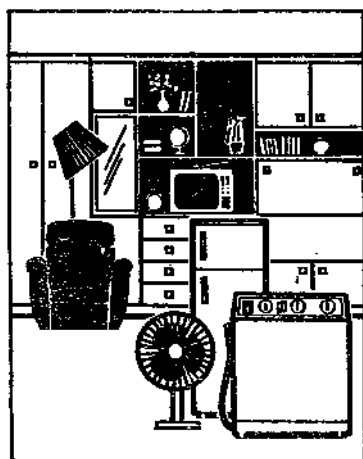


家 用 设 备



目 录

家 用 设 备

家具知识	3
现代家具有哪些种类	3
组合家具有哪些特点	5
选用家具要注意哪些问题	8
家具色调和房间色调怎样调配才美	11
家具布置有些什么讲究	13
卧室家具怎样选配	15
客厅家具怎样选配	18
书房家具怎样选配	19
餐室家具怎样选配	20
新婚房间适宜选配哪些家具	21
厨房用什么家具好	25
我国城镇现在流行哪些家具	28
国外时兴哪些家具	30
家具的造型与设计有哪些原则	37
家具有没有统一的标准	39
怎样识别家具图样	46
制做家具用哪种木材好	53

木家具怎样油漆和保养·····	56
怎样保护合成皮革面家具·····	59
家用电器常识 ·····	61
什么是立体声·····	61
立体声收录机的基本原理和使用方法·····	63
怎样提高立体声的录放效果·····	66
音箱的结构和制作方法·····	69
高档收录机的特殊装置和使用方法·····	73
立体声扩音机和音箱的连接方法·····	76
立体声电唱机的结构和使用方法·····	78
调频立体声收音机的特点和使用方法·····	81
怎样提高黑白电视机的接收效果·····	83
怎样提高彩色电视机的接收效果·····	86
电视机发展简介·····	88
喷淋式双桶洗衣机的结构和使用方法·····	91
压缩式电冰箱的结构和使用方法·····	94
电动缝纫机的结构和使用方法·····	102
落地式电风扇的结构和使用方法·····	106
冷风扇·····	110
调温调速型电吹风的结构和使用方法·····	112
调温型电熨斗的结构和使用方法·····	115
卧式旋转式电动剃须刀·····	119
保温式自动电饭锅的结构和使用方法·····	121
自动调温定时型电烤箱的结构和使用方法·····	124
电热杯的结构和使用方法·····	128
电磁按摩器的结构和使用方法·····	131

家用吸尘器的结构和使用方法.....	134
窗式空调器的结构和使用方法.....	137
变压器调温型电热褥的结构和使用方法.....	141
空气负离子发生器的结构和使用方法.....	144

文艺欣赏

文学欣赏	151
文学欣赏的意义.....	151
文学的特点.....	153
文学欣赏的性质和特点.....	156
文学欣赏的一般过程.....	158
文学作品的体裁.....	161
怎样欣赏诗歌.....	163
怎样欣赏小说.....	165
怎样欣赏戏剧文学.....	168
怎样欣赏散文.....	170
古今中外有哪些文学作品.....	172
怎样欣赏中国古典诗歌.....	175
怎样欣赏中国新时期的诗歌.....	177
怎样欣赏中国新时期的小说.....	181
怎样欣赏西方现代派文学.....	183
什么叫意境.....	186
什么叫意象.....	188
什么叫意识流.....	191
怎样培养和提高文学欣赏能力.....	193
音乐欣赏	196

如何欣赏音乐	196
音乐常识	199
乐曲种类和形式	203
音乐流派简介	207
中国声乐作品简介	211
外国声乐作品简介	215
怎样欣赏钢琴、小提琴作品	218
怎样欣赏交响曲	221
怎样欣赏歌剧	225
舞剧音乐简介	228
如何欣赏通俗歌曲	231
舞蹈欣赏	235
怎样欣赏舞蹈	235
舞蹈的类别、形式	238
中外民间舞蹈简介	242
芭蕾舞	246
现代舞	250
中国舞剧	253
戏剧欣赏	256
繁多的中外戏剧种类、形式	256
戏剧欣赏	260
怎样欣赏京剧	263
如何欣赏地方戏	267
怎样欣赏话剧	270
电影欣赏	274
电影是一门年轻的艺术	274

电影的分类·····	277
电影的魅力·····	278
浅谈欣赏电影美·····	281
导演的作用·····	284
电影角色的塑造·····	286
银幕后的众多角色·····	288
什么叫蒙太奇·····	294
奇妙的电影特技·····	297
绘画欣赏 ·····	300
源远流长的国画艺术·····	300
中国画与西洋画比较·····	302
中国画的特点·····	304
中国画的分类·····	306
中国古代绘画欣赏·····	309
近现代国画画廊一瞥·····	314
欧洲文艺复兴艺术三杰的名作欣赏·····	321
怎样欣赏西方现代派绘画·····	325
建筑艺术 ·····	328
建筑艺术浅谈·····	328
中国古代建筑艺术·····	331
数学、人体美与西方建筑艺术·····	335
现代西方建筑艺术·····	338

业 余 爱 好

文学创作 ·····	345
文学创作的基础·····	345

素材和题材·····	348
主题·····	351
情节和结构·····	354
人物塑造·····	357
环境描写·····	361
文学语言·····	363
表现手法·····	366
四种主要的文学体裁·····	369
文学作品的十弊·····	375
书法 ·····	377
写字与书法·····	377
文房四宝·····	379
字体源流·····	381
遴选碑帖·····	386
执笔和运笔·····	387
摹帖、临帖、读帖·····	390
布白与着墨·····	391
款式与印章·····	393
墨林菁华·····	394
绘画 ·····	399
绘画工具·····	399
用笔、用墨、用色·····	402
立意和布局·····	406
怎样画人物·····	409
怎样画山水·····	413
怎样画花鸟·····	415

学画国画的基本步骤.....	419
摄影	422
照相机的选择、使用与保管	422
胶片的种类、使用与保管	427
正确曝光的种种因素及构图.....	430
彩色片的使用及风光片的拍摄.....	433
人像片及生活片的拍摄.....	437
滤色镜的使用.....	439
几种专题摄影.....	442
几种摄影特技.....	454
跳舞	460
什么是交际舞.....	460
交际舞的社会作用.....	463
交际舞的音乐.....	464
交际舞的基本姿态.....	467
基本舞步.....	469
探戈舞.....	473
迪斯科.....	475
正确开展跳舞活动.....	478
歌唱	482
学习歌唱有什么好处.....	482
歌唱的姿势.....	484
呼吸的方法.....	485
怎样换气.....	488
歌唱发声练习.....	489

不良声音的纠正方法·····	492
咬字和吐音·····	495
歌曲的表现与处理·····	498
吉他 ·····	500
风靡世界的吉他·····	500
吉他的种类和流派·····	502
吉他的构造·····	504
西班牙吉他演奏法·····	506
夏威夷吉他演奏法·····	508
集邮 ·····	510
千姿百态的邮票·····	510
邮票的种类·····	513
集邮的范围·····	515
邮票的收集·····	518
邮票的整理·····	520
邮票的保存·····	522
怎样制作粘贴邮册·····	524
正确开展集邮活动·····	527
桥牌 ·····	529
桥牌的简介·····	529
桥牌的记分·····	533
桥牌的叫牌技巧·····	535
桥牌的打牌技巧·····	541
无将定约的打法·····	547
有将定约的打法·····	549
桥牌的信号·····	552

钓鱼.....	553
钓鱼也是一项体育运动.....	553
钓具和钓饵的准备.....	555
钓鲫鱼.....	559
钓鲤鱼.....	560
钓乌鱼.....	562
钓甲鱼.....	563
钓鲢鱼.....	565
钓虾蟹.....	566
海洋钓简介.....	570
旅游.....	571
放足远游的意义.....	571
旅游须知.....	574
我国的六大古都.....	578
我国的著名园林.....	591
我国的名山奇峰.....	596
全国名胜摘要.....	604
各国各省、市、自治区风景名胜概览.....	614

社 交 活 动

青年与社交	621
青年生活中不可缺少社交活动.....	621
青年在社交活动中的特点.....	623
青年干部要积极参加社交活动.....	624
社交中要善择良友.....	626
社交中要诚恳待人.....	628

社交中切忌“哥儿们义气”	630
忌妒是社交的大敌	632
处理好同事之间的关系	633
用通信来表达自己的思想感情	635
社交时要具备的文化修养	637
要改变孤独的性格	639
要克服自卑的心理状态	641
社交活动要注意安排恰当	643
社交礼仪	644
初次见面要注意什么	644
与人交谈时的礼仪	647
宴会上的礼仪	649
舞会上的礼仪	652
社交在服饰上要注意什么	653
社交活动中的风度	655
社交中要尊重别人	657
不要轻易打扰别人	659
要尊重不同民族的风俗习惯	660
和外国友人交往时要注意什么	662
社交中的礼尚往来	664
社交中要注意经济往来	666
社交活动受到干涉时如何处理	667
如何拒绝别人不适当的要求	669

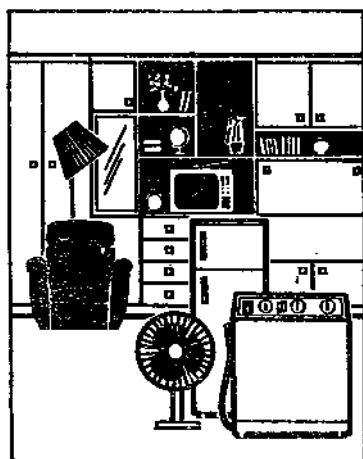
健美锻炼

健美锻炼与体型矫正	675
-----------------	-----

健美在于运动·····	675
青春期肥胖怎么办·····	679
怎样消除腹部的多余脂肪·····	681
面部皮肤的健美锻炼·····	684
手臂过细怎样练得粗壮些·····	686
怎样使胸部变得丰满些·····	688
抬头挺胸矫正姿势性驼背·····	691
两肩能练得宽些吗·····	694
瘦人怎样练得健壮些·····	697
双腿如何练得健美·····	699
怎样矫正脊柱侧弯·····	703
颈部健美的锻炼方法·····	706
怎样使臀部减肥·····	708
产后如何恢复健美体形·····	710
健美锻炼与健美操 ·····	714
长跑可以使人身体健美·····	714
不要小看步行锻炼·····	716
跳绳能使你身轻如燕·····	719
新兴的爬楼梯锻炼·····	721
游泳能使人有一副健美的体型·····	722
冷水锻炼可使皮肤柔韧润泽·····	724
怎样正确练拉力器·····	727
传统保健体操——八段锦·····	731
跳舞能使人健美愉快·····	735
保健按摩功·····	737
常练气功有益于健美·····	740

站、坐、走、睡时的体态美	742
怎样练单双杠才能使肌肉发达	745
省时方便的原地跑步	748
排队等候时的健美锻炼	750
推小孩车时的健美操	751
健美毛巾操	753
办公桌旁小体操	756
母子同乐操	757
穿高跟鞋者的锻炼	759
电视机前的健美操	760
健美锻炼的科学安排	764
健美锻炼的科学原则	764
必须重视对称和均衡	766
健美锻炼的饮食营养	767
健美锻炼的时间安排	771
怎样合理选择健美锻炼的内容	772
不能忽视放松活动	774
出汗后如何补充水分	775
健美锻炼的自我监督	776
中断后再炼时要注意什么	778
月经期是否应暂停锻炼	780
没有体育器械在家里怎么练	781

家 用 设 备



家具知识

现代家具有哪些种类

家具，顾名思义就是家庭中的用具。它和人们的日常生活联系极为密切，人们学习、工作、吃饭时需要桌、椅或凳子，存放各种物品时需要箱、柜(橱)、几、架，睡眠时需要床。随着现代科学技术的不断发展和人们生活水平的逐步提高，人们对家具的需要日益增多，而且对家具的造型、材质、工艺都提出了更高的要求。新颖、美观、实用的家具，既能满足人们生活上的需要，也能起到美化居室环境的作用。

那么，现代家具具有哪些种类呢？

1. 以制作家具所使用的材料不同来分，有：

①木家具。全部用木材或主要部件用木材制作的家具。目前，我国城乡大多数家庭使用的家具，仍以木家具居多。

②金属家具。全部用金属或主要部件用金属制作的家具。如，钢丝床、铁床、保险箱、保险柜、铁皮凳等。

③塑料家具。

④皮家具。

⑤竹家具。

⑥藤家具。

⑦大理石及仿大理石家具。

⑧玻璃家具。

2. 以家具的结构不同来分,有:

①框式家具。这类家具是用榫眼结合,把木撑安装成框架,然后上面、装门、合抽屉。这类家具多属手工制作,它比较容易造型,但所用材料比较多,而且费工。以前的家具大多属于这种类型,现在使用仍很普遍。

②板式家具。随着科学技术的发展,家具生产也日趋工业化,特别是新型的家具基材(如刨花板、细木工板等)的出现,可以把现成的家具基材锯割成家具的各种部件,如山板、顶板、隔板等,然后用金属连接件把这些部件连接成家具整体,这就是板式家具。这类家具虽然也使用木材,但和框式家具不同,它不需要开榫打眼、安装框架。

板式家具的主要部件除了使用现成的家具基材制作以外,也可以使用小木撑、三合板等按部件的规格大小预压成空心板,然后用金属连接件组装成家具。这类家具适合用机械化进行制作,也可以手工制作,拆装方便,便于搬运。

③组合家具。把几种不同规格和使用功能不同的单体制成互相叠合、左右排列的一组整体家具,叫做组合家具。组合家具可根据房间的宽度、长度、高度和需要进行设计,比较灵活机动。这类家具由于制作时,考虑了面积和空间,进行了紧密的排列和接合,既充分地利用了空间,又节省了部分材料,单体少而功能多,便于拆装搬运,具有较大的优点。

④折叠家具。这类家具能折能叠,如折椅、叠椅、折桌、折床等就是常见的折叠家具。它的优点是可以收折、叠摆,搬运方便,不使用时,可收折、叠摆起来存放好,因此,可以节约房