



少年儿童课外系列读物

生活窍门 365



河北少年儿童出版社



少年儿童课外系列读物

生活窍门 365

培英 晓吉

河北少年儿童出版社

《少年儿童课外系列读物》编写委员会

(按姓氏笔画排列)

顾问 顾二熊
主任 安效珍 张瑞安
副主任 李海洲 张 驰 杨振享 贾全庆 夏金科
韩继业
委员 马其骧 马佩宗 冯彦廷 孙季林 孙修义
刘宝光 刘雅民 李九元 李曙新 谷照恩
张万保 张杏坦 闻宗禹 徐凤文 郭明志
郭富贵 陶永长 傅中和

《少年儿童课外系列读物》编辑委员会

主编 张瑞安
副主编 郭明志 张杏坦
编委 冯彦廷 谷照恩 郭富贵 张万保 李曙新
工作人员 郭荣敏 贾亚青 肖利

前 言

义务教育，是依照法律规定适龄儿童和青少年都必须接受，国家、社会、家庭必须予以保证的国民教育，是提高民族素质和培养各级各类人才的奠基工程。《中国教育改革和发展纲要》提出，我国要在本世纪末基本普及九年义务教育，并要全面贯彻教育方针，全面提高教育质量。实现这个伟大的历史任务，社会各方面都应尽到自己的责任和义务。编写、出版《少年儿童课外系列读物》丛书，就是为提高义务教育质量做出的实际努力。

提高义务教育质量，根本措施在于深化教育教学领域的改革。首先要转变教育思想，更新教育观念。义务教育要以“面向现代化，面向世界，面向未来”为指针，使培养的人具有符合现代化需要、符合国际激烈竞争需要、符合未来发展需要的基础素质。为此，必须切实转变应试教育思想，落实提高民族素质的宗旨。要办好每一所学校，教育好每一个学生。要坚持“五育”并举，德育为首，教育为主，质量第一，使全体学生在德、智、体、美、劳诸方面得到主动的、生动活泼的发展。

全面发展是指导教育教学工作的普遍性原则，而普遍性寓于特殊性之中。全面发展要通过学生个性的发展才能得到体现。因此，在教育教学中，坚持实事求是、一切从实际出发的思想路线，贯彻因材施教的原则，善于发现和引导学生的兴趣、爱好，使学生的个性、特长得到充分发展，这是使学生全面发展，使教育教学获得成功的极为重要的方面。

目前，由于中小学不同程度地受着应试教育思想的束缚，许多学校只重视升学考试的学科，忽视升学不考试的学科；教学又不甚得法，忽视学生的主体地位，习惯于“填鸭式”，不善于实行启发式；忽视课外活动对学生发展的重要作用，给学生自主支配的时间太少；不切实际地要求学生各门学科平均发展，门门高分，因而频繁考试，大作业量，造成学生课业负担过重，等等。这些做法，严重压制了学生学习的积极性、主动性，压抑了学生个性、特长的发展，窒息了学生的智慧，因而不可能真正做到全面发展，更谈不上主动的、生动活泼的发展。这种教育思想和教学方法，不仅造成学生基础知识残缺不全，而且也不利于培养他们的自学能力、动手能力和参与社会生活、进行人际交往的能力，因而不能很好地完成为提高国民素质和培养各类人才打基础的任务。这种状况应当尽快加以改变。中小学教育必须以课程、教材改革为核心，全面深化改革。要适应社会主义现代化建设的要求，加强科学教育、外语教育，同时要加强在应试教育思想下常常被忽视的思想政治和品德教育，音、体、美教育，史、地、生教育，劳动技术教育，以及健康教育、青春期卫生教育、人口教育、法制教育、国防教育等。这里，非常重要的是要更

新课程观念，优化课程结构。要按照九年义务教育新修订的课程计划开全课程；不仅开全各门必修课，而且要开出适应学生发展不同需要的各种选修课，要增设地方课程和增加适应地方需要的教学内容；还必须把各种课外活动视为课程，作为教学的有机组成部分；还应十分重视加强实验教学和社会实践环节，以及在适当学段进行就业指导教育等。这些方面的改革，有利于发展学生的个性、特长，有利于调动学生学习的积极性、主动性，有利于不拘一格地把每一个学生都培养成人才，有利于培养出才华横溢的人才。

《少年儿童课外系列读物》，正是根据义务教育深化改革的需要，配合新课程计划的实施编写的。这套丛书共 43 册。其内容和近些年在中小学泛滥的五花八门的升学复习资料迥然不同。它从为 21 世纪培养高素质的国民和各级各类社会主义现代化建设人才出发，拓宽、延伸义务教育课程、教材的广度和深度，重视向儿童、少年介绍现代化科学发展和现代社会生产、生活所需要的新知识，所涉及的知识范围，包括现代社会的人应当具备的基础知识、基本能力的许多重要方面。我们希望这套丛书能够成为儿童、少年健康成长的良师益友，希望它的问世能够推动中小学课外活动开展得更加广泛，更加丰富多彩，更加生动活泼，从而促进九年义务教育新课程计划的贯彻落实，促进基础教育深化改革和教育质量的全面提高。

受思想水平和知识视野的局限，这套丛书难免存在不尽人意之处。殷切期望广大中小学师生、教育界、出版界的同仁和社会各方面的专家、学者对丛书提出宝贵意见。丛书组

编者将做出坚持不懈的努力，使这套丛书逐步得以完善和提高，成为中小学生的优秀课外读物。

安效珍

1993年8月于石家庄

序 言

日常生活中有许多难题。人们为了解决这些难题,在长期的生活实践中,摸索、寻找出了一些捷径和小窍门。这些窍门有的虽然并没有什么科学依据,也说不出其深奥的科学道理,但是,由于它简便易行,容易掌握,且行之有效,所以颇受人们欢迎。

本书针对学生的生活特点,从学习用具的修制、吃、穿、用、保健、巧做家务等几个方面,选取了365个小窍门,以期能帮助同学们把学习、生活安排得更加舒适、经济、科学合理。同时,更希望同学们能通过这些小窍门,启迪思路,开阔视野,在生活实践中,探索、寻找更多的窍门,给生活带来更多的方便,

使你的生活更加美好。

本书所选取的内容，有的是我们的亲身体验，有的是从朋友、邻里及报刊上介绍来并经我们实践检验后整理而成的，对于这些直接的或间接的材料来源，限于篇幅，无法一一列出，在此谨致以深深的谢意。

由于我们的知识还不够丰富，生活实践更是有限，加之成书仓促，书中不当甚至错误之处在所难免，恳请读者指正。

作 者

1993.2.8

目 录

一、学习用具巧修制	(1)
1. 巧改转笔刀	(1)
2. 磨铅笔尖简易法	(1)
3. 巧拧钢笔杆	(2)
4. 巧制毛笔画线器	(2)
5. 巧做特制圆珠笔芯	(2)
6. 干头圆珠笔芯巧复活	(3)
7. 巧存圆珠笔芯	(3)
8. 自来水钢笔防漏妙法	(3)
9. 巧制无尘粉笔	(3)
10. 巧制裁纸刀	(4)
11. 巧制粉笔套夹	(4)
12. 防止绘图笔积墨窍门	(4)
13. 画线的窍门	(5)
14. 巧画平行线	(5)
15. 巧防墨汁渗化	(5)
16. 巧治毛笔笔头脱掉	(5)
17. 自制圆珠笔油	(6)
18. 巧制褪色水	(6)
19. 巧除书刊墨水迹	(6)
20. 巧除书刊油迹	(6)

21. 书籍保洁妙法	(7)
22. 藏书防虫简法	(7)
二 使用技巧	(8)
23. 防止眼镜生雾气窍门	(8)
24. 巧弯眼镜腿	(8)
25. 巧接眼镜架	(9)
26. 巧修眼镜腿	(9)
27. 巧防眼镜架上的螺丝钉脱落	(10)
28. 牙膏开封妙法	(10)
29. 使硬毛巾变软的窍门	(10)
30. 巧选药物牙膏	(11)
31. 巧选牙刷	(11)
32. 巧磨剪指甲刀	(12)
33. 巧治自行车慢撒气	(12)
34. 给自行车中轴加油妙法	(12)
35. 巧补自行车内胎	(12)
36. 自行车抱闸、胀闸失灵巧修理	(13)
37. 巧防气门芯跑气	(13)
38. 自制补胎胶水	(13)
39. 保存胶水的妙法	(14)
40. 紧固自行车把套小方法	(14)
41. 巧用尼龙绳补轮胎	(15)
42. 表蒙翻新妙法	(15)
43. 巧除手表内积水	(15)
44. 手表简易消磁法	(16)
45. 巧用手表辨方向	(16)
46. 使镀黄手表光亮妙法	(16)

47. 电子表电池简易充电法	(17)
48. 巧修电子表	(17)
49. 巧防电子表壳生锈	(17)
50. 钢表带巧去污	(18)
51. 巧修尼龙表带	(18)
52. 巧开锈锁	(18)
53. 巧配钥匙	(19)
54. 巧修钥匙	(19)
55. 巧防误关门锁	(19)
56. 使彩卷多照几张的妙法	(20)
57. 巧用过期胶卷	(20)
58. 揭相片妙法	(20)
59. 巧治底片发黄	(21)
60. 照相胶卷存放妙法	(21)
61. 120 相机拍 34 张照片的妙法	(21)
62. 巧开螺口瓶盖	(22)
63. 巧开玻璃瓶罐头盖	(22)
64. 巧开软质瓶盖	(23)
65. 巧开磨口瓶盖	(23)
66. 巧开铁盒盖	(24)
67. 巧取瓶塞	(24)
68. 液体瓶密封妙法	(24)
69. 巧治胶水瓶盖粘凝	(25)
70. 紧杯分离妙法	(25)
71. 巧防暖水袋口漏水	(25)
72. 巧除热水瓶内水垢	(26)
73. 巧除铁壶、铝壶内水垢	(26)

74. 巧除茶具茶渍	(27)
75. 巧除搪瓷器皿黄斑	(27)
76. 巧除玻璃器皿白霜	(27)
77. 巧除塑料容器怪味	(27)
78. 洗咖啡壶的窍门	(28)
79. 防止玻璃杯炸裂窍门	(28)
80. 水壶瘪坑还原法	(28)
81. 巧制两用肥皂盒	(29)
82. 改制旅行水杯	(29)
83. 巧补瓷器小裂纹	(29)
84. 巧补搪瓷器皿	(29)
85. 粘接玻璃的窍门	(30)
86. 粘合小器皿的窍门	(30)
87. 磁带粘接妙法	(30)
88. 展复磁带折皱妙法	(30)
89. 识别磁带质量的窍门	(31)
90. 鉴别原声磁带与仿制磁带的窍门	(31)
91. 使一盒磁带当两盒用的妙法	(32)
92. 唱片除噪声妙法	(32)
93. 修复变形的薄膜唱片的技巧	(33)
94. 录音机磁头清洗妙法	(33)
95. 巧修录音机磁头	(34)
96. 巧除电视机荧光屏灰尘	(34)
97. 巧除电视机内积尘	(34)
98. 罩电视机的窍门	(35)
99. 修理液化石油气喷嘴堵塞有窍门	(35)
100. 巧除日光灯噪声	(36)

101. 延长日光灯使用寿命妙法	(36)
102. 日光灯忽闪忽灭巧修理	(37)
103. 克服日光灯两端亮中间黑简法	(37)
104. 易拧灯泡的妙法	(37)
105. 提高收音机音量的妙法	(38)
106. 巧防电视机拉杆天线打滑	(38)
107. 废电池重新利用的妙法	(38)
108. 延长开关拉线使用寿命的窍门	(39)
109. 巧修失灵的拉线开关	(39)
110. 巧截玻璃瓶	(40)
111. 玻璃器皿刻制图案妙法	(40)
112. 巧用高橙瓶做洗发器	(41)
113. 巧防玻璃裂纹延长	(41)
114. 玻璃打孔妙法	(41)
115. 巧防玻璃结冰花	(42)
116. 割圆玻璃的窍门	(43)
117. 巧粘玻璃	(43)
118. 巧制玻璃金属粘合胶	(43)
119. 擦玻璃的窍门	(44)
120. 巧除油漆桌面烫痕	(44)
121. 家具恢复光泽有妙法	(44)
122. 巧移家具	(45)
123. 巧防蜡烛“流泪”	(45)
三 穿戴窍门	(46)
124. 肤色与服装色泽搭配的窍门	(46)
125. 体形与服装搭配的窍门	(46)
126. 选购春秋服装的窍门	(47)

127. 选购夏装的窍门	(47)
128. 怎样识别衬衣的型号	(48)
129. 怎样识别服装的型号	(48)
130. 选购帽子的窍门	(49)
131. 选购鞋的窍门	(49)
132. 鉴别假皮鞋的窍门	(51)
133. 怎样鉴别假冒名牌牛仔裤	(51)
134. 洗汗衫的窍门	(52)
135. 洗白背心的窍门	(52)
136. 洗衣不掉色的窍门	(53)
137. 节省肥皂洗衣法	(53)
138. 洗毛衣的窍门	(53)
139. 快速漂清洗衣粉泡沫的窍门	(54)
140. 巧除衣物上的墨水渍	(54)
141. 巧除衣物上的圆珠笔油渍	(55)
142. 巧除衣物上的墨汁渍	(56)
143. 巧除衣物上的血渍	(56)
144. 巧除衣物上的汗渍	(57)
145. 巧除衣物上的油渍	(57)
146. 巧除衣物上的青草渍	(58)
147. 巧除衣物上的铁锈	(58)
148. 巧除衣物上的果汁渍	(59)
149. 巧除衣物上的啤酒渍	(59)
150. 巧除衣物上的酱油渍	(60)
151. 巧除衣物上的蜡烛油	(60)
152. 巧除衣物上的鞋油	(60)
153. 巧除衣物上的油漆、沥青	(61)

154. 巧除衣物上的口红渍	(62)
155. 巧除衣物上的印油渍	(62)
156. 巧除衣物上的茶、咖啡渍	(62)
157. 巧除衣物上的口香糖	(63)
158. 巧除衣物上的划粉渍	(63)
159. 巧除衣物上的霉斑	(63)
160. 巧洗较大物品污点	(64)
161. 巧制特效去油渍水	(64)
162. 衣服久泡不易洗干净	(65)
163. 洗衣服的窍门	(65)
164. 省时、省工洗衣妙法	(66)
165. 肥皂碎片的妙用	(66)
166. 皮袄、皮帽、皮手套的洗涤妙法	(66)
167. 雪洗毛料衣物	(67)
168. 衬衫去皱妙法	(68)
169. 旧衣复新妙法	(68)
170. 使皮革服装变新的窍门	(69)
171. 穿皮革服装的科学	(69)
172. 消除裤子起包的简法	(70)
173. 防止衣服遭虫蛀的窍门	(70)
174. 巧除胶布雨衣异味	(71)
175. 巧制防臭鞋垫	(71)
176. 巧用丝瓜瓤做鞋垫	(72)
177. 巧防球鞋发臭	(72)
178. 巧除胶鞋湿气	(73)
179. 擦皮鞋的窍门	(73)
180. 旧黑皮鞋返“新”窍门	(73)

181. 巧防皮鞋面掉色	(74)
182. 巧防皮鞋变形	(74)
183. 皮鞋裂纹巧修复	(75)
184. 皮鞋保养小窍门	(75)
185. 巧除白胶鞋污点	(75)
186. 生胶底皮鞋脱胶巧粘合	(75)
187. 巧补皮鞋	(76)
188. 自补胶鞋小窍门	(76)
189. 巧穿长筒丝袜	(76)
190. 巧补弹力袜	(77)
191. 巧粘高筒丝袜	(77)
192. 巧修拉锁	(77)
193. 延长拉锁寿命简法	(78)
四 饮食窍门	(79)
194. 吃的窍门	(79)
195. 吃饭要喝汤	(79)
196. 喝牛奶的窍门	(80)
197. 吃糖要选好时机	(81)
198. 饮茶的窍门	(81)
199. 快速冲奶粉的窍门	(82)
200. 巧冲营养饮料	(83)
201. 吃冷食的窍门	(83)
202. 喝啤酒的窍门	(83)
203. 切生日蛋糕的窍门	(84)
204. 巧吃柑桔	(84)
205. 巧剥橙皮	(84)
206. 巧去桃毛	(85)