

РУЧНОЕ ВЯЗАНИЕ

Урок четвертый



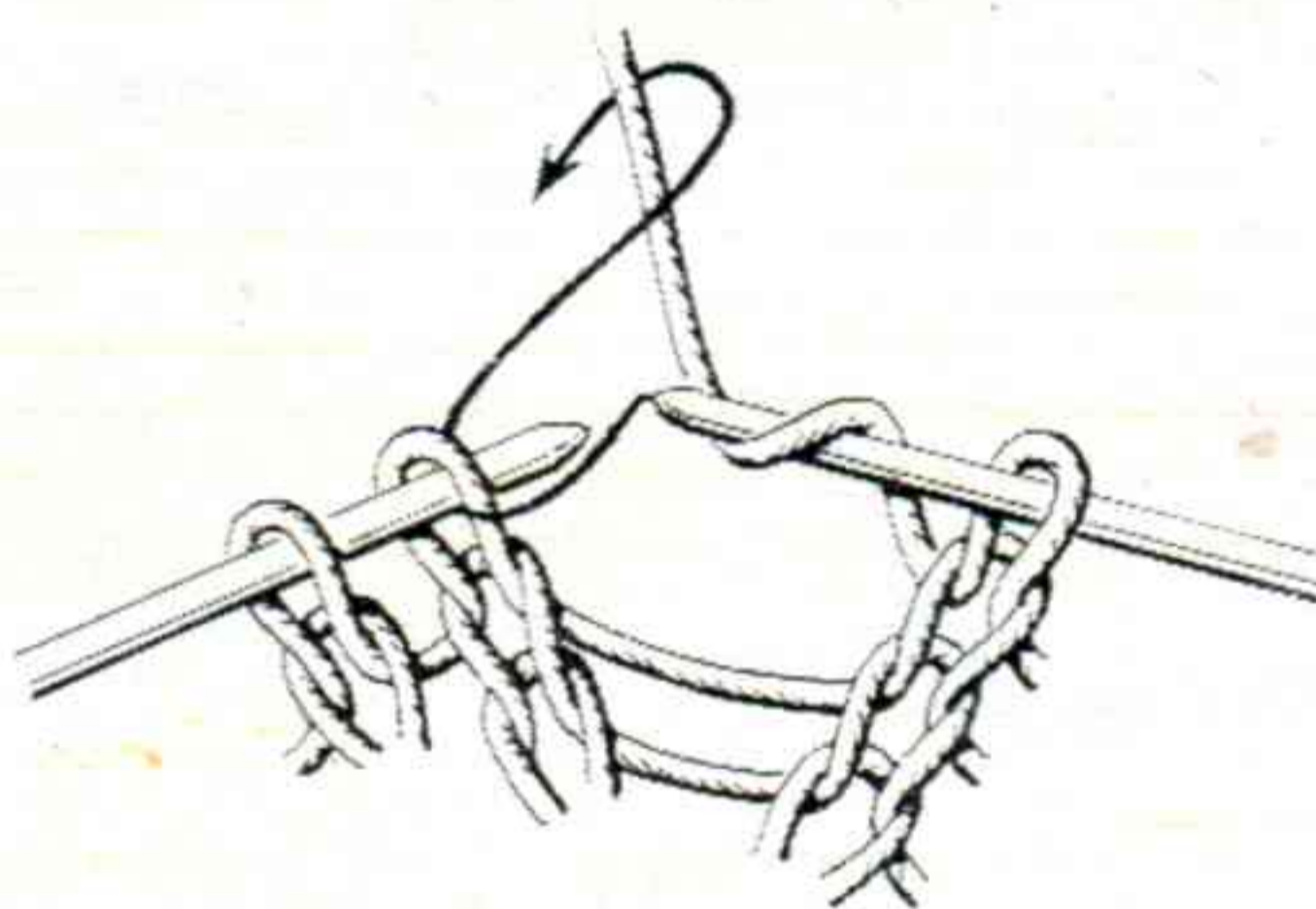
«КРЕСТЬЯНКА»

Ажурное вязание

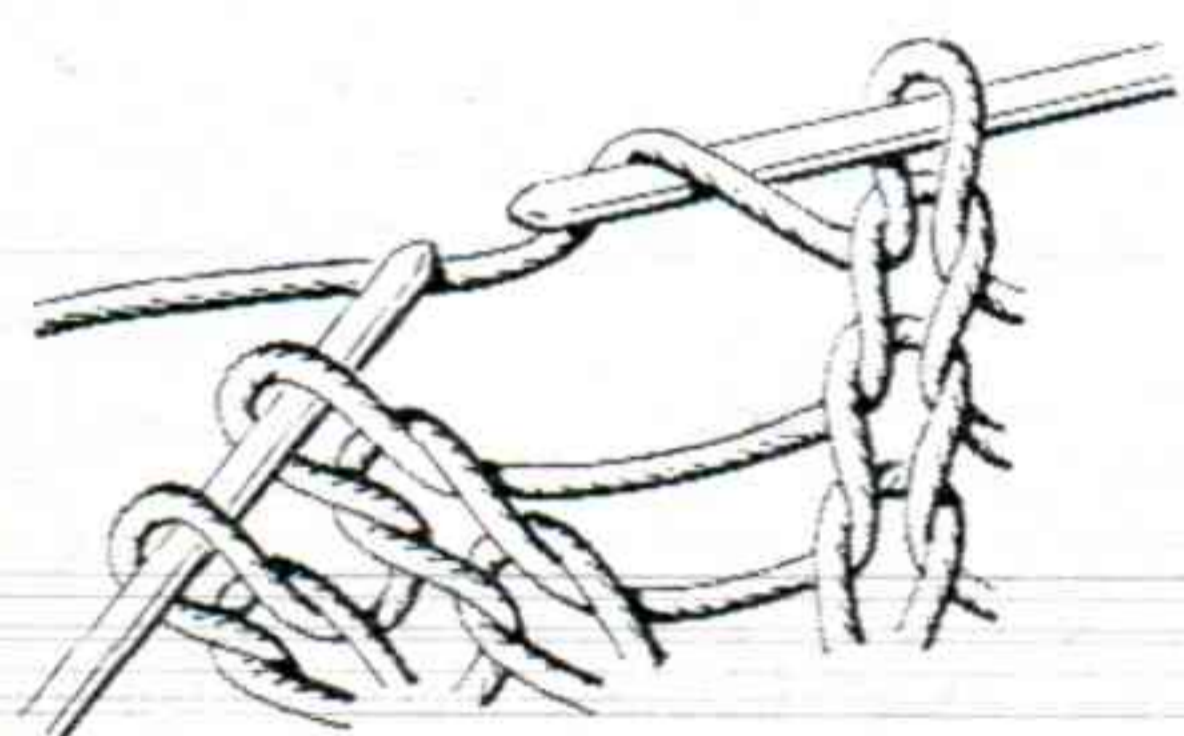
Своим видом оно напоминает кружево. Выполняется обычно из тонкой и мягкой шерсти.

Здесь приводятся наиболее простые и легкие образцы ажурных вязок. Более трудные, но зато и более красивые требуют некоторого опыта.

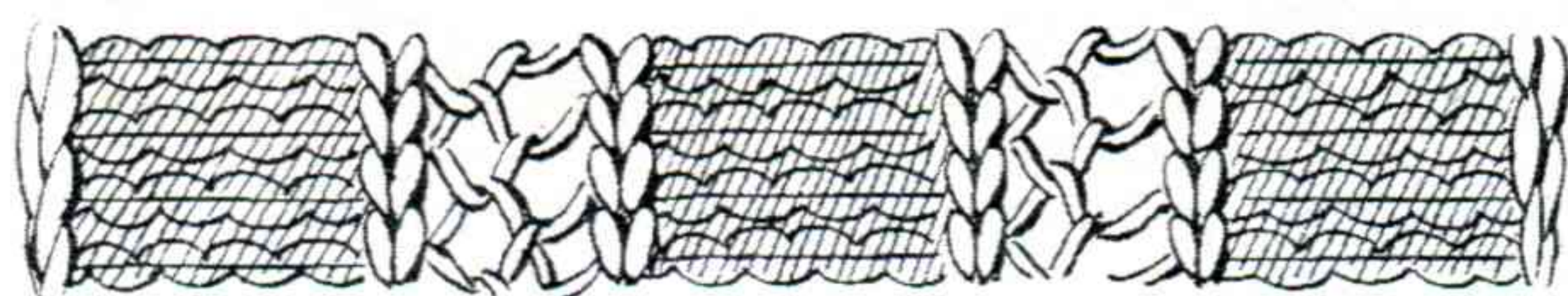
Для образования ажурного отверстия на спицу делают накид, а следующие две петли провязывают вместе. Если рабочую нитку накидывают на правую спицу сзади наперед, как при выполнении изнаночной петли (рис. 1), получается



«накид к себе»; спереди

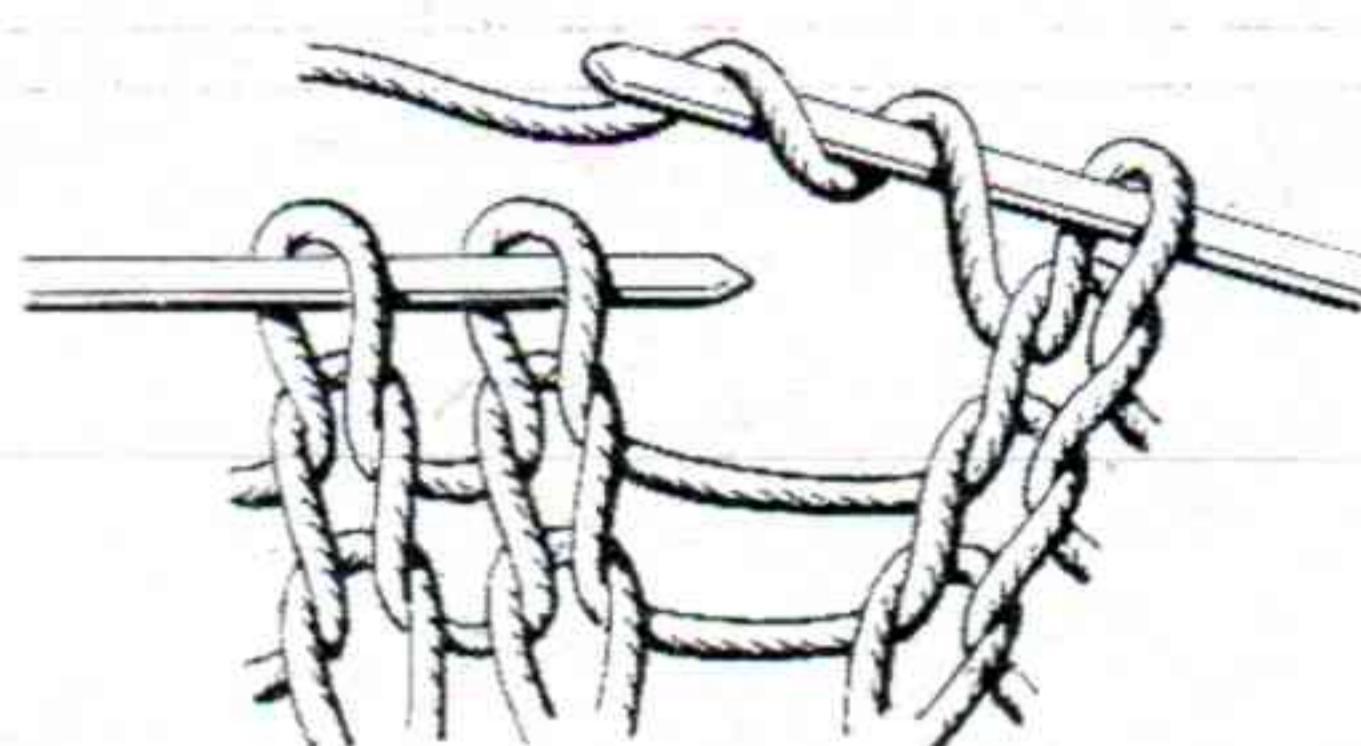


назад — «накид от себя» (рис. 2). В следующем ряду накиды провязываются в соответствии с описанием: как лицевая или изнаночная петля. Накид может быть сделан в любом месте ряда, независимо от того, где провязаны соединенные вместе петли. Важно, чтобы в ряду не изменялось



количество петель, поэтому при выполнении ажурных узоров необходимо почаще подсчитывать петли на спицах.

Для получения более крупного отверстия на спицу делают 2 накида (рис. 3 — «двойной накид») или несколько. Из одного в следующем ряду вяжут петлю, другие сбрасывают со спицы для увеличения отверстия.



В процессе работы вам встретятся значки *...*, указывающие, что заключенный между ними основной узор повторяется столько раз, сколько он укладывается до конца ряда. Вначале провязываются петли, стоящие перед первой звездочкой, затем повторяется несколько раз узор, заключенный между звездочками, после чего — остальные петли, стоящие после второй звездочки.

В результате выполнения накидов, если в следующем ряду их не сбрасывать, количество петель на спице возрастает. Поэтому по мере вязки приходится убавлять столько петель, сколько было сделано накидов. Если в ажурном вязании провязать две петли вместе лицевой, рисунок вязки примет направление вправо; две петли, провязанные вместе лицевой перевернутой, дают рисунку направление влево.

В некоторых узорах первоначальное количество петель восстанавливается не сразу, а через несколько рядов, поэтому необходимо придерживаться описания образца вязки. А теперь попробуем вязать ажурные узоры.

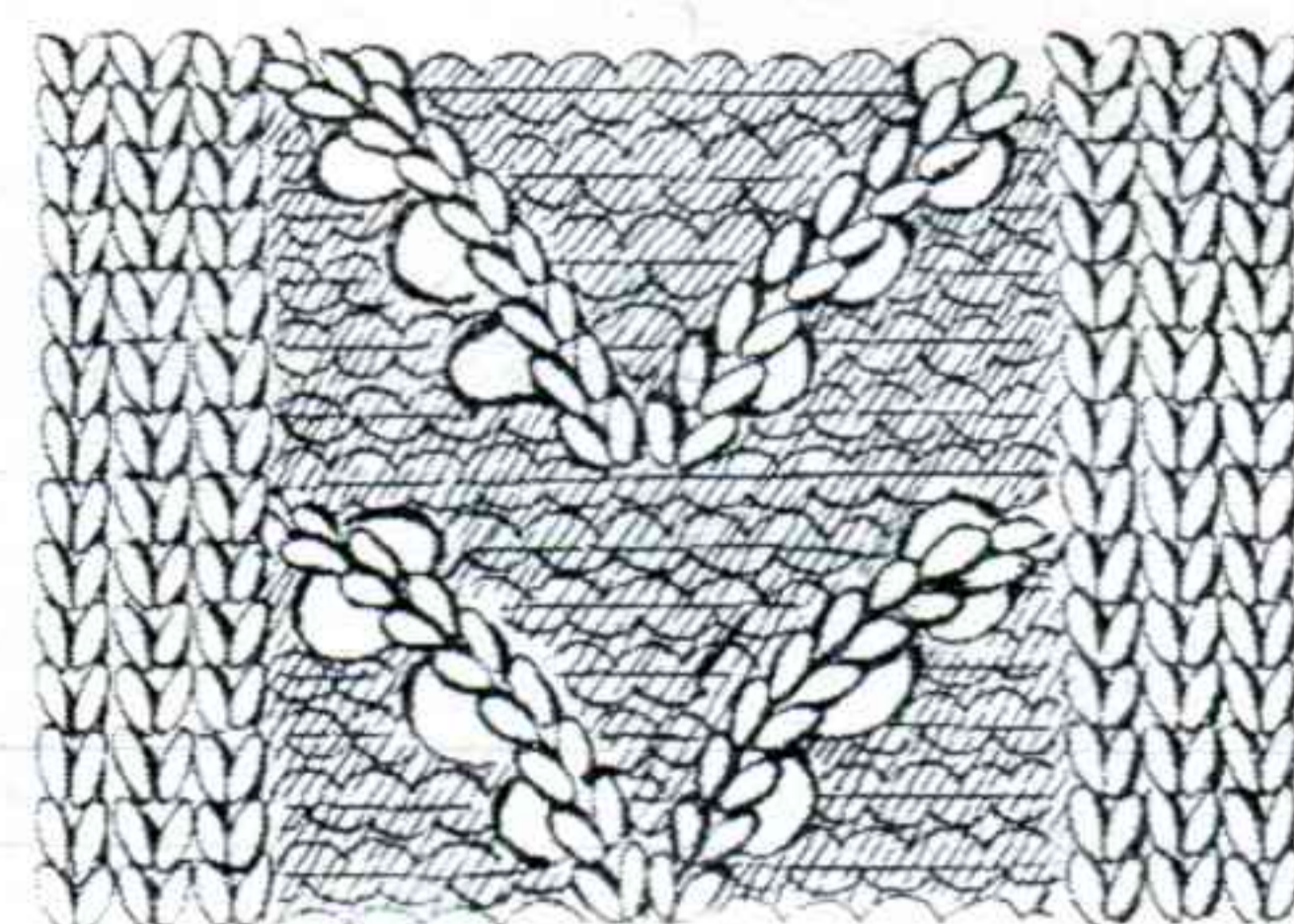
А теперь попробуем вязать ажурные узоры.

I. Наберите 22 петли (рис. 4)
1-й ряд: 1 краевая, * 4 изнаночные, 2 петли провяжите вместе лицевой, 1 накид, 2

лицевые, * 4 изнаночные, 1 краевая.

2-й ряд: 1 краевая, * 4 лицевые, 2 петли провяжите вместе изнаночной, 1 накид, 2 изнаночные, * 4 лицевые, 1 краевая.

Рисунок этих рядов последовательно повторяется.



II. Наберите 22 петли (рис. 5).

УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ.

2 петли скрестить направо: 1 петлю снять на запасную спицу на изнаночную сторону изделия, провязать 1 лицевую; затем 1 изнаночную с запасной спицы.

2 петли скрестить налево: 1 петлю снять на запасную спицу на лицевую сторону изделия, провязать 1 изнаночную; затем 1 лицевую с запасной спицы.

1-й ряд: 1 краевая, 4 лицевые, 5 изнаночных, 2 лицевые, 5 изнаночных, 4 лицевые, 1 краевая.

2-й и все четные ряды вяжите по рисунку, то есть лицевые над лицевыми, а изнаночные над изнаночными; накиды провязывайте лицевыми петлями.

3-й ряд: 1 краевая, 4 лицевые, 2 изнаночные, 2 петли провязать вместе изнаночной, 1 накид, 2 петли скрестить направо, 2 петли скрестить налево, 1 накид, 2 петли провязать вместе изнаночной, 2 изнаночные, 4 лицевые, 1 краевая.

5-й ряд: 1 краевая, 4 лицевые, 1 изнаночная, 2 петли провязать вместе изнаночной, 1 накид, 2 петли скрестить направо, 4 изнаночные, 2 петли скрестить налево, 1 накид, 2 петли вместе изнаночной, 1 изнаночная, 4 лицевые, 1 краевая.

7-й ряд: 1 краевая, 4 лицевые, 2 петли провязать вместе изнаночной, 1 накид, 2 петли скрестить направо, 4 изнаночные, 2 петли скрестить налево, 1 накид, 2 петли провязать вместе изнаночной, 4 лицевые, 1 краевая.

8-й ряд: 1 краевая, 4 изнаночные, 1 лицевая, 2 петли провязать вместе лицевой, 1 накид, 6 лицевых, 1 накид, 2 петли провязать вместе лицевой, 1 лицевая, 4 изнаночных, 1 краевая.

Рисунок повторяется с 1-го по 8-й ряд.

М. ГАЙ-ГУЛИНА

В ВАШЕМ ДОМЕ...

В новом жилье мы нередко задумываемся, чем украсить стены. Ковер, вышивка, эстамп... Что предложить еще? Попробуйте повесить на стену одну-две декоративные керамические тарелки и увидите, как оживет комната, как по-новому заиграют привычные вещи. Хороши тарелки из керамики с растительным орнаментом, с геометрическим рисунком. Посмотрите, как живописны изделия, выполненные по мотивам произведений Н. В. Гоголя.

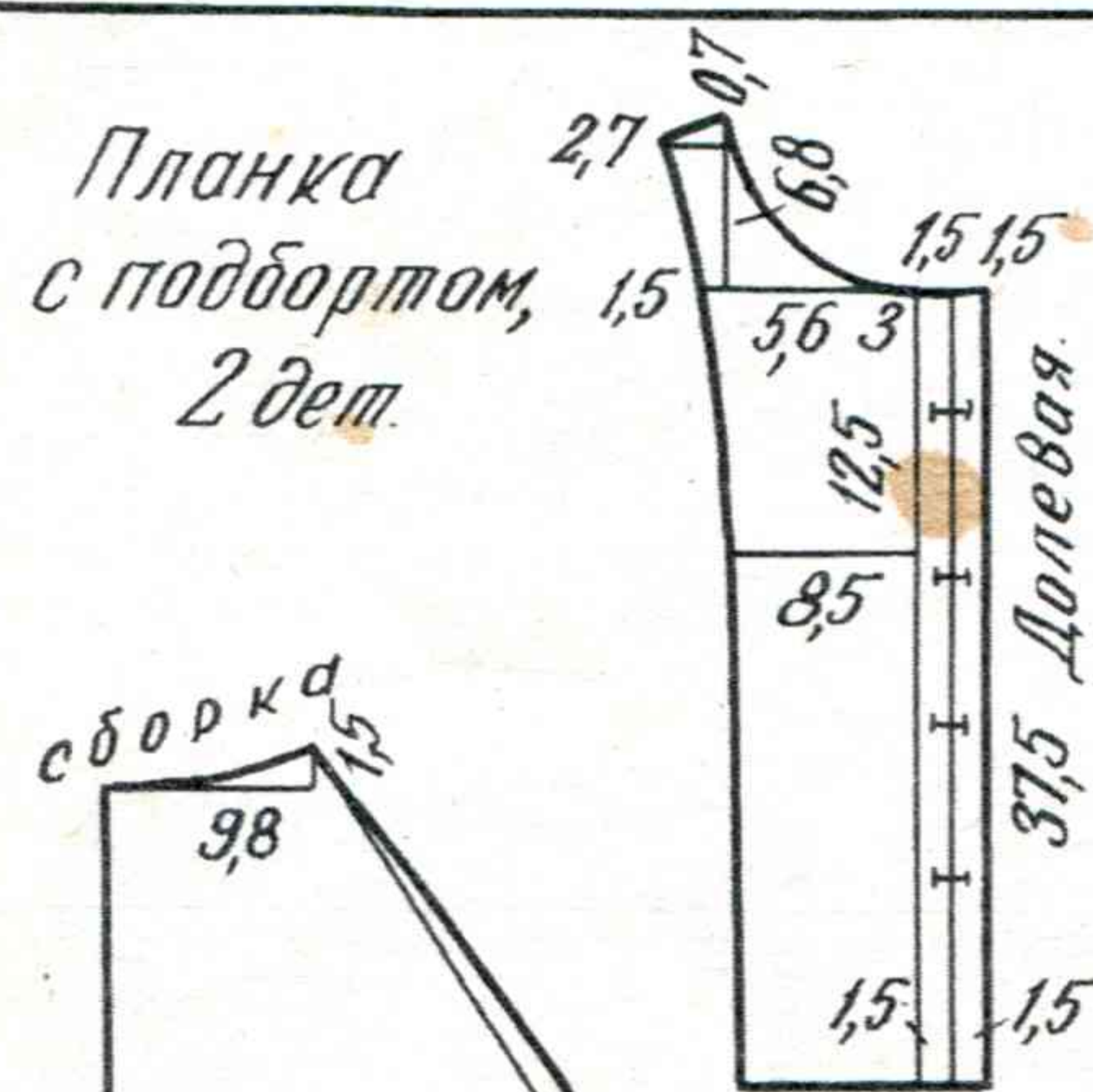
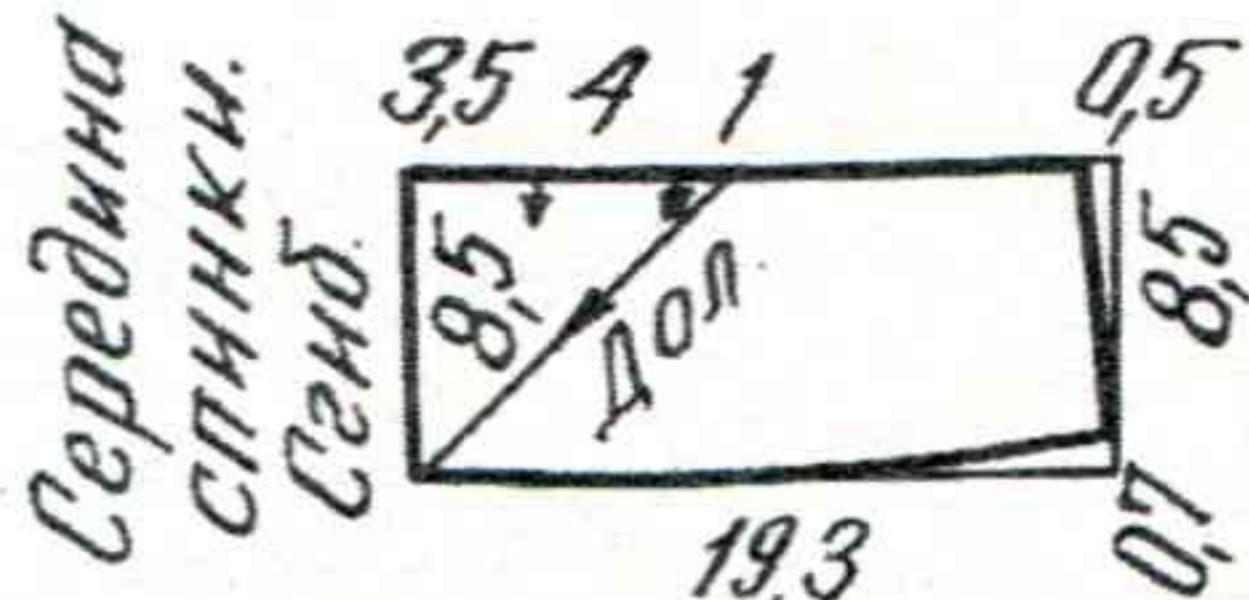
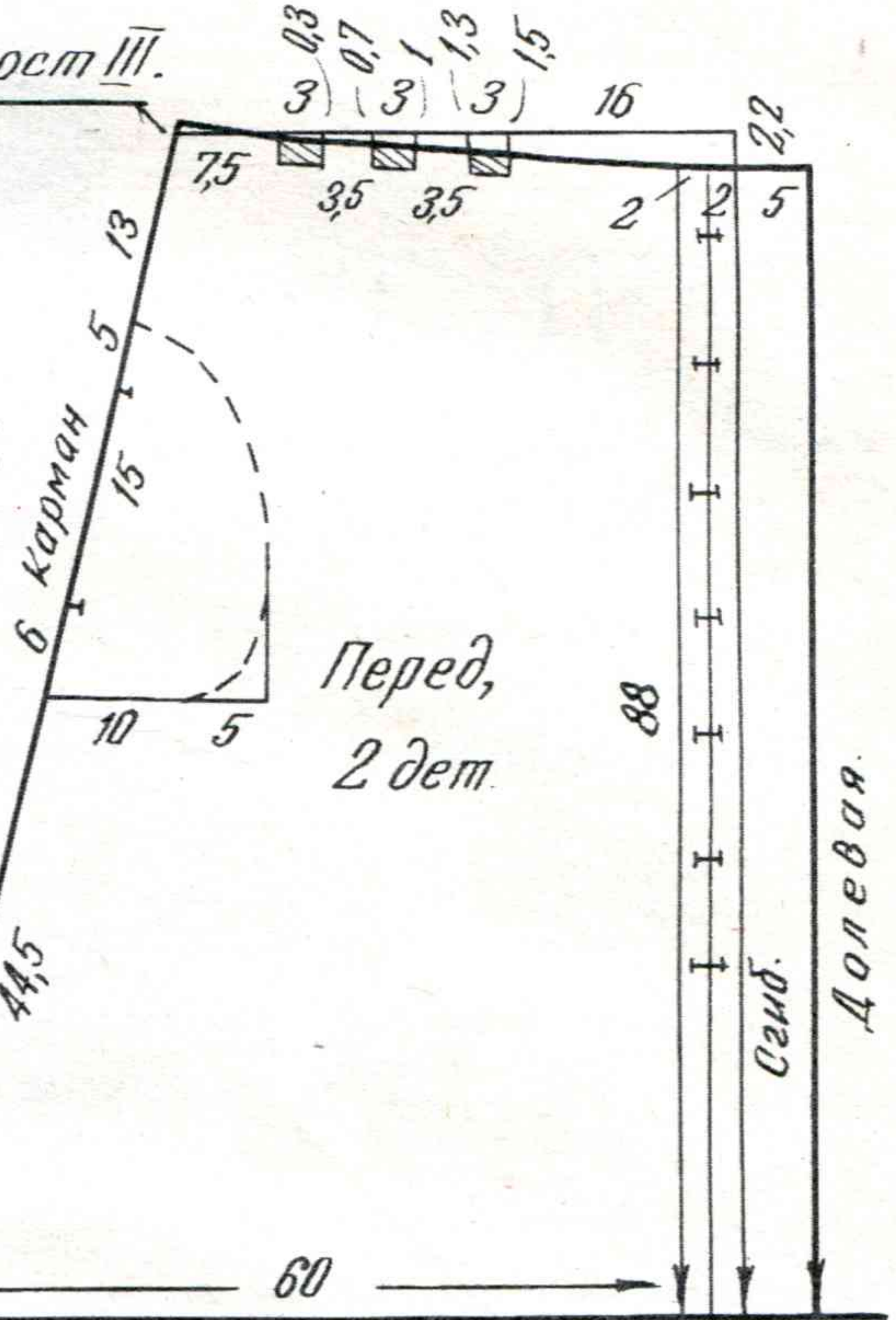
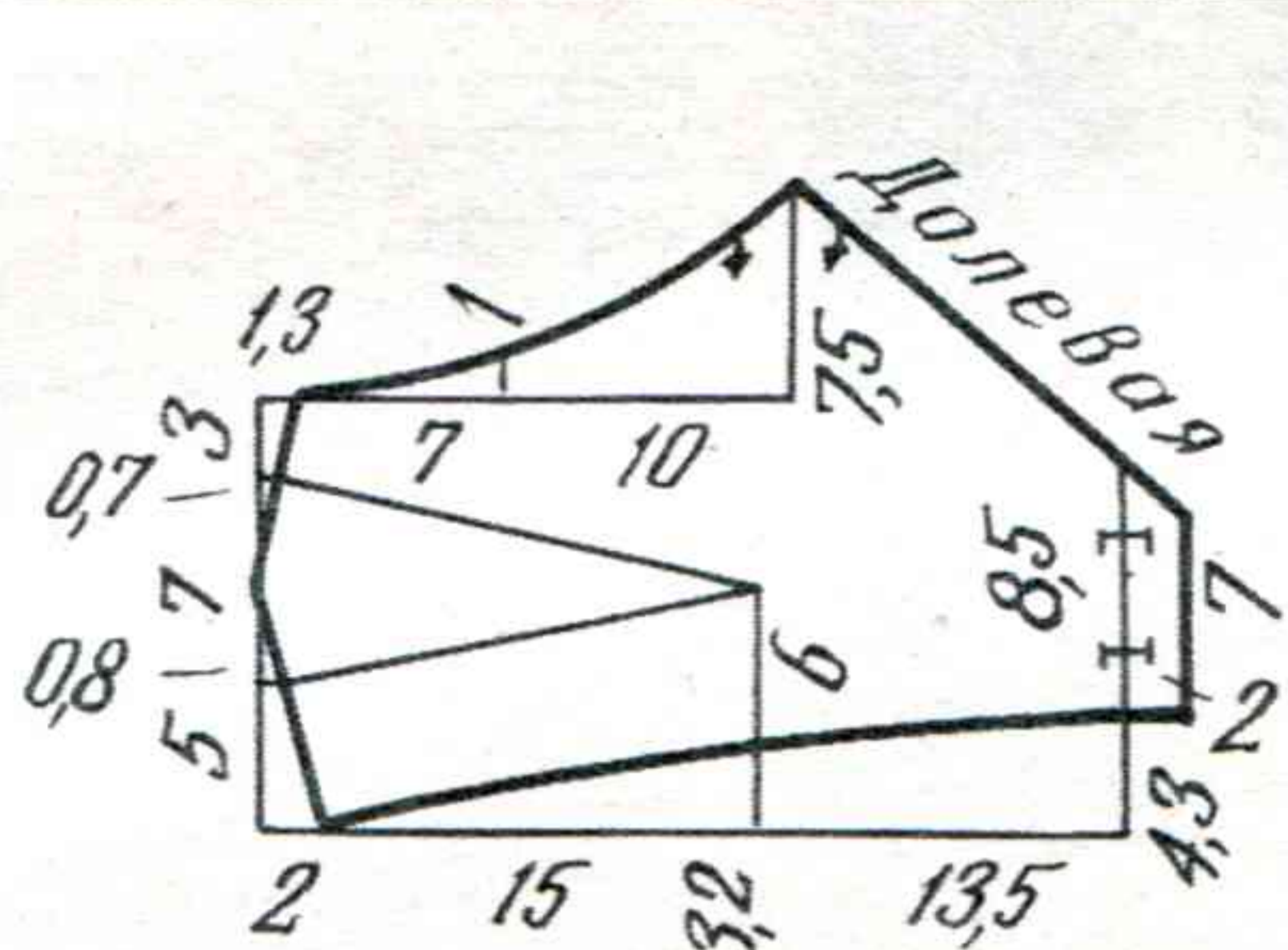
Украинская керамика широко известна. В Миргороде Полтавской области есть техникум, в котором учатся будущие специалисты декоративно-прикладного искусства. В прошлом году этот техникум закончила и молодая художница Марина Лешакова. Ее дипломной работой была серия керамических настенных тарелок, которые вы видите на снимках.

Г. СОРОКИНА

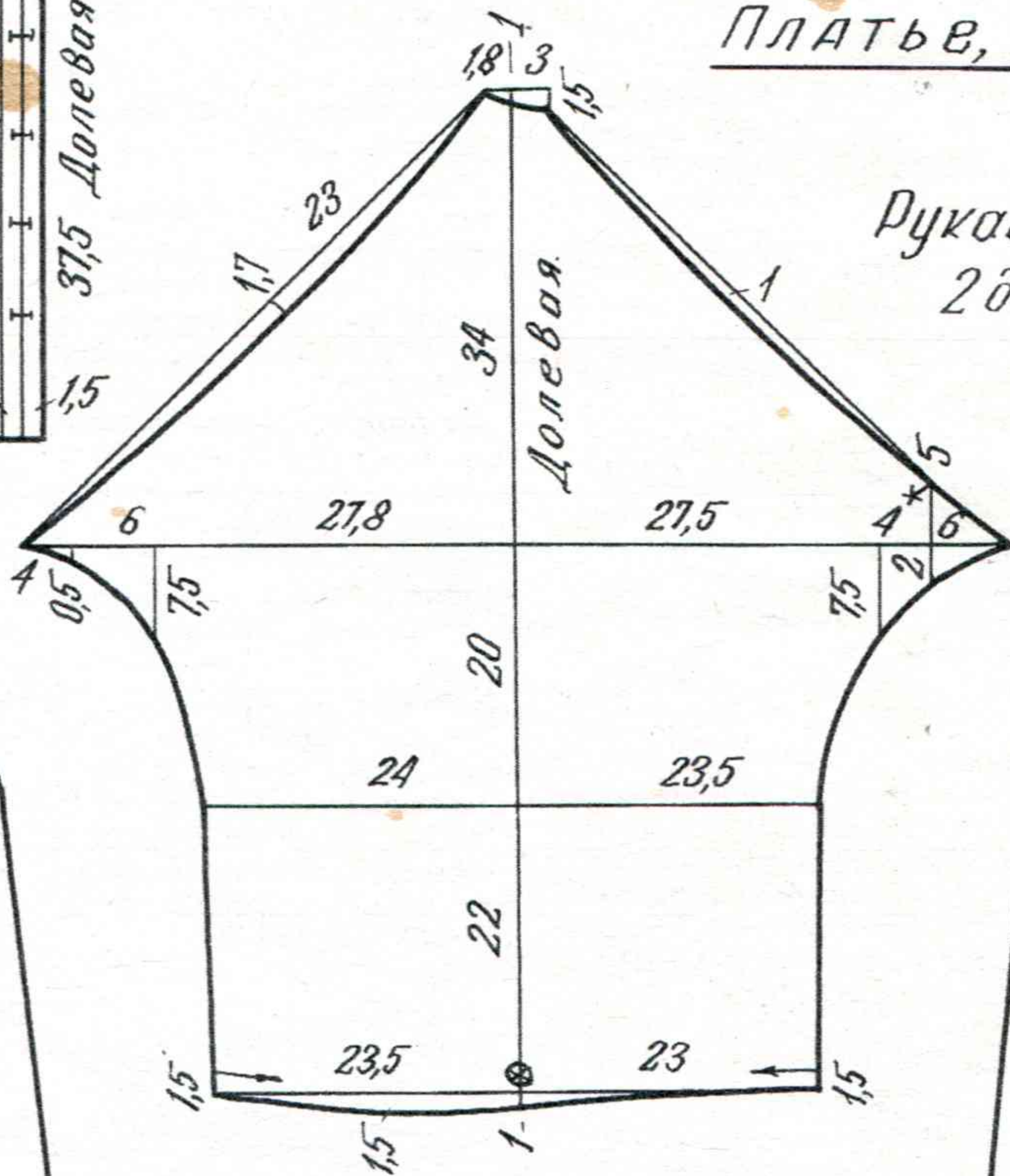
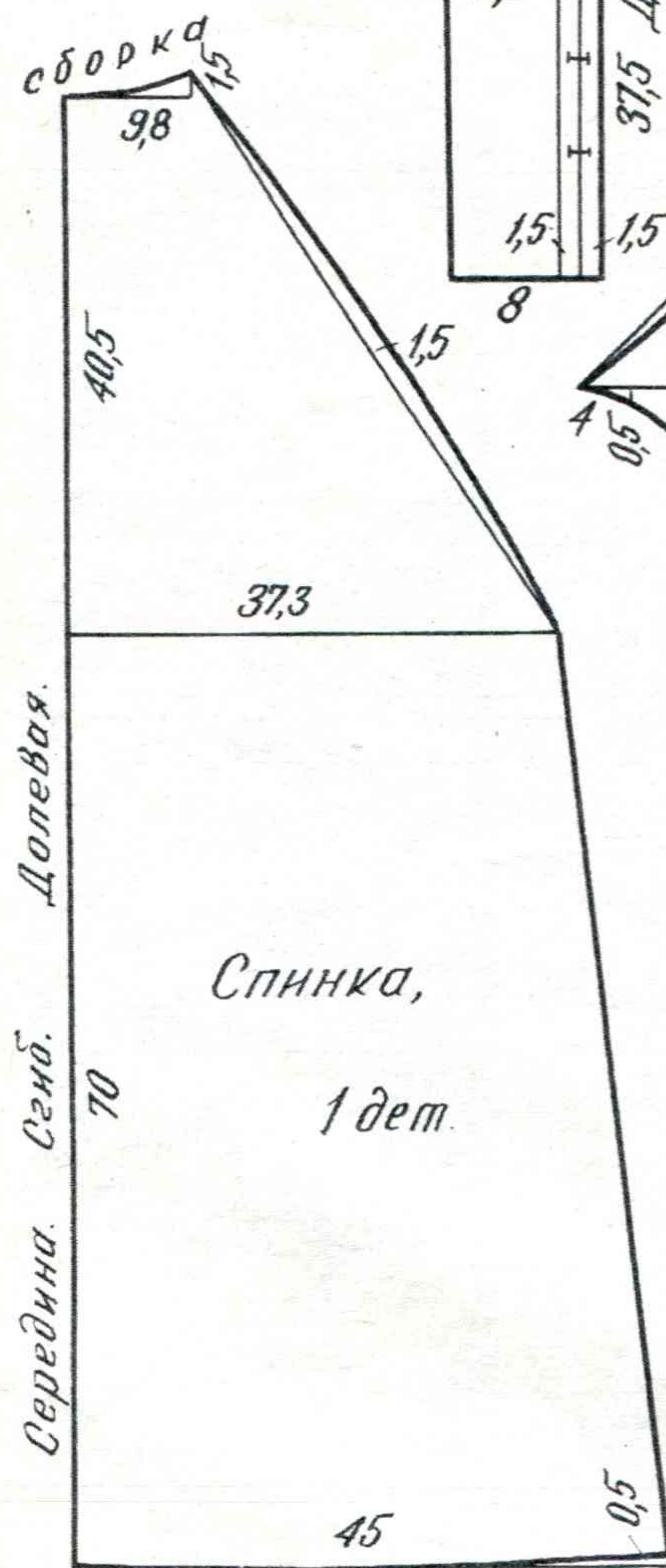




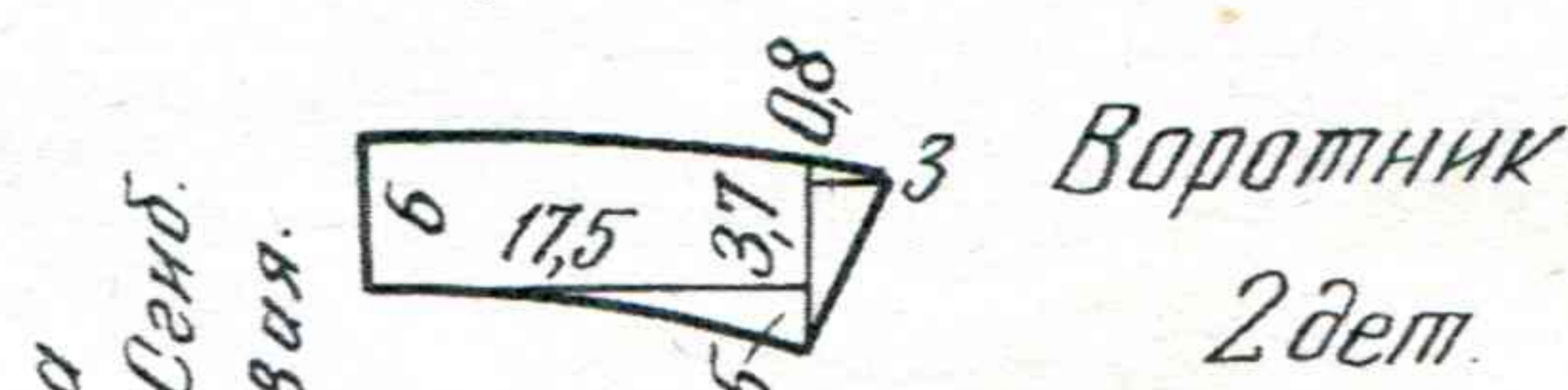
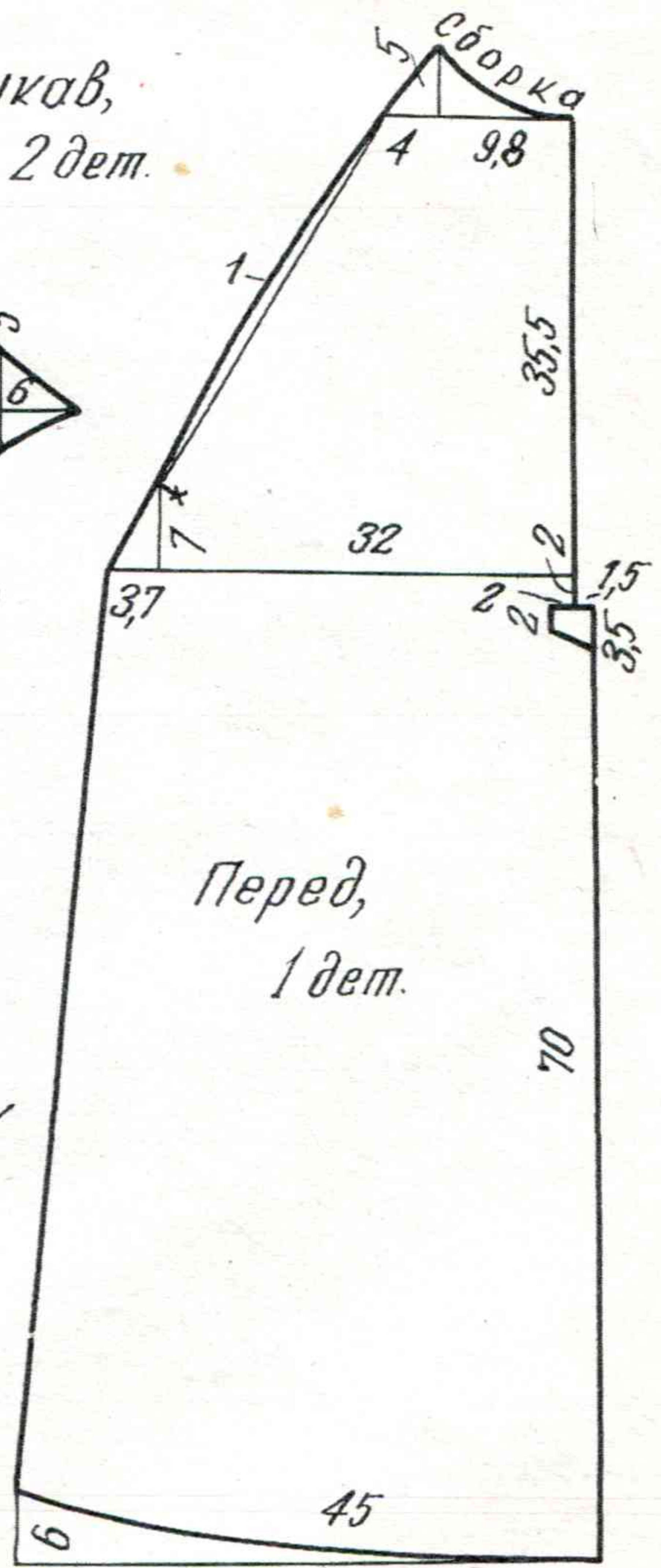
Сарафан, размер 46, рост III.



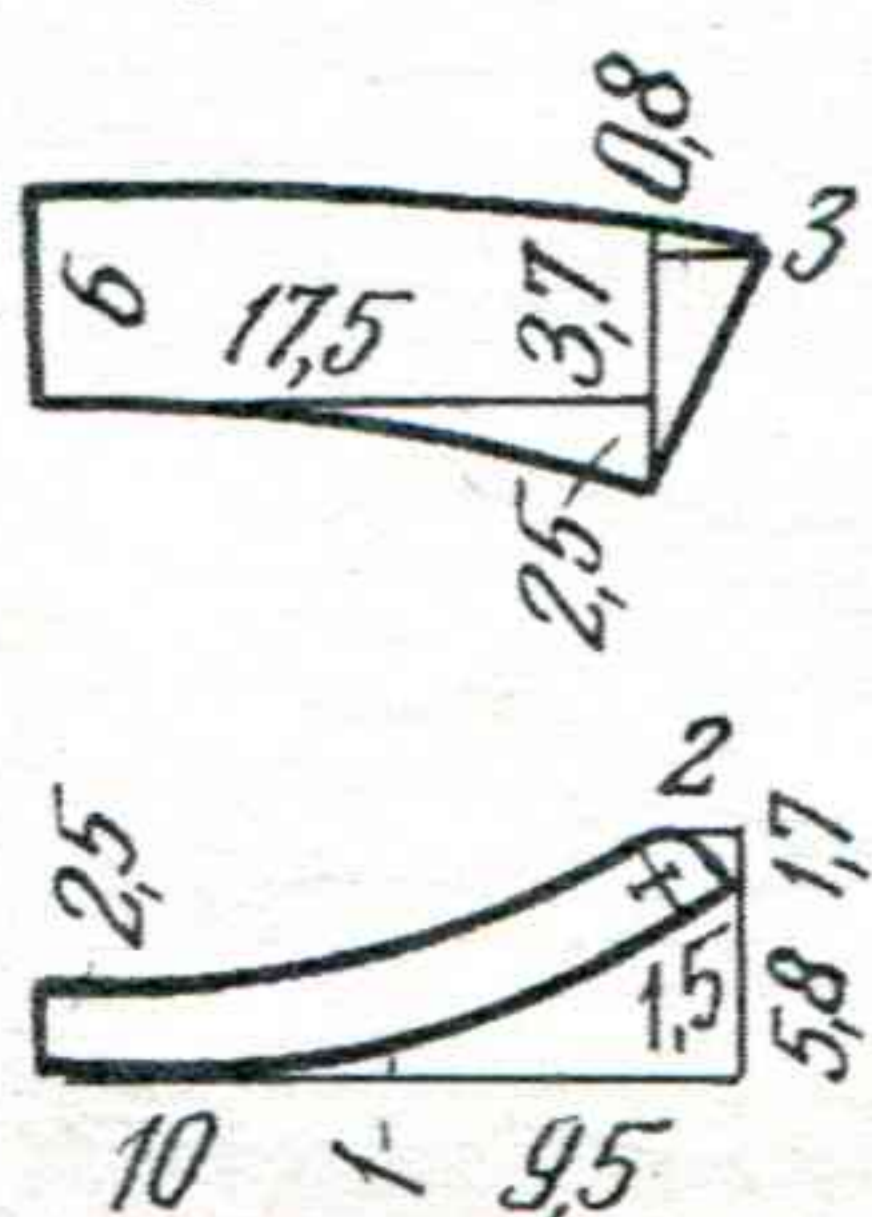
Платье, размер 46-48, рост III



Рукав,
2 дет.



Стойка,
2 дет.



ОЖИДАЯ АИСТА В ГОСТИ...

...не забудьте подумать о новом гардеробе. Предлагаем вам несколько моделей.

Удобный сарафан из клетчатой ткани. Спереди на застежке. Прорезные карманы в боковых швах. Бретели размером 50 см × 85 см, ширина их в готовом виде будет 35 см. Все детали сарафана можно кроить с прямым или косым расположением клетки.

Платье с рукавами покроя «реглан», слегка присборенное по горловине. Маленький воротник на стойке. Застежка на втачной планке. В низ рукава вдевается шнурочек.

Платье на кокетке. Спереди застежка на планке. Воротник «стойка». Короткие рукава типа «японка» отделаны косыми бейками. Платье можно носить в прохладную погоду со свитером, надетым под него. Можно по этой выкройке сшить удобную блузу. На чертеже дана линия низа изделия.

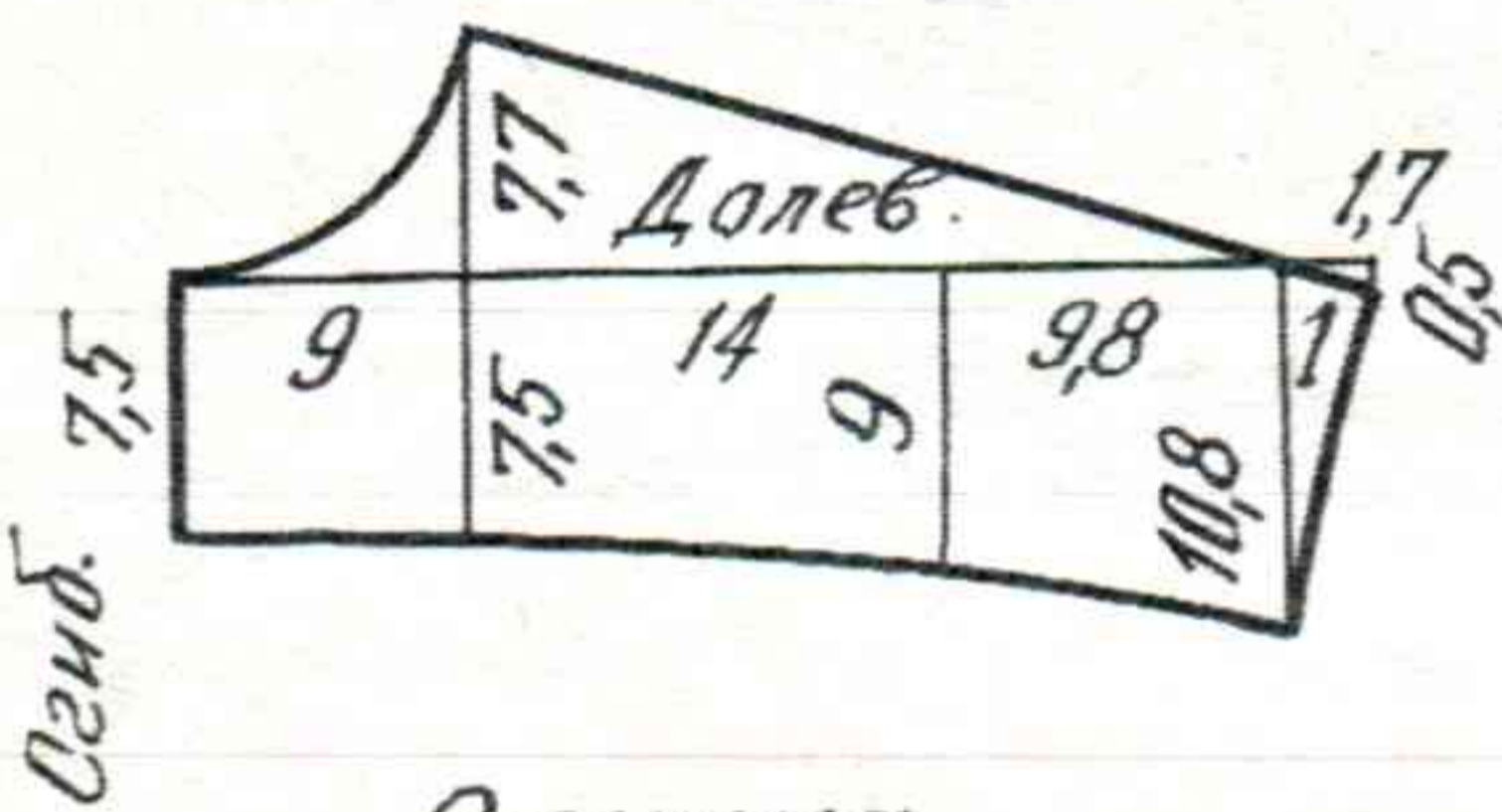
Все чертежи даны без припусков на швы.



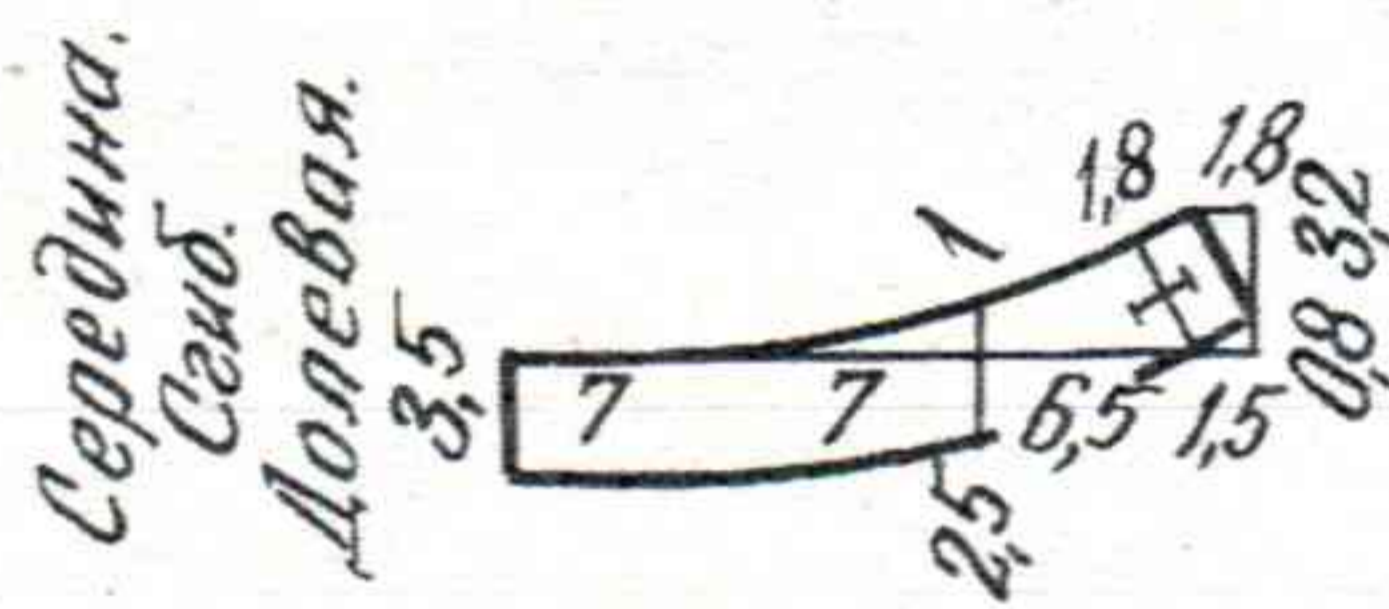
Т. ОВСЯННИКОВА,
конструктор

Рисунки С. ТАБУНОВОЙ

Кокетка,
1 дет.



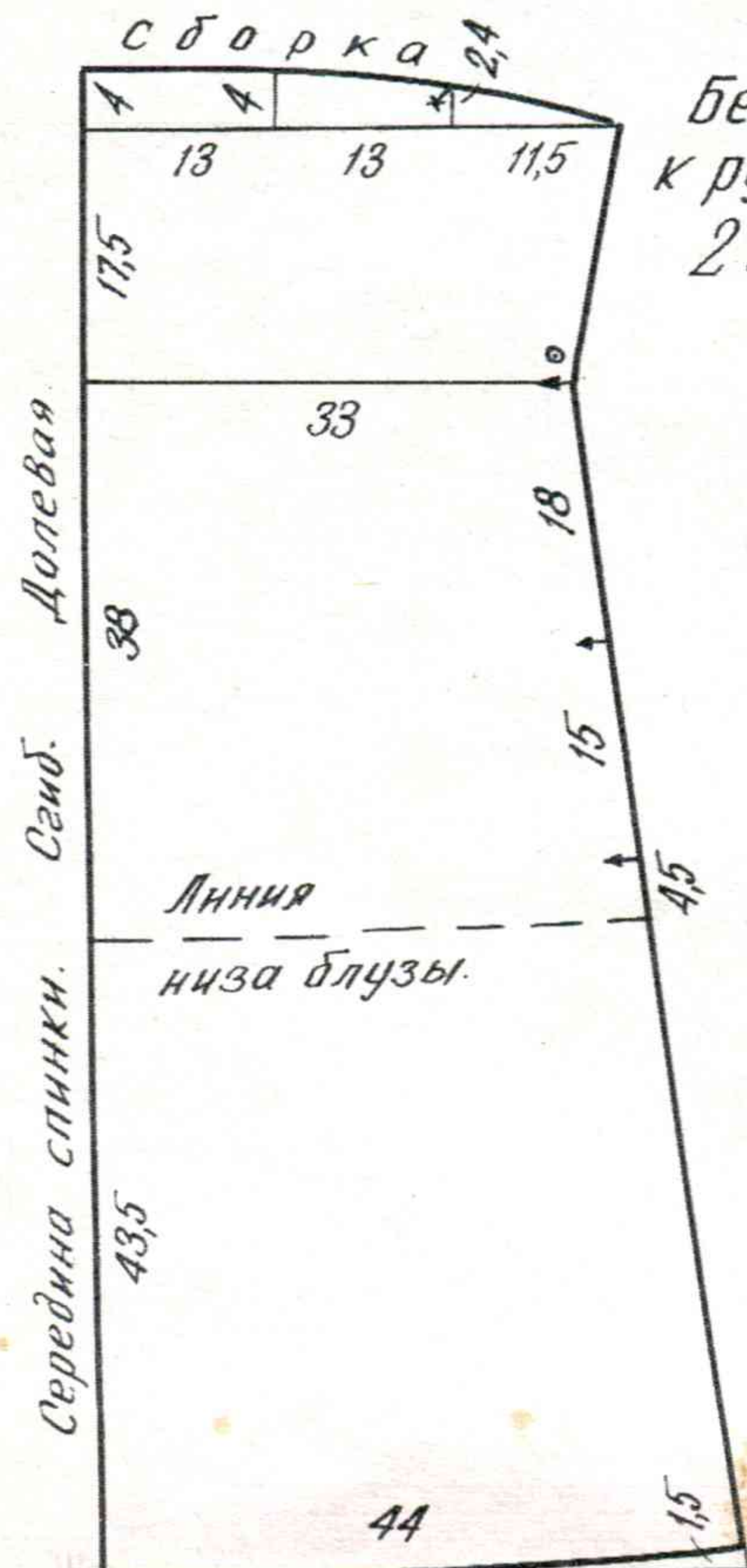
Платье, размер 50, рост III.



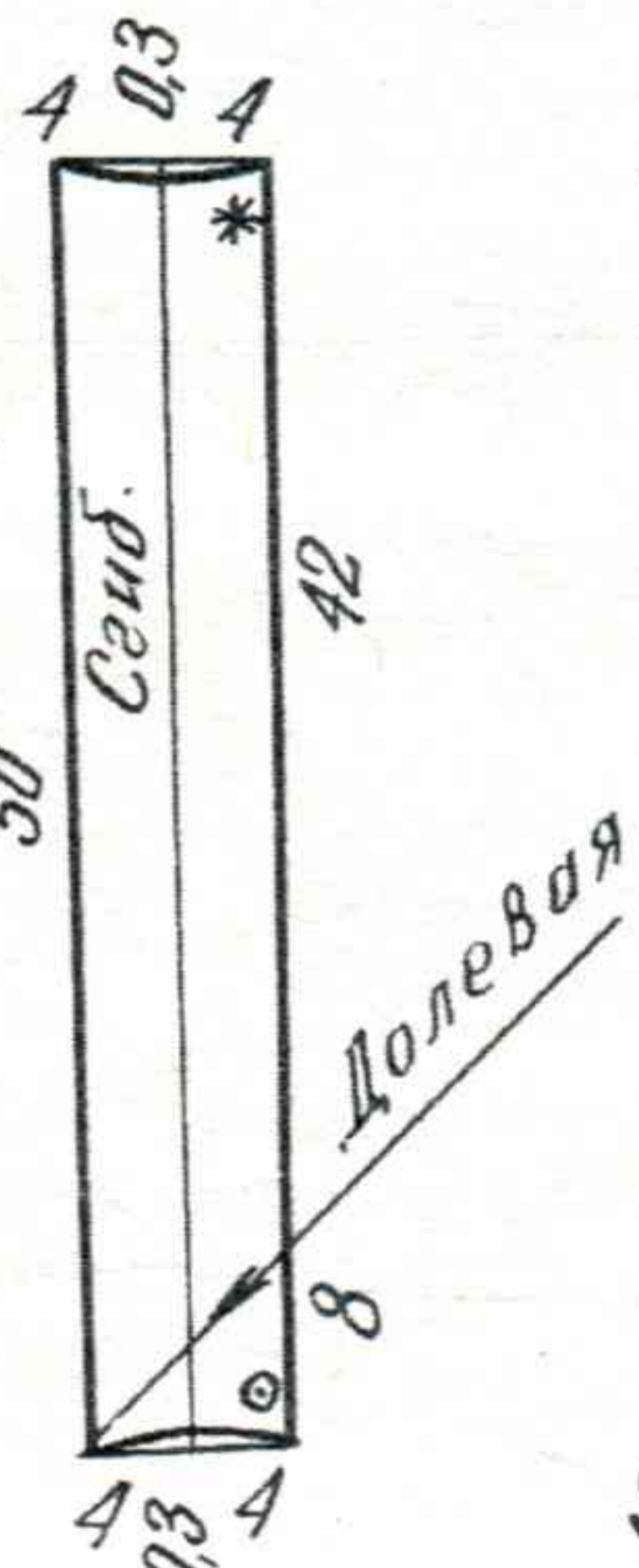
Перед-2 дет.

Планка
с подбор-
том,
2 дет.

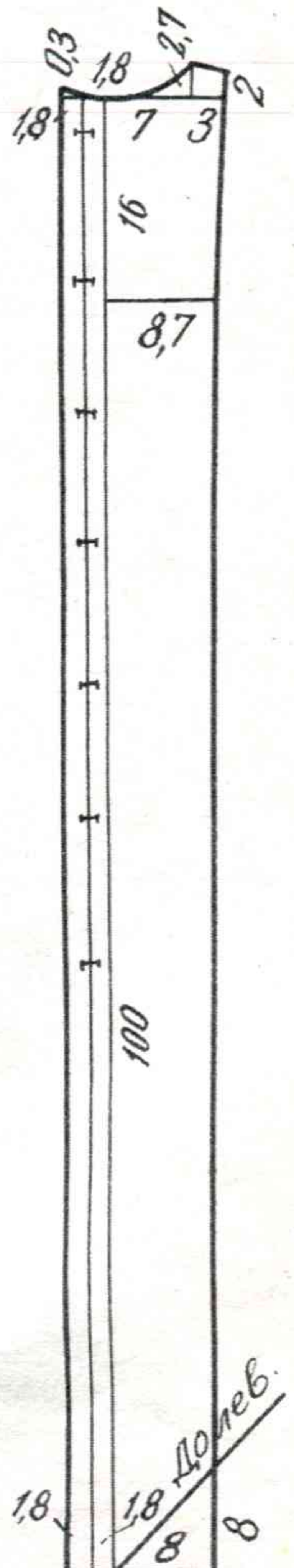
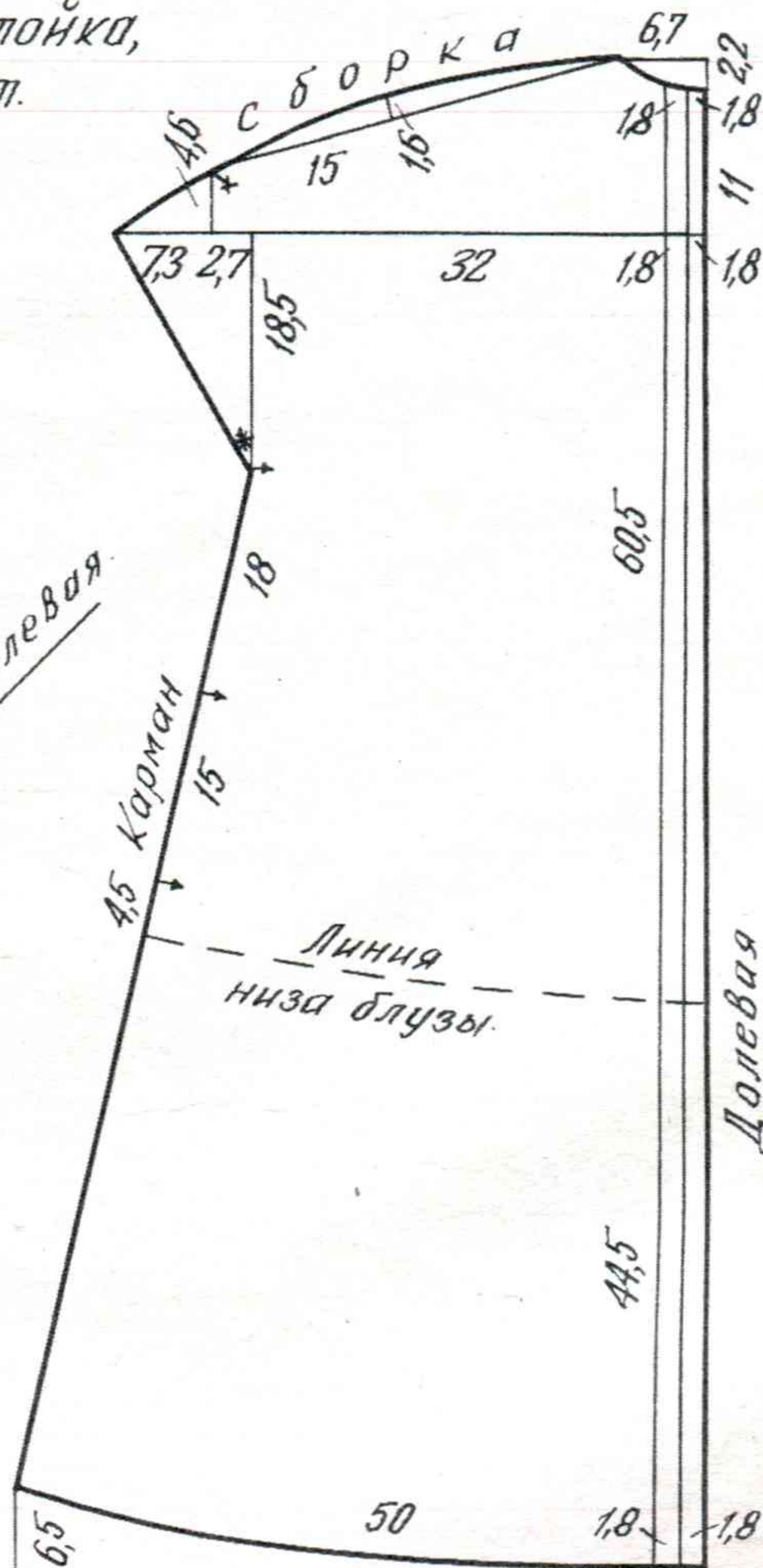
Спинка,
1 дет.



Воротник-стойка,
2 дет.



Бейка
к рукаву,
2 дет.



Дорогая «Крестьянка»!
Сейчас многие женщины делают химическую завивку. Пожалуйста, расскажите подробнее о ней. Не вредна ли она для длинных волос и какие современные прически рекомендуют специалисты на ее основе?

Л. РУСАЛКИНА
Херсонская область.

ПРИЧЕСКА К ЛЮБОМУ ЛИЦУ



С просьбой ответить на это письмо наш корреспондент обратился к заведующей сектором технологии и моделирования причесок Центрального проектно-конструкторского и технологического бюро Министерства бытового обслуживания населения РСФСР Нине Петровне Воробьевой.

Вот что она рассказала:

— Химическая завивка появилась у нас в стране в начале шестидесятых годов и сразу завоевала популярность. Она имеет большие преимущества перед обычной: завитые волосы легче поддаются любому способу оформления, кажутся более пышными, густыми, дольше сохраняют прическу.

Девушки тогда не проявили к ней большого внимания: в моде были длинные прямые волосы. Несколько лет назад отношение к этой завивке изменилось. Можно сказать, она сейчас переживает второе рождение. С чем это связано? Скорее всего с новым направлением моды вообще. Иной стала женская одежда: она приобрела более мягкие, естественные линии, стали популярны отделки рюшами, воланами, оборками. Новый стиль в одежде потребовал и нового оформления причесок: они стали пышнее.

Теперь и девушки охотно прибегают к химической завивке. Если раньше «химия» служила лишь основой для укладки, то теперь она нередко является самостоятельным видом прически.

Изменилась технология получения завитка, по-другому стали применяться химические препараты, появились различного диаметра «кокляшки» — палочки для накручивания волос. В связи с новой технологией на них можно накручивать волосы различной длины. (Прежде химическая завивка делалась только на короткие пряди.)

Наша лаборатория разработала несколько вариантов химической завивки для длинных волос различной структуры. На-

пример, метод, при котором вначале волосы заплетаются в тонкие косички, а потом их концы накручиваются на «кокляшки»: пряди можно накручивать вертикально в направлении к лицу и от лица. Безусловной новинкой нынешней химической завивки является то, что она выполняется мастером-парикмахером с учетом задуманной прически. До этого кокляшки располагались на голове в одинаковом порядке. Теперь волосы накручиваются на них так же, как на бигуди. Получаются красивые естественные волны и локоны, которые не нуждаются в дополнительной укладке.

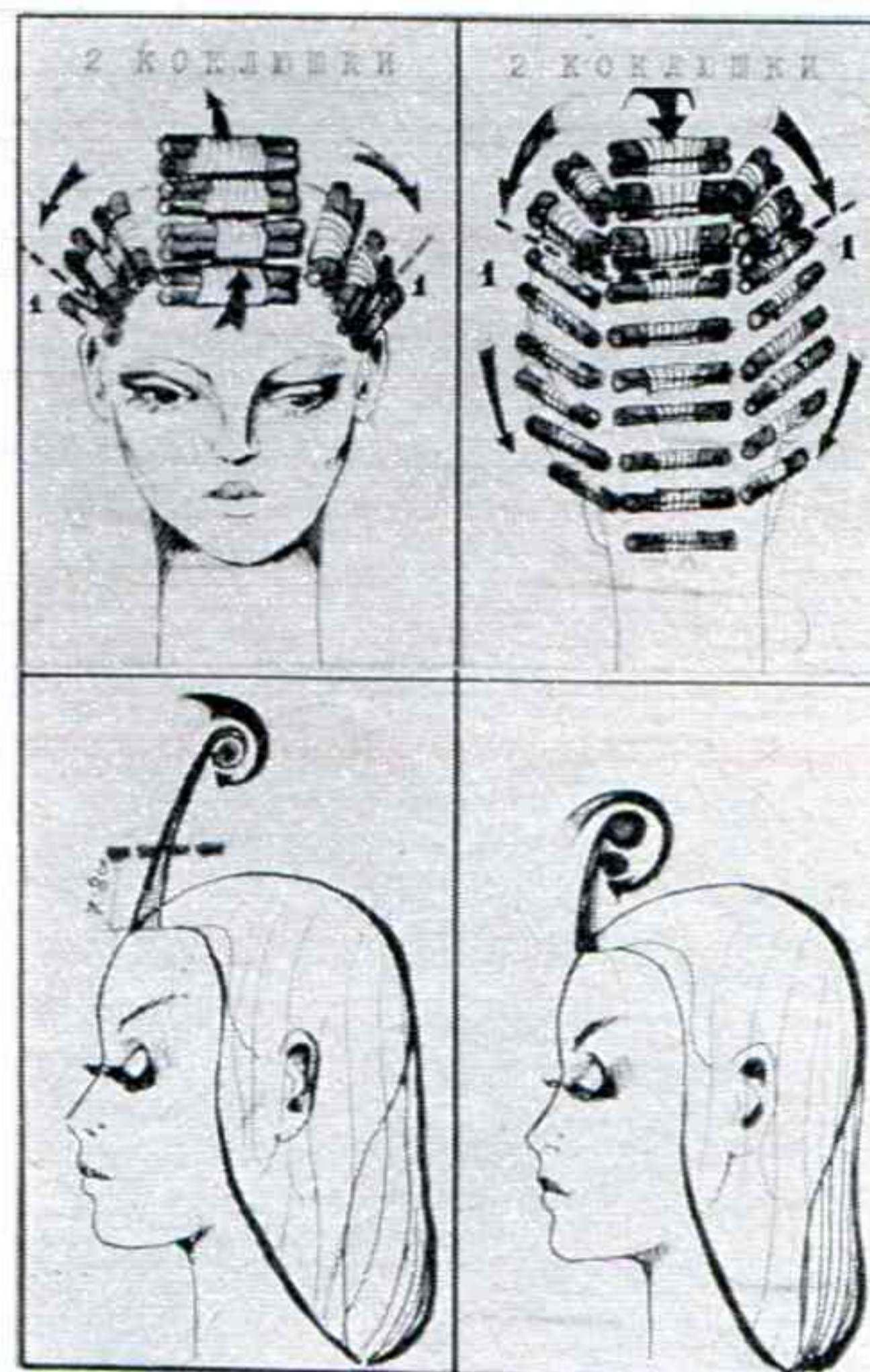
Химическую завивку можно делать при любых здоровых волосах, в том числе и окрашенных. Мастер лишь должен соблюдать разработанную специально для таких волос технологию накрутки.

Рекомендуем химическую завивку женщинам всех возрастов, с любым типом лица.

Надеемся, разработанные нами модели причесок на основе современной химической завивки понравятся читательницам «Крестьянки». Все они выполнены без последующей укладки на бигуди.

В помощь мастеру-парикмахеру

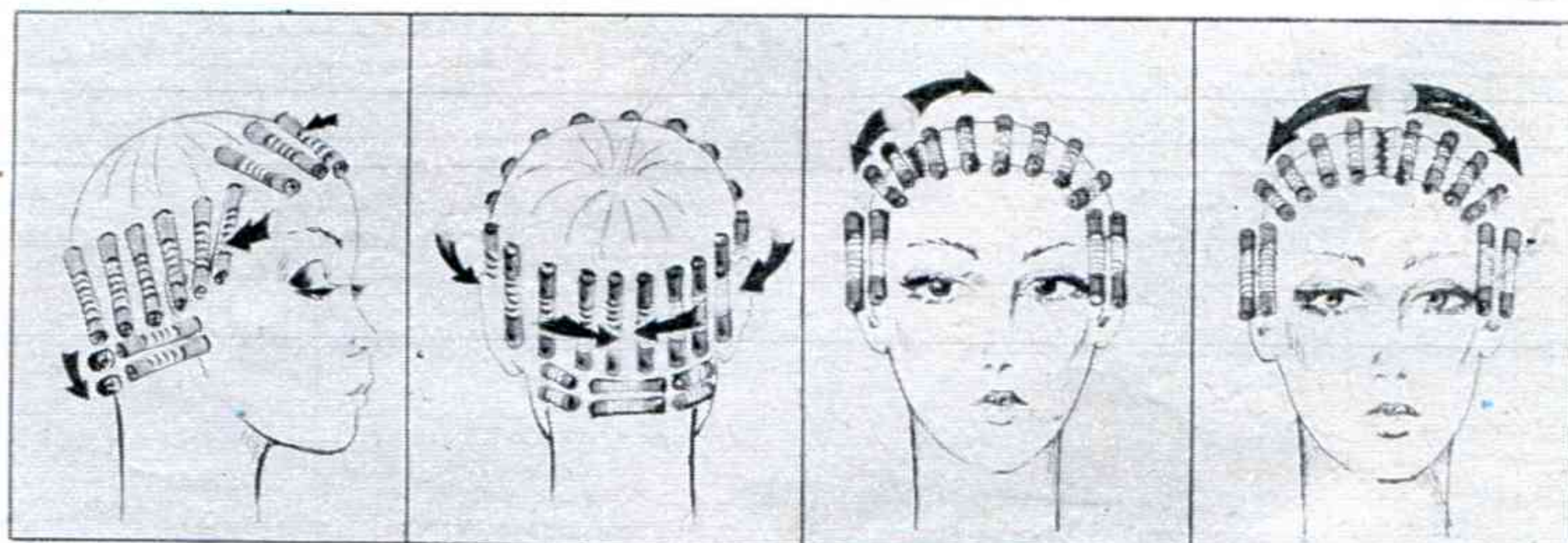
1. Химическая завивка длинных волос на две кокляшки.



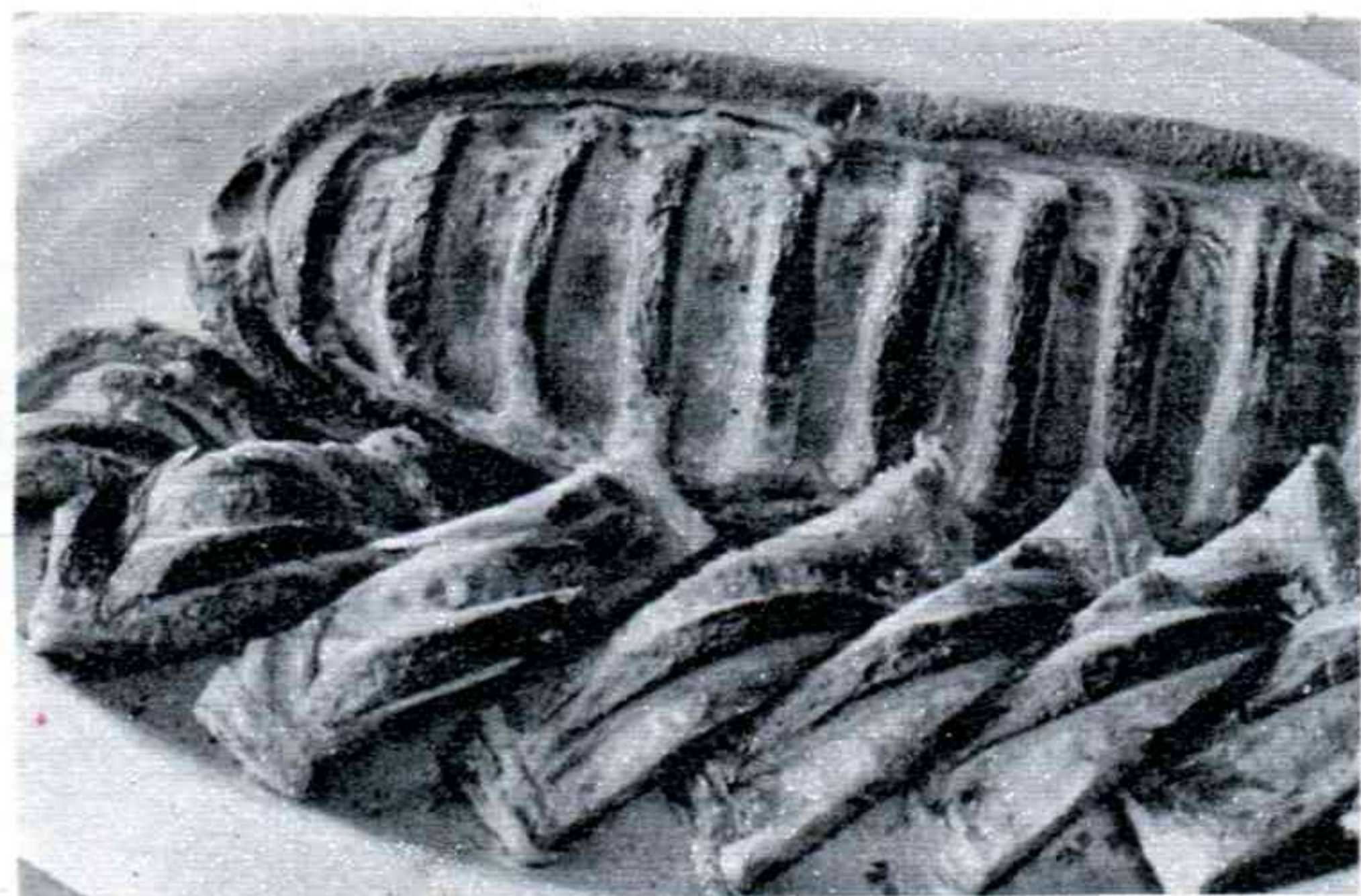
Добавление второй палочки.

Завивка с боковым пробором.

2. Химическая завивка длинных волос на вертикально расположенные кокляшки.



Завивка с центральным пробором.



«НЕ КРАСНА ИЗБА УГЛАМИ...

...а красна изба пирогами» — гласит народная мудрость. Пышные да румяные, они украшение любого стола.

Чтобы пироги получились вкусными и красивыми, необходимо правильно замесить и выдержать тесто, проявить изобретательность в приготовлении начинки.

Тесто можно приготовить безопарным или опарным способом. Второй предпочтительнее, если кладется много сдобы.

При безопарном способе тесто замешивают сразу, в один прием, дают ему подойти, а затем обминают и дают подойти еще раз.

При опарном способе сначала приготовьте опару, то есть жидкое тесто. Влейте всю полагающуюся по норме подогретую воду (или молоко) в большую кастрюлю, растворите в ней дрожжи и всыпьте половину муки. Хорошенько размешайте и поставьте в теплое место на час. За это время опара подойдет, и объем ее увеличится в полтора-два раза. Когда брожение закончится и опара начнет понемногу оседать, добавьте сдобу, соль и сахар, растворенные в небольшом количестве воды или молока, снова размешайте, добавьте остальную муку и замесите тесто. Оно должно быть хорошо вымешено, не прилипать к рукам и стенкам посуды.

Вымешенное тесто поставьте для брожения в теплое место на полтора-два часа. Начавшееся оседание теста будет свидетельствовать о его готовности.

Ни опаре, ни тесту не следует давать переставаться: размножившиеся молочнокислые бактерии превращают сахаристые вещества в молочную кислоту, отчего тесто и выпеченные из него изделия приобретут кисловатый привкус. Следовательно, совершенно излишне ставить тесто с вечера. Для подъема его вполне достаточно 2,5—3 часа.

Необходимо соблюдать соотношение муки, сдобы, жидкости. При уменьшении или увеличении нормы муки нужно пропорционально уменьшить или увеличить количество жидкости (воды или молока), дрожжей, сдобы.

На 1 кг муки обычно берется 30—40 г дрожжей, 2 стакана воды или молока, 2—4 столовые ложки жира, 2—3 яйца, столовая ложка сахара и чайная ложка соли.

Начинка для пирогов

Из мяса. Сырое мясо нарезать на небольшие куски весом 30—40 г и обжарить с жиром, а затем положить в посуду, залить небольшим количеством воды и тушить до готовности. Бульон слить, на нем можно приготовить белый соус ко второму мясному блюду. Мелко нарезать репчатый лук и обжарить с жиром. Готовое мясо и обжаренный лук пропустить через мясорубку, добавить по вкусу соль, немного бульона, можно и вареный рис.

Из творога. Творог протереть через сито или пропустить через мясорубку, добавить яйца (из расчета на 500 г творога одно яйцо), соль и сахар по вкусу. В фарш можно добавить промытый и перебранный изюм без косточек или морковный фарш (половину от количества творога). Приготовление фарша из моркови смотрите ниже.

Из моркови. Морковь очистить, тщательно промыть, натереть на терке или пропустить через мясорубку, после чего тушить с жиром и небольшим количеством воды. Затем прибавить по вкусу сахар и соль, можно рубленые крутые яйца или отварной рис.

Из свежей капусты. Капусту очистить от грубых верхних листьев, мелко порубить, положить на противень с растопленным жиром слоем не более 3 см и жарить до готовности на плите или в духовке при температуре не менее 200°. При более низкой температуре она приобретает бурый цвет и становится невкусной. Готовую капусту охладить, добавить соль и сваренные вкрутую рубленые яйца.

Солить свежую капусту или жареную, но не охлажденную не следует, так как при этом выделяется слишком много сока и качество фарша ухудшается.

Можно приготовить фарш из квашеной капусты. Для этого ее надо отжать (очень кислую предварительно промыть), обжарить на жире, добавить немного воды или бульона и тушить до готовности. Затем добавить слегка обжаренный лук, немного сахара.

Из свежих яблок. Яблоки помыть, удалить сердцевину, испорченные места и нарезать ломтиками. Добавить сахар (на килограмм неочищенных яблок 0,5 стакана песка) и варить на легком огне, пока масса не загустеет. Можно в яблочный фарш добавить немного морковного, приготовленного, как указано выше.

Из сушеных яблок. Яблоки перебрать, помыть, залить водой и оставить на 2—3 часа для набухания, после чего варить в той же воде, пока не станут мягкими. Затем пропустить через мясорубку, добавить сахар и, помешивая, варить на слабом огне до загустения.

Для приготовления фарша можно использовать и другие сушеные фрукты: урюк, чернослив, груши, изюм. Перед тем, как пропустить подготовленные, как и яблоки, фрукты через мясорубку, не забудьте вынуть из них косточки.

Из мака. Сухой мак промыть теплой водой, переложить в просторный марлевый мешочек и варить в таком виде час. Затем отжать, положить на тарелку для остывания. Пропустить через мясорубку, смешать с сахаром и варить до полного растворения сахара и загустения массы.

К маку можно прибавить пропущенный через мясорубку изюм.

Из орехов с изюмом. Ядра орехов — фундука или грецкого — слегка обжарить на сковороде до желтого цвета, смешать в равных количествах с перебранным и вымытым изюмом и пропустить через мясорубку.

Готовое тесто выложить на стол или пирожковую доску, посыпанную мукой, разделить на кусочки и скатать из них шарики. Оставить на 5—8 минут, чтобы тесто немного подошло. Раскатать шарики в виде круглых лепешек толщиной до 1 см и положить на каждую подготовленную и охлажденную начинку. Края лепешки соединить и защипать, придавая пирожку овальную форму.

Разделанные пирожки уложить защипанной стороной на смазанный маслом противень на расстоянии 2 см друг от друга и поставить на 15—20 минут в теплое место, чтобы они поднялись. Смазать пирожки взбитым яйцом и поставить в духовку; выпекать в течение 10—15 минут. Готовые снять с листа, смазать сверху маслом и накрыть чистым полотенцем.

СОХРАНИМ ДЛЯ БУДУЩЕЙ ЗИМЫ

надолго сохранит красивый вид изделия.

Прежде всего меховые вещи надо просушить. Лучше это сделать на воздухе, на сквозняке, но обязательно в тени, так как мех на солнце желтеет. Меховые шубы, пальто с меховым воротником, меховые жакеты для просушки надо обязательно вешать на плечики, чтобы ворс не сминался, просыхал равномерно, а сама вещь не теряла своей формы. Если ворс местами сваялся, его надо тщательно расчесать, начиная с верха ворса, металлической или пластмассовой, не очень частой расческой.

Несильно загрязненные меховые изделия можно чистить в домашних условиях. Жировые пятна на небольших изделиях (шапки, воротники) уда-

Весна вступила в свои права. Нужда в зимних меховых вещах отпала, и поэтому необходимо привести их в порядок, чтобы они хорошо сохранились до следующего сезона.

Правильный уход за мехом продлит срок его годности.

ляют, протирая мех чистой тряпкой, смоченной бензином. Протирать надо в одном направлении: несильно засаленные изделия — по ворсу, более засаленные с недлинным волосьяным покровом — против ворса. Дать меху просохнуть и расчесать его. Пятна жира и пота на меховом покрове хорошо чистить смесью нашатырного спирта с поваренной солью (1 чайная ложка нашатырного спирта, 3 чайные ложки поваренной соли на пол-литра воды) или смесью денатурированного и нашатырного спирта (в равных частях). Тряпкой или чистой щеткой, смоченной одним из указанных растворов, протереть загрязненный мех, а затем, дав ему просохнуть, расчесать.

Крупные меховые изделия лучше чистить немного подогретыми древесными опилками или пшеничными отрубями. Опилки можно предварительно смочить бензином. Небольшое количество их (1—2 горсти) насыпать на загрязненное место и тщательно протереть рукой. Затем изделие аккуратно вытрясти и выколотить палкой или прутиком, после чего прочесать гребнем.

Меховые изделия с белым волосьяным покровом хорошо чистить картофельной мукой.

Если у меховых изделий или у меховых шкурок кожевая ткань (мездра) несколько огрубела и потеряла свои эластичные свойства, их можно восстановить, смочив мездру раствором уксусной эссенции (1 столовая ложка) и поваренной соли (50 г) на 1 л воды или специально приготовленной жировой эмульсией (в небольшом количестве теплой воды развести 100 г мыла, добавить 100 г рыбьего жира и 15—20 капель нашатырного спирта, все хорошо перемешать и разбавить водой до 1 л).

Смочив мездру, изделие надо сложить пополам мехом наружу и оставить на 3—4 часа, затем высушить (при комнатной температуре), тщательно размять и растянуть в разных направлениях. Мездра будет опять мягкой и эластичной. Если при этом запачкался ворс, его нужно протереть бензином и расчесать.

Хранить меховые изделия лучше при низкой температуре в сухом помещении. При высокой температуре мех пересыхает, мездра делается жесткой. Для предохранения от света, особенно от солнца, меха со светлым волосьяным покровом рекомендуется хранить в темном месте.

Для борьбы с молью пользуются нафталином (насыпать в марлевые мешочки и подшить их к изделию) или препаратом «Антимоль».

За лето меховые вещи надо один-два раза проветрить и выколотить на воздухе.



ОДЕЖДА ДЛЯ ПОЛНЫХ

«Если с годами фигура расплнела, а на висках заметно проступила седина, можно ли одеваться красиво и модно?» — сомневаются многие наши читательницы.

Посмотрите на модели платьев и костюмов, предлагаемые Рижским и Горьковским домами моделей. Четкие линии кроя, умеренность в деталях, однотонность тканей придают этим вещам элегантность и помогают скрыть дефекты фигуры.



Фото В. КАМЫШКО.



● Фактура изделия, выполненного с помощью специальной иглы, напоминает фактуру меха или вязания с вытянутыми петлями. Иглу нетрудно смастерить самим (рис. 1). Для нее потребуется кусочек жести (или полая металлическая трубочка) и кусочек проволоки.

Из жести делают трубочку длиной 10,5 см. Диаметр нижней части ее 2 мм, верхней — от 5 до 8 мм. Верхний край может быть немного сплюснен: в этом случае иглу легче удерживать в одном положении.

Узкий край трубочки имеет косой срез с одной стороны и круглое отверстие — с другой.

В средней части трубочки сделаны 4—5 дырочек, в которые можно вставлять один конец проволоки — пружинки. Другой ее конец обвивает иглу и может передвигаться по ней. Нитку от клубка проводят с помощью обычной швейной иглы. В нее вдевают тонкую катушечную нитку. Оба конца нитки связывают узелком, чтобы получилась петля. В нее продевают конец цветной нитки, и все вместе пропускают через жестяную иглу сверху вниз. Иглу с ниткой выводят сначала через косой срез, затем в отверстие на противоположной стороне иглы.

Узор переводят на изнаночную сторону ткани с помощью копировальной бумаги. Ткань закрепляют пальцами. Большое изделие квадратной или прямоугольной формы выполняют на деревянной раме. Ткань прикрепляют к раме кнопками или небольшими гвоздиками.

Иглой с ниткой делают прокол в ткани с изнаночной стороны на лицевую; придерживая левой рукой кончик нитки, вытаскивают иглу и делают новые проколы, располагая их сначала по контуру узора, затем выполняя непосредственно рисунок.

Расстояние между проколами — 2 мм.

Иглу водят по вертикали так: то вниз до упора (пружинки), то вверх до выхода иглы из ткани. Длина петель на лицевой стороне может быть разной и зависит от высоты пружинки. Петлями заполняют все изделие или отдельные фрагменты рисунка. Закончив работу, ткань смазывают с изнанки густым крахмалом, высушивают и снимают с рамки. По желанию кончики петель можно состричь.

Узоры для панно и наволочки на диванную подушку надо увеличить по клеткам. Размер клетки — 2 см.

Для работы подойдут любые нитки: тонкая шерсть (в 4 нитки), ирис (в 2 нитки), шток бумажная и полушерстяная, гарус (в 1 нитку) и другие.

ИГЛА-ВОЛШЕБНИЦА

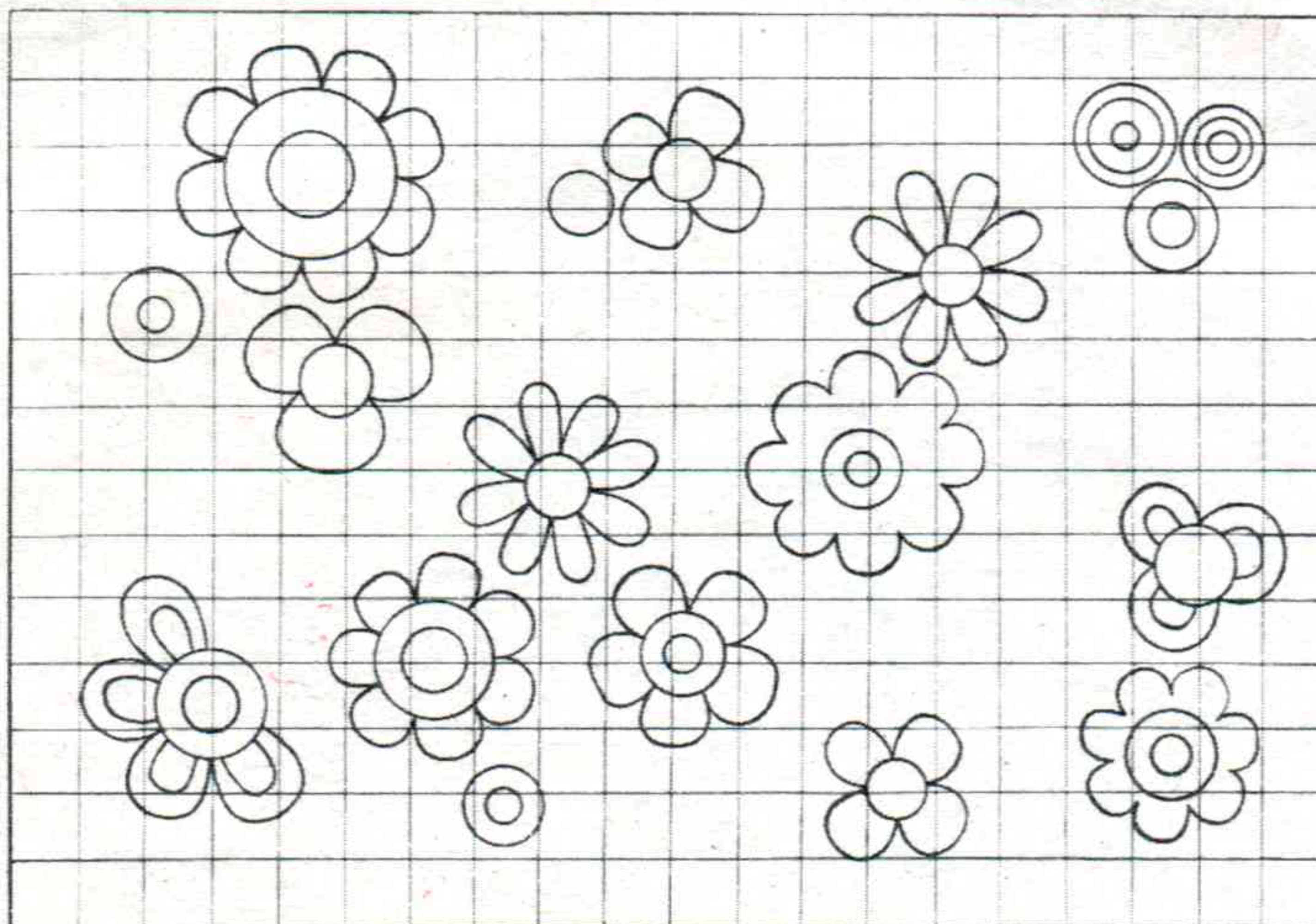


Рис. 2.

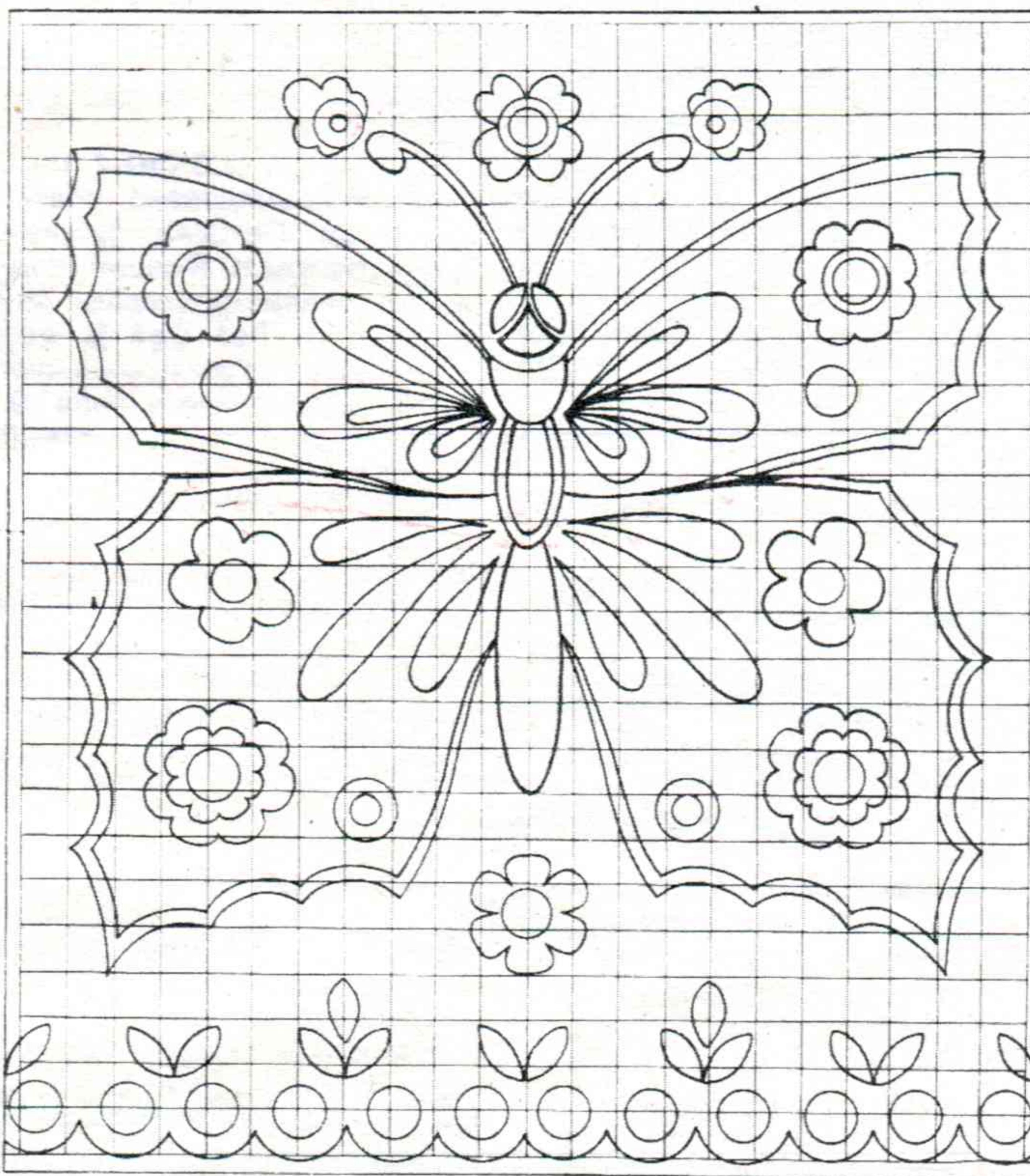


Рис. 3.

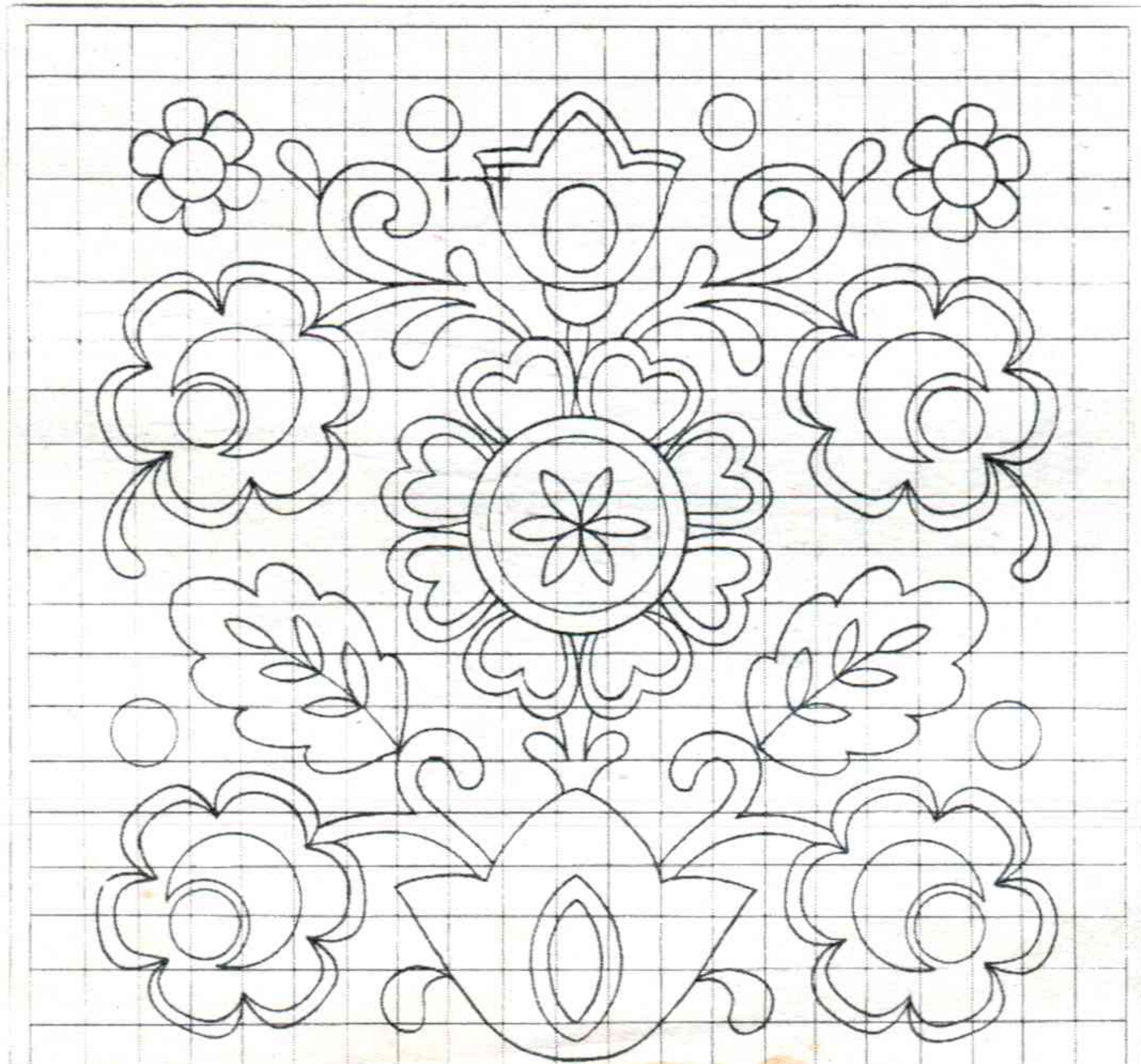


Рис. 4.

Настенное панно (рис. 2) выполнено на грубом суровом полотне (бортовка). Размер его в готовом виде 50×35 см. Часть рисунка цветов заполнена петлями полностью, в другой части — 1, 2 и 3-й ряды петель расположены по контуру цветка. Узор выполнен нитками белого, лимонного, оранжевого, горчичного, терракотового (кирпичного) и коричневого цветов.

На расстоянии 2,5 см от краев ткани, сверху и по бокам панно, выполнен ряд петель горчичного цвета. Вдоль нижнего края панно — 4 полосы: горчичного, оранжевого, коричневого цветов и одна в виде фестонов — также горчичного цвета.

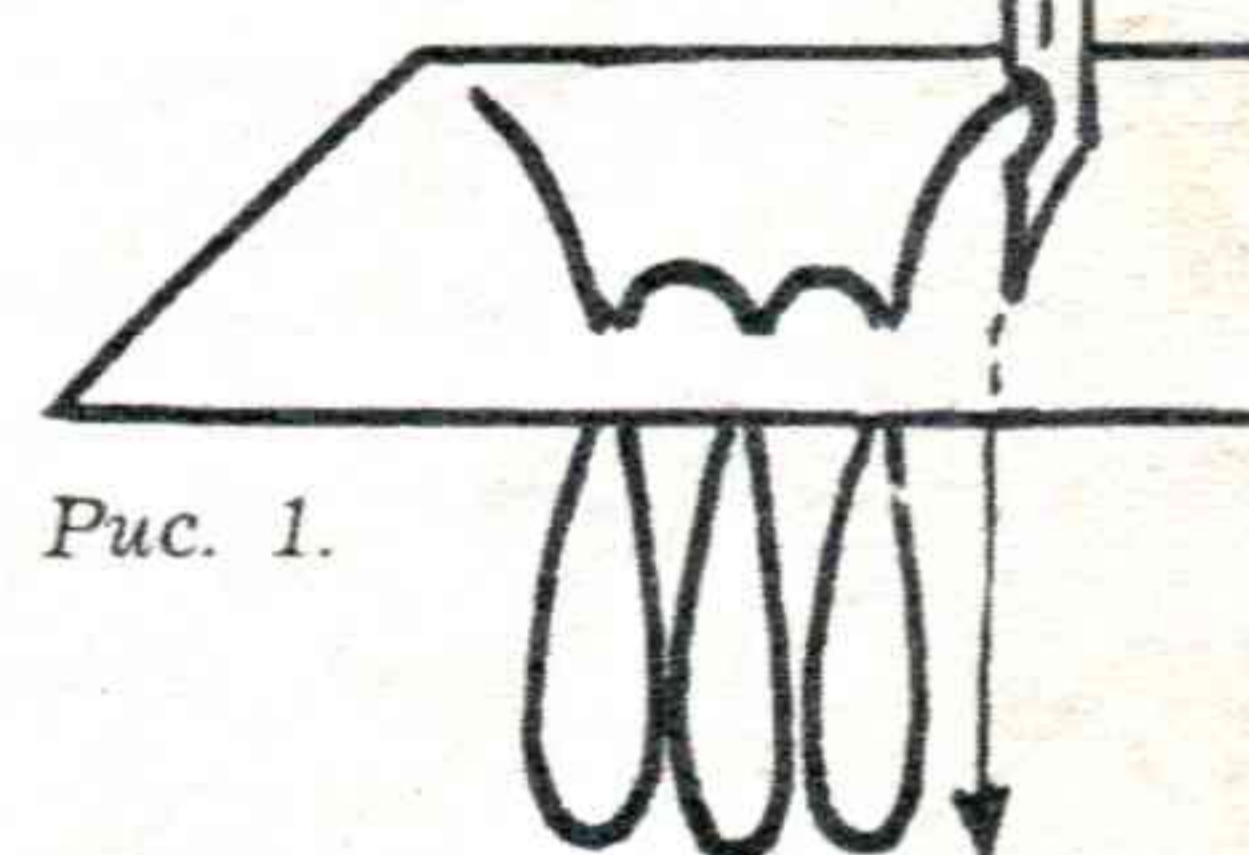


Рис. 1.

Панно «бабочка» (рис. 3) Ткань — темно-коричневого или темно-синего цвета. Размер готового изделия 47×54 см. Фон панно вышивать не надо. Бабочку можно вышить полностью или только отдельные ее фрагменты и контур крыльев.

Наволочка на диванную подушку (рис. 4)

Размер изделия 44×44 см. Для выполнения узора подойдут шерстяные или синтетические объемные нитки.

Узор «клевер» (рис. 5) вышите на любом изделии по вашему усмотрению.

Т. ЕРЕМЕНКО

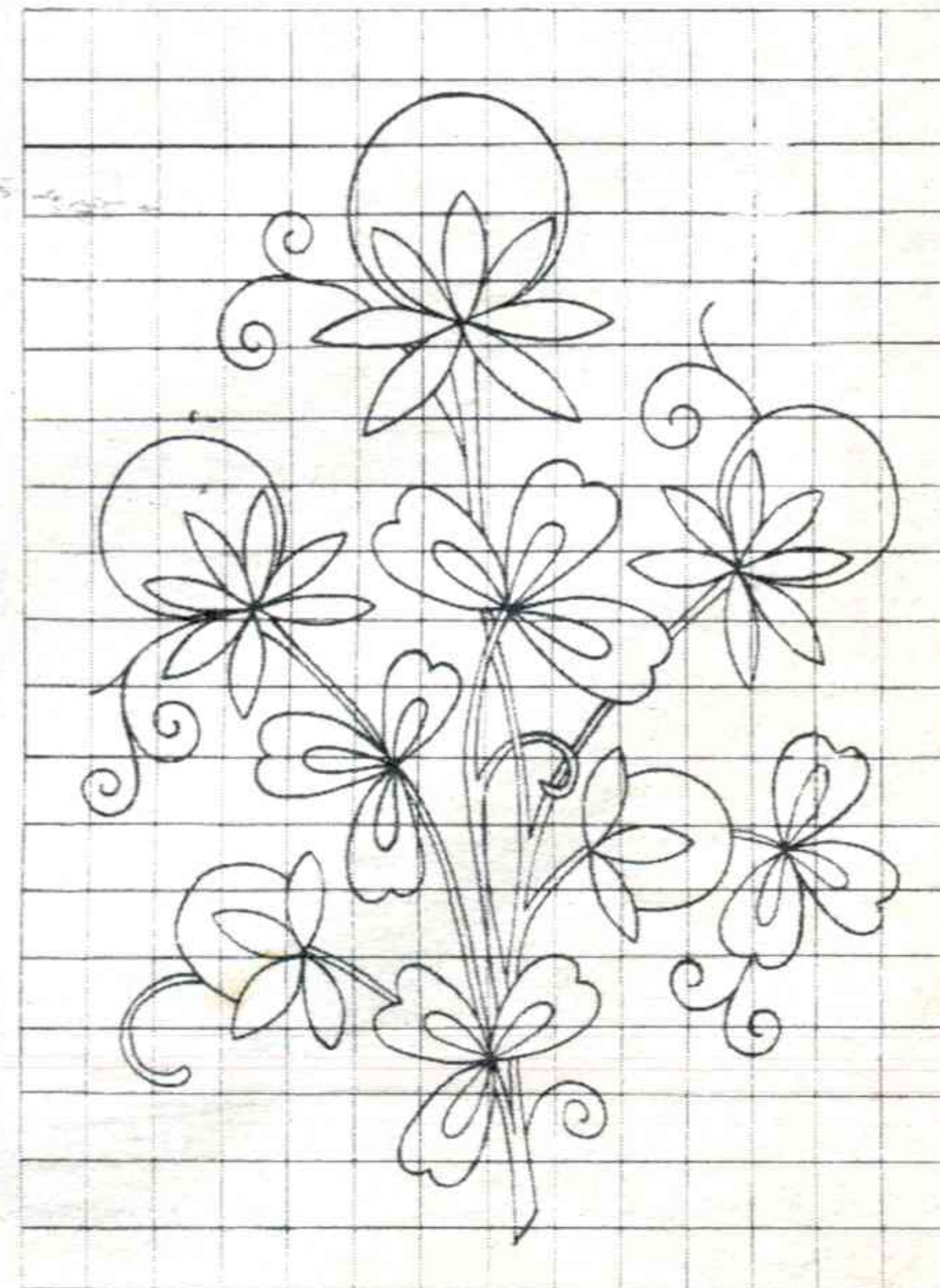


Рис. 5.



КАРТОФЕЛЬ культивируется повсеместно. Содержит: крахмал, белок, жир, органические кислоты, калий, фосфор, витамины В₁, В₂, С, РР и другие вещества. Клубни, если их держать на свету, на солнце, зеленеют, становятся ядовитыми от алкалоида соланина.

Картофель с давних времен широко применяется в медицине. Вареный обладает мочегонным и послабляющим действием. Сок сырых клубней нормализует кислотность желудочного сока, регулирует функцию кишечника, снимает изжогу, тошноту, устраняет боли в желудке и кишечнике, обладает противовоспалительным действием и способствует быстрому заживлению язв желудка и 12-перстной кишки.

В целях предупреждения обострения язвенной болезни желудка и 12-перстной кишки врачи советуют пить картофельный сок дважды в год — весной и осенью в течение двух недель. Способ применения таков: вымытые, очищенные сырые клубни пропускают через мясорубку или трут на терке. Измельченную массу выдавливают под грузом, сок процеживают, пьют по 2 столовые ложки 3—4 раза в день перед едой. Для профилактики этих заболеваний принимают сок в половинных дозах. Готовят его каждый день. Нарезанные пластинки свежего картофеля накладывают на кожу для лечения различных заболеваний кожи. Пар сваренного, горячего мятого картофеля вдыхают при заболеваниях дыхательных путей.

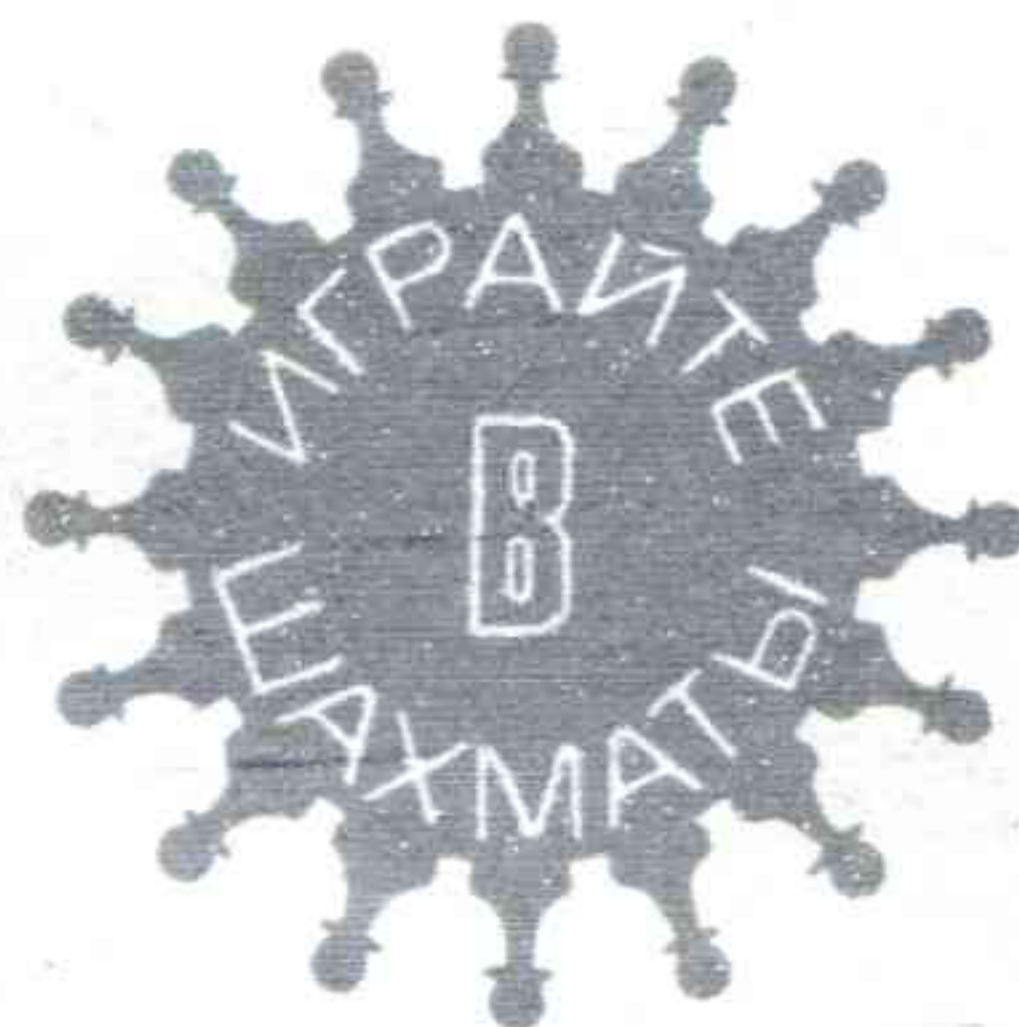
ТЫКВА ОБЫКНОВЕННАЯ возделывается во всех районах СССР как овощная культура. Ее используют и в лечебном питании. В плодовой мякоти содержатся: сахар, клетчатка, соли калия, кальция, магния, железа, витамины — С, В₁, В₂, РР, провитамин А. Сырая мякоть тыквы (употребляют по полкилограмма мякоти в день), а также свежий сок из мякоти (принимать по полстакана-стакану в день) улучшают функцию кишечника, предотвращают запоры, оказывают мочегонное действие. Их применяют для лечения почек и мочевого пузыря, устранения отеков, бессонницы. Семена тыквы — хорошее средство против ленточных и круглых глистов. Иногда кашцей из растертой мякоти тыквы лечат ожоги и экзему.

УКРОП ПАХУЧИЙ (ОГОРОДНЫЙ) — широко распространенное растение, обладающее приятным запахом. Для лечебных целей годятся трава и плоды, которые содержат: эфирное масло, витамин С, провитамин А. Настой из травы укропа применяют в начальных стадиях гипертонической болезни, для расслабления кишечника и как мочегонное средство. Настой из плодов улучшает аппетит, сон. Собирают траву укропа в течение всего лета, сушат в пучках под крышей. Плоды укропа заготавливают зрелыми в августе — сентябре.

Фармацевтическая промышленность начала выпускать из плодов укропа препарат анетин в таблетках. Врачи назначают его для лечения коронарной недостаточности и для профилактики приступов грудной жабы.

Н. ПОЛЯКОВ,
профессор

ПРОДОЛЖАЕМ БЕСЕДЫ
О ШАХМАТНЫХ ДЕБЮТАХ
Слово международному
гроссмейстеру
К. А. ЗВОРЫКИНОЙ



ЗАДАЧИ ЭДИТ БЭРД

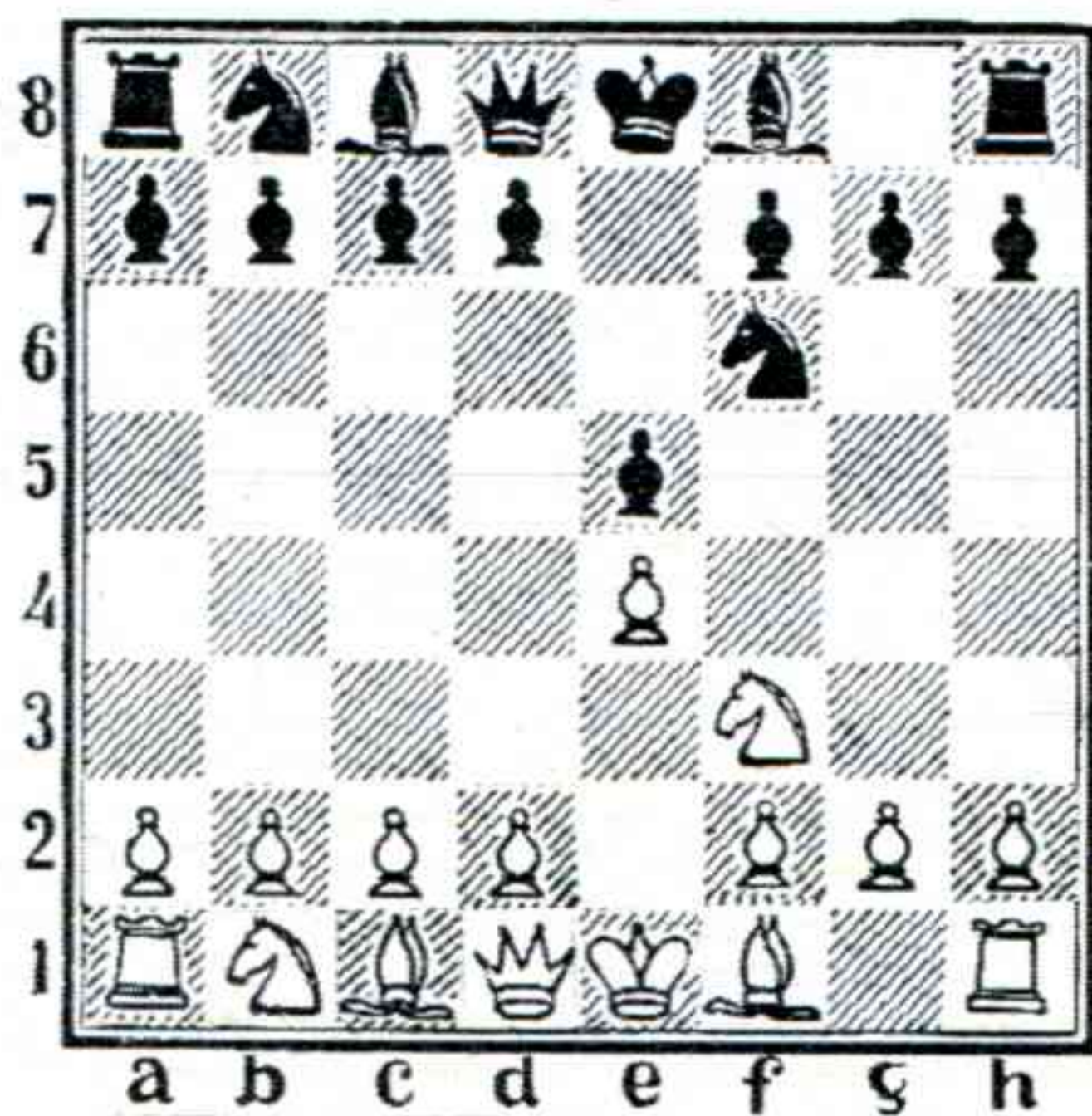
На протяжении веков шахматы считались мужским делом. «Игра королей» не пользовалась популярностью у представительниц «прекрасного пола». Что же касается шахматной композиции, то можно сказать, что история сохранила имя лишь одной женщины, поднявшейся в своем творчестве до вершин мастерства. Это англичанка, составительница задач — Эдит Бэрд (1869—1924 гг.).

Первую задачу Эдит составила в 1888 году. А затем началась ее необычайно плодотворная деятельность в этом направлении, результатом которой явилось более тысячи произведений различных жанров, призы и отличия на конкурсах. Эдит Бэрд завоевывала первенство на пятнадцати соревнованиях шахматных композиторов, опережая всякий раз многих именитых композиторов-мужчин.

В 1902 году в Англии вышел сборник, в который вошли лучшие из задач, составленных в разные годы Эдит Бэрд.

Предлагаем в качестве домашнего задания две задачи Бэрд.

РУССКАЯ ПАРТИЯ



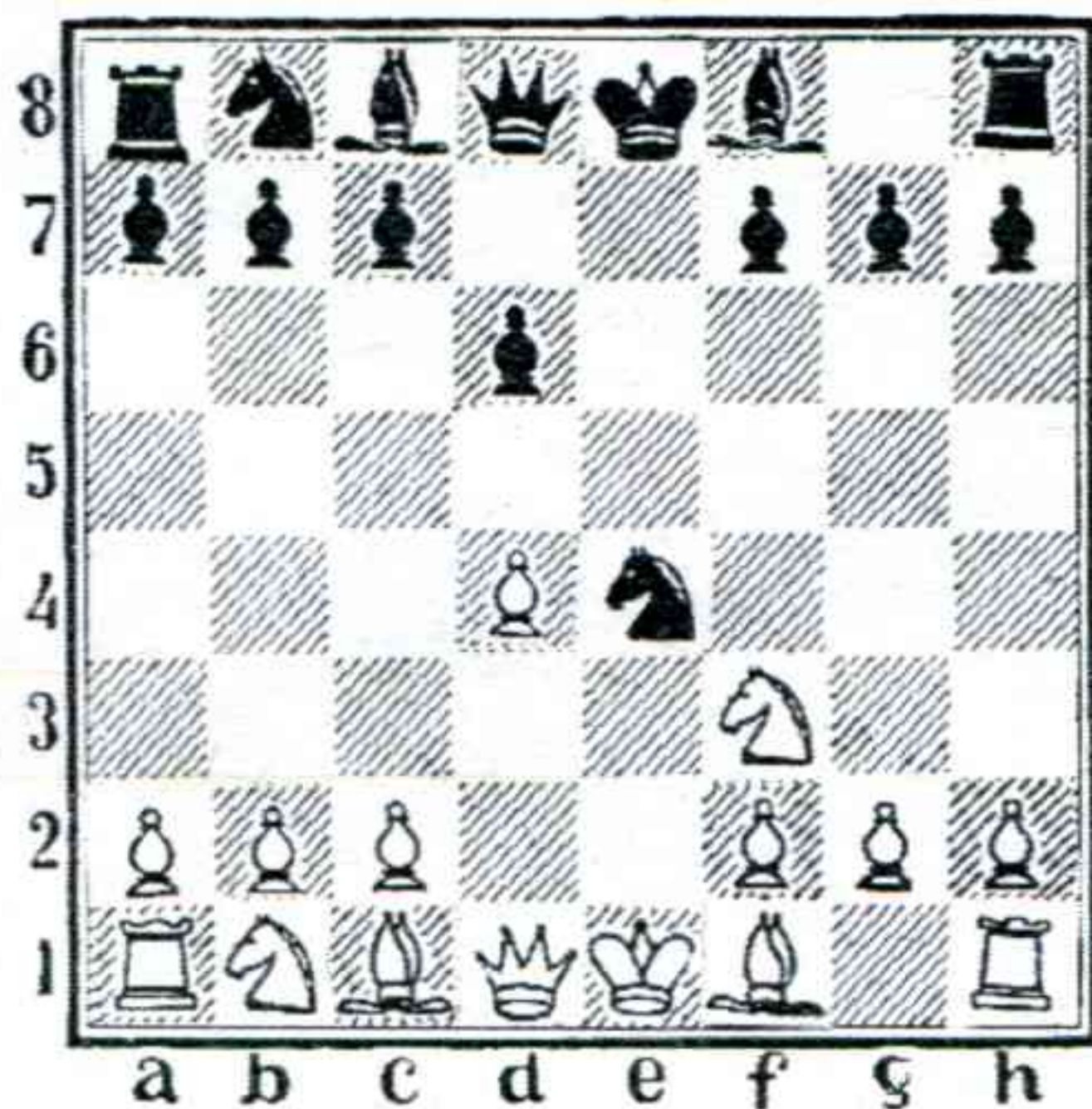
1. e4 e5 2. Kf3 Kf6 (диаграмма 1).

Черные не защищают атакованную пешку на e5, а нападают на белую пешку на e4, стремясь сразу перехватить инициативу.

Эту оригинальную стратегическую идею выдвинул замечательный русский шахматист XIX века А. Петров. Вот почему эта дебютная система вошла в шахматную теорию под названием «русская партия», именуют ее иногда и «защита Петрова».

3. K:e5 d6. Не торопитесь брать пешку белых на e4, это ведет к материальным потерям: 3... K:e4? 4. Fe2 Fe7 (4... Kf6?? Kc6+) 5. Fe4 d6 6. d4.

4. Kf3 K:e4 5. Fe2 Fe7 6. d3 Kf6 7. Cg5 Kbd7. В этом спокойном варианте черные не попадут в аварийную обста-



новку, в план их игры входят ходы: g6, Cg7, 0—0. Поэтому белые на пятом ходу вместо Fe2 часто играют d4 (диаграмма 2).

5. d4 d5 6. Cd3 Ce7 7. 0—0 Kc6! Рекомендовано современником Петрова русским шахматистом К. Янишем, подробно анализировавшим эту партию. 8. Le1 Cg4 9. c4!, заставляя отступить коня черных с центрального поля. 9... Kf6 10. cd K:d5 11. Kc3 0—0 12. Ce4 Ce6.

Мы привели современный вариант русской партии. Советские шахматисты много потрудились, чтобы усилить игру черных в этом дебюте, и русская партия регулярно встречается в турнирах мастеров и гроссмейстеров.

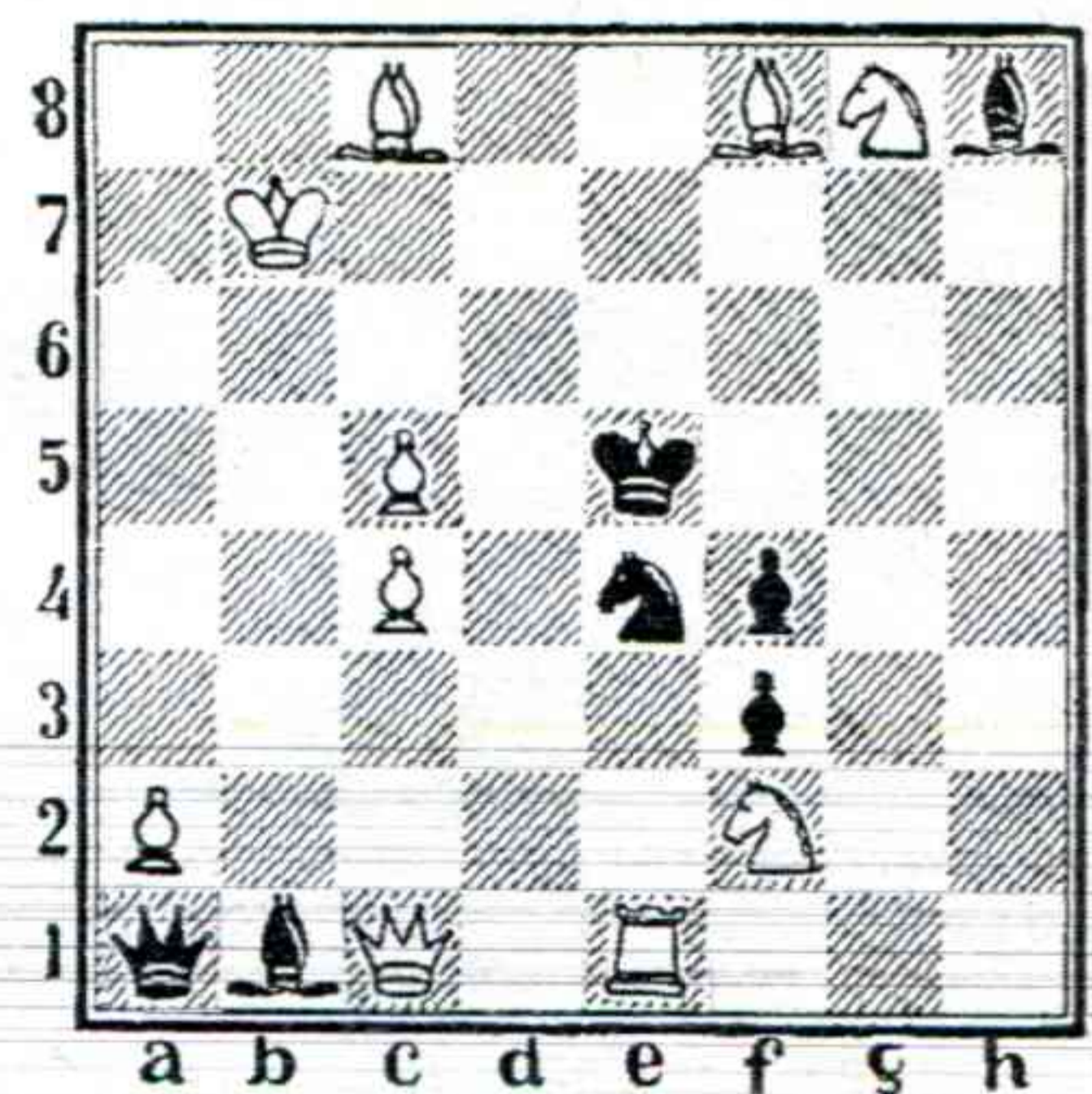
Рассмотренные нами дебютные системы дают возможность поговорить об общих принципах разыгрывания дебюта.

Как можно быстрее, без потери времени надо развивать свои фигуры и в то же время стараться помешать развитию фигур противника.

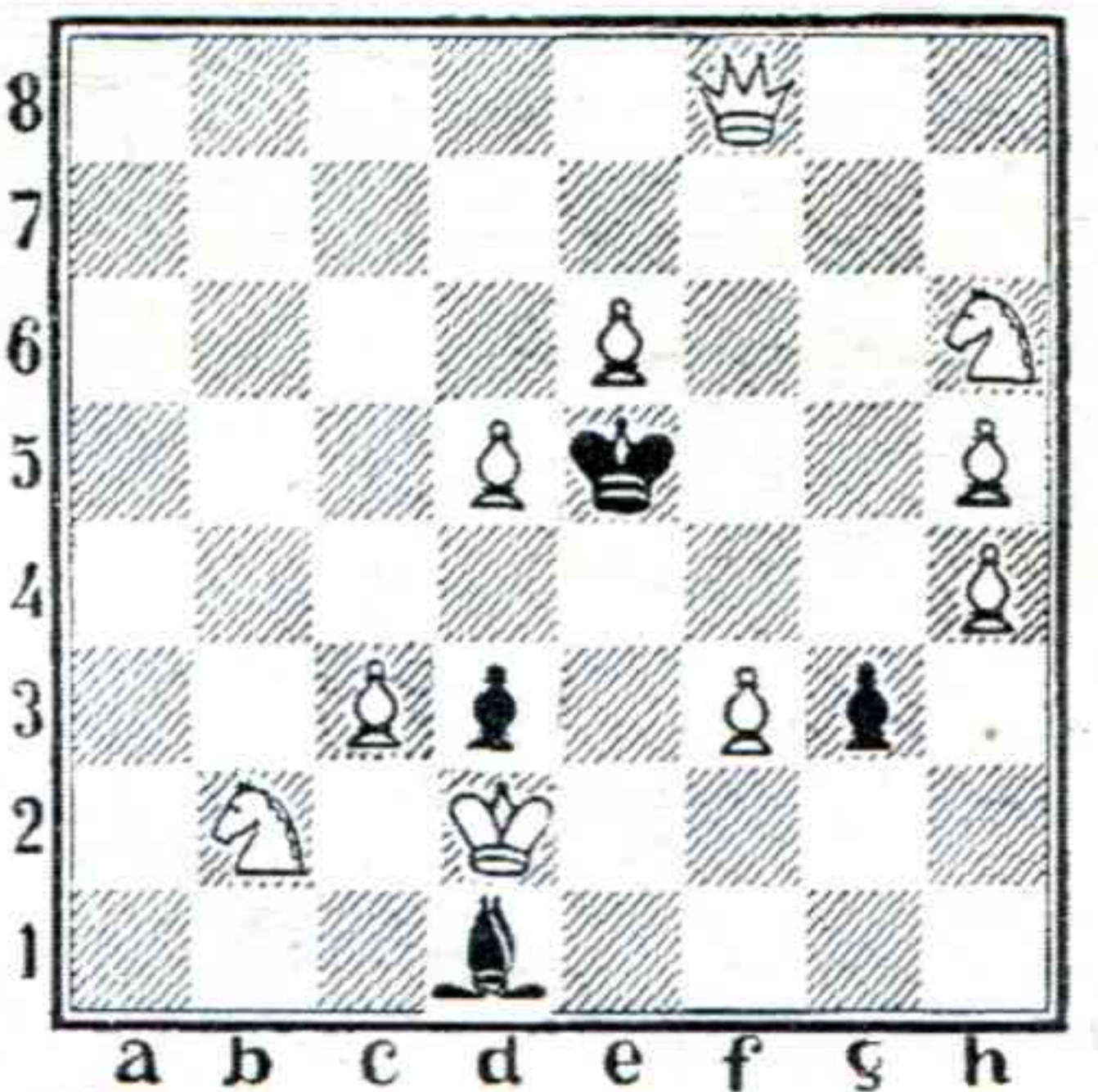
Следует стремиться овладеть серединой шахматной доски, создавая пешечное и фигурное давление на центральные поля, устраняя из центра фигуры и пешки противника.

Нужно расположить пешки так, чтобы они были достаточно продвинуты (завоевано пространство для расположения фигур), подвижны, не загорожены своими фигурами, особенно в центре и на ферзевом фланге, и не ослаблены.

И еще раз повторяю: в шахматной борьбе, особенно в открытых дебютах, важен каждый темп, каждый ход. Отстаешь в развитии от противника хотя бы на один ход, не успеешь своевременно рокировать короля — и можешь попасть под сокрушительную атаку.



Белые начинают и дают мат в два хода.



Белые начинают и дают мат в три хода.