали, знаешь ли, чтобы... заниматься спортом! Сейчас все ее носят, даже те, кто спорта терпеть не может. Некоторые кеды даже стали прямо роскошными. Но все-таки спать в них не обязательно. Время от времени можно их, как старые носки, даже сменить на что-нибудь другое.

// Когда верх не подходит к низу...

Сегодня утром ты опаздывал и впопыхах натянул на себя первое, что подвернулось под руку. Черное с бирюзовым! Коричневое с черным! В школе ты жмешься к стене, чтоб на тебя не смотрели... Стой, погоди! Наоборот, придай себе уверенный вид и флагируй, привлекая взгляды. Вот так и делается мода — сочетанием предметов, которые обычно вместе не носят. Это становится стилем, и вот это уже круто!

// Заботься об одежде!

Раньше родители тысячи раз тебе говорили: «Одежда — не половая тряпка. Не швыряй ее на пол в ванной, положи в корзину с грязным бельем!» Сейчас все по-другому. Сейчас одежда стала важной. Дырка на футболке твоей любимой команды — это же катастрофа! Но если ты сам выбираешь одежду, ты сам и должен заботиться, чтобы она прилично выглядела. Элементарно, да?



МОДА И Я

*«Следовать моде или нет — вопрос прямо гамлетовский»
И решить, что выбрать, нелегко.*



// Бренды?

Классу к шестому дети уже помешаны на брендах. Признают это только 10% подростков, но 60% родителей говорят это про своих детей. Кросовки, разные шмотки, и даже рюкзаки... Диктатуре лейбла сложно противиться. А ведь вещи модных брендов дороги! Возможно, поэтому половина родителей выступает за возвращение школьной формы.

// Кто определяет моду?

Где тот негодяй, который определяет, как нужно выглядеть, и заставляет своих несчастных жертв одеваться по моде? На самом деле моду создают не только те, кто производит одежду, но и те, кто ее носит. В сущности, моду не «объявляет» никто. Или наоборот — ее определяют все сразу.

// Почему она все время меняется?

Что сегодня безвкусица, завтра — последний писк. Сегодня все ходят с торчащими из-под штанов трусами, а завтра? Гонясь за модой, всегда проигрываешь. Она приходит, уходит

и снова возвращается. Пример: прически Дэвида Бэкхема. Длинные волосы, ирокез, бритая голова, снова длинные волосы... Так почему она все время меняется? Может быть, потому, что мода и правда — «дуновение времени». Она легка и недолговечна, как мыльный пузырь.

// Одеваться как все?

Стремиться, чтобы тебя принимали как своего, нормально. Вот почему ты часто одеваешься точно так же, как твои друзья. В конце концов, у вас общие коды и общие знаки. Сперва ты одеваешься точно как твои друзья, но начав со стремления походить на всех остальных, ты придешь к тому, что не будешь походить ни на кого. Вот ведь беда — нет на свете другого такого, как ты!

// Что тебе идет?

Спортивный прикид: джинсы, свитер и кросовки круглый год, для тех, кто любит, чтобы было удобно, и без ума от спорта. И последний штрих: футболка с любимым спортсменом!

Прикид скейлера: длинные волосы, свободная одежда, кофта с капюшоном, кеды. И последний штрих — скейтборд, конечно. Кодовое название SK8...

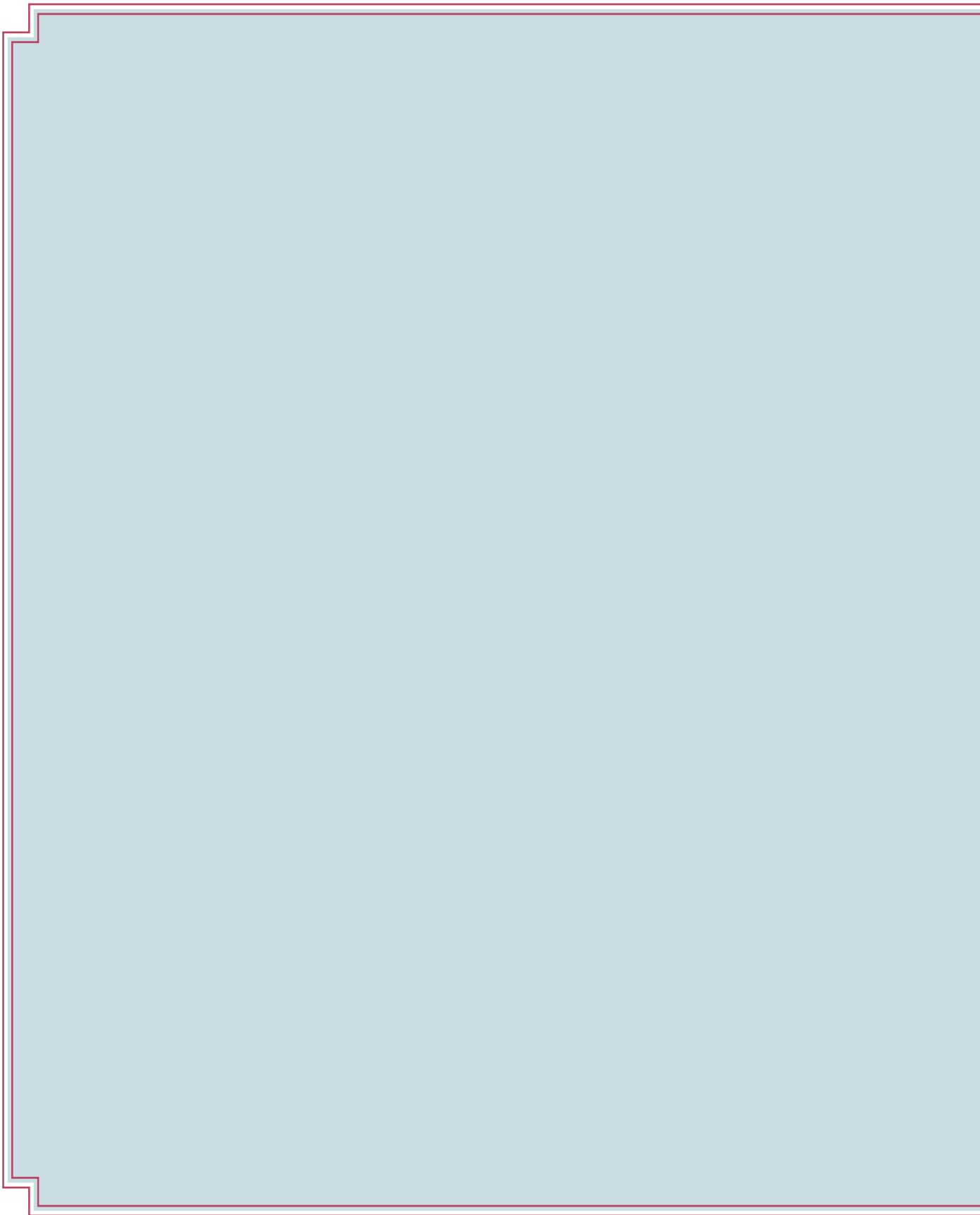
Прикид «крутого парня»: бейсболка, обувь леопардовой расцветки, очень короткая стрижка. И последний штрих: подвернутый (на одной ноге, конечно!) спортивный костюм.

Цивильный прикид: никаких кроссовок или прозрачных футболок, джинсы и рубашка. И последний штрих — немного геля на волосы!

// Следуем за модой

Покорно следуем, как овцы? — нет уж, спасибо. Будем паршивой овцой, игнорируя моду? — нет, спасибо еще раз. Будем одеваться как папа? — да ладно! Вот ведь задача... А почему бы не добавить в одежду немножко от себя? Ведь твой внешний вид — это тоже ты, твои вкусы, твоя личность.





Моя

СЕМЬЯ

и я



КТО Я?

Данных в свидетельстве о рождении недостаточно, чтобы ответить на этот вопрос, так что разгадай! Откуда родом твои родители? Кем работал твой дед? Узнать, где твои корни — значит, понять многое о себе.



// Что значит «подросток»?

В юности мы ищем себя. Подросток уже расстался с детством, но еще не стал взрослым. Он, можно сказать, «меняет кожу» и оттого чувствует себя уязвимым. Поэтому он и задается вопросом, кто он таков. А что, если главная задача подростка — научиться быть самим собой?

// На кого я похож?

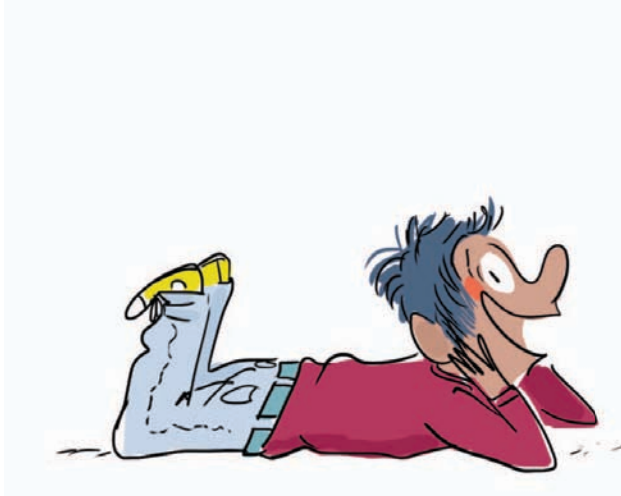
Тебе все время твердят: «С ума сойти, до чего ж ты похож на свою мать!» Или вдруг объясняют, что ты копия своего двоюродного деда, о котором ты раньше даже не слышал. Причем сходства находят не только внешние. Правда, сейчас ученые не считают, что черты характера передаются с генами. Но хотя другого такого, как ты, и нету, ты несомненно унаследовал некоторые черты своих родителей.

// Когда я стану взрослым?

По закону — с 18 лет. До этого времени на некоторые действия нужно разрешение родителей. Но взрослость — это не только возраст... Родители доверяют тебе делать покупки? Просят посидеть с младшей сестренкой? — Значит, тебя считают ответственным и обращаются с тобой как со взрослым. Мало-помалу тебе будут предоставлять все больше свободы... и возлагать все больше ответственности.

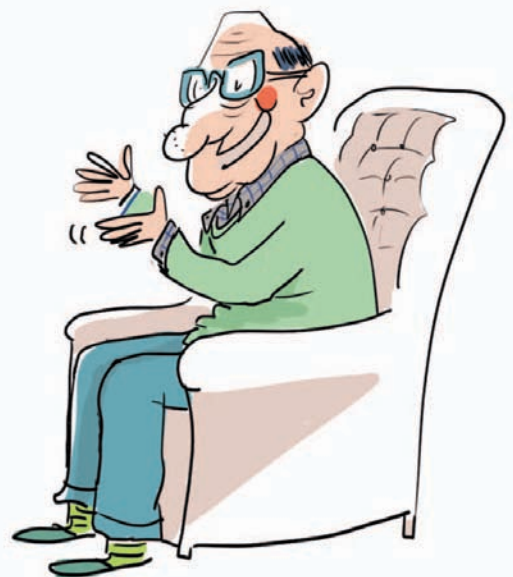
// Что такое родословная?

Родословная, или генеалогия, это история семьи. А предки — это не пустяки! Помнишь, во «Властелине колец» судьба мира зависела от Арагорна, потому что он был потомком великого короля? Но даже если ты не сын короля, все же следует знать о своем происхождении. Для исследования своих корней составляют генеалогическое древо. Это вроде карты, где изображена история рода. Исследовав ее, ты наверняка найдешь потрясающе интересные сведения о каком-нибудь отце дяди матери тетки своего отца...



// Бабушки и дедушки

Бабушки и дедушки часто служат убежищем в дни, когда в твоей жизни что-то не складывается. Есть вещи, о которых можно поговорить только с дедом — ты знаешь, что он тебя осуждать не будет. Но бабушка и дедушка — не только доброта и подарки. Это еще и связь с прошлым, это открытая дверь в мир, полный интересных историй.



ПАПА, МАМА

Родители для твоей жизни — как цемент. Они дают устойчивость и равновесие, и притом ты иногда думаешь, что они тебя сковывают.

Ты создаешь свою личность и беря их за образец, и отталкиваясь от них.



// Хватит обращаться со мной как с ребенком!

Тебя давно не надо водить за ручку, и не стоит называть тебя «Заинькой» при твоих друзьях! Но подумай о том, что с точки зрения твоих родителей ты вырос слишком быстро. И потом, они сознают опасности, о которых ты даже не подозреваешь. Они знают, что в одночасье не взрослеют. Вот почему они стараются тебя опекать. Хотя на твой вкус иногда и слишком!

// Почему надо слушаться родителей?

... Потому что надо! Родители несут ответственность за детей, пока те не «встанут на крыло». И если они говорят тебе «нет», — значит, они считают, что ты просишь о вещах бесполезных, ненужных или невозможных. Они готовят тебя ко взрослой жизни, где ты тоже не сможешь получать все, что захочется. Притом слушаться родителей — не значит повиноваться как марионетка. Может быть, для начала попробуешь понять их резоны?

// Вы не мои настоящие родители!

Многие дети рано или поздно начинают воображать, что их настоящие родители — какие-нибудь таинственные чужаки. Это как с Суперменом: он открывает, что обладает суперспособностями, потому что его настоящие родители — инопланетяне. В том, чтобы придумывать себе другую жизнь, нет совершенно ничего ненормального. Размолвка с родителями — и хоп, воображение включилось на всю катушку. Да, твои родители несовершенны. Ты, возможно, тоже не идеальный сын. Но это не мешает вам очень любить друг друга.

// Усыновленный

Осиротевших детей, бывает, усыновляют новые родители. И как выяснилось давным-давно, усыновить ребенка — такая же радость, как родить. Поэтому и связи между ребенком и его приемными родителями столь же сильны, как в любой другой семье.

// Отношения мальчика с отцом и с матерью

Отец для тебя — образец, но именно с ним ссоры бывают самые серьезные. А мама — она всегда над тобой трясется, и не всегда незаметно для окружающих! У тебя не просто родители, — у тебя отец и мать, с которыми отношения строятся по-разному. Даже сейчас, когда разница и не столь велика, как во времена, когда отец воплощал авторитет, а мать — заботу и ласку. Постарайся понять их, ведь и ты когда-нибудь будешь на их месте.

// Мои карманные деньги

С шоколадками и игрушечными деньгами покончено! Родители начали регулярно давать тебе денег. Немного, правда, — купить футбольный клуб не хватит. Но эти деньги драгоценны тем, что они — твои. Ты решаешь, на что их тратить и как их экономить. Ты же за них и отвечаешь.

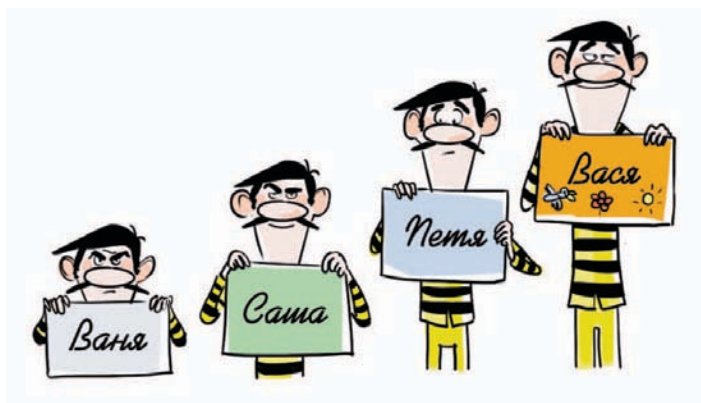


БРАТЯ И СЕСТРЫ

Сестра тебя бесит — но разве не бывает, что только ей можно о чем-то рассказать? Брата ты не выносишь — но разве нет вещей, которые можно делать только с ним? Так что — друзья или враги?

// Единственный сын

Во многих семьях ребенку иногда хочется, чтобы родители принадлежали только ему. Единственные дети, наоборот, мечтают о братьях и сестрах, а то даже поиграть не с кем. И потом, единственного ребенка родители слишком уж опекают. Поэтому ответ может быть только один: с братьями и сестрами мы друзья, друзья, только друзья!



// Старший или младший?

Если ты самый старший, ты все делаешь первым, а остальные братья и сестры тебе завидуют. Если ты самый младший, остальные считают тебя любимчиком и убеждены, что родители тебе все прощают — а сам ты чувствуешь, что с тобой обращаются как с младенцем. Тем, кто и не самый старший, и не самый младший, тоже нелегко приходится. И да — между братьями и сестрами все время идет соперничество. Но ведь семья — не «Формула-1». Не так важно, на первом ты месте или на последнем — важно найти именно свое место.

// Мой маленький братишка вечно пристаёт

Тебе надоело, что младший брат вечно путается под ногами? Вспомни, что он берет с тебя пример и что он нуждается в защите. Это уже звучит лестно, не так ли? Так что теперь, когда он будет снова приставать, — используй это, даже если он слишком надоедает!

// Старшему брату все разрешают, а мне ничего

Ты восхищаешься старшим братом, но тебе кажется, что ему разрешают все — и тебя это бесит! Но это же обычное дело: чем ты старше, тем больше у тебя свободы. В любом случае, ему наверняка разрешают не ВСЕ!

// Старшая сестра вечно мною командует

Старшая сестра норовит вести себя как мама? Вторая мама тебе не нужна, это верно. Но если ты вечно твердишь ей, что она толстая, и будишь ее, вспрыгнув ногами на ее кровать, — неудивительно, что ее это не так смешит, как тебя!

// Ссоры

Когда-то Каин убил из ревности своего брата Авеля... Знаешь эту историю? В семье ссоры так же естественны и нормальны, как и любовь. И куда лучше хорошенько поругаться и забыть об этом наутро, чем вечно лелеять обиды.

// Подмога на всю жизнь?

С братьями и сестрами не так, как с друзьями. С ними не нужно делиться всем — но в то же время на них всегда можно положиться. Даже если ты впоследствии будешь жить далеко от брата или сестры — они всегда окажутся рядом, когда будет нужно.



СЕМЬЯ — ЭТО НАВСЕГДА?

*Во всех семьях бывают разномолвки, которые проходят бесследно.
Но бывают и бури, разрушающие все на своем пути. Что делать,
если семья, казавшаяся нерушимой, разлетается в клочья?*

// Караул, мои родители разводятся!

Родители разводятся, и у тебя появляется множество тревожных вопросов, над которыми ты стараешься не думать: «Они уже точно не останутся вместе, да?»; «Мне придется выбирать между ними?»;... Единственное средство при этом несчастье, когда, кажется, земля уходит из-под ног, — обсуждать, разговаривать и еще раз разговаривать!



// Почему родители ссорятся?

Потому что сегодня был плохой день, потому что посуда не вымыта, потому что машина попала в аварию, потому что твоя младшая сестренка сегодня была особенно невыносива... Потому что это жизнь!

// Если они ссорятся — значит, они друг друга не любят?

Ну вот еще! Вот если они больше не разговаривают друг с другом — тогда дела и правда плохи. А ведь ссора — это, в конце концов, тоже разговор. Вдобавок ею можно воспользоваться, чтобы высказать вслух то, чего иначе сказать не получается.

// Почему родители разводятся?

Что мама и папа любят друг друга, казалось тебе столь же непреложным, как то, что они любят тебя. Но у взрослых не всегда бывает одна великая любовь на всю жизнь. Может быть, твои отец и мать перестали понимать друг друга. Или просто больше не хотят. Иногда лучше расстаться, чем всю жизнь ссориться. Но запомни: к тебе это не имеет отношения: ты ни в чем не виноват и ничем помочь не можешь.

// Отцу на меня плевать

Мало тебе было развода — теперь родители должны решить, сколько времени ты проводишь с каждым из них. А если сами они решить не могут, за них решает судья. Поверь, что когда буря пройдет, родители найдут наилучшее решение. Потому что на всю жизнь их связывает только одно — ты.

// Ненавижу нового парня моей матери!

Твои родители развелись и у мамы появился новый мужчина. Как?! Захватчик, желающий занять место твоего отца? И чем больше он старается быть с тобой милым, тем больше он тебя бесит... Но твоя мать не может жить только ради тебя. Так что чем превращать дом в поле битвы, постарайся по крайней мере вести себя с ним прилично.



///////// Моя семья и я с. 36 //////////

Короче говоря, это место, где ты чувствуешь себя свободнее всего и наслаждаешься свободой. Мало-помалу комната становится твоим домом... Но навещать семью иногда тоже нужно, знаешь ли!

// Уединение, беспорядок...

Твоя комната — убежище, где ты отдыхаешь от любого давления; четыре стены, хранящие все твои тайны; оазис, где ты можешь послать все к чертям и помечтать, слушая музыку... Она дает тебе уединение, которое иногда нужно каждому. И ты не любишь, чтобы в ней была полная чистота и порядок. Немного беспорядка нужно, чтобы чувствовать себя свободно.

... и свинарник!

Если бы не родители, в твоём королевстве началась бы анархия! Ты любишь, когда одежда чистая и не жеваная, но наводить в ней порядок — еще чего!.. А кому, собственно, его наводить? Всю работу по дому не переделаешь, но элементарные правила надо соблюдать. Футболки не должны валяться скомканными, а одеяло не место на полу.

// Украшаем комнату сами

Обои с бабочками и одеяло с Человеком-пауком? Прочь! Ты уже развесил повсюду постеры — и понаделал в стенах дырок. Мама ругается, — в следующий раз попробуй сажать на клей. Желтые стены ей тоже не нравятся — сделаем желтым только один угол...

// Жить в одной комнате?

Делить с кем-нибудь комнату — ужасно, ужасно, ужасно! Нельзя сосредоточиться, делая уроки — мешает неугомонный маленький братишка. Но не могут же все жить в восемнадцатикомнатных дворцах! Уединение — это роскошь. Есть семьи, где дети живут вчетвером или впятером в одной комнате! Маленький совет: не можешь освободить от лишних людей комнату — освободи от лишних мыслей голову.



ВЕЩИ И ИГРУШКИ



*Вещей, которые твои и только твои, не так уж много...
Но эти предметы и игрушки тебе дороги, в них весь твой мир!*

// Велосипед

Велосипед не хуже мотоцикла — даже практичнее и безопаснее. Ты на нем едешь, чтобы немного развеяться и прошвырнуться по кварталу. И это так же весело, как на скейтборде! Не нужно быть чемпионом мира по велогонкам, чтобы научиться нескольким фигурам, вроде езды на заднем колесе или поворота с заносом... лучше всего так, чтобы пыль столбом!

// Увлечение игровой приставкой

У тебя такая уже есть, или, по крайней мере, ты о такой мечтаешь. Обаянию воображаемых приключений нельзя противостоять! Поединок, гонки, — видеоигры есть на любой вкус, а графика становится все более реалистичной и правдоподобной. Иногда даже слишком! Орудия джойстиком, ты рискуешь позабыть, что кроме игрового мира есть и настоящий.

// Телевизор и компьютер в комнате

Мечтаешь, чтобы у тебя в комнате был телевизор или компьютер? Но тут есть риск, что ты не сможешь оторвать взгляд от экрана. Не так уж просто нажать

// MP3?

MP3 — это формат музыкальных файлов, которые можно слушать на компьютере или на переносном плеере. Их можно скачать из интернета, который превратился в огромное собрание музыки. Будь внимателен: скачивать mp3 может быть нарушением закона!

на кнопку «Выкл». Может быть, поэтому родители тебе отказывают? И как бы то ни было — сериалы лучше смотреть в компании, правда?

// Моя коллекция — мячиков, машинок, оружия

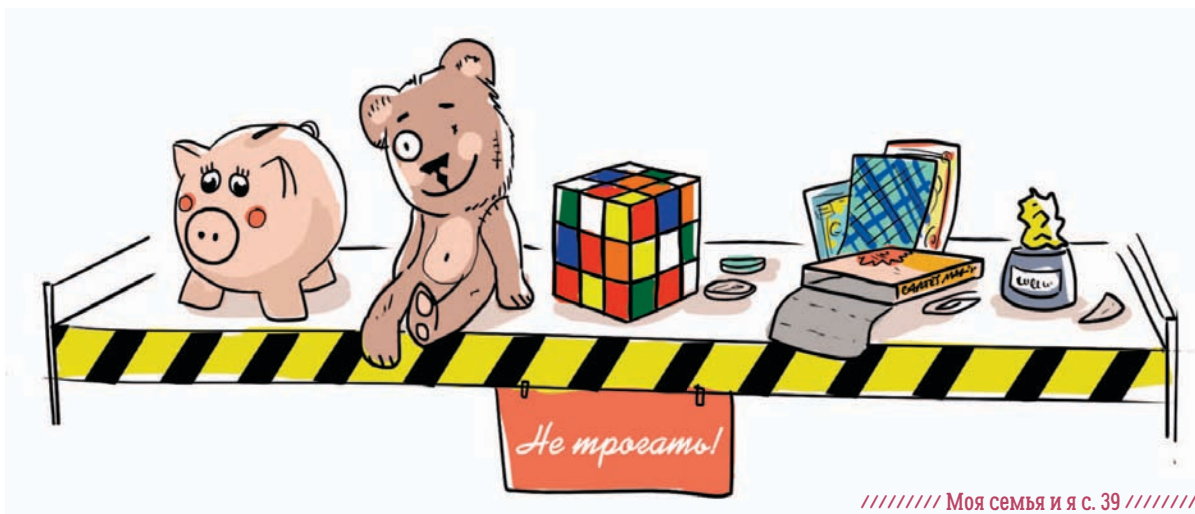
Иногда случается, что вещи совершенно бесполезные становятся необходимыми. Коллекционеры собирают что угодно, — не только дорогостоящие предметы. Важна не цена, а количество. Машинки, фотографии спортсменов, японские комиксы — лишь бы собрать ПОЛНУЮ коллекцию.

// Не трогай мой талисман!

Индейцы считали некоторые предметы священными — они называются «фетиши». Но хотя твоя комната и не набита таинственными тотемами, у тебя наверняка есть свои фетиши. Старый плюшевый мишка, фотография, машинка, акулий зуб, — что-то, что очень важно для тебя, хотя только ты знаешь, почему.

// Нормально ли любить игры в войну?

«Войнушка» — самая мальчишеская игра. Мальчикам нравится истреблять целые армии из пулемета или сражаться с бесчисленными ордами зомби. Почему? Может быть, потому что война связана с силой и властью. Каждый же втайне мечтает быть властелином мира! Во всяком случае, лучше играть в войну, чем воевать.



ДОМАШНИЕ ЗВЕРИ

Пока они были дикими, они людей побаивались. А когда их приручили, они почти настолько же оглоумелись, как в мультфильмах!

До такой степени, что без них уже не обойтись.

Витёк и Рыгало, друзья на всю жизнь...

// Осторожно, злая собака!

Собака — лучший друг человека. Но даже у самой милой собачки бывают непредвиденные обстоятельства — особенно когда она уже пробовала кусаться или ее специально дрессировали на агрессивность. Бойцовых собак, вроде питбулей и ротвейлеров, можно выгуливать только в намордниках, их не разрешается выводить детям. В любом случае собаку надо держать на поводке и быть уверенным, что справишься с нею.



// Вокруг нас

В Индии рядом с людьми живут обезьяны и слоны... и даже тигры! В Австралии ядовитые пауки — «черные вдовы», чей укус смертелен, — устраивают гнезда прямо в домах. В наших краях диких животных обычно не встретишь. Но не исключено, что ты увидишь, как лисица роется в мусорном баке, или заметишь из окна парящего в небесах сокола.

// За оградой

Белые тигры, комодские драконы, обезьяны-ревуны — все эти загадочные животные живут в двух шагах от тебя, в зоопарках. Сейчас они куда счастливее, чем в клетках былых зоосадов. В нынешних есть даже места, где можно пройти прямо посреди кенгуру, страусов эму и газелей.

// На картинках и экранах

Битва гиен со львами в африканской саванне! Да, сильное зрелище. Ряды острых зубов белой акулы, бороздящей Тихий океан! Жуть. Жизнь орангутанов, которых истребляют браконьеры в лесах Индонезии! Очень трогательно... По телевизору, на плакатах и в книгах мы видим животных как будто своими глазами. А благодаря компьютерному моделированию можно даже воссоздать жизнь вымерших динозавров, которые дошли до нас только в виде отпечатков или скелетов.

// И дома!

Плывать на блох и на исцарапанные руки — ты хочешь завести себе четвероногого друга! Но если уж завел животное — им надо заниматься, и надо знать свои обязанности. Пиренейской овчарке лучше будет в саду, чем в квартире. И не забудь, что надо будет за нею убирать кучки с тротуаров! А также менять хомячку подстилку и регулярно чистить аквариум. Ты готов?

// Мечтаешь об экзотическом питомце?

Тебе больше нравятся крысы, чем кошки, и вараны — чем морские свинки. Если ты заведешь тарантула, с мамой будет сердечный припадок...

Но запомни: животное — не игрушка. Нельзя привести с каникул маленького крокодильчика, а потом запустить его в унитаз, потому что не нашлось аквариума!





ДРУЗЬЯ

"школа"



КАКОЙ ТЫ УЧЕНИК?

В школе ты проводишь много, очень много времени. Даже слишком много — хотелось бы поменьше! Со своими одноклассниками ты общаешься едва ли не больше, чем с родителями. Школа в некотором роде стала для тебя вторым домом. Ну так что же ты за ученик? Серьезный? Ленивый? Спокойный? С шилом в одном месте? Или всего понемножку?

// Зачем нужны старосты класса?

Старост избирают, чтобы они защищали интересы учеников и улучшали жизнь класса. С шестого класса они выступают посредниками между учениками и руководством школы. И потом, это вроде введения в демократическое управление — в ожидании избирательного права, которые ты получишь в 18 лет.



// Первый ученик

Всегда не меньше пятерки. Ты этим гордишься — и не зря! Но положение первого ученика не всегда удобно. Менее талантливые ученики будут тебе завидовать, особенно если ты не упускаешь возможности продемонстрировать свои знания. Совет: всегда помогай, если у одноклассника возникли трудности. Тогда на тебя будут смотреть не как на зубрилу, а как на клевого парня.

... или последний в классе?

У тебя три «двойки» подряд? Это еще не конец света! Это даже не значит, что ты не создан для учения или что ты полный нуль. «Чутьочку лучше» может любой. И не стесняйся попросить учителя, родителей или друга тебе помочь...

// Как лев в клетке или тише воды, ниже травы?

Твой сосед по парте сидит прямой, как цифра 1, а тебя крутит и вертит. Тебя интересует все, что происходит в классе — кроме того, что написано на доске. Но с этим можно справиться: немного желания — и ты усидишь на месте. В конце концов, не вертись же ты в кино!

// «Меня все время спрашивают» или «меня никогда не вызывают»?

Учителя обычно хотят, чтобы ученики в ответ на вопрос тянули руки... а ученики стараются отвечать как можно реже. Ты ведь и сам прячешься под парту, как будто шнурок завязать, в надежде, что про тебя забудут? Или уж во всяком случае не поднимаешь руку? Но если ты, наоборот, всегда рвешься отвечать — учитель постарается спросить кого-нибудь другого.



ЛЮБИМЫЕ УРОКИ

*Выбора нет! Пока приходится изучать все предметы.
Позже ты выберешь специализацию — французский или английский,
математику или географию. Но ведь любимые уроки
у тебя уже и сейчас есть?*



// Вкус к математике

Тебе нравится строгий, логичный и точный мир математики. Решать задачи, складывать, вычитать, делить, умножать — все это тебя приводит в восторг. Это гимнастика для ума и практикум для души: чем труднее, тем интереснее, и тем больше радости, когда найдешь решение. Кроме того, занятия математикой часто идут об руку с интересом к играм (особенно к шахматам).

// Обожаю историю

Тебе интересна история? Может быть, потому, что там много историй! Героических, вроде истории про Ганнибала с его слонами, или забавных — например, про галлов, которые сражались голыми, чтобы устроить врага. И потом, прошлое часто — ключ к настоящему. Или даже к будущему: фантасты, рисуя будущее, часто обращаются к прошлому. Например, рыцари-джедаи во многом срисованы с самураев. Даже Дракула в конечном счете срисован с настоящего князя, правившего Трансильванией пятьсот лет назад.

// Люблю русский язык!

Кто сказал, что по русскому всегда лучше учатся девочки? Есть и мальчики, которые любят читать и писать! Чтобы полюбить русский язык, достаточно любить играть словами... Бывают слова таинственные или смешные; бывают падежи и склонения, встречающиеся только в книгах; бывают формы слов, использующиеся только на письме. И кроме того, отличное владение русским языком необходимо для некоторых профессий. Как иначе станешь журналистом или адвокатом, например... или писателем?!

// Учителя любимые...

Бывает, что учителя нравится слушать. Даже если их предмета терпеть не можешь! Может быть, и у тебя есть учитель, влюбленный в свой предмет. Такой готов в лепешку разбиться, лишь бы ты тоже полюбил его науку и овладел ею. Он многого от тебя требует — но как же ты бываешь горд, когда он одобрит твою работу! Знай, что тебе повезло. Слушай внимательно и впитывай. Это учитель, которого ты будешь вспоминать всю жизнь.

...и нелюбимые

Ученики часто придумывают учителям прозвища — и не всегда беззлобные. После того, как тебя заставили весь урок писать что-то на доске — как не ответить душой в разговоре? Но тут надо быть честным перед собой. Например, друг тебе говорит: «Драконовна слишком строгая!» Но ты-то знаешь, что может, она и строгая, но ее уроки такие интересные!!



ОЦЕНКИ И ДОМАШНИЕ ЗАДАНИЯ

*Оценки и домашние задания... кошмар для школьников?
Ну, во всяком случае, страшилка! Но между тем и оценки,
и домашние задания прежде всего нужны, чтобы проверить,
как ты понял пройденное на уроке.*

// Шпаргалки

Гордишься, что удалось воспользоваться шпаргалкой и получить оценку, не заморачиваясь? Но в глубине души ты знаешь, что свою отметку ты не заслужил. Это просто нечестно по отношению к тем ученикам, которые на самом деле готовились. И они не покрывались холодным потом и не рисковали позором, если поймают. А ведь зачастую приготовить шпаргалку требует больше времени, чем просто выучить урок!



// Зачем нужны оценки?

Прежде всего — узнать, усвоены ли знания. И потом — вообрази на минуту школу, где оценок не ставят: это, конечно, будет весело, вроде как круглый год каникулы, но как при этом заставить учеников работать? Да, усердная работа не всегда гарантирует хорошие отметки: можно трудиться, и все равно получать плохие. Но оценка показывает, что ты понял на уроке, а что нет.

// Зачем нужны домашние задания?

Не только для хороших отметок. То, что тебе объяснили на уроке, нужно еще понять, принять и запомнить. Всегда делать домашние задания — самое трудное! Вернувшись из школы, сделай паузу — перекуси, поиграй. Но потом сосредоточься на работе, — для этого лучше начать с любимых предметов.

// Пометки учителей

О эти каракули красной ручкой, которые приходится разбирать! И записи в дневнике, которые так неприятно читать... особенно твоим родителям! Но в сущности, пометки учителя столь же важны, как и оценки. Тройбан с минусом с пометкой «уже лучше» — это совсем не то же самое, что те же два с пометкой «мало работаешь». Учителя настаивают, чтобы ты читал их пометки, чтобы ты знал, что тебе мешает учиться лучше.

// Почему я так боюсь отвечать устно?

Когда тебя вызывают к доске, ты еле слышно что-то мямлишь? Тебе неловко, когда на тебя все смотрят. У доски ты краснеешь. Это называется «страх перед залом», актерам он хорошо знаком. Волноваться, когда говоришь перед всем классом — нормально. Но ты же не один! Выбери своего лучшего друга и вообрази, что рассказываешь только ему — это куда проще, чем всему классу. Вообще — смелей, соберись!

// Аaaaa, плохая отметка!

За последнюю контрольную у тебя два. Ты в отчаянии! Но это же не конец света. Если плохие оценки у тебя регулярно — это сигнал, что у тебя трудности с материалом, который ты проходишь, или с твоей манерой готовиться к урокам. В таких случаях проси помощи у родителей! Они помогут справиться с трудностями.

// Почему я так волнуюсь перед контрольными?

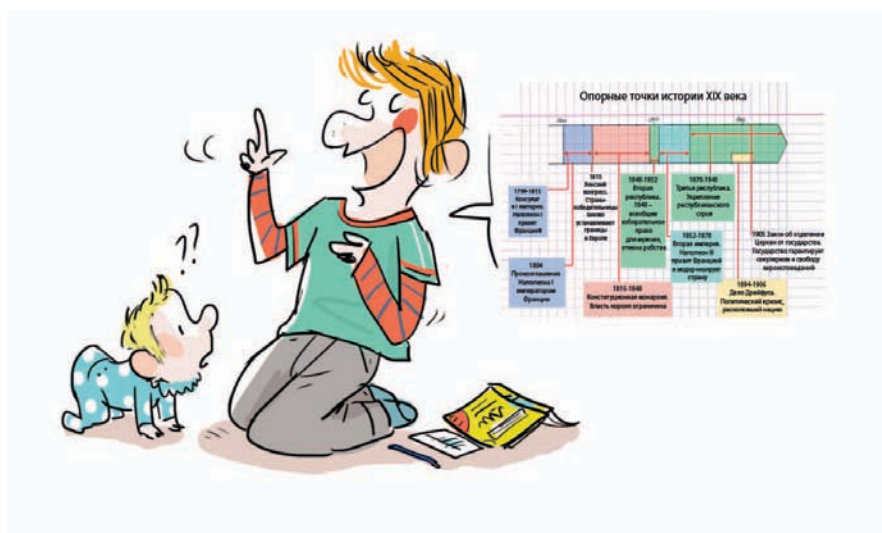
Ты хорошо подготовился, но боишься, что в нужный момент все забудешь? И это правда, — можешь забыть, потому что так боишься забыть! С другой стороны, этот завязанный в животе узел может, наоборот, помочь сосредоточиться.

ПРИЕМЫ, КОТОРЫЕ ПОМОГУТ УСВОИТЬ МАТЕРИАЛ

Материал урока должен уложиться в голову. Поэтому учиться надо учиться! Вот несколько несложных приемов, которые тебе помогут...

// Перечитай материал урока перед сном

Прежде чем считать овец, перечитай в последний раз материал урока перед сном, чтобы закрепить его в памяти, пока засыпаешь. Лишь бы это не вызывало бессонницу! Перед контрольной по математике лучше ложиться спать с пустотой в голове, чтобы ночью не видеть кошмаров с участием прямоугольных треугольников...



// Повторяем урок сами...

Можно повторить урок вслух или шепотом. Можно кое-что в нем подчеркнуть, сделать закладки, рассказать его вслух родителям или даже младшему братишке. Смотри сам, что лучше помогает. Можно даже повесить таблицы спряжений или таблицу умножения вместо постера любимой группы!

...или с другом...

Делать уроки с другом веселее и иногда полезнее. Можно рассказывать урок вслух по очереди или по очереди

изображать учителя. Тут интересно объяснять друг другу ошибки. Кроме того, вдвоем лучше видно, что ты понял неправильно или просто не понял.

...или с родителями

Возможно, тебе повезло: некоторым предметам тебя готовы обучать родители. Может быть, они тебя даже и не спрашивают! Но пусть твой отец отлично знает математику, зато не очень хорошо умеет объяснять, да и терпения ему часто не хватает. Часто лучше задавать родителям вопросы по домашним заданиям, которые ты сам уже попытался сделать. Можно даже попросить их поиграть в учеников, а самому изобразить учителя, объясняющего им урок. Это хороший способ отдать себе отчет, чего же ты сам не понял.

// Какая у тебя память?

У тебя память, как у слона — или, наоборот, «в одно ухо влетает, в другое вылетает»? Некоторые запоминают с одного раза то, что другим запомнить трудно. Если тебе, чтобы запомнить, нужно видеть написанное — у тебя зрительная память: значит, подчеркивай важнейшие слова и абзацы. Если тебе для запоминания нужно прослушать — значит, память слуховая: тогда лучше перечитай урок вслух или даже запиши собственное чтение, а потом прослушай. В каждом случае есть приемы, которые помогут. Это называется «мнемотехника».

// Наизусть!

Прочсть урок — не всегда достаточно. Есть вещи, которые надо помнить наизусть — спряжение глаголов, стихи, таблицу умножения... Это еще ничего: твои дедушка с бабушкой должны были заучивать наизусть ВСЕ съезды партии! Когда учишь наизусть, лучше заинтересоваться тем, что учишь. Тогда выученное запомнится на всю жизнь.



КОМПАНИЯ И ДРУЗЬЯ

*Друзья для тебя становятся все важнее. Вы все делаете вместе:
занимаетесь спортом, слушаете музыку, играете на компьютере...
В компании друзей ты чувствуешь себя увереннее перед внешним
миром. А сравнивая себя с ними, ты понемногу познаешь самого себя.*

// У меня нет друзей!

А тебе никто и не нужен!
Может быть, ты чувствуешь
себя особенным и не хочешь
быть как все? Значит, ты даже
себе не можешь признаться,
что завести друзей тебе
мешает застенчивость...
Одиночество тебя тяготит?
Перестань держать оборону
от всего мира, сделай усилие,
заинтересуйся другими,
и друзья найдутся.



// Моя компания

Войти в сложившуюся компанию друзей не всегда легко. Часто они используют свой особенный язык, у них свои шутки, а чужаков они весьма недолюбливают. Но не путай компанию с шайкой. «Дедовщина», «испытания для новичков» — держись от этого подальше! Дружба — это не когда тобой командуют... Найди себе таких друзей, с кем у тебя много общего. Если ты чего-нибудь стоишь, компания тебе найдется!

// Боишься, что тебя отвергнут?

Прятели подначивают тебя сделать что-нибудь, чего тебе делать не хочется? А если ты откажешься, тебя объявят «полным нулем» и отвернутся от тебя? Значит, в этой компании дурные правила. Не стоит им подчиняться. Попробуй объяснить, что дружбы не бывает без уважения. А не послушают — и ладно! Ты проживешь и без них и найдешь себе новых друзей.

// У тебя своя голова на плечах!

Мальчишки вечно друг с другом соревнуются. В компьютерных играх, на уроке, в плавании, — тебе везде хочется быть лучшим. И понятно, что когда друзья подбивают тебя заорать на уроке или позвонить в первую попавшуюся дверь, трудно не поддаться. Ты хочешь доказать им, что ты самый сильный и смелый? — Отказавшись делать что-нибудь дурацкое или опасное, ты докажешь, что ты самый умный!

// Драки понарошку

У волков или львов игры укрепляют связи в группе. У людей почти так же. Затеять с приятелями шутиливую потасовку, изобразить пинок ногой или выкручивание руки бывает способом выразить свою привязанность. Вместо поцелуев мальчишки затевают драки понарошку. Главное, чтобы шутиловая драка не переросла в настоящую!..

// Я тут главный!

В компании заводилой обычно оказывается тот, кто больше всех уверен в себе... Только он рискует, что остальные пробудут с ним недолго. Никто не хочет, чтобы им все время командовали! Тот, кто любит разыгрывать из себя босса, бысто окажется в одиночестве. Между друзей нет начальников и подчиненных! Там один за всех и все за одного!



МОЙ ЛУЧШИЙ ДРУГ

У тебя есть лучший друг. Или даже несколько. А может быть, пока еще нет, но ты о таком мечтаешь. Нельзя объяснить, что такое дружба, которая пишется с большой буквы Д...



// Предатель!

Твой лучший друг по-свойски болтает с твоим злейшим врагом? Тебе кажется, что он тебя предал? И что хуже всего, он даже не понимает, что натворил... Когда дружишь, легко решить, что тебя предали, — и обычно по пустякам. Что тут скажешь? Или случай забудется, или дружба разрушится. Самое лучшее — честно поговорить. И научиться время от времени прощать.

// Мой названный брат

Дружба — это прежде всего сходство, схождения, общие точки. Как говорится, подобное тянется к подобному. Друзья даже разговаривают обычно похоже, думают об одном и том же, любят одни и те же фильмы и одни и те же игры. До такой степени, что не вдруг и разберешь, где кто! Однако внимание: одно дело, когда на тебя влияют, а другое — когда ты под кого-то подделываешься... Потому что различия только обогащают дружбу. Может быть, в этом и есть главное чудо дружбы: она дает почувствовать не только как вы похожи, но и до чего же вы разные.

// Друзья на всю жизнь?

Вы поклялись друг другу в вечной дружбе. Все, что с вами случается, случается всегда с обоими. Но даже если вы меняетесь вместе, вы не всегда меняетесь одинаково или с одинаковой скоростью. Вот почему рядом со старыми друзьями иногда чувствуешь себя особенно одиноким.

// Рассказывать друг другу все?

С лучшим другом можно поговорить о неприятностях в школе или о ссорах с родителями. Ему можно признаться в своих страхах, рассказать свои тайны и вообще говорить обо всем, о чем в семье рассказывать не будешь. Вы одного возраста, у вас одни и те же трудности. Вы задаетесь одними вопросами. Поэтому вы с ним так хорошо понимаете друг друга. Но даже если вы с ним как два пальца одной руки, это все же не означает, что ему нужно рассказывать буквально все. Бывают вещи, серьезные или не очень, которые лучше придержать при себе.

// Вытворять бог знает что

Вдвоем можно делать такое, чего в одиночку делать не будешь. Чего вы с ним только не вытворяли, как Гарри Поттер и Рон Уизли! А как здорово вместе пофантазировать! Какая у вас любимая мечта? Стать пиратами южных морей или забить два решающих гола на Кубке мира, когда уже все думали, что все пропало...



[illegible]

Так, все ли я взял, чтобы
пойти в гости к Толе?
Ракетница, колпач,
вешки, подробная карта...

Урааааа! Твой лучший друг собирается к тебе с девочкой. Твои родители согласны. Дома все вверх дном, — как во время праздника, и все так мило! Уже пора устроить лагерь в твоей комнате, приготовить лежбище другу и разворошить твою кровать. Ты сможешь показать ему свои сокровища — свою коллекцию комиксов, свои «смертельно опасные» игры, свои талисманы и... и все содержимое своего жесткого диска! И все это в пижамах! Жизнь прекрасна!

...или пойти в гости к нему?

В этот раз уже ты ночуешь у своего друга. И для начала вы устроите большую возню! Потом вы начнете потихоньку сплетничать. И это будет продолжаться долго после отбоя — пусть даже наутро вы еле продерете глаза. И потом, интересно же, как живут другие, правда? Ты откроешь для себя жизнь другой семьи — это как целая другая вселенная. Может быть, как раз поэтому у самых чувствительных щемит сердце перед сном. Очень странно засыпать в чужом доме... Некоторые поэтому даже и не любят ночевать у друзей. И в любом случае завтра будет приятно возвращаться домой!

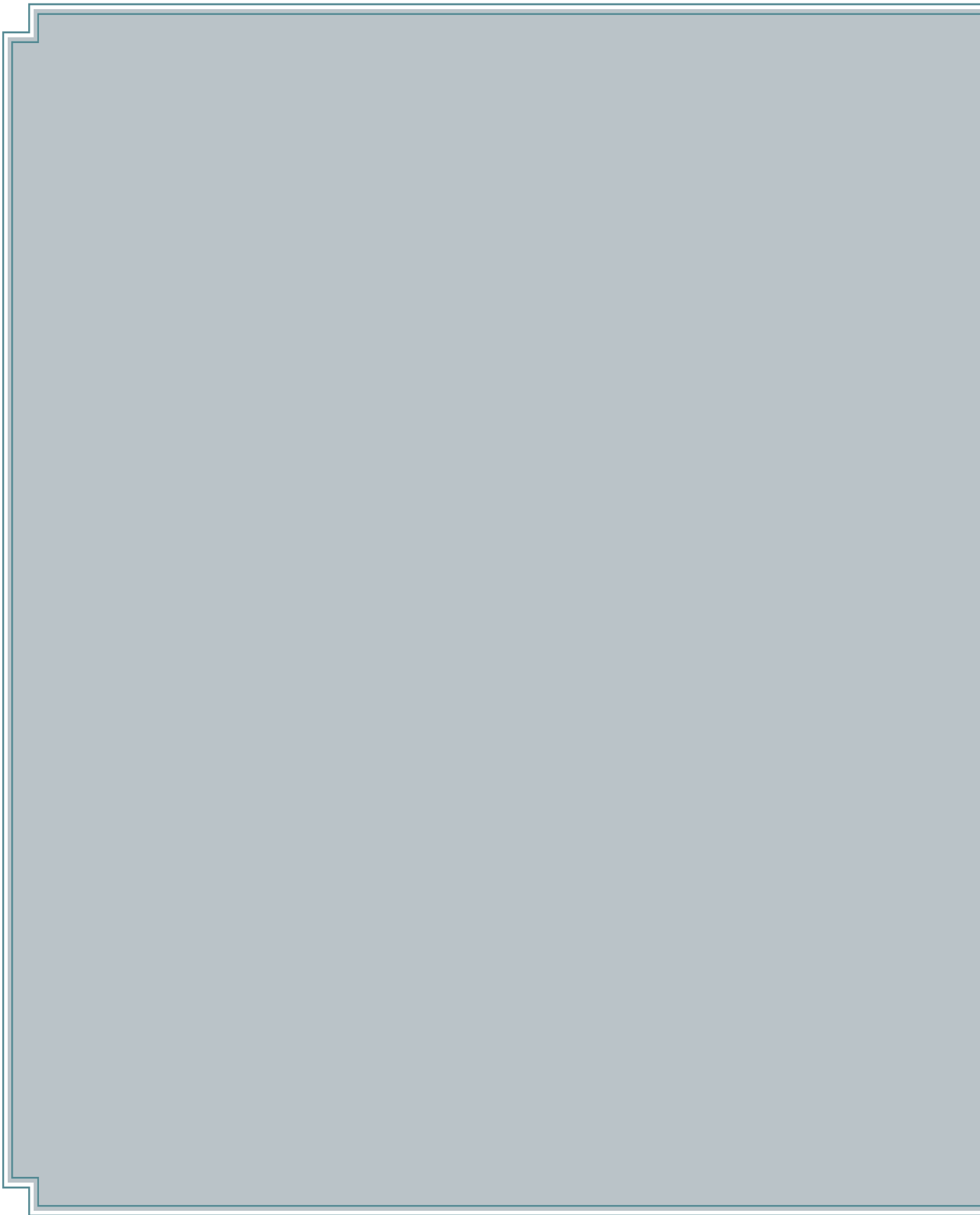
// Празднуем день рождения

Сегодня твой день рождения. Это имеено ТВОЙ день, самый важный из трехсот шестидесяти пяти дней в году... Раньше ты праздновал его в кругу семьи, но сегодня ты пригласил друзей. Что подадут на обед? Торт со свечами, блинчики, рулеты с «нутеллой», и вот самый важный момент — вручение подарков! И вокруг тебя твои друзья, — может быть, наряженные и осыпанные конфетти, а может быть, и нет, неважно, — и ты задуваешь свои восемь свечек... Что? Девять свечек? Десять? Одиннадцать? Двенадцать? В любом случае — happy birthday to you!

// Первый раз на праздник

Первый «выход в свет» — важное событие! Тебя пригласили на настоящий праздник. Ты сможешь как сумасшедший плясать под подборку. Может быть, ты даже пригласишь потанцевать девочку... или будешь угорать над тем, как выделяются твои приятели, танцующие. Если, конечно, не предпочтешь потрепаться в уголке или не начнешь изображать диджея. А для самых стеснительных это отличный повод послать свою застенчивость к чертям и влиться в компанию.





ВЫХОДНЫЕ и каникулы

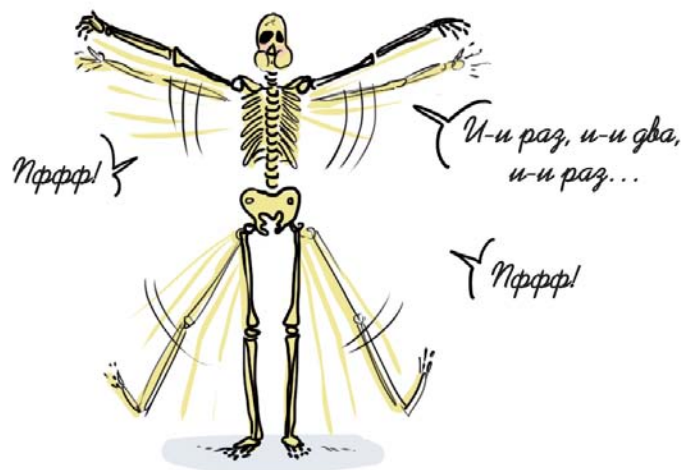


Да здравствует
безделье!

ДА ЗДРАВСТВУЕТ СПОРТ!

Что твоя сильная сторона — быстрота, сила, ловкость, выносливость?

Для каждого таланта найдутся виды спорта. Играть можно на любой поверхности (хоккей на траве или на льду, водное поло...), в одиночку или командой (например, в регби — всемером, втринадцатером, впятнадцатером...) Ну что, выбрал?



// Не люблю спорт

Носиться как сумасшедший за мячиком? Неинтересно! Еще меньше тебе нравится спорт по телевизору и ажиотаж болельщиков... Беда только в том, что ты чувствуешь себя исключенным из мира, который только о спорте и думает. Но не нужно стараться полюбить спорт только потому, что ты парень!

// Почему заниматься спортом здорово?

Потому что это весело! И потому что твоему телу нужен спорт — особенно если ты слишком любишь шоколад. Но спорт — это еще и искусство. Например, американский футбол — как партия в шахматы, где стратегию разрабатывают за недели до матча. И даже бокс — не просто драка. Что придает спорту вкус? Возможность хорошенько выложиться, чуточка военного духа и вкуса победы, и честная игра ради самоуважения...

// Какой вид спорта выбрать?

Футболом или плаванием заняться нетрудно. А вот играть в теннис уже несколько сложнее: нужно арендовать корт, а на ракетку «как у чемпиона» долго придется только облизываться. А если ты поклонник бейсбола или крикета, все еще более усложнится. А есть ли у редких видов преимущества? — Есть! Эти виды спорта так мало распространены у нас, что ты очень быстро окажешься в национальной сборной!

// Экстремальный спорт

Экстремальный спорт — это круто! Сильные ощущения гарантированы на все сто... Тебе нравится вкус опасности? Его нетрудно испытать, и для этого необязательно прыгать с парашютом. Серфинг, скейт, сплав по горным рекам, картинг или скалолазание... Все эти виды спорта дают чувство свободы. Но при этих играх с опасностью совершенно необходимо соблюдать технику безопасности.

// На ринге

Боевых искусств сотни. Но предупреждаем: драка в них не главное! Айкидо, например, — только искусство защиты. Искусства поединка, — например, бокс (французский, английский или тайский) более опасны. Не вздумай ими заниматься без защитной одежды! И хотя они и учат защищать себя, их цель прежде всего — контроль над собой и своим окружением.

// Спортивные состязания

Поиграть дома в баскетбол или в настольный теннис — это неплохо... но тебе хочется чего-нибудь посерьезнее! И потом, для спорта вроде гандбола или фехтования нужен спортзал. А заниматься спортом в клубе — это уже повод заниматься им всерьез и делать себе имя. Но участие в состязаниях требует серьезных усилий и дисциплины.



ФУТБОЛ, ФУТБОЛ, ФУТБОЛ!

*Кубок мира по футболу — величайшее спортивное событие планеты.
Ты и сам мечтаешь сравняться с Рибери и Бензема. Ты уже умеешь
обводить защитников и делать подкаты...*



// Форма

В форме спортсмены взбадривают себя перед матчем, в форме они обсуждают игру в перерывах между периодами, когда ведут в счете. В форме они торжествуют, если победили, или утешают себя, если проиграли... Короче говоря, командный дух начинается с формы.

// Где играть?

Чтобы играть в футбол, достаточно найти площадку...

И можно начинать пасы, обводки и передачи назад! Можно даже на пляже сыграть двое на двое... или набивать мяч ногой одному дома. Разве что родители могут быть недовольны, когда ты погасишь люстру ударом ноги по выключателю. А если ты мечтаешь о настоящих тренировках — найди себе клуб и команду, и вперед!

// Кто в команде важнее?

Когда вы играете в футбол с друзьями, у вас нет защитников и полузащитников — каждый из вас главный игрок! Но настоящая команда, чтобы выиграть, должна быть организована. Понятно, что каждому хочется быть центральным нападающим! Но для победы важен каждый на своем посту. Полузащитники перехватывают мяч и организуют контратаку. Нападающим, конечно, чаще удастся похвастаться... Но редко когда большинство забитых мячей на их счету.

// На свете есть не только футбол!

Футбол сегодня повсюду. Его «звезды» так разрекламированы, что каждый мечтает стать новым Зиданом. Но у тебя есть время подумать, прежде чем заняться им всерьез. Занимаясь только футболом, ты рискуешь пресытиться. И потом, — если любишь спорт, любишь ВСЕ его виды. Почему бы не заняться регби, к примеру? Время от времени вполне можно сменить круглый мяч на продолговатый и запустить его не в сетку, а над перекладиной!

// Мы их порвем!

Для состязания нужен состязательный дух. Твердить себе: «Мы самые сильные, мы победим!» нормально. Но не забывай, что спорт — это игра, а не война. Никаких грязных жестов или оскорблений судьи быть не должно!



Я ХУДОЖНИК!

Еще с тех времен, когда они расписывали стены своих пещер, люди испытывали потребность выразить свои чувства посредством искусства. Для него только и нужно, что немного умения и много желания...



// Электргитара или виолончель?

Ты любишь слушать музыку. И когда она звучит, ты начинаешь делать вид, что играешь — на гитаре, на барабанах, на клавишных... Ты даже воображаешь, как вы с друзьями создадите группу! Но как выбрать инструмент? — Не только исходя из того, какая музыка тебе нравится. Ты можешь любить рок — но находить удовольствие в игре на виолончели. В конце концов, играть на инструменте — это вроде спорта. Вспомни, как выглядят музыканты после концерта — мокрые от пота! Все зависит от выбранной манеры и от того, что ты хочешь выразить. Обрушить на слушателя ураган эмоций можно электрогитарой — а можно строгими звуками виолончели.

// Как быть с сольфеджио?

Можно заниматься на инструменте и одному — по нотам и самоучителям. Но те, кто решил заняться музыкой всерьез, посещают музыкальную школу или занимаются

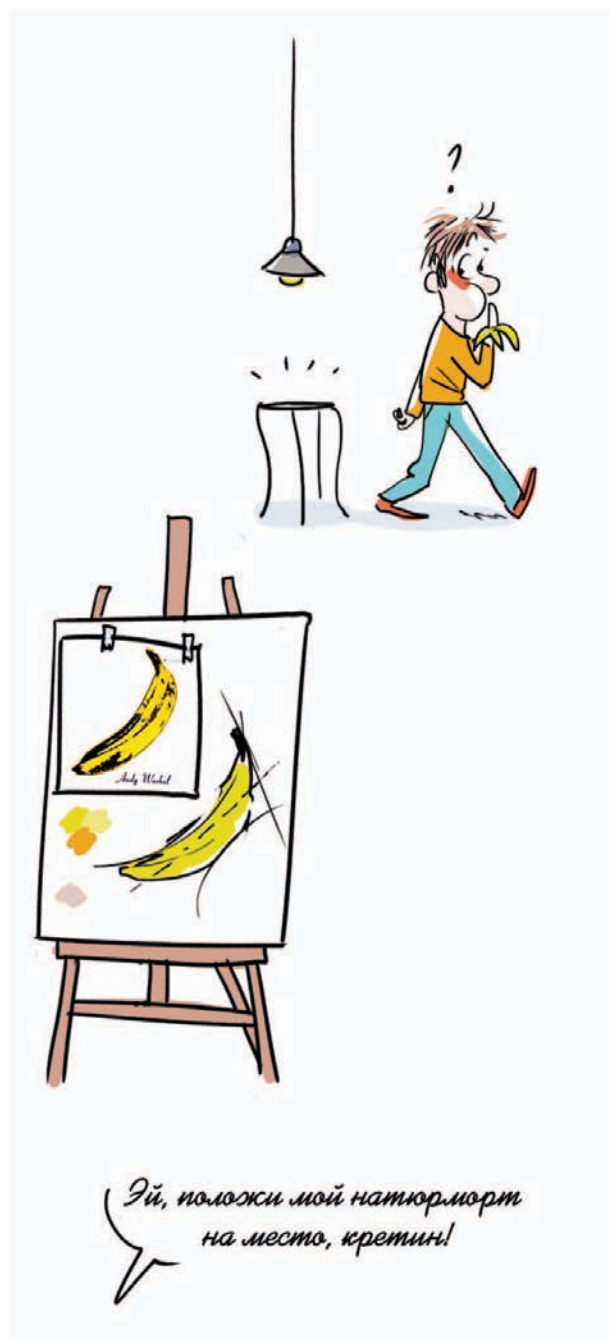
с преподавателем — в том числе и сольфеджио. Беда только в том, что все эти диезы при ключе и тридцать вторые ноты для тебя не проще египетских иероглифов. Так оно и есть: музыка немного похожа на иностранный язык. Чтобы читать партитуру с той же легкостью, с какой ты читаешь журнал, придется постараться. Но ведь оно сто́ит того?

// Рисуем

Ты неплохо рисуешь? Ты чувствуешь, как расположить фотокамеру, чтобы отобразить мир вокруг тебя. Ты беспрестанно делаешь наброски, ты несколькими чертами на полях тетради изображаешь своих приятелей и учителей. Но тебе следует совершенствовать технику, тебе надо поучиться рисовать углем, писать акварелью и маслом.

// Как научиться рисовать

- Держи глаза открытыми.
- Всегда носи с собой блокнот для зарисовок и карандаш.
- Начни с натюрмортов (с изображений предметов), прежде чем рисовать людей и животных.
- Не расстраивайся и не злись, когда учитель критикует твой рисунок. Его замечания укажут тебе путь к успехам!
- Смотри на картины великих художников. Они дадут тебе вдохновение: в графике и живописи совершенство достигается копированием.



КНИГА ИЛИ ЭКРАН?

У тебя под рукой телевизор, интернет, компьютер, комиксы, диски — даже выбрать трудно. Все интересно! Когда не нужно в школу, соскучиться невозможно...

// Приметы телемании

Между девятью и одиннадцатью годами ребенок проводит перед телевизором в среднем 13 часов в неделю. И правда — как оторваться от дивана, когда тут все эти фильмы, сериалы, передачи, футбольные матчи... Но помни: чтобы не пресытиться, смотреть телевизор лучше умеренно. Берегись несварения. Когда телевизора слишком много, может и поплохеть.



// Читать или не читать?

Ты не прочь иногда почитать комикс, но вот читать романы... Чтение требует покоя и сосредоточения, и ты часто предпочитаешь бездумно уставиться в экран, чем открывать книгу. Но на самом деле ничто не заменит воображаемого мира, встающего со страниц. Ты, кстати, замечал, что те, кто прочел «Властелина колец» или сагу о Гарри Поттере раньше, чем посмотрел кино, предпочитают книгу фильму? Странно, не так ли? Это потому, что читая книгу, ты сам творишь свою собственную вселенную.

// Интернет...

Главное достоинство интернета — в том, что выбираешь ты сам. Перед экраном компьютера ты хозяин — в отличие от телевизора. Тебе нужно сделать презентацию на какую-нибудь тему? Интернет — кладезь информации. Важно только суметь ее рассортировать.

...и его опасности

В интернете найдется все, что угодно. Ты встретишь там блоги отличных парней и уморительно смешные видеоролики... Но можешь нарваться и на сайты, которые отстаивают экстремистские идеи или содержат шокирующие изображения. На некоторых форумах можно «случайно встретить» взрослых, выдающих себя за твоих ровесников — и с весьма дурными намерениями. Не соглашайся, когда незнакомый тебе человек предложит встретиться, и не води с ним откровенных разговоров даже через компьютер. Если твои родители установили на компьютер «родительский контроль» — они хотят тебя уберечь от крупных неприятностей.

// Как найти нужный сайт?

- Вбиваем в поисковик ключевые слова, отобрав их как можно точнее.
- Поисковик предложит нам список сайтов, расположенных по порядку важности.
- Блоги и личные странички — менее надежный источник информации, чем официальные сайты.
- Найдя подходящий сайт, не копируй с него все подряд, иначе не миновать плохой оценки!



////////// Выходные и каникулы с. 68 //////////

// А я не знаю, чем заняться! Что делать?

Если на каникулах приходится сидеть дома, время, бывает, тянется очень медленно, а никаких определенных занятий нету. И иногда это очень здорово — как раз потому, что заняться нечем! Такие моменты тебе выпадают нечасто. Можно не только поскучать, но еще заодно и помечтать, что-нибудь сочинить... короче говоря, сделать что-то такое, что тебе даже в голову не приходило в гонке учебного года.

// Идем в поход?

Поход означает свободу! Это отдых в стиле рака-отшельника, который живет в раковине и носит свой дом на спине. Да, конечно, — спать удобнее в кровати. Но спать под открытым небом, под звездами — это же настоящее приключение, попробуй! Тебя ждут озноб в спальном мешке, кровавый бой с комарами и мурашки по всему телу при малейшем шорохе!



// Уроки на каникулах

На каникулах хочется зависнуть... в кровати, за столом или на пляже. Но иногда, даже в августе, надо и позаниматься. Особенно если у тебя трудности с математикой или орфографией. Неохота, как же неохота, когда на улице такое солнце... Лучше допуск к свободе, чем допуск в следующий класс! Но выдели себе всего полчаса повторения перед купанием... Не нужно пытаться выпить море — просто добавь капельку труда в огромный океан каникул!

ОТДЫХАЕМ С СЕМЬЕЙ

Отдых с семьей — иногда это возможность повидать новые места, но даже и в знакомых краях это способ узнать поближе бабушку с дедушкой, двоюродных братьев и сестер, дядюшек и тетюшек...

// У бабушки и дедушки

На каникулах ты можешь оказаться в доме твоих дедушки и бабушки. Это немножко и твой дом тоже... Тут у тебя может быть своя комната. Тебя тут балуют, как маленького — и это тебе нравится (а когда так делают родители, это тебя бесит!) А может быть, для тебя тут составили программу целого марафона: музеи, парк аттракционов, блинная, кино... В наши дни бабушки и дедушки бывают в отличной форме!



// С родителями

Когда отдыхаешь с родителями, они раскрываются с новой стороны. Они спокойнее и не так помешаны на правилах. Вы вместе смакуете дни свободы. Это время для всего, чего почти не случается в остальное время года: для долгих прогулок, поздних ужинов и споров до хрипоты...

// Двоюродные — дальние и близкие

Ты снова встретился с двоюродными братьями и сестрами! Хотя вы не видались несколько месяцев, теперь вы неразлучны целыми днями. И с той поры, как вы встретились, вы все делаете вместе: играете в пинг-понг, строите хижину, шепчетесь ночь напролет... А если твои двоюродные братья постарше тебя, им есть чему тебя поучить. Круто проводить время с «большими»! И хотя вы видите редко, всегда же есть электронная почта, телефон и старые добрые письма, не позволяющие забыть, что вы родня...

// Как устроить хижину

- Для начала — крыша. Экологичный стиль: сухой папоротник, ветки и дощечки. Профессиональный стиль: кусок брезента или полиэтиленовой пленки (достоинство: в дождь не протекает). Стиль «с миру по нитке»: гофрированный картон.
- Если хочется все сделать самому — можно ее построить между двух деревьев или, для любителей секретов, в роще. А если это необязательно... не попросить ли кого-нибудь из взрослых немножко помочь?
- Чтобы чувствовать себя как дома, можно внутри устроить что-нибудь вроде мебели. Притащить подушки и одеяла, устроить стол из картонного ящика и кресло из старого пня...
- Два-три правила безопасности: если ты используешь старые доски или что-нибудь вроде этого — убедись, что нет торчащих гвоздей. Не строй хижину у колючей ограды, у острых камней... или близ осинового гнезда! И ни в коем случае не разводи в ней костер!

// Строим хижину

Ты устроил себе хижину из веток в Шервудском лесу — недалеко от дома твоих родителей. Несколько деревяшек — и вот у тебя шалаш, нет, воздушный замок, и ты в нем барон! Или ты играешь в Маугли, а Балу изображает твоя верная собака... И на твою территорию нельзя входить без пароля!



В ЛАГЕРЕ?

Первые в жизни каникулы отдельно от родителей! В день отъезда ты, может быть, почувствуешь себя немного странно, прощаясь с ними у автобуса или на перроне... Это не страшно — главное потом до конца отдыха не скучать!

// Я не хочу в лагерь!

Поехать в лагерь должно быть мечтой, а не обязанностью. Нужно быть готовым к разлуке с семьей. Стеснительным детям и тем, кто не привык проводить время без родителей, может оказаться трудно влиться в коллектив. Они могут бояться, что их отвергнут или, хуже того, сделают предметом всеобщих насмешек. В то же время учти: нет лучшего способа научиться жить среди других людей.

// А что в лагере делают?

Ходят в походы, катаются на лыжах, плавают на байдарках, лазают по скалам... Бывают лагеря для серферов, бывает отдых среди животных для тех, кто любит природу... Выбирать тебе и твоим родителям. Но любой лагерь учит справляться с трудностями самому и считаться с другими.

// А трудно в лагере завести друзей?

Когда вы вместе проводите двадцать четыре часа в сутки, знакомиться проще. И потом, есть вечеринки, чтобы поплясать, и общие комнаты, чтобы поспорить... В лагере все происходит быстро. Все чувствуется сильнее. Дружба, соперничество... и влюбленность.

// А я буду скучать в лагере?

Соскучился по дому и родителям? Тебе немного одиноко... или наоборот, ты любишь иногда побыть в одиночестве. Иногда погрузиться — нормально, когда ты две-три

недели проводишь далеко от родных. Можешь поговорить об этом с вожатым или позвонить родителям. Но обычно это длится недолго. В конце концов ты и уезжать отсюда не захочешь!

// Я хочу в лагерь, а родители не пускают!

С той поры, как друзья рассказали тебе про лагерь, ты мечтаешь тоже туда поехать. Беда только в том, что родители не согласны: «Ты слишком маленький, тебе еще рано». Когда дети уезжают в лагерь, родители волнуются. Значит, роли поменялись: теперь твоя очередь их успокаивать!

// Советы, которые помогут тебе завести в лагере друзей

- Сделай первый шаг... стеснительным только того и нужно! А у крутых пацанов ты заслужишь уважение!
- При любых затруднениях задействуй свое чувство юмора: всегда всех веселить не каждому дано, но ты поможешь вожатому поднять всем настроение!
- Старайся быть полезным: помоги поднять парус тому, кто с этим не справляется, например. Или одолжи свою музыку, поделись плиткой шоколада... Увидишь: несколько таких жестов — и ты станешь очень популярным!



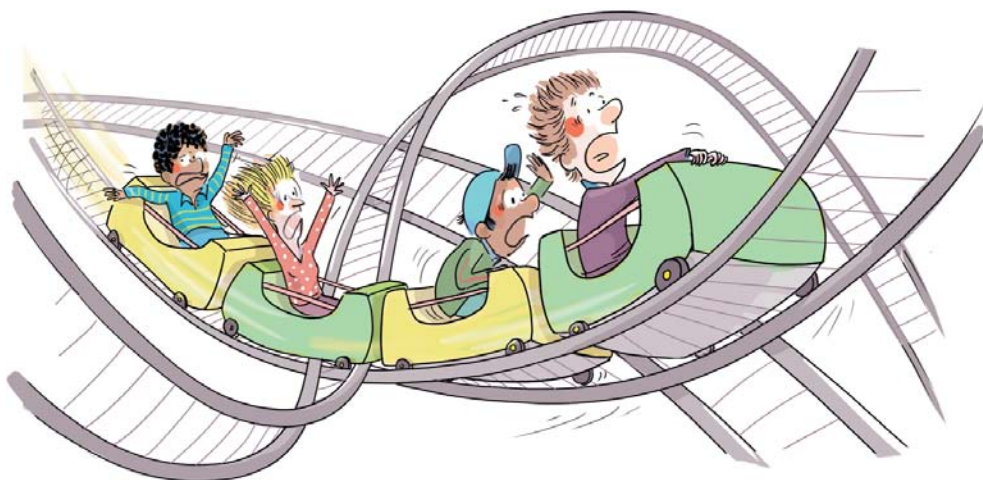


ЧУВСТВА и ощущения



МНЕ СТРАШНО!

Иногда тебе становится страшно настолько, что ты зеленеешь, бледнеешь, тебе кажется, что ты окаменел от шеи до пят...



// Играем в страх!

Все любят иногда немножко себя поугаать: острые ощущения украшают жизнь. Такие ощущения мы испытываем, катаясь на «американских горках» или содрогаясь в кино, глядя на монстров и суперзлодеев. И хотя известно, что герой победит, все равно дрожь пробирает!

// Боюсь плохих отметок, болезней, смерти...

Темноты ты уже не боишься. По крайней мере, просто темноты — потому что непроглядной ночью, в деревне... брр! Зато теперь у тебя полно других страхов. Некоторые из них удобные и даже уютные. А другие вынести труднее: таков страх, что кто-то, кого ты любишь, заболеет или умрет. Страх будущего, страх стать несчастным или нелюбимым... Но расти значит ставить перед собой множество вопросов. В том числе и вопросов пугающих — о себе, о других, о вселенной, о конце жизни... Ими задаются все! Уффф... Полегчало?

// Имеют ли мальчики право бояться?

Мальчики часто очень боятся самого страха. Или точнее, они боятся, что другие догадаются, что им страшно. Страх не нужно стыдиться. Страх необходим как сигнал опасности — и обычно он помогает ее избежать! Животное, которое ничего не боится, в саванне протянет недолго... Так что страх даже полезен!

// Что значит быть смелым?

Никто не хочет прослыть трусом, робким, боязливым или, того не легче, неженкой... Но быть смелым ни в коем случае не значит ни за что не признаваться, что тебе страшно. Это скорее значит владеть своим страхом, контролировать его, справляться с ним, как моряк — с ветром и приливами. Иногда больше смелости нужно, чтобы сказать, что думаешь, или подержать какие-то вещи, чем чтобы подражаться.

// Что такое фобии?

Фобиями называются неконтролируемые и нездоровые страхи. Клаустрофобия — боязнь закрытых помещений, арахнофобия — боязнь пауков, боязнь высоты, боязнь воды... От фобий очень трудно избавиться! В фильмах часто играют с этими страхами, составляя из них чудовищные коктейли: страх перед пауками, перед змеями, страх утонуть... Все это всегда пользуется успехом!

// Боюсь шпаны

Оказаться жертвой тех, кто больше и сильнее — очень болезненный опыт.

Остро ощущаешь свою беззащитность. Обычно шпана — настоящие трусы, потому и нападают стайей. И настоящей смелостью будет не драка — один маленький против пяти здоровых лбов. Смелее будет решиться поговорить об этом с учителями или с родителями.



СТЫДНО!

Кто из нас никогда не мечтал провалиться сквозь землю от стыда?

*Шутка, которая никого не рассмешила, разоблаченная ложь,
раздражающая глупость, разнесенные по всему свету секреты...*

Стыд охватывает всегда в худшие минуты!



// Стыд или стеснительность?

Ты краснеешь, как помидор,
когда тебя спрашивают
во время урока...

И краснеешь еще больше,
когда тебе улыбается
самая хорошенькая
девочка в классе.

Это стеснительность.

Ты недостаточно уверен
в себе на людях: сделай
глубокий вдох и соберись!

Это не стыд; стыд — это когда
хотел бы что-то скрыть,
да не можешь.

// «Я часто вру»

Бывает, что привираешь, чтобы облегчить себе жизнь; бывает, что выдумываешь и преувеличиваешь просто так, чтобы впечатлить друзей. Бывают индейские хитрости, — чтобы не наказали родители или учителя... Когда все эти мелкие обманы открываются, до чего же бывает стыдно за свои выдумки! И даже когда вранье сходит с рук, ты не очень-то горд собой! Это даже если забудем, что чем чаще ты врешь, тем меньше тебе верят. Ну что, клянешься говорить правду, всю правду и ничего, кроме правды?

// «Я сделал глупость»

Одна промашка — и целая драма! Ты расколотил в мелкие дребезги ценный предмет. Или хуже — ты нечаянно сделал гадость своему другу. А бывают еще и глупости, сделанные нарочно. В результате стыда еще больше, а тебе еще более одиноко. Чтобы избежать самых тяжких ошибок, запомни: признаться в глупости — первый шаг к прощению!

// «Стыдно ли плакать?»

Ты, может быть, слышал: «Мальчики не плачут!» А если грустно, а если все плохо? У мальчика есть право погрузиться без того, чтобы его объявили слабаком. Расплакаться — часто лучший способ выразить боль или гнев... и избавиться от них.

// «Не люблю, чтобы меня видели голым!»

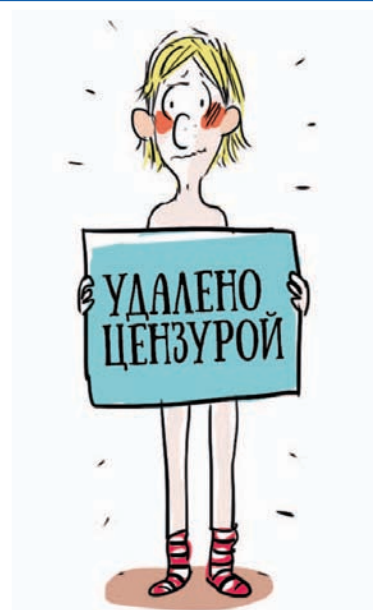
Тебе не нравится, когда родители врываются к тебе в ванную. Ты не любишь раздеваться при друзьях в спортзале или в бассейне. Оберегать свою интимность — нормально.

// «Я стыжусь своих родителей»

Ох уж эти родители! Хочется провалиться, когда мама тебя обнимает при посторонних! Твое дело — сказать ей об этом. Она немного расстроится, но зато больше не будет звать тебя «лапочкой» при твоих друзьях!

// «Мне показали письку»

К сожалению, бывают больные взрослые, которые показывают посторонним свои половые органы. К еще большему сожалению, эти взрослые, которые называются «эксгибиционисты», часто выбирают своих жертв среди детей. Знаешь ли ты, что за такое наказывают по закону? Если такое случилось с тобой, ты можешь испытывать стыд, хотя ты тут совершенно ни при чем. Поговори об этом с родителями.



ЧТО Я ЛЮБЛЮ

Мы все лучше понимаем, что ты любишь, а что нет.

Это называется «индивидуальность»! Твои вкусы рассказывают тебе, кто ты.

// Люблю, нравится, обожаю...

Любовь не измерить... Но все-таки! «Немножко», «очень», «страстно», «безумно»... Степеней не счесть. Даже с друзьями так! У тебя, наверное, есть лучший друг, и второй лучший друг — и как бы даже не двенадцатый... То же самое с фильмами или дисками. Про одни ты говоришь «неплохо», про другие — «здорово», про третьи — «полный улет». А какой у тебя список лучших фильмов всех времен? А десять любимых песен? А десять любимых блюд?



// Что значит «любить»?

Словом «любить» называют очень разные чувства. Есть же разница между любовью к жареной картошке, к маме, к твоему лучшему другу Матвею... или к хорошенькой Саше! Но в сущности, любовь всегда связана с влечением, притяжением, магнетизмом. Магнетизмом, притягивающим к определенным вещам — и прежде всего к определенным людям...

// Все ли можно разделить?

Множество вещей можно разделить с тем, кого любишь: увлечения, игры, одежду, время... Но есть вещи, которые делить **СОВЕРШЕННО** не хочется: зубную щетку, например! Или девочку, которая нравится! Или самые сокровенные тайны... Это — только для одного!

// «Ты мне не нравишься!»

Нельзя же всех любить! Ты совершенно прав, когда не желаешь общаться с некоторыми. Особенно с теми, кто, на твой взгляд, ведет себя недостойно: от них не дождешься помощи, они заносчивы, агрессивны, вспыльчивы... и ты отказываешься водить с ними дружбу. Но бывает, что не знаешь, за что ты кого-нибудь невзлюбил. Просто тебе не нравится, как он одевается или выглядит... Это куда менее оправдано, и так и вправду можно обидеть.

// Когда сказали «нет» — терпи!

Неприятно, когда предложишь что-нибудь — дружбу, приглашение, подарок, — а это отвергают. Потерпи — такова уж жизнь! И так будет все время... Нельзя прожить среди других, не научившись сносить отказы. И потом, ты же и сам время от времени говоришь «нет». Разве нет?

// У каждого свои вкусы!

Вкусы даны от природы, — это, конечно, так. Но отделаться от сегодняшних поветрий, от «тенденций», от «моды» не всегда просто. Бывают модные штуки, которые все считают себя обязанными любить, и немодные, которые любят тайком... Но в один прекрасный день они становятся модными! И во всяком случае не стоит стыдиться своих вкусов. Ты имеешь полное право предпочитать Моцарта модному аренби, а романтические комедии — фильмам ужасов! Долой одинаковость!



ВО ЧТО Я ВЕРЮ

Верить в небывлицы, верить в НЛО, верить в Бога, или просто верить в свою счастливую звезду... Вещей, в которые верят, великое множество. Так нужно ли верить? И в кого? И как?

// Есть ли жизнь после смерти?

Рассказы о привидениях, о перевоплощении, о рае и вечной жизни... Очень трудно признать, что жизнь кончается со смертью. Когда ты счастлив, хочется, чтобы так было всегда. Когда ты несчастлив, хочется, чтобы потом была другая, счастливая жизнь. Надежда на загробную жизнь всегда жила в человеческом сердце, как обещание вечного счастья!



// Что значит «верить»?

Верить — значит быть убежденным в некоторых вещах... не имея им доказательств. Когда мы верим в Бога, когда мы верим в кого-то, мы им доверяем. Но вера может обернуться и суеверием, предрассудками. Когда, например, верят, что небо упадет на голову, или что черные кошки приносят несчастье. Иногда верят потому, что знают мало. А иногда верят потому, что знают: разум и наука не на все могут ответить.

// А если это неправда?

Когда верил чему-то или кому-то, а потом оказалось, что зря, — хуже ничего не бывает. Чувствуешь, что тебя предали. Но бывает и так, что проверить нельзя. Никто не может доказать, что Бог существует — или что его нет. Вот почему знаменитый философ Паскаль говорил, что вера в Бога — это что-то вроде пари. Это и есть религия... Иногда сто́ит поверить, чтобы добиться успеха — даже если есть риск обмануться.

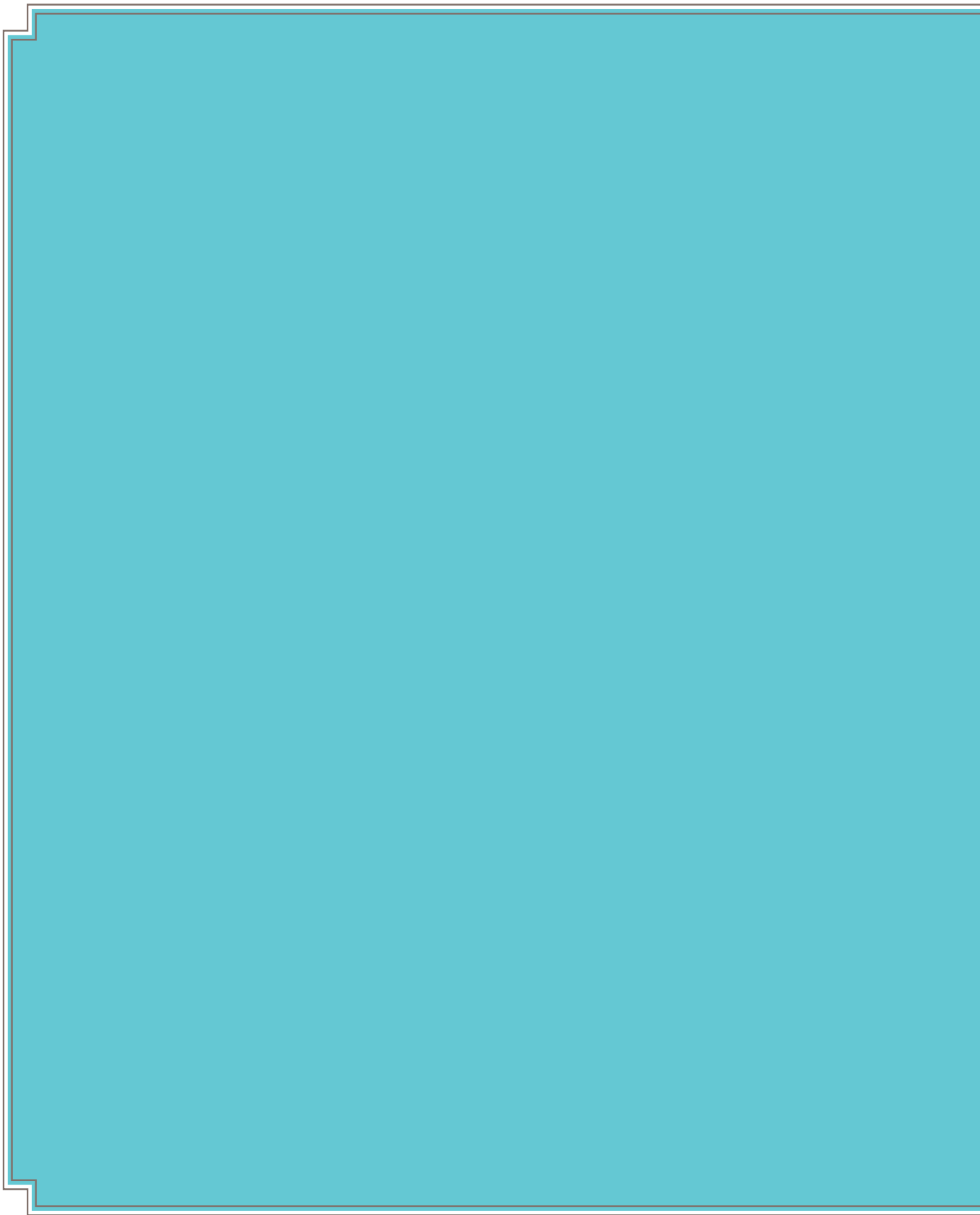
// Можно ли ни во что не верить?

Те, кто не верят в Бога, называются атеистами. Те, кто сомневается в его существовании или просто не особенно над этим задумываются, называются агностиками. Но нельзя сказать, что атеисты и агностики ни во что не верят. Они могут верить в справедливость, в любовь... Без веры, без убеждений жить нельзя.



// Великие религии

Есть три великих монотеистических религии — то есть таких, которые провозглашают существование единого Бога. В порядке появления в истории это иудаизм, христианство и ислам. Есть также религии, которые утверждают существование множества богов — политеистические, как, например, индуизм в Индии. В других религиях вообще нет понятия о Боге, — таков буддизм, который практикует большинство китайцев. А в некоторых областях Африки и у индейцев Америки распространен анимизм, — вера в то, что все вещи и природные явления — вместилища духов.



ПРАВА и обязанности



А теперь у тебя
есть право выиграть,
что ты обязан!

Иди, иди,
успокойся...

МОИ ПРАВА

Чтобы жить в обществе счастливо и свободно, каждому нужны права и обязанности. Декларация прав человека и Конституция гарантируют тебе уважение, положенное всякому человеку. Но есть еще и Декларация прав ребенка, которая гарантирует тебе уважение, полагающееся твоему возрасту!



// Защита и образование

Все дети имеют право получить образование, потому что образование — лучший способ стать ответственным гражданином и получить профессию. В России среднее образование бесплатно и обязательно для детей до 16 лет. Дети должны соблюдать определенные правила... например, ходить в школу каждый день и приходить утром вовремя.

Дети имеют право на защиту со стороны родителей, родственников, учителей, — а также судей, полицейских, социальных работников, педиатров...

// Право играть и быть беззаботным

Не так уж давно дети работали с очень раннего возраста, чтобы помочь родителям. Некоторых отправляли в поля или на фабрику с восьми лет! Сегодня в России детский труд запрещен. В других странах, особенно в бедных, это не так — там у детей не остается времени на игры и беззаботность...



// Инвалидность

Инвалиды страдают увечьями или заболеваниями, которые сильно усложняют повседневную жизнь. Одни инвалиды с детства, другие стали такими из-за несчастных случаев. Бывает инвалидность физическая — таковы слепые, глухонемые или парализованные. А бывает умственная — таковы аутисты или страдающие болезнью Дауна. На них бывает иногда трудно смотреть, «странные они...» — Нет, просто другие. Декларация прав ребенка требует, чтобы правительства особенно заботились о детях-инвалидах: им нужно дать образование и помочь их семьям сделать жизнь инвалида и свою более достойной.

// Алло, ребенок в опасности!

В России существует телефонный номер для детей, находящихся в опасности — 112. По нему можно позвонить круглосуточно, и трубку снимет взрослый. Его профессия — выслушать ребенка и помочь ему. Ты можешь позвонить по этому номеру, когда с тобой что-нибудь случилось, или если ты знаешь, что другому ребенку что-нибудь грозит.

// Что такое «злоупотребление»?

Ребенок может оказаться жертвой дурного обращения всякого рода со стороны окружающих взрослых: физического насилия, сексуального насилия, унижений, оскорблений, а также недостатка любви, внимания, помощи... Жертвы часто стесняются рассказать правду, потому что боятся, что их накажут и что им не поверят. Но все перечисленные действия — это НАСИЛИЕ, караемое законом. Даже если это сделал кто-то, кого ты любишь, даже если это кто-то, кого ты боишься потерять, об этом надо сообщить. Своим родным, взрослым в школе, учителям, школьной медсестре или социальному работнику.



// Что такое «педофилия»?

Педофилия — сексуальное влечение взрослого к детям, — девочкам или мальчикам. Педофил — взрослый, принуждающий ребенка к сексуальному контакту. Педофилия может выражаться также через изображения или через интернет (будь осторожен на форумах).

Иногда педофилом оказывается кто-нибудь, кому ребенок доверяет — преподаватель, аниматор, священник, сосед или член семьи. Педофил может действовать силой, а может уговорами. В любом случае это очень тяжкое преступление: взрослый не имеет права иметь сексуальную связь с ребенком или подростком младше 18 лет, даже если он действовал убеждением. Сексуальные действия по закону считаются актами агрессии и наказываются минимум 7 годами тюрьмы. Насилие же наказывается двадцатью годами.



// Что делать?

Жертвы сексуального насилия часто стыдятся того, что с ними произошло.

Но этому нет никаких причин: единственный кто виноват — педофил. Он использует уязвимость ребенка, его неспособность защититься и понять, что с ним происходит.

Поэтому очень важно, чтобы ребенок мог сказать НЕТ и тут же рассказать обо всем взрослым. Ты видел, как с ребенком плохо обращались? Ты был свидетелем актов насилия над ребенком?

Расскажи об этом взрослым. Ты имеешь право рассказать, что ты видел, потому что ребенок имеет право на защиту.

ВСЕ РАВНЫ?

Много лет мужчины и женщины борются за мир, где все люди были бы равны. Ты тоже можешь на свой лад выразить свои убеждения по этому поводу — дома, в классе, на улице...

Пока, дорогая — я только прогуляю животных...



// Что такое «расизм»?

Расизм — преступление, караемое законом. Расисты верят, что люди с другим цветом кожи или с другой культурой стоят ниже их. Из-за этих идей угнетали и эксплуатировали целые народы. А между тем наука доказала, что рас вообще не существует. Между чернокожими и белыми разница не больше, чем между брюнетами и блондинами!

// Равны только в правах...

Всеобщая декларация прав человека и гражданина, принятая в 1789 году, объявила, что «все люди рождаются свободными и равными в правах». Хотя люди различаются цветом кожи, например, или богатством, все обладают равным достоинством.

Посмотрев по сторонам, трудно поверить, что все кругом равны! Наверняка некоторых твоих друзей балуют больше, чем тебя... или, наоборот, меньше. Некоторые родители строго следят за своими детьми, другие нет. У некоторых родителей есть деньги, чтобы обеспечить детям игрушки, книги, путешествия, а у других нет. К счастью, чтобы всем предоставить равные шансы в жизни, существует школа!

// Равенство — всегда новость

Афины, V век до Р.Х.: греки, люди высочайшей цивилизации, властвовали над рабами, объявив их равными... животным! Южная Америка, XVI век: священник Лас Казас убеждал испанских колонистов, что у индейцев так же, как у белых, есть бессмертные души. Нацистский режим, 1940: евреев, объявленных «недочеловеками», травили и убивали. Примеры можно продолжать. Увы, равенство никогда не бывает очевидным и само собой разумеющимся!

// А женщины?

Во многих уголках мира женщин до сих пор воспринимают как подчиненные существа. Сейчас они обладают в точности теми же правами, что и мужчины. Но право голосовать они получили только в 1945 году, и борьба еще не закончена! Женщинам до сих пор платят меньше, чем мужчинам — значит, равного права на труд еще нет. И командные посты мужчины тоже не спешат уступать!

// Что такое рабство?

Превратить человека в раба значит лишить его свободы и обязать работать бесплатно. В древности 80% жителей Рима были рабами, которых продавали и покупали на рынках. С XVI века миллионы африканцев вывезли в Америку и продали как рабов. Франция отменила рабство в 1848 году, а сегодня оно запрещено во всем мире. К сожалению, правда, и сейчас есть люди, с которыми обращаются как с рабами.



ЗАЧЕМ НУЖНА ВЕЖЛИВОСТЬ?

Представь себе мир, где никто никогда не говорит
«здравствуйте — спасибо — простите — пожалуйста —
до свидания — всего хорошего». Здравствуй, жизнь в обществе!

// Что такое вежливость?

Вежливость — набор правил, соблюдение которых привлекает внимание и уважение к другим.

Знаешь ли ты, что в японском для вежливого разговора существует что-то вроде особого языка? В русском проще: мы говорим «ты» близким людям, «вы» — малознакомым... Но чтобы быть вежливым, вовсе не нужно учить наизусть учебник хороших манер! Нужно просто обращаться с другими так, как хочешь, чтобы обращались с тобой...

// Мистер Вежливый и мистер Грубиян

- На улице

— Мистер Вежливый развернуто извиняется, если он кого-нибудь случайно толкнул. Мистер Грубиян в этом случае даже не повернется — несомненно, потому что слов «извините» и «виноват» он вообще не знает. Уважение к другим? Не слыхал!

— Входя в магазин, мистер Вежливый придерживает дверь идущим позади и спокойно дожидается на кассе

// Оскорбления

своей очереди. Мистер Грубиян расталкивает остальных покупателей, проходит без очереди и бьет всем по ногам своей тележкой с покупками.

- Милая подробность: похоже, мистер Грубиян не знает разницы между общественным туалетом, мусорной корзиной и улицей, где он оставляет за собой плевки и выброшенную жвачку (вот дрянь!).

• В транспорте

- Мистер Грубиян навязывает свои вкусы всем подряд, включая громко музыку на своем телефоне или портативном приемнике. Мистер Вежливый не пытается изображать в метро диск-жокея: он слушает свои mp3 в наушниках.
- Когда ему звонят с незнакомого номера, мистер Вежливый для начала представляется, а мистер Грубиян вопит в трубку: «Это кто?»
- Мистер Грубиян в час пик и не подумает встать со своего сиденья. Бедные пожилые люди и беременные женщины! Хорошо, что мистер Вежливый тоже тут — он и предлагает им свое место.

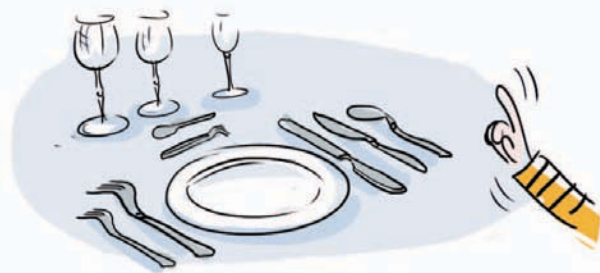
• За столом

- Мистер Вежливый сидит прямо, кисти рук на столе, салфетка на коленях. И конечно, он не начинает есть, пока не начнут другие, и не выходит из-за стола, пока не кончена трапеза.
- Мистер Грубиян набрасывается на еду, не дожидаясь остальных. Каждый кусок и каждый глоток у него сопровождается чавканьем и хлюпанием. Это, впрочем, не мешает ему разговаривать с набитым ртом.

// Ругательства

Иногда хорошенько выругаться бывает большим облегчением! Но ругательства бывают разные. Бывает блин, а бывает му... Да что там, (вырезано цензурой), бывают такие слова, которых еще пока не придумали! Слова такого сорта не стоит употреблять на письме, их не произносят при родителях, и тем более при учителях. Короче говоря, пользоваться ими надо умеренно.

*Я забыл: мобильник
кладут справа
от тарелки
или слева?*



SOS! ПЛАНЕТА В ОПАСНОСТИ!

Климат на Земле быстро теплеет, дыра в озоновом слое растет, море становится все более грязным, животные вымирают, леса вырубают...

Наша планета нуждается в защите, и мы все за нее в ответе!

// Надо ли спасать волков и медведей?

Борьба за спасение животных, находящихся на грани исчезновения, проходит совсем рядом с тобой. Сегодня пытаются вновь расселить медведей и волков в горах Франции, где охотники их истребили. Но поскольку новые поселенцы иногда норовят задрать козу или овцу, животноводы недовольны, хотя убытки им и возмещают. Так смогут ли человек, медведь и волк снова жить вместе?



// Поступки, спасающие планету

— Товарищ Эколо не дает воде литься из крана зря, не переводит понапрасну бумагу и электричество. Товарищ Данунафиг как будто отчаянно борется со свирепой засухой! Он никогда не выключает компьютер и телевизор и не гасит свет, уходя из комнаты. Знаешь ли ты, что если бы все европейцы не оставляли свои устройства включенными, когда ими не пользуются, это позволило бы закрыть шесть ядерных электростанций?

- Данунафиг мусорит на улице. Эколо знает, что брошенное на землю потом попадает в ручьи и реки, засоряя их. 120 миллионов пластиковых пакетов загрязняют французские берега, — больше всего это вредит рыбам.
- Данунафиг оставляет пакетики от чипсов и консервные банки после пикника в лесу или отдыха у реки. Вот будут рады те, кто после него придет отдохнуть на природе!
- Эколо уважает охраняемые места. Прогуливаясь на природе, он идет по размеченным дорожкам, чтобы не нарушить важные мелочи — нору животного или редкое растение, которое можно растоптать, даже не заметив. Данунафиг прет напрямик, невзирая на ограждения, поставленные, чтобы защитить растения.



// Что такое **раздельный сбор отходов?**

Раздельный сбор отходов — гражданская акция, позволяющая отобрать часть мусора для переработки. Если бы его не перерабатывали, мы жили бы в огромной помойке! Фууу!

Чего **нельзя** перерабатывать:

- пластиковые пакеты;
- батарейки;
- просроченные медикаменты.

Что **можно** перерабатывать:

- упаковки из фольги, бумаги и картона;
- стеклянные бутылки;
- консервные банки;
- газеты, бумагу.

Знаешь ли ты, что на изготовление велосипеда уходит шестьсот семьдесят переработанных жестянок от напитков, а на изготовление автомобиля — девятнадцать тысяч консервных банок?

БЕЗОПАСНОСТЬ

Ты делаешь все больше и больше разных вещей самостоятельно, без родителей, и теперь ты, а не они, отвечаешь за свою жизнь.

Вот несколько полезных правил и маленьких советов...



// Правила дорожного движения

Происшествия на дороге — одна из главных причин тяжелых увечий и гибели людей, — и особенно детей. Поэтому даже если водительские права тебе получать еще не скоро, уже пора заранее заучить некоторые элементарные правила...

- До 10 лет ты не имеешь права ездить на переднем сиденье автомобиля.
- В любом случае, на заднем или переднем сиденье, ты должен пристегнуться.

— Если водитель вдруг вообразил себя пилотом «Формулы-1», — смело скажи ему, что существуют ограничения скорости!

// В бассейне

Поплывать в бассейне одному удастся редко. Обычно там плавают уйма народу! И даже в присутствии опытных ныряльщиков при таком скоплении народу может произойти несчастный случай. Поэтому не ввязываясь в дебильные выходки и сумасшедшие пари. Не нужно «в шутку» заставлять друга нахлебаться воды, не надо подплывать под ним или пытаться продержаться под водой десять минут!

// Пешком

Излишне напоминать, что ты должен ждать зеленого сигнала светофора, чтобы перейти оживленную трассу. На пешеходном переходе автомобили должны тебе уступить дорогу, но... водители не всегда соблюдают правила дорожного движения. Проверь, чтобы они тебя видели перед тем, как идти через дорогу.

// На велосипеде

В городах сейчас становится все больше велосипедных дорожек, по которым не должны двигаться ни автомобили, ни пешеходы. Но и те, и другие норовят вообще забывать о существовании велосипедистов! Поэтому надо быть вдвойне осторожным... Не едь на красный свет и под запрещающие знаки, сигнализируй рукой, что поворачиваешь, ночью включай полный свет и надевай отражающую свет одежду, чтобы быть заметным.

// На роликах

Треть всех несчастных случаев с роллерами происходит во время первого месяца обучения!

Поэтому прежде чем ездить по тротуарам, разучи сперва минимум два способа тормозить и вообще контролировать свою скорость и траекторию. На роликах ты считаешься обычным пешеходом, и передвигаться по велосипедным дорожкам не имеешь права. Не забудь проверить, работают ли тормоза, надень защитную экипировку: наколенники, налокотники, шлем и перчатки.





МЕЧТАЕМ @ Судимеем



Я ФАНАТ...

Быть фанатом означает обожать, копировать, изображать, восхищаться, коллекционировать... Добро пожаловать на планету фанатов!



// Папарацци

Папарацци — это фотографии, отслеживающие знаменитостей, а потом продающие их фотографии прессе. Папарацци — кошмар знаменитостей (например, принцесса Диана погибла в автокатастрофе, сбегая от фотографов)... а иногда и их союзники. «Звезды» часто не упускают случая использовать папарацци, чтобы лишний раз напомнить о себе.

// Что значит «кумир»?

Кумиром, или идолом, называли изображение божества — особенно статую или фигурку. Сегодня вместо богов — знаменитости. Вокруг них создают настоящий культ — плакаты на стенах, коллекции автографов, обрывки рубашки, которым дорожат, как реликвией святого... А сколько раз Зизу объявляли «спасителем» или даже «мессией» французской сборной? Да ведь и у тебя тоже есть

кумир, не так ли? Ты знаешь его биографию как свои пять пальцев, с тобой бесполезно спорить обо всем, что касается его вкусов, его словечек, посвященных ему мест... Ты разыскиваешь информацию о нем в интернете и по журналам. Ты просто ненасытен!

// В мире «звезд»...

Знаменитости, как и настоящие звезды, блестят и гаснут у нас над головами, отделенные от нашего мира целыми световыми годами. Как и настоящие звезды, они недостижимы и заставляют мечтать. «Звездами» сперва стали называть голливудских актеров, а сегодня в галактике шоу-бизнеса звезд столько же, сколько на небе — звезды-музыканты, звезды-спортсмены, звезды «голубого экрана»... Но их жизнь не всегда столь безоблачна, как кажется. Есть и другая сторона монеты — обязанности, разъезды, стресс и слишком мало времени на личную жизнь.

// Подражать своим кумирам

Поклонники часто настолько ассоциируют себя со своим кумиром, что делают себе такие же прически и носят такую же одежду, как обожаемая «звезда». Бизнесменам это прекрасно известно: они используют актеров и спортсменов, чтобы их продукцию лучше покупали. Но подражать своему кумиру не значит только копировать его внешне. Можно же вдохновиться чертами его характера — находчивостью, целеустремленностью, упорством...



ЛЮБИМЫЕ ГЕРОИ КНИГ И ФИЛЬМОВ

Некоторых героев книги так любят, что дарят им вторую жизнь.

Со страниц они переходят на экран...



// Геракл

Сын Зевса, царя богов (с вашего позволения!) и смертной женщины, Геракл получил вполне неплохие стартовые условия в жизни — даже при том, что его собственный отец наслал ядовитых змей, чтобы они убили младенца в колыбели. Но младенец-Геракл задушил их голыми руками! Потом он прославился, выполнив двенадцать невыполнимых поручений. Но этот рыцарь без страха не был рыцарем без упрека. Он даже убил своего учителя музыки, ударив его лирой! Для греков важна была только слава, и легенда о Геракле живет до сих пор.

// Жан Вальжан

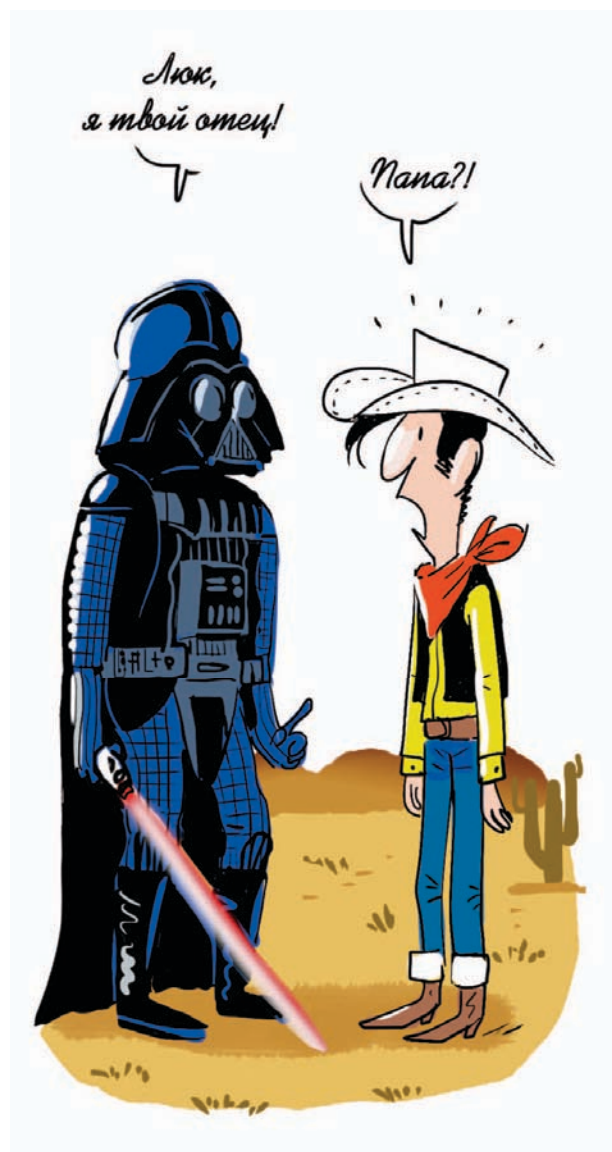
Герой романа Виктора Гюго «Отверженные» попал в тюрьму за то, что украл кусок хлеба. Из тюрьмы бежал, был пойман, снова бежал и снова попался. Отсидев девятнадцать лет, он вышел на свободу, но его всюду преследует неумолимый инспектор Жавер. Жан Вальжан — вечный мятежник, популярный герой, вся жизнь которого посвящена борьбе с несправедливостью.

// Дарт Вейдер

В «Звездных войнах» Дарт Вейдер символизирует темную сторону героизма. В двух первых эпизодах он на 100% ужасен, — за что его и любят, — а дальше становится более человечным... Вплоть до того, что перед смертью снимает свою маску-респиратор. Он главный герой второго эпизода трилогии, который кончается тем, что Энекин Скайвокер впервые надевает черную маску Дарта Вейдера. Круг замкнулся!

// Человек-паук

Прежде чем стать Человеком-пауком, Питер Паркер был не очень уверенным в себе студентом, над которым потешались товарищи. В один прекрасный день его укусила радиоактивный паук. И все перевернулось! Он получил сверхспособности — нечеловеческую силу и ловкость и «шестое чувство». Получеловек-полупаук, он тянет паутину от здания к зданию, чтобы сражаться с супер-злодеями. Человек-паук, Спайдермен, тайная защита слабых и угнетенных!





// Титёф

Самый популярный блондин в комиксах и любимый герой школьников (после Астерикса). Наверное, потому что он задается теми же вопросами, что и мальчики его возраста... и потому что не боится называть пипиську пиписькой! Ты с восторгом читаешь о бесконечных глупостях Титёфа и обожаешь его, потому что он немного похож на тебя... Правда, чувак?

// Гарри Поттер

Этот маленький волшебник в очках покорила весь мир. Он наделен сверхспособностями, играет в квиддич, летает на метле и борется со злыми духами. Но при этом Гарри живет примерно так, как любой подросток в любой школе мира... Даже если Хогвартс и не похож на обычную школу!



ЛЮБИМЫЕ ГЕРОИ В ИСТОРИИ

Пять портретов. Пять судеб. Пять миров, вошедших в историю.

// Ганнибал

Ганнибал был великим карфагенским полководцем, который жил за двести лет до нашей эры и пошел воевать с Римом. Он решил идти через заснеженные вершины Пиренеев и Альп... со своими слонами! Вообрази их тяжелую поступь на крутых склонах, в снегу и холоде! Невероятно, но факт: в конце концов его толстокожие воины растоптали римские армии.



// Жанна д'Арк

Почти как в сказке, Жанна д'Арк была юной девушкой и пасла овец. В то время, в XV веке, часть Франции была оккупирована англичанами. Однажды Жанна во время молитвы услышала, что Бог велит ей освободить Орлеан, находившийся в руках захватчиков. Сказано — сделано: в шестнадцатилетнем возрасте Жанна д'Арк, вопреки всем запретам, оделась как мужчина и предстала перед королем! Она возглавила армию. И она, никогда раньше не державшая оружия, освободила Орлеан... Хэппи-енд? О нет. Кончилось все тем, что она попала в плен к англичанам и в девятнадцатилетнем возрасте была сожжена. С тех пор вокруг той, кого прозвали Орлеанской девой, возник настоящий культ.

// Рембо

Артюрь Рембо, с разметанными ветром непокорными прядями волос, — воплощение поэзии. Этот сбежавший из дому подросток написал все свои стихи, из которых самые известные собраны в книгах «Одно лето в аду» и «Озарения», к двадцати годам. Потом он служил в армии, уехал в Индонезию, пересек пешком Европу и умер, торгуя оружием в Эфиопии. Вот как он описывал свою богемную жизнь: «Я сыпал рифмами, как зернами весной, А ночи проводил в отеле «Под луной».

*Трех... нет,
трехтысячезвездная
гостиница! Классно!*

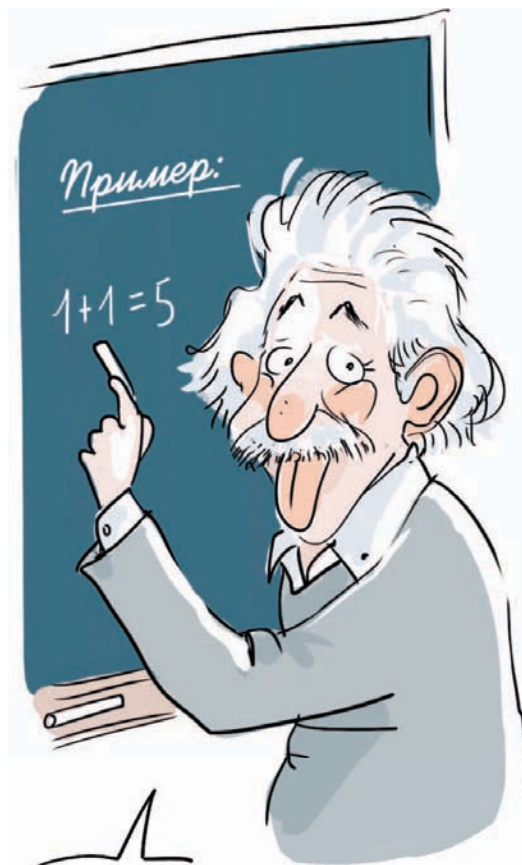
// Эйнштейн

Этот лауреат Нобелевской премии по физике стал знаменит, как поп-звезда! Ты, наверное, знаешь этот известный фотоснимок, где он показывает язык? Но прежде всего Эйнштейн — открыватель волшебной формулы $E = mc^2$, которую знают все, хотя и никто не понимает. Говорят, в школе учителя считали маленького Эйнштейна «одаренным весьма посредственно»! Вот так вот...

Позже Эйнштейн стал не только ученым, но и общественным деятелем. Когда к власти в его родной Германии пришел Гитлер, Эйнштейн бежал за границу — он был евреем. Во время Второй мировой войны он даже помогал американцам создать атомную бомбу. Но когда конфликт завершился, он стал бороться против войны и против ядерного оружия. Короче говоря, Эйнштейн был одновременно гениальным ученым и борцом за мир.

// Мартин Лютер Кинг

Мартин Лютер Кинг — чернокожий священник, который положил жизнь на борьбу с расизмом в США. Как и Ганди в Индии, он отстаивал ненасилие и братство народов. Во многом его усилиями чернокожие добились в конце концов тех же прав, что и белые. Прежде чем его убили в 1968 году, он произнес знаменитую речь, которая начинается простыми словами: «I have a dream», «У меня есть мечта».



*Одно из преимуществ
идиотского человека — это можно
вести себя как идиот
(нелепо и невозможно)!*

РАБОТА МОЕЙ МЕЧТЫ



Да, на свете есть не только работа! Но все-таки... На работе человек проводит много времени. И она может быть не только денежной, но и интересной. Так что выбери работу по душе! Присмотрел себе уже что-нибудь?

// «Женские» и «мужские» профессии

Прошли времена, когда медсестрами были только женщины, а пожарными — только мужчины. Больше нет профессий, предназначенных только для мальчиков или только для девочек. На свете есть и летчицы, и акушеры! Вот доказательства: 28% ученых, 17% предпринимателей и 11% военных и полицейских — женщины. И это только начало!

// Как выбрать профессию?

Можно ориентироваться по школьным отметкам. Если, например, у тебя хорошо идут науки о жизни и о земле, — может быть, стоит подумать о профессиях ученого, врача или ветеринара... Главное — выбрать работу себе по вкусу. А чтобы узнать побольше, не стесняйся спрашивать окружающих взрослых, которые уже работают там, где ты мечтаешь...

// Можно ли сменить профессию?

Можно несколько лет работать в крупной компании, а потом вдруг все бросить и сделаться проводником в горах! Но не обязательно менять свою жизнь так резко. Часто люди, не меняя профессию, просто переходят в другую компанию. Во всяком случае, сегодня мир так быстро меняется, что нужно быть готовым часто менять работу!

// Когда я вырасту, я стану...

- Археологом! Ты воображаешь себя Индианой Джонсом и мечтаешь раскапывать входы в неисследованные храмы. Это вполне возможно, — только надо как следует изучить историю цивилизаций и вооружиться терпением. Так что пока не посвящай все свое время поискам исчезнувшего города!
- Футболистом! Ты неплохо управляешься с мячом и мечтаешь стать профессиональным игроком. Тем не менее, чтобы получить контракт в команде первой лиги, придется постараться!
- Летчиком! Ты мечтаешь о скорости, о высокоточной механике, о взлетах и посадках. Маршрут до штурвала авиалайнера или истребителя одинаков: хорошие отметки в школе, высшее образование и авиашкола.
- «Врачом без границ»! Ты хочешь быть полезным, спасать жизни там, где люди нуждаются в помощи, прививать детей в полевых госпиталях или лечить раненых в зонах военных действий. Многие благотворительные организации приглашают медиков-добровольцев. Может быть, это как раз тебя зовут? Но прежде чем начать все эти приключения, приготовься к долгой учебе!

// ... знаменитым!

Сегодня чаще всего мечтают о «профессии» ... звезды! Благодаря успеху телеконкурсов, все завидуют «новой звезде». Но мелькнуть на телеэкране — это еще не профессия. Как художник художнику: главное — быть увлеченным своим делом!



СЕМЬЯ МОЕЙ МЕЧТЫ

Когда-нибудь у тебя, конечно, будет семья. Но пока неизвестно, какую семью уготовила тебе судьба, можно помертать...

// Прекрасные принцы и принцессы

От Спящей красавицы и до Бриджит Джонс все твердят, что женщины мечтают о прекрасном принце. А мальчики? Тоже! Многие мальчики очень романтичны, только они не кричат об этом на улицах. В тебе тоже живет душа рыцаря в доспехах, готового усадить красавицу на своего белого скакуна... Так что прекрасный принц мечтает о прекрасных принцессах!



// Как встретить женщину своей жизни?

Ой-ей-ей... А если я не встречу? А если я пройду мимо, не узнав ее? И как убедиться, что это та самая, суженая? Без паники! Когда тот великий день настанет, в глубине души как будто замигают лампочки-индикаторы и подскажут: «А не она ли это?» Но до этого дня полной уверенности быть не может. Бывает любовь с первого взгляда, а бывает, что нужно время, чтобы узнать друг друга. Но если ты ищешь женщину, которая станет твоим

приключением на всю жизнь — оно и правда может продлиться всю жизнь. Вот так!

// «Когда я вырасту, у меня будет много детей!»

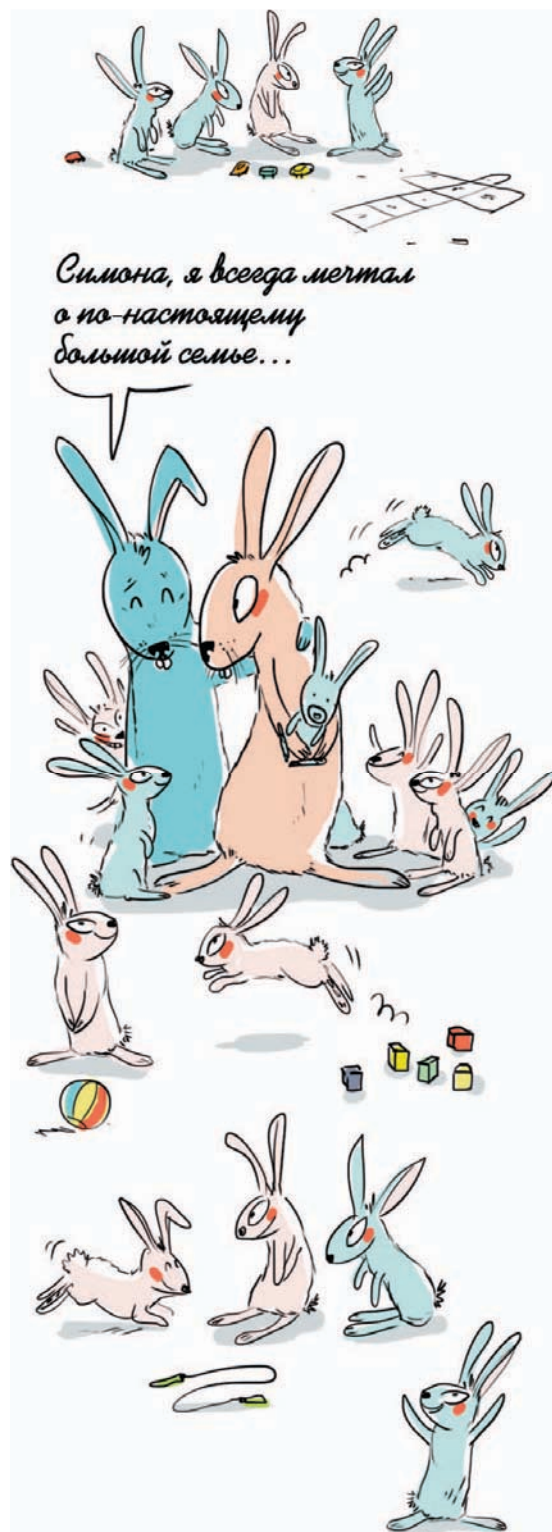
Сказка, о которой ты мечтаешь, заканчивается словами «И они жили счастливо, и у них было много детей»? Это, наверное, потому, что сам растешь в большой семье, у тебя много братьев и сестер, и оттого тебе кажется, что дети — это весело. Или наоборот, братьев и сестер у тебя нет вовсе, а тебе очень хочется.

// Не лучше ли жить одному?

Вдвоем вроде бы веселее. Это логично. Вы делите все — шутки, неприятности, воспоминания... Но вдвоем и опаснее — бывают затяжные ссоры. Когда ты один, тебя ничто не бесит и можно делать, что хочешь! Но когда совсем один... Иногда это потому, что еще не нашел ее, — а иногда потому, что так тебе лучше.

// «Я вообще не хочу жениться»

Тебе становится дурно, как только представишь себя на ступенях мэрии или церкви, затянутым в смокинг, осыпанным конфетти, под руку со своей нареченной, одетой в белое! Это совершенно нормально. Сейчас тебе хочется прежде всего повидать мир, погрузиться в волнующую жизнь. Тебе кажется, что появление женщины в твоей жизни все испортит. Но, может быть, попозже для тебя все станет по-другому. На радость и горе!



МОЕ БУДУЩЕЕ

Что сулит будущее? Загадка!

// Бывают ли неотвратимые события?

Ну конечно! Нельзя предвидеть природные катастрофы, несчастные случаи или болезни. Нельзя предвидеть, когда ты умрешь. Это относится не только к несчастьям: нельзя предвидеть счастливые нечаянные встречи, нельзя предвидеть, когда ты влюбишься... Жизнь полна сюрпризов! Но можно выбрать, как ты будешь реагировать на происходящее, можно оседлать удачу... Для этого нужно много желания и много усилий!



// Предвидеть будущее?

Прорицатели, друиды, авгуры и оракулы, читавшие будущее по полету птиц. Хрустальный шар и карты Таро у мадам Ирмы, гороскопы от мадам Солей... С давних пор и до сего дня люди пытаются узнать будущее. Но пророчества далеки от научной точности! Представь себе: знаменитый Нострадамус предвидел конец света... в 1999 году. Похоже, он слегка ошибся в расчетах, не так ли?

Предсказать будущее невозможно. Но даже те, кто не верят в предсказания, не прочь подбодрить себя перед неопределенностью будущего... и на всякий случай просматривают гороскопы в газетах, или загадывают желание, когда падает звезда!

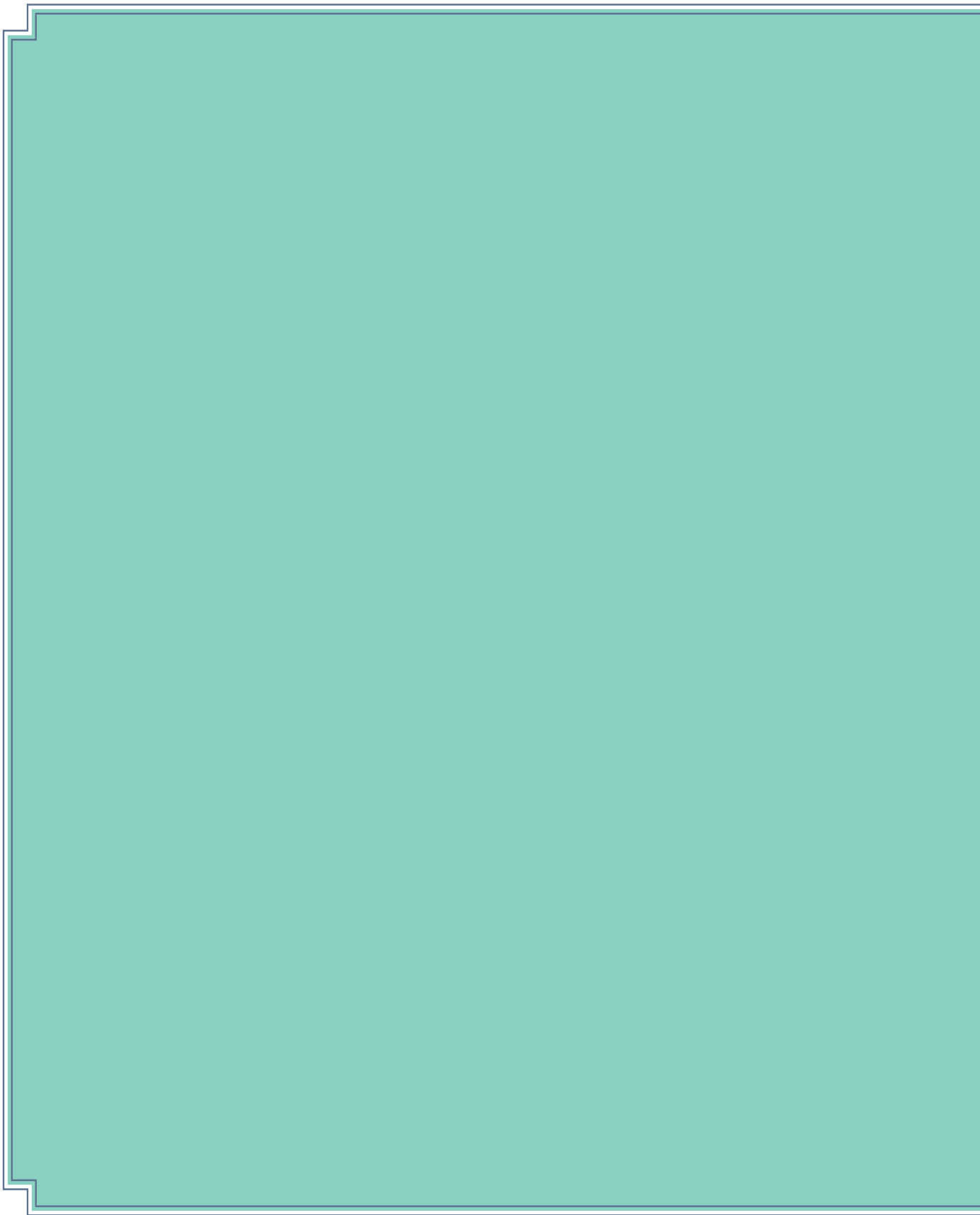
// Мир, который быстро меняется!

В наши дни все происходит быстрее, чем раньше: мир движется с ускорением. Во времена Христа на Земле жило 300 миллионов человек. Сегодня планету делят с нами 6,2 миллиарда человеческих существ, а к 2030 году их будет 9 миллиардов! Технический прогресс тоже несется со скоростью взбесившейся машины: мобильные телефоны, интернет, медицинское оборудование... Знаешь ли ты, что компьютер технически устаревает за два-три года?

// Раньше было лучше?

О, это доброе старое время: никакого загрязнения рек и полей, никакой безработицы, и люди уважали родителей и учителей! Но правда ли в прошлом было все так безоблачно? А болезни, которые тогда не умели лечить? А каково было стирать простыни вручную? А бедность, а труднодоступность образования, а бесконечно долгие путешествия? Немало было такого, из-за чего не хочется возвращаться в прошлое...





ДЕВОЧКИ и мамышки



ЧТО ЗНАЧИТ «РАЗНЫЕ»?

*Мальчик и девочка совсем разные! Очевидно... но правда ли?
Рассмотрим подробнее, чем они различаются, а в чем одинаковы.*

// Хватит предрассудков!

Когда девочка коротко стрижется, любит лазать по деревьям и носит брюки, ее называют «мальчишкой-сорванцом». И точно так же мальчиков, которые любят танцевать, красиво одеваются или возятся на кухне, часто дразнят «девчонками»... Как героя фильма «Билли Элиот», который в 11 лет мечтает стать знаменитым танцором. Берегись стереотипов! Если ты мальчик, это не значит, что ты обязан изображать «крутого парня» и думать только о драках и спорте.



// Физическая разница

Лет до 11–12 девочки и мальчики различаются мало. Если, конечно, вынести за скобки собственно пол, половые органы. А все остальное очень похоже — голос, размеры, телосложение. Но потом все меняется! У мальчиков ломается голос, у девочек появляются груди и весь силуэт становится другим.

// Разница в поведении

Она есть, сомневаться не приходится! Мальчики и девочки носят разную одежду — даже разных цветов.

Даже сегодня обычно соблюдается правило «розовое для девочек, синее для мальчиков». Мальчики и девочки играют в разные игры и по-разному выражают свои чувства. Но что, если все это не от природы, если этому учатся?

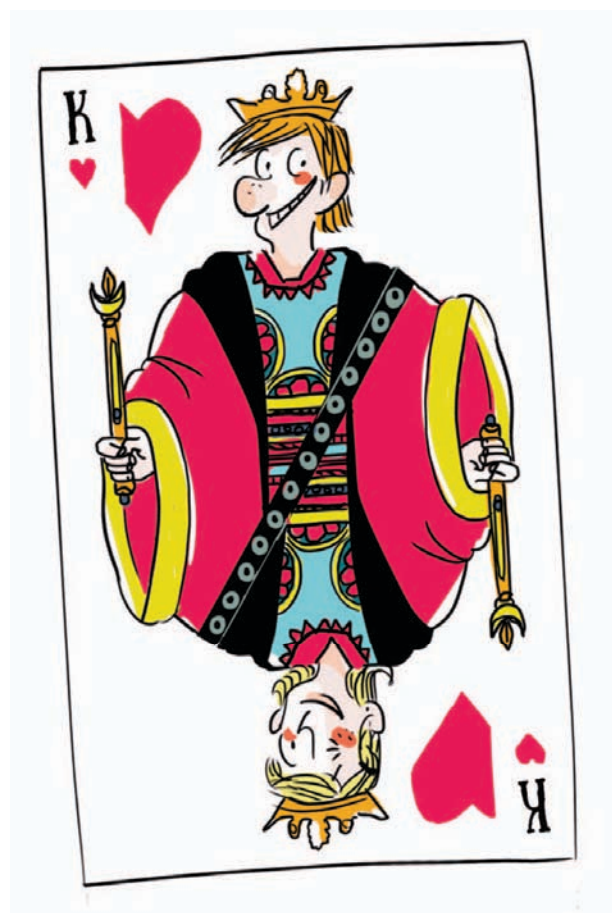
// Тысяча и один способ быть мальчиком

Нет никакого заранее предписанного облика «настоящего парня»: можно быть жестким, а можно мягким, можно быть мускулистым, а можно хрупким. Ну например, что касается внешности: еще не так давно длинные волосы и серьги носили только женщины. А сегодня рэперы щеголяют проколотыми ушами, а поклонники «металла» отрачивают волосы до ниже пояса.

В XVII веке мужчины носили парики, высокие каблуки, белились и румянились... Совсем как теперь некоторые рок-звезды! И несмотря на свой макияж (или даже благодаря ему), эти парни остаются секс-символами для всех девушек планеты.

// Неуловимые различия

Если оставить в стороне биологические различия, то сегодня разница между мальчиками и девочками в глаза не бросается. Они ходят в одни и те же школы, учатся по той же программе, у них одинаковые умственные способности. Они все больше походят друг на друга... и все-таки остаются разными.



ВОЙНА ПОЛОВ?

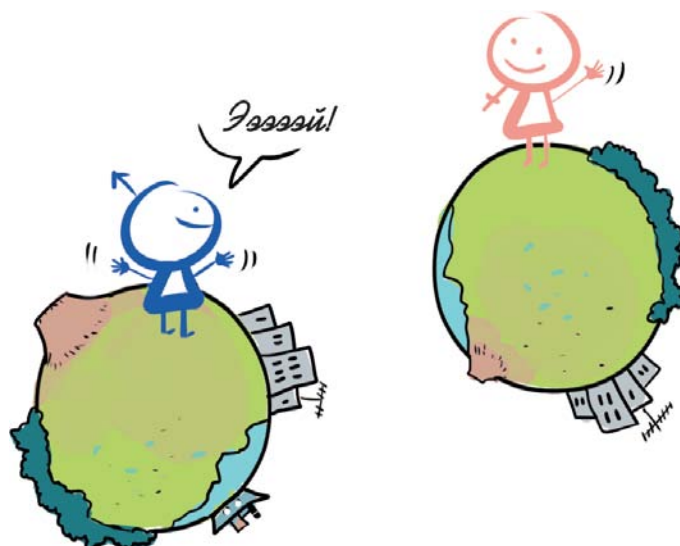
*Мальчики и девочки — как противники на ринге:
они бросают вызов взглядами и отправляют в нокаут словами!
Но что, если эта агрессивность прячет некоторую неуязвимость
и огромное любопытство?*

// Определения

Мачисты считают женщину слабым существом, которое мужчина должен охранять... и распоряжаться.

По-испански «мачо» значит «самец». Это же слово используют женщины, чтобы обозначить, что мужчины — отчасти дикие звери...

Женоненавистники (или «мизогины») испытывают к женщинам неприязнь... Может быть, на самом деле потому, что боятся их? Феминисты борются за равенство полов и за права женщин по всему миру.



// Планета мальчиков и планета девочек?

В прошлом девочки и мальчики были разделены больше, чем сегодня. До 1950 года существовали отдельные мужские и женские школы. Упс... Но сегодня мы живем в общем мире, где мальчики и девочки существуют бок о бок... Хотя тебе и кажется иногда, что девочки чем-то похожи на инопланетян.

// Почему мы с ними друг друга не понимаем?

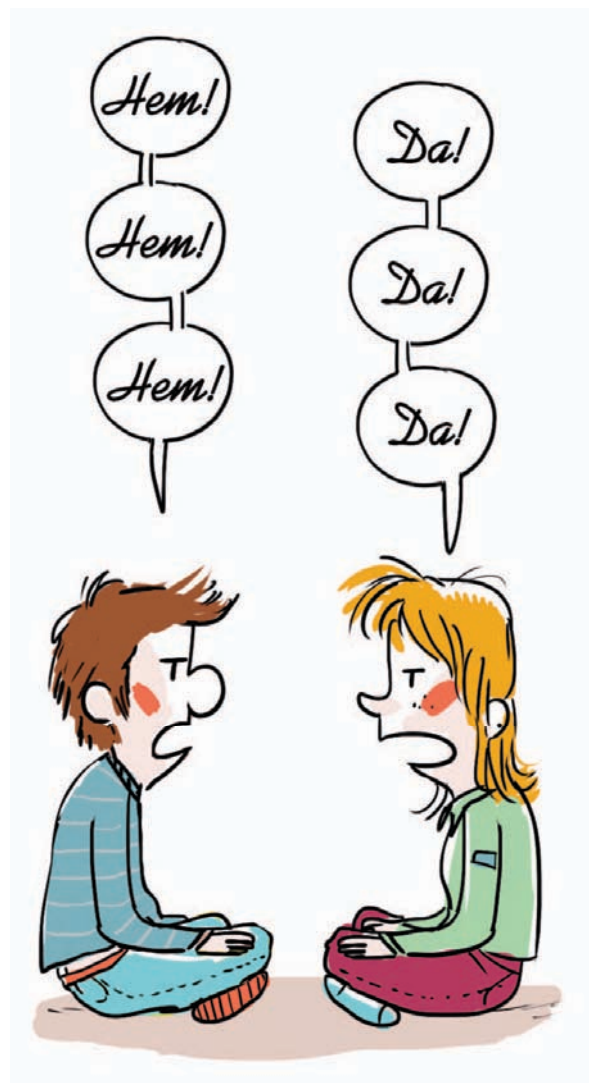
Загадка! Может быть, потому, что девочки взрослеют немного быстрее мальчиков? Иногда они норовят смотреть на мальчишек немного свысока, а мальчикам это не нравится! В отместку они норовят устроить не всегда остроумные розыгрыши или просто делают глупости. Так что правильно будет спросить не «Почему мы друг друга не понимаем?» — а скорее «Почему мы с ними не можем поговорить?»

// Почему иногда в компании одних мальчиков лучше?

В компании друзей, где одни мальчики, все проще, прямее, очевиднее! У тебя достаточно своих, мальчишеских проблем, чтобы вникать еще и в девчоночьи! И потом, у вас одни и те же увлечения — спорт или музыка — и вам просто вольготнее мужской компанией!

// Почему иногда лучше поиграть с девочками?

Совсем маленькие дети играют все вместе, девочки и мальчики. Потом все становится сложнее! Начинают формироваться разные группы — девочки отдельно, мальчики отдельно... Но эти две линии рано или поздно смыкаются в круг! Игры и придуманы, чтобы в них играть вместе. И когда мальчики играют вместе с девочками, всегда бывает много смеха!



ЧТО МАЛЬЧИКИ ДУМАЮТ О ДЕВОЧКАХ

*Иногда мальчики злятся на своих подруг, и вот результат:
коллекция глупых предрассудков о девочках. К черту стереотипы!*



// Все девчонки болтушки

Патати-патати, блаблабла, чипчипчи! И конца этому нет! Ну что за балаболки! В школьном коридоре, по телефону, в своей комнате — вместо занятий спортом, вместо того, чтобы расслабиться, вместо того, чтобы заняться чем-нибудь стоящим — они будут трепаться и сплетничать. Только сплетни их и интересуют, только их они и слушают по радио и читают в женских журналах! Можно подумать, что у них больше тем для разговора, чем у нас, мальчишек!

// Все девчонки стервы

Они кусаются, царапаются, хамят, разносят сплетни и слухи! И все делают за спиной: как поглядишь, так она вся такая лапочка, а сама норовит ударить в спину... С ними нельзя быть откровенным.

То ли дело мы, мальчишки, — мы все говорим прямо в лицо! Ну да! Ну правда же?! Честно!

// Девчонки вечно капризничают

Это просто невыносимо! Эти «маленькие принцессы» — все привереды! Если того, что им хочется, им не поднесли на блюдечке, они дуются, дрыгаются, топают ногами и рыдают! Как Клеопатра, эта царица истерик и причуд! При этом египетская царица умело водила за нос и заставляла сгорать от любви двух римлян, самых могущественных людей планеты — Цезаря и Антония... Ох уж эти девчонки, — в каждой есть что-то от Клеопатры!

// Все девчонки — транжиры

Всем известно: девчонки обожают ходить по магазинам. И даже не стесняются... Покупая тряпки, они могут разорить кого угодно! Это же курам на смех! Вот мальчишки не стали бы спускать деньги на ерунду! Ведь правда? Ну, если может, только вот на те крутые кроссовки... и вон тот классный свитер... и новую игровую приставку... и модный костюм... и... Хмммм!

// Все девчонки трусихи

Они днем и ночью боятся всего подряд — мышей, пауков, больших собак, темноты, крови, взрыва петарды... Боятся лазать по скалам и прыгать с вышки... Но что, если они притворяются слабыми, чтобы мы почувствовали себя сильными?!

// А еще девочки...

изящные, все понимающие,
смешные, прекрасные,
яркие, заботливые, веселые,
обаятельные, умные,
внимательные, милые,
зрелые, терпеливые...
(Список неполный,
можно продолжать)



ЧТО ДЕВОЧКИ ДУМАЮТ О МАЛЬЧИКАХ



Набор таких же глупостей — только на этот раз со стороны девочек.

Хит-парад наших худших качеств их глазами...



// Мальчишки все время глупо смеются

Похоже что мы, мальчики, очень любим пошутить, а с чувством юмора у нас проблемы — особенно когда нас много! Так что без нас гораздо спокойнее. Еще похоже, что наши шутки часто обидные, а мы этого даже не понимаем... Да ладно! Вот ведь злые языки у этих девчонок! Только бы им насмехаться!

// Мальчишки думают, что они сильнее

Похоже, что мы слишком гордимся своими «бицухами» — и больше работаем мышцами, чем мозгами! Оба-на... Кроме того, похоже, что мы только о драках и думаем: все время тузим друг друга и любим боевики, рассчитанные на пещерных людей! Бред какой! И для начала запомните, девушки: мы не думаем, что мы сильнее — мы И ПРАВДА сильнее!

// Мальчики вечно сквернословят

Это мы-то сквернословим? Мы просто говорим все прямо, без обиняков! Это мы-то говорим как грузчики? — Ну не всем же быть поэтами... Особенно когда говоришь о девочках. Они вообще от любого слова в обморок падают... И вообще они преувеличивают... И потом, когда они изображают, что наши слова их шокируют, это так смешно!

// Мальчишки не взрослеют

Сколько раз тебе говорили с презрительным взглядом: «Сколько тебе лет вообще?» или «Ты как ребенок!», а? Но если им больше нравятся мальчики постарше, это же не значит, что с нами можно разговаривать как с детьми! И потом, что значит «как ребенок»? Просто нас с вами интересуют разные вещи, вот что! Эй вы, задаваки, спуститесь на землю!

// Мальчишки эгоисты

Главное обвинение всех женщин: мы, мол, все ужасные эгоисты. Мы, похоже, и пальцем не хотим пошевелить, чтобы убрать посуду в посудомойку или поменять белье на кровати — все это приходится делать маме. Ну, это, конечно, преувеличение... В конце концов, никто из нас не совершенен!

// А еще мальчики...

Забавные, все понимающие, заботливые, обаятельные, нелепые, смешливые, трогательные, бунтари, нежные, смелые, изобретательные...
(Список неполный, можно продолжать)



ВЛЮБЛЕН?

Ты уже влюбился? Да? Нет? Правда нет? Еще нет? В любом случае, ты чувствуешь: воздух пропитан любовью!



// А если она меня не любит?

Никого нельзя заставить полюбить в ответ. Увы — разбитые сердца и любовные несчастья тоже входят в программу. С этим нужно просто смириться... Но если ты сумеешь быть терпеливым, — еще не все потеряно: иногда любовь заразна!

// Мне кажется, что она красивая

Как только ты ее увидел, твоя душа разывается от слов: такая милая, хорошенькая, очаровательная! Внешность — первое, что мы замечаем. Но в сущности, что делает женщину привлекательной? Взгляд, выражение лица, гримаски, походка, голос... Смесь мелочей, которые вместе и называются «шарм».

// Что значит влюбиться?

Влюбиться — значит испытывать к кому-то сильную тягу. Думать о ней, просыпаясь, и засыпать, мечтая о ней. Выскакивать утром пораньше, чтобы встретить ее, злиться,

когда видишь ее с кем-нибудь другим... Потому что когда в кого-нибудь влюблен, мечтаешь побыть с ней вдвоем!

// Признаваться ли ей в любви?

Сложный выбор: собраться ли с силами и решиться сказать девочке, о чем думаешь, — собственно, что думаешь о ней? Или, наоборот, таить от нее свои чувства из стыдливости и из боязни, что она их не разделяет, или просто чтоб не испортить отношений? Как быть уверенным, какой эффект будет у этих трех волшебных слов, которые так страшно вымолвить... а иногда и услышать? Но любить значит рисковать... И еще: решишься ты ей все сказать или будешь сдерживаться — главное быть искренним!

// Я вообще не влюбчивый!

Ха-ха! Ты и не собираешься влюбляться! Может быть, это просто пока для тебя неважно и у тебя другие интересы. Но если тебя это огорчает и тебе этого не хватает — утешься, напомнив себе, что любовь часто приходит, когда ее совсем не ждешь.

// Можно ли ее поцеловать?

Целовать или не целовать — вот в чем вопрос... Хочет ли она этого? Если ты задаешься этим вопросом — стало быть ты не уверен, так? Ладно, не будем торопиться... В конце концов, может, она тебя сама первая поцелует!

// Почему я краснею, когда она мне говорит?

Когда кто-то нам действительно нравится, ноги трясутся, голос дрожит, сердце отплясывает джигу... А лицо становится как красный томатный кетчуп! То что тебя трясет с головы до ног — это на самом деле, физические симптомы переполняющих тебя эмоций, которые говорят про тебя... Ничего себе! Он влюблен!



НАШ МИР

Ты уже готовишься закрыть эту книгу — и тебя в голове полно разнообразных картин, полно мыслей и, может быть, новых желаний. Ты готов к тому, чтобы понять сегодняшний мир и строить завтрашний!

Боже мой! Столько задач,
что я от них заранее
устал!



// Расти — это здорово!

Ты принадлежишь к поколению миллениума, рожденному в новом тысячелетии. Классно, правда? И что еще важнее — перед тобой вся жизнь. Жизнь, чтобы начинать, воображать, изобретать, исследовать... Еще увлекательнее, так? Так что — становись к черте: раз, два, три, готовься, поехали!

// Несколько великих задач, которые ждут тебя

- Медицина: исследование новых медицинских технологий (в области генетики) и неизлечимых болезней.
- Технологии: новые средства коммуникации, информатика быстро развивается... Да никто не знает, как будет выглядеть компьютер через пять лет!

- Экология: развитие способов сохранить нашу планету (возобновляемые источники энергии).
- Глобализация: становись гражданином мира — учи языки, путешествуй, работай в разных странах!
- Права человека: борьба за освобождение и достоинство людей будет важна во все времена.
- Дипломатия: пока существуют войны, миру будут нужны люди, которые протягивают нити дружбы между правительствами и культурами.
- Культура: пластические искусства, музыка, танец... искусство XXI века еще предстоит изобрести!

// Быть девочкой здорово!

Хочешь узнать побольше о девочках твоего возраста? Можешь заглянуть в «двойняшку» этой книжки — «Книга для девочек» Ты найдешь там все, что ты хотел узнать о девочках, но боялся спросить.



УДК 087.5
ББК 92
К53

Серия «Самые лучшие книги для мальчиков и девочек»
Издание для досуга

КНИГА ДЛЯ МАЛЬЧИКОВ

Перевод с французского В.В. Николаенко

Редактор А.А. Мещерякова
Технический редактор Е.П. Кудиярова
Дизайн обложки и компьютерная верстка В.С. Шевченко

Общероссийский классификатор продукции ОК-005-93, том 2;
953000 — книги, брошюры
Подписано в печать 15.08.2017 г. Формат 84×108/16
Усл. п. л. 13,44. Тираж экз. Заказ №

ООО «Издательство АСТ»

129085, г. Москва, Звёздный бульвар, д. 21, строение 1, комната 39
Наш электронный адрес: malysh@ast.ru. Home page: www.ast.ru

Мы в социальных сетях. Присоединяйтесь!

https://vk.com/AST_planetadetstva, https://www.instagram.com/AST_planetadetstva
<https://www.facebook.com/ASTplanetadetstva>

«Баспа Аста» деген ООО
129085, г. Мәскеу, жұлдызды гүлзар, д. 21, 1 құрылым, 39 бөлме
Біздің электрондық мекенжайымыз: www.ast.ru E-mail: malysh@ast.ru
Қазақстан Республикасында дистрибьютор және өнім бойынша арыз-талаптарды қабылдаушының өкілі
«РДЦ-Алматы» ЖШС, Алматы қ., Домбровский көш., 3«а», литер Б, офис 1.
Тел.: 8 (727) 251-59-89, 90, 91, 92, факс: 8 (727) 251-58-12 вн. 107;
E-mail: RDC-Almaty@eksmo.kz
Өнімнің жарамдылық мерзімі шектелмеген.
Өндірген мемлекет: Ресей. Сертификация қарастырылған

К53 Книга для мальчиков — Москва: Издательство АСТ — 2018. 126,[2] с.: ил. — (Самые лучшие книги для мальчиков и девочек)

ISBN 978-5-17-105220-1.

«Книга для мальчиков» — это энциклопедия о тебе и обо всем вокруг тебя. Она не велика по объему, но в ней затронуты самые нужные и важные для мальчишек темы — как вести себя в школе, общаться с родителями, стать хорошим другом, понять девочек и... еще много всего! В книге забавные иллюстрации, обязательно посмотри!

Для среднего школьного возраста.

УДК 087.5
ББК 92





КНИГА

для мальчиков

Как быть мальчиком:
подробная инструкция



Гигиена — что это?

Какой ты ученик?

Мальчики / девочки — в чем разница?

Зачем нужна вежливость?

Семья — это на всю жизнь?

Да здравствует спорт!

**Все ответы на главные
вопросы подростков!**



Аванта



12+ EAC

www.ast.ru