

ИРИНА ОСИПОВА

**КТО ТАМ?**

**KÖZÉP- ÉS EMELT SZINTŰ OROSZ ÉRETTSÉGIRE FELKÉSZÍTŐ SEGÉDTANKÖNYV**

**Kiadói kód: MK-1554**

**Hanganyag szövegátirata**



## Базовый уровень

### 1. Базовый уровень. Тема: Семья, биография.

**Журналист:** Наталья! Недавно вы представили свою выставку «Счастливый год». Это работы разных жанров – и натюрморты, и пейзажи, и портреты. У вас пять детей. Когда вы успеваете заниматься *искусством и путешествовать*? И когда вы начали рисовать?

**Художница:** Интерес к рисованию появился в детстве. Папа поддерживал моё увлечение. Покупал карандаши, краски. Когда мне было 12 лет, подарил книгу по анатомии. Отец – инженер-конструктор. Всю жизнь занимается фотографией. Бабушка тоже рисовала. Видимо, любовь к искусству передалась генетически. В детстве любила обычной ручкой рисовать разные сцены и... рассказывать их.

**Журналист:** А в куклы не играли?

**Художница:** Рисование меня больше интересовало, чем игра в куклы. Поэтому пошла учиться рисовать в студию. Когда стала взрослой, поняла, что хочу быть художником. Но поехать учиться в московский или питерский вуз не могла.

**Журналист:** Почему?

**Художница:** На тот момент мне было 18 лет. Я вышла замуж и родила первого ребёнка. Параллельно училась в Педагогическом университете по специальности «учитель рисования». Я уже чувствовала себя художником. Просто нужен был диплом. Кстати, два года даже работала в школе учителем.

**Журналист:** А почему бросили?

**Художница:** У меня родились дети. Всё время уходило на семью и создание картин.

**Журналист:** Когда вы почувствовали себя профессиональным художником?

**Художница:** Когда мои работы стали покупать. Я поняла, что мои картины нужны кому-то ещё, не только мне. Первая выставка была в 2000 году. И даже не в России... а в Швейцарии!

**Журналист:** Как вы там оказались?

**Художница:** Одну из картин подарила знакомому, который живёт в этой стране. Его друзья заинтересовались и захотели купить мои работы. Об этом узнали в местной галерее. Они и предложили организовать выставку. Когда я приехала в Швейцарию, я пережила культурный шок! Прекрасная страна! Мне захотелось посмотреть мир, и я стала путешествовать. Мои картины уже выставляли во Франции. Я даже выиграла несколько европейских конкурсов.

**Журналист:** Пятеро детей может вырастить не каждая женщина!

**Художница:** Недавно младшая дочка пошла в первый класс. В её классе несколько детей из многодетных семей. Мне нравится эта тенденция... Другой моей дочери – 28 лет, сыновьям – 10, 16 и 21 год... Я с детства мечтала о большой семье. Никаких дружеских компаний не надо! Пока с каждым ребёнком всё обсудишь, уже и день закончится.

**Журналист:** Чем занимается ваш муж?

**Художница:** Слава Богу, он инженер. Когда в семье пять детей, кто-то должен хорошо зарабатывать. А у художников нет постоянной работы.

**Журналист:** Ваши дети интересуются живописью?

**Художница:** Понятно, что старшие дети уже не станут художниками. Сын – учёный, он физик-математик. Дочка окончила факультет иностранных языков. А остальные? Пока не знаю.

## **2. Базовый уровень. Тема: Человек и общество.**

В каждой стране есть популярные люди, которых знают и любят многие жители этой страны. Но бывают и суперпопулярные люди. Например, в России суперпопулярным можно считать Николая Дроздова. В списке «100 самых популярных людей России» Николай Николаевич на 4-м месте! В это трудно поверить, потому что этот человек – не политик, не артист, не спортсмен и не рок-музыкант. Николай Николаевич – профессор, известный учёный-зоолог, автор 40 книг и фильмов о природе и о животных. Этому энергичному и доброму человеку скоро будет 90 лет, но и сегодня он продолжает активно работать и с оптимизмом смотреть в будущее.

Вся страна полюбила его как ведущего телевизионной программы «В мире животных». Зрителям сразу понравилась его улыбка, его манера говорить, его любовь к животным. Николай Дроздов был 40 лет ведущим этой популярной программы. Несколько поколений зрителей научились у него любить и понимать природу.

Николай Николаевич родился в интеллигентной семье. Его отец был профессором-химиком, а мать – врачом. Интересно, что профессия его брата Сергея тоже связана с животными. Он много лет работал ветеринаром.

Дроздов с детства любил природу, ходил в походы, наблюдал за животными и птицами. Особенно любил лошадей.

В шесть лет он уже уверенно сидел на лошади. После школы он поступил на биологический факультет Московского университета, но через год бросил учёбу и пошёл работать на текстильную фабрику. Он хотел показать родителям, что сможет зарабатывать не только головой, но и руками. На фабрике он научился шить мужские костюмы. После этого опять вернулся в университет и окончил его с прекрасными результатами.

Наверное, нет такой страны на планете, где ещё не побывал Николай Дроздов. О своих трудных, а иногда даже опасных путешествиях он снял несколько фильмов.

Дроздова привлекает всё новое: он участвует в телешоу, его голосом говорят герои мультфильмов. Он играет на гитаре и любит петь песни на русском и других языках. А недавно он выпустил свой первый музыкальный диск, где поёт свои любимые народные песни. У Николая Николаевича прекрасная дружная семья, взрослые дети и внуки. В чём секрет его популярности и молодости? Он советует тем, кто хочет всегда быть молодым, больше смеяться, петь и танцевать. Он считает, что главная цель жизни – это быть здоровым и иметь возможность делать добрые дела.

### **3. Базовый уровень. Тема: Окружающая среда**

Как мотивировать ребенка убирать в своей комнате? Конечно, каждая хозяйка наводит чистоту в доме. И на это уходит много времени и сил. И каждый помнит, как мама с детства требовала наводить порядок: класть на место вещи, игрушки, мыть посуду, полы, вытирать пыль. Желания заниматься уборкой не было ни у кого, но вот мы стали

взрослыми и самостоятельными, и теперь нам не только приходится это делать, но мы должны научить этому своих детей. Всем хочется жить в чистом доме, где нам и нашим детям комфортно и уютно.

Как научить наших детей следить за порядком? В своё время, в детстве, мама мне писала список – что я должна была сделать в тот день. Наверное, у многих так было. Мне, конечно, не хотелось все это делать, ведь на улице с друзьями гораздо интереснее, а перспектива вытирать пыль и мыть посуду или полы интереса не вызывала. Теперь я должна всему этому научить своего ребёнка. Но как?

Надо сказать, что я всегда любила необычные идеи. Поэтому я придумала для своих детей игру «Шапка». Я беру несколько бумажек и пишу на них, что надо сделать в квартире или в своей комнате. Например: помыть посуду, вымыть пол, пропылесосить, почистить обувь, полить цветы, убрать игрушки, навести порядок в шкафах и в комодах... и так далее. И таких заданий может быть столько, сколько участников игры. Кладу все бумажки в шапку, и каждый член семьи достаёт из неё своё задание. Кто первым сделает свою работу – тому небольшой приз, который он получает в самом конце уборки.

Дети ведь любят подарки. А соревнования они любят ещё больше. Например: «Помыл полы за 5 минут. Рекорд! Ты чемпион!» В следующий раз другие дети будут стараться этот рекорд побить. А услышать от мамы слова, что он самый лучший – это вообще круто! Попробуйте! Это детям больше понравится, чем всякие игры и подарки.

#### **4. Базовый уровень. Тема: Школа, учёба**

Школа – это не только место, где мы получаем знания. Школа – это наш второй дом. Здесь я провожу большую часть своего времени, даже после уроков. И мне тут нравится. Я, как и большинство моих одноклассников, люблю свою школу. Конечно, иногда бывают дни, когда мне не очень хочется идти туда.

В школе много интересных людей, с которыми можно поговорить. В школе у меня есть несколько хороших друзей. Мы всегда помогаем друг другу с учёбой и свободное время проводим вместе. Если бы не школа, я бы их никогда не узнал! Каждый день я вижу их в классе, и это всегда поднимает мне настроение. А после уроков мы вместе идём домой и

web: [www.muszakikiado.hu](http://www.muszakikiado.hu)  
e-mail: [info@muszakikiado.hu](mailto:info@muszakikiado.hu)

@Műszaki Könyvkiadó Kft. Minden jog fenntartva!

по дороге говорим о разных проблемах и делах. Школа учит меня жить в обществе, учиться на своих ошибках и ещё многому другому.

У нас в школе прекрасные учителя! Если ты не понял новый материал, ты можешь подойти к преподавателю после уроков и попросить его помочь тебе. И не бояться, что у тебя будут проблемы из-за этого.

В нашей школе мы отмечаем все большие праздники. Мы разговариваем, танцуем, иногда заказываем пиццу или устраиваем большие базары, где каждый ученик может продать какие-то вещи, которые сделал своими руками или которые ему уже не нужны. А деньги, которые он получит за эти вещи, идут на благотворительность, на помощь больным детям. Я считаю, что это очень важный момент.

Школа – прекрасное место, через которое проходит каждый человек на своём жизненном пути. В моей школе очень много интересных и удивительных вещей, за которые я её очень люблю и ценю. Я очень рад, что учусь именно в ней.

## **5. Базовый уровень. Тема: Работа**

По первой профессии я дизайнер-архитектор. После окончания университета я проработала два года по специальности, но потом всё-таки вспомнила о своей детской мечте. О профессии стюардессы я мечтала с детства. Наверное, сыграл свою роль рекламный образ красивой девушки в строгой форме и с улыбкой на лице. Самолёты, небо, возможность видеть разные места на планете. Это так романтично!

Конечно, со временем я поняла, что есть в этой профессии и будни, когда стюардесса должна много работать. Самая главная трудность – это график работы: ведь мы работаем и рано утром, и поздно ночью, и в праздники. У нас нет обычного 8-часового рабочего дня и перерыва на обед, как у других людей. Вот сейчас, например, утро, и все идут на работу, а мы едем в гостиницу выспаться после ночного рейса. У нас большая физическая нагрузка. Некоторые люди думают, что короткий рейс легче, чем длинный. Но это не совсем так. За короткий рейс, когда всё нужно делать очень-очень быстро, устаёшь ещё больше. Вот сейчас, например, у нас был хороший длинный рейс на Сахалин, времени хватило на всё. Настроение отличное.

Самое важное в нашей профессии – постараться найти подход к каждому человеку. А пассажиры бывают с разными характерами, есть среди них и капризные, и агрессивные. И с разным настроением. Если мы встречаем конфликтного пассажира, стараемся не спорить с ним, любыми способами сделать так, чтобы он был доволен. Здесь нужно быть психологом.

## **6. Базовый уровень. Тема: Образ жизни.**

Собака – лучший друг человека. Этот факт известен каждому. Собаки – удивительные животные, которые способны подарить своему хозяину любовь и тепло. Но знаете ли вы, что собака может принести реальную пользу и для здоровья?

По данным статистики, хозяева собак болеют реже. Почему? Всё просто! От игр и прогулок с собакой пользу получает не только она, но и человек. На человека прекрасно влияет физическая нагрузка, которая обязательно будет, если у вас есть собака. Регулярные прогулки два раза в день и игры с любимой собакой дома и на улице – это физическая активность, которая намного приятнее спортзала. Такая активность и постоянное движение – это не только удовольствие, но и здоровье. В результате – меньше проблем с холестерином и давлением.

Собаки хорошо влияют и на психическое здоровье человека. Присутствие собаки снимает стресс, поднимает настроение, приносит удовольствие. Собака в доме – это лучшее лекарство от депрессии. Уже много лет собак используют для лечения людей с аутизмом и как помощников для людей с ограниченными возможностями.

Собаки – настоящие друзья для любого ребёнка. Маленькие дети учатся ходить быстрее, чтобы играть с собакой, а подростки учатся любить животных и заботиться о других.

Если пожилой человек живёт один, собака поможет ему не чувствовать этого. Она всегда будет ждать, когда её любимый хозяин придёт домой, и всегда будет рада ему. Не важно, сколько времени его не было дома, несколько часов или несколько минут. А ещё собаки во время прогулок помогают своим хозяевам знакомиться с другими людьми и находить новых друзей.

## 7. Базовый уровень. Тема: Свободное время

Во всём мире в наши дни используют больше миллиарда велосипедов. Используют их по-разному: для одного человека – это вид транспорта, а другому он нужен для отдыха и развлечения.

В Америке, например, велосипеды обычно служат для отдыха, и только 5% американцев использует их как транспортное средство. В этой стране езда на велосипеде – это пятый по популярности вид активного отдыха. Первые четыре места занимают спортивная ходьба, плавание, занятия на тренажёрах и туризм.

В Евросоюзе велосипед очень популярен. Особенно в Голландии, Дании и Германии, где он давно стал образом жизни. В этих странах велосипед есть почти у каждого жителя страны. Люди там смотрят на велосипед прагматично. Они считают, что он удобен и полезен для здоровья. Он даёт возможность не только экономить время и деньги, но и быть независимым. Поэтому им пользуются и в столице, и в провинции. Для этого у них есть отличная велосипедная инфраструктура.

А в России? Как показывают данные соцопросов, велосипеды есть у 27 процентов россиян. Они катаются на велосипеде в свободное время или ездят на нём по делам, на работу или на учёбу. И делают это только в тёплые месяцы года. Для большинства россиян велосипед – не вид транспорта, а развлечение. Особенно в Москве и Петербурге, где на дорогах можно увидеть огромное количество автомобилей, а велосипеды – главным образом в парках.

Надо сказать, что первые велосипеды появились в Москве ещё во второй половине девятнадцатого века. В то время ездить на них по городу не разрешалось. Интересно, что тогда велосипеды стоили очень дорого, и поэтому их покупали только очень богатые люди. Первые велосипеды были неудобными и тяжёлыми. Но время шло, и велосипед постепенно становился всё удобнее и популярнее.

Одним из первых на велосипед сел Лев Николаевич Толстой. Среди хобби великого писателя уже были различные виды спорта. Он увлекался шахматами, регулярно занимался гимнастикой, отлично играл в теннис, хорошо плавал и любил кататься на коньках. И это далеко не полный список его хобби. Великий писатель, которому тогда

было уже 67 лет, быстро научился кататься на велосипеде и полюбил это занятие. Он ездил на велосипеде быстро, ловко и много.

## **8. Базовый уровень. Тема: Поездки, путешествия, туризм**

**Ведущая:** Скоро лето, и наконец отпуск. Куда поехать? Возможностей слишком много, не знаешь, что выбрать и с чего начать. Я сейчас как раз в такой ситуации. И я уверена, что не я одна. Поэтому я пригласила к нам на программу мою хорошую знакомую Алину Никитину, которая знает об этом всё. Это её работа. Она туристический блогер. Алина, привет! Расскажи, с чего начать?

**Алина:** Сначала надо выбрать тип поездки.

**Ведущая:** А что такое «тип поездки»?

**Алина:** Например, городской отдых, солнечный\_отдых, активный отдых, увлекательный отдых, экстремальный отдых, ещё есть ...

**Ведущая:** Не так быстро, Алина! Давай по порядку! Городской отдых? Что это? Никуда не еду, сижу дома, иногда гуляю по парку?

**Алина:** Нет, не об этом. Мы же говорим о поездках! Человек едет в какой-то богатый достопримечательностями город. Например, в Рим, Париж, Лондон, Мадрид. И весь день на ногах. Ведь хочется увидеть как можно больше. Для семей с маленькими детьми этот тип, конечно, не подходит.

**Ведущая:** Естественно. Следующий тип!

**Алина:** Солнечный отдых. Это для тех, кто любит солнце, море и пляж. Конечно, это идеальный отдых для семей с маленькими детьми. В основном, это пассивный отдых, его ещё называют пляжным. Но и любителям активного отдыха тоже будет чем там заняться. В последнее время гостиницы и курорты предлагают прекрасные теннисные площадки, групповые игры типа футбола и волейбола, тренировки по аэробике, йоге, различные виды водного спорта.

**Ведущая:** Но этот тип зависит от времени года.

*Алина:* Не обязательно. Конечно, летом выбор стран, где есть море и солнце, огромный. Но и зимой, точнее с середины октября до середины апреля, можно поехать в страны, где в это время тепло, например, в Египет, Тунис, Марокко, Израиль, Таиланд. А солнцем зимой можно наслаждаться и на горнолыжных курортах. Там, конечно, не жарко. Но солнце светит ярко.

*Ведущая:* Мы выбрали тип отдыха. Что дальше?

*Алина:* Надо решить, кто организует поездку, мы сами или турфирма. Если сами, надо забронировать гостиницу и билеты на самолёты или поезд.

*Ведущая:* Как ты думаешь, на чём не стоит экономить, когда самостоятельно организуешь поездку?

*Алина:* Я думаю, люди часто экономят на страховке. А это неправильно. Кто знает, что ждёт тебя завтра.

*Ведущая:* Обычно все стараются купить дешёвые билеты на самолёты. Но тогда надо внимательно прочитать информацию об авиакомпании. Например, сколько килограммов багажа они разрешают взять бесплатно и какого размера. Эту информацию можно найти на сайте авиакомпании

*Алина:* И узнать о питании на борту самолёта. Если вы летите на лоукостере, за питание надо платить.

## **9. Базовый уровень. Тема: Наука и техника**

Когда мы говорим об истории современных автомобилей, нельзя не вспомнить первый автомобиль, который создал в начале XX века американский инженер Генри Форд. Надо сказать, что эта машина была не первой его моделью. Но она была его первой удачной моделью. Модели, которые он создавал до этого, не имели успеха. Они были технически сложными и слишком дорогими. Но Форд умел учиться на ошибках.

Он поставил перед собой задачу создать простой и дешёвый автомобиль, доступный для многих людей. До этого купить автомобиль могли только очень богатые люди. И эту задачу Форд решил. Первый автомобиль модели «Форд-Т» появился перед публикой 24

сентября 1908 года. В октябре того же года выпустили ещё восемь машин, которые отправили в Европу.

В XX веке автомобили стали частью нашей жизни и нашей культуры. Их дизайн, технологии и возможности продолжают развиваться и изменяться. Долгое время автомобили были не просто средством транспорта, но и символом статуса и престижа. В наше время они стали доступнее, а значит, и демократичнее.

Сегодня выбор автомобилей огромный. Поэтому найти то, что вам идеально подходит по дизайну, техническим возможностям и цене, не так просто. Есть несколько важных критериев выбора, о которых стоит подумать заранее. Прежде всего, о том, с какой целью вы покупаете машину. Вы будете ездить на ней по городу или в дальние поездки тоже? Важно и то, сколько человек будет пользоваться этой машиной. Если у вас большая многодетная семья, то и автомобиль должен. А если у вас нет семьи, вы молодой и мобильный человек, который живёт в городе, это совсем другая история. быть большим. Вам подойдёт небольшой автомобиль с современным эффектным дизайном.

А какими будут автомобили ещё через сто лет? Конечно, это зависит от многих факторов. Но уже сегодня мы видим два главных тренда развития. Первый состоит в том, что на место автомобилей, которые работают на бензине, приходят электрические машины. А в середине нашего века все авто на дорогах Евросоюза будут электрическими. Второй тренд – это автономные машины. Это машины, которые могут работать без водителя. Искусственный интеллект сам будет анализировать ситуацию на дороге и принимать решения. Такие машины уже можно увидеть на выставках, но очень скоро мы увидим их на дорогах.

## 10. Базовый уровень. Тема: Экономика

**Журналист:** Родители часто пишут нам, что их дети-подростки ведут себя в семье, как в гостинице. Они думают, что им все что-то должны: модные джинсы, новый смартфон. А сами не стараются лучше учиться, не помогают дома. У родителей возникает вопрос: в чём причина такого отношения? На этот вопрос мы попросили ответить нашего постоянного эксперта психолога Елену Яковлеву.

**Психолог:** Такое отношение подростков к жизни – результат того, что родители редко говорят с ними о материальных проблемах и трудностях. Ребёнок не знает, откуда в доме

появляется еда, откуда у него одежда, телефон и многое другое. А если у ребёнка ещё и нет никаких обязанностей и своей зоны ответственности, он смотрит на мир таким образом.

**Журналист:** Вы хотите сказать, что ребёнок должен знать о реальном финансовом положении семьи?

**Психолог:** Конечно. Надо рассказать ребёнку о семейном бюджете. О том, откуда приходят деньги и на что они уходят ежемесячно. Подростки, например, не участвуют в оплате коммунальных услуг и не знают, сколько семья тратит в месяц на электроэнергию, воду и другие услуги. Пришло время поговорить и об этом.

**Журналист:** С чего начать такой разговор? С доходов или расходов?

**Психолог:** Начните с расходов. Пусть он поймёт, что кроме его желаний есть и другие, обязательные и срочные расходы. Практика показывает, что сами ребята в графе «расходы» называют одежду, продукты, коммунальные услуги, мобильную связь, интернет, игры, транспорт. И удивляются, когда узнают, что таких позиций в семейном бюджете намного больше, около сорока. Дети даже не вспоминают о таких расходах, как содержание автомобиля, покупка и ремонт бытовой техники, лечение и лекарства, страховки, деньги на отдых, выплата банковских кредитов.

**Журналист:** Понятно. Тогда после этого можно поговорить о доходах. О зарплатах родителей, пенсии пожилых членов семьи, стипендии старших детей.

**Психолог:** Да, именно так. Важно вспомнить всё. И постоянные, и временные доходы. Возможно, семья сдаёт в аренду квартиру. Или кто-то из родителей получил премию. Ребёнок должен понять, что это не постоянная сумма.

**Журналист:** А что после этого?

**Психолог:** А теперь можно вместе планировать покупки и расходы. И решать, что срочно и важно, а что можно отложить на следующий месяц. Дети должны видеть, что родители обдумывают свои решения и принимают во внимание интересы всех членов семьи. И откладывают деньги на их будущее. Например, на их образование.

## Повышенный уровень

### 1. Повышенный уровень. Тема: Семья, биография

Когда сын знаменитой российской актрисы Елены Яковлевой стал взрослым человеком, он полностью изменился. И дело даже не в том, что черты его лица стали совсем другими, что вполне естественно, а в том, что на его теле и на лице остаётся всё меньше места без татуировок. Актриса рассказывает, что когда её сын Денис был маленьким, они с мужем боялись, что он так и не станет самостоятельным. Чтобы этого не было, родители довольно рано купили ему квартиру, и с этого момента молодой человек начал взрослую жизнь отдельно от мамы и папы. По словам актрисы, это не разъединило их – наоборот, теперь они общаются с Денисом намного больше, правда, только по телефону. Он окончил режиссёрский факультет, и Елена мечтает, что он снимет её в каком-нибудь своём фильме.

Денис несколько лет провёл в Англии, где занимался английским языком. Эти годы полностью изменили его. Во-первых, он стал вегетарианцем и теперь вообще не ест мясо. Елена, как любая мать, волнуется о здоровье своего сына и боится, что это может быть вредно для его здоровья. Во-вторых, Денис полностью изменил свой имидж. Теперь его уже не интересует модная брендовая одежда, он предпочитает ей обычные джинсы и футболки. Но главное, что удивляет людей во внешности Дениса – это татуировки, которые покрывают почти всё тело парня, и даже его лицо. Неизвестно, как в действительности относятся к этому актриса и её муж, но на вопросы журналистов они отвечают, что у Дениса есть право на своё мнение. Елена говорит, что полностью спокойна за Дениса, и знает всё о его делах, несмотря на то, что он давно живёт самостоятельной жизнью.

Она рассказывает, что, когда началось его увлечение татуировками, ей было трудно принять это, и она сильно волновалась за него, но когда он объяснил, что таким образом даёт выход своим эмоциям, Елена немного успокоилась. Особенно когда Денис обещал ей, что удалит все тату, если поймёт, что они ему уже не нужны. По мнению актрисы, сын ведёт спокойный образ жизни – он не пьёт, не курит, и вообще всё делает правильно.

## 2. Повышенный уровень. Тема: Человек и общество

**Ведущая:** Наша программа выходит в эфир 1 октября. В этот день во многих странах мира, и в России в том числе, отмечают День пожилых людей. Этот праздник обращает внимание людей на то, что пожилым людям требуется внимание и поддержка со стороны младших поколений. Сегодня мы поговорим об этом с моим коллегой журналистом Олегом Петровым, который уже несколько лет занимается этой темой. Скажи, Олег, а кого в наше время считают пожилым человеком?

**Журналист:** Это, как сегодня принято говорить, хороший вопрос. Понятия «пожилой» или «старый» зависят не только от биологического возраста человека, но и от культурных норм общества и от социальной роли человека. Например, роли бабушки и дедушки и многого другого. Стоит напомнить, что представления людей о возрасте постоянно изменяются. Например, ещё в конце 19 века пожилым называли человека, возраст которого был близок к 50 годам. Сегодня это уже на 10 лет больше. Сегодня вместо выражения «пожилой человек» стали говорить «пенсионер». Это говорит о том, что слово «пожилой» многим кажется грубым. Раньше таким словом считали слово «старый».

**Ведущая:** Число пожилых людей, по данным статистики, растёт.

**Журналист:** Да. И, по прогнозам, в 2050-м число людей старше 65 лет в мире достигнет 1,6 миллиардов человек. Пожилым будет каждый шестой человек.

**Ведущий:** Этот праздник напоминает младшим поколениям и о том, что мы должны обеспечить пожилым людям спокойную и счастливую старость.

**Журналист:** Именно так. Надо сказать, что Москва подаёт в этом смысле пример всем другим российским городам. В столице уже несколько лет работает программа «Московское долголетие». Она бесплатно предлагает пожилым москвичам около 5 тысяч различных программ, занятий, соревнований и других мероприятий по их интересам. Это и различные виды спорта, и танцы, и кулинария, и компьютерные курсы, и иностранные языки. Есть даже театральная и телестудии.

**Ведущая:** А сколько всего москвичей участвуют в программе «Московское долголетие»?

**Журналист:** Всё больше и больше. На данный момент их больше, чем полмиллиона.

**Ведущая:** А как можно записаться в программу?

**Журналист:** Очень просто. В интернете. Но для некоторых спортивных занятий, связанных с большими физическими нагрузками, нужна будет справка от врача.

**Ведущая:** Мой последний вопрос тебя, возможно, удивит. Мы получаем много вопросов от наших слушателей о том, какой подарок можно сделать пожилому человеку. Например, на день рождения или на Новый год. У тебя есть хорошие идеи?

**Журналист:** Есть, конечно. И много. Активному пожилому человеку можно подарить абонемент в бассейн, хороший спортивный костюм или кроссовки, билеты в театр или на выставку. Всё, что связано с движением.

### **3. Повышенный уровень. Тема: Окружающая среда**

**Журналист:** Сегодня мы поговорим с урбанистом Михаилом Кузнецовым о городских парках. Когда я готовилась к программе, я попробовала найти в интернете информацию о количестве парков в Москве. Но не нашла. Так сколько их?

**Урбанист:** Боюсь, точной цифры и я не могу назвать. Их число постоянно и быстро растёт. Одно могу сказать с уверенностью: Москва – вместе с Берлином и Гонконгом – вошла в число трёх мегаполисов мира, где больше всего парков.

**Журналист:** Михаил! Раньше считалось, что в каждом городе должен быть один большой городской парк. А как это сегодня?

**Урбанист:** Идея, что в городе должен быть один большой центральный парк, устарела. Сейчас, по мнению урбанистов, в разных районах города должны быть маленькие парки. Их ещё называют «карманными». Чем больше таких парков, тем лучше. И они должны находиться недалеко друг от друга.

**Журналист:** А какова концепция современных парков? Зачем современные люди идут туда?

**Урбанист:** Люди идут в парк с разными, иногда противоположными целями. Кто-то погулять на свежем воздухе, а кто-то активно заняться спортом. Парк даёт людям и возможность побыть одним, и предлагает места, где можно быть среди людей. Это место, которое открыто для разных людей. Например, у подростка, который занимается

активными видами спорта, в парке своя цель – найти место, где можно покататься на роликах и научиться делать новые трюки на скейтборде.

**Журналист:** Но в парке должно быть и место, где взрослые люди, у которых есть проблемы со здоровьем, могут спокойно погулять. Почитать на скамейке, где им никто не мешает, поговорить. Или просто посидеть и полюбоваться природой.

**Урбанист:** Конечно. А молодые семьи с маленькими детьми хотят играть, шуметь и бегать. Все эти сценарии поведения посетителей принимают во внимание проектировщики парков. Парки – это важное общественное пространство, где каждый может приятно провести время на природе. Понятие «каждый» действительно включает все категории жителей города: пожилых людей, детей, людей с ограниченными возможностями, горожан с домашними животными. Другими словами, всех, независимо от пола, возраста, здоровья и профессии.

**Журналист:** А чем ещё современные парки отличаются от парков прошлого?

**Урбанист:** В Москве, например, в парках организуют бесплатные занятия: балльные танцы, зумба, волейбол, рисование, иностранные языки, лекции и многое другое. Самый популярный летний проект прошлого года – «Йога в парках» – проходил в 28 московских парках. Летом в пяти парках города можно было плавать и загорать в открытых бассейнах. А зимой во многих парках люди катались на лыжах и на коньках. В парках зимой работает 26 катков с искусственным льдом и 19 – с натуральным.

#### **4. Повышенный уровень. Тема: Школа**

**Ведущая:** Сегодня мы поговорим о школьной форме. У нас в гостях культуролог Марина Михайловна Самойлова. Скажите, Марина Михайловна, в какой стране впервые появилась школьная форма?

**Культуролог:** Считается, что первой страной, которая ввела особую форму для школьников, была Великобритания – в 1552 году. Но это было только потому, что у учащихся не было другой одежды: в этой школе учились дети из бедных семей. Первая

форма была из самого дешёвого синего материала, из-за чего школа получила неофициальное название: «Школа синих пальто».

**Ведущая:** А сегодня? В Англии есть единая школьная форма?

**Культуролог:** Единой для всех школ Великобритании формы нет, но часто встречаются похожие элементы: логотип, тёмные блейзеры, яркие гольфы, шапки.

**Ведущая:** А в других странах Европы?

**Культуролог:** Там школьная форма встречается редко. Но интересно, что в тех странах, где форму отменили, время от времени делают попытки снова вернуть её. Например, в Польше её отменили в конце прошлого века. Затем была попытка вернуть обязательную форму в 2007 году, но сейчас традицию сохраняют лишь в нескольких частных школах. Во Франции обязательная школьная форма существовала только с 1927 по 1968 год. Однако в 2023 году в стране решили провести эксперимент по её возвращению. И всё-таки можно сказать, что в большинстве европейских стран вместо школьной формы существует строгий дресс-код: «белый верх, чёрный низ».

**Ведущая:** Насколько я знаю, в странах Азии школьная форма популярна.

**Культуролог:** Да, это так. Особенно в Южной Корее и Японии. В японских школах форма появилась ещё в конце XIX века. Сегодня она существует в двух вариантах. Это классическая строгая форма — белая рубашка с юбкой или брюками, пиджак. И ещё один вариант для девочек: юбка и блузка-матроска.

**Ведущая:** А в России?

**Культуролог:** В России форму для школьников ввёл царь Николай I в 1834 году. В то время школьная форма говорила о высоком социальном статусе, потому что школу могли посещать только дети из богатых семей. В 1917 году сразу после революции форму отменили. Она вернулась в школы в 1947 году. Советские школьники носили её до 1992 года. В наше время школы сами решают, хотят ли они школьную форму и какую.

**Ведущая:** А что мы знаем об отношении родителей и всего общества к этому вопросу?

**Культуролог:** По данным соцопросов, сегодня 72% респондентов поддерживают её введение. Но это число становится всё меньше.

**Ведущая:** А дети? Что они думают?

**Культуролог:** Это зависит от возраста. Например, маленьким детям она нравится. Они, как говорят психологи, любят демонстрировать, что принадлежат к большим социальным группам. У подростков это не так. Они больше ценят уникальность и считают, что форма ограничивает самовыражение. Большинство школ идёт на компромисс: какие-то элементы являются обязательными, в каких-то разрешается свобода. Но есть и особенно популярные школы, их форму подростки носят с гордостью.

## 5. Повышенный уровень. Тема: Работа

Плюсы и минусы работы на удалёнке.

Уже почти полтора года я работаю в так называемом гибридном режиме работы. 3-4 дня в неделю я работаю из дома, в своей квартире, которая находится в пригороде. Как правило, по понедельникам я еду на фирму, где общаюсь с шефом и коллегами. Ещё один раз еду на фирму, только если в этом есть необходимость. Остальные дни работаю из дома, в домашнем офисе, где есть всё, что необходимо для работы на удалёнке. Один мой знакомый, который пять раз в неделю ездит на работу, сказал, что видит в работе на удалёнке одни лишь плюсы. И они действительно есть.

Плюс первый. В тот день, когда мне не нужно ехать на фирму, я тоже встаю по будильнику, но не в 5.30 утра, а в 7 часов, что для меня очень приятно.

Плюс второй. В день работы на удалёнке мне не надо спешить с завтраком и есть в 6 часов утра, когда у меня ещё нет аппетита. С семи до 8.30 я интенсивно работаю у себя в домашнем кабинете, а затем с 8.30 до 9 часов делаю перерыв и спокойно завтракаю.

Плюс третий. Мне не нужно ехать рано утром по тёмному автобану в город и волноваться, что я могу опоздать. И ещё. Поскольку поездка на фирму и обратно, а также поиск парковочного места вечером около дома обычно занимают минимум 2 часа, фактическая продолжительность моего рабочего дня в день работы на удалёнке на два часа меньше. Я уже не говорю о деньгах на бензин.

Плюс четвёртый. Во время работы на удалёнке меня никто не отвлекает. Никто из коллег не вбегает в кабинет с вопросами, никто не задерживает меня на офисной кухне глупыми

разговорами. И никто не кричит по телефону, как это часто делает мой сосед по офису. Конечно, кто-то может возразить, что дома гораздо больше факторов, которые отвлекают. Но ведь это всё индивидуально. Я лично успеваю сделать дома гораздо больше, чем за то же самое время на фирме. А проблем с самоконтролем, о котором говорят и пишут противники работы на удалёнке, у меня нет.

Плюс пятый. В тот день, когда я работаю на удалёнке, мне не нужно информировать шефа о своих частных делах. Если мне надо на час-полтора сходить к зубному врачу или сбегать на почту, я просто делаю перерыв, который соответственно компенсирую уже в вечернее время. Ведь шефу совершенно всё равно, когда я сделаю работу: с 7 утра до 3 часов дня или с 10 утра до 5 вечера.

Однако, работа на удалёнке имеет для меня лично ещё и минусы.

И главный из них в том, что теряется психологическая граница между работой и домом. У меня такое чувство, что я всё время на работе. Даже в то время, когда в частном компьютере я просматриваю свою личную почту.

## **6. Повышенный уровень. Тема: Образ жизни**

**Лина:** Иван, у меня к тебе вопрос. Ты любишь фастфуд? Сегодня 16 ноября, в этот день празднуют День фастфуда, и это отличный повод поговорить о нём и о его истории.

**Иван:** Не знаю, что тебе сказать, Лина. Не очень. «Быстрая еда» – это, конечно, часть современной культуры, и миллионы людей во всём мире каждый день обращаются к ней, когда чувствуют голод. И я тоже часто ем на ходу, когда у меня нет времени спокойно пообедать. Но ты меня удивила, я не знал, что у фастфуда есть свой праздник.

**Лина:** Честно говоря, я тоже узнала о нём случайно. Но меня эта тема заинтересовала. Кстати, ты, например, знаешь, когда появился термин фастфуд?

**Иван:** Нет, о слове я ничего не знаю. Но знаю, что сам фастфуд появился очень давно, уже в Древнем Риме. Правда его тогда так не называли.

**Лина:** Да, слово это английское и появилось оно впервые в английском словаре только в 1951 году. Хотя самые популярные блюда фастфуда происходят не из Англии. Чисто

английским и самым популярным в Англии фастфудом считают рыбу с жареной картошкой. И появилось это блюдо не так давно, в середине 19 века.

**Иван:** Можно сказать, что в наши дни фастфуд состоит из блюд интернациональной кухни. Американские бургеры, итальянская пицца, восточная шаурма или, как её ещё называют, гирос – вот, наверное, самые популярные представители фастфуда в настоящее время.

**Лина:** Да, согласна с тобой. Но встаёт вопрос: А где русский фастфуд? Он вообще существует? Он популярен?

**Иван:** Хороший вопрос! Трудно сказать. Конечно, русский фастфуд существует. Это пироги, блины, печёная картошка. Или даже пельмени. Всё можно купить и съесть на улице. Классический фастфуд или стритфуд. С этим не поспоришь. Но я не сказал бы, что русский фастфуд очень популярен.

**Лина:** И в этом я с тобой согласна. Но интересно было бы понять почему? Ведь речь идёт о вкусных и любимых блюдах русской кухни.

**Иван:** Может быть, причину надо искать в русском характере? Фастфуд – это быстрая еда. А русский человек любит есть спокойно и медленно, получать удовольствие от еды.

**Лина:** У меня есть ещё одно объяснение. Ведь это блюда нашей национальной кухни. Мы привыкли к домашним вкусам, к тому, как печёт пироги или блинчики наша бабушка, наша мама. Кстати, я узнала, что есть ещё один День фастфуда, его отмечают 11 августа. В этот день противники фастфуда говорят о его вреде для здоровья и называют его «мусорной едой».

## **7. Повышенный уровень. Тема: Свободное время**

**Ведущий:** Добрый день, дорогие друзья программы «Моя Москва»! Тема нашей сегодняшней встречи – уникальная инициатива, которая скоро стартует в городе и называется «Спорт для всех». Это серия бесплатных физкультурных занятий, цель которых пропагандировать среди жителей Москвы здоровый образ жизни, привлекать новых его сторонников и поддерживать тех, для кого спорт уже давно стал настоящим хобби. Сегодня мы поговорим об этом с одним из организаторов проекта Антоном

Зверевым. Антон, прежде всего, хотелось бы узнать, когда будут проходить эти занятия? В какие месяцы, в какое время года?

**Гость программы:** Занятия будут проходить в любое время года. Москвичи получают возможность выбрать самые разные виды спорта в зависимости от времени года и погоды. Самый большой выбор видов спорта будет, конечно, в летние месяцы. Летом программа предлагает около десяти активных занятий на открытом воздухе, в парках Москвы. Вы сможете получить заряд энергии и провести свободное время с пользой для своего здоровья.

А тех, кто предпочитает тишину, спокойствие и медленный темп, ждут на крышах десяти торговых центров. Оттуда, с огромной высоты открываются фантастические виды на Москву. Интересно, что эти центры так и называются – «Место встречи». Там будут проходить классы по йоге и пилатесу. А для любителей более энергичного движения будут группы зумбы и спортивного танца.

**Ведущий:** Да, можно представить себе, какое это удовольствие: движение, музыка и красота городского пейзажа вместе. А кто сможет принять участие во всех этих занятиях?

**Гость программы:** Любой желающий.

**Ведущий:** Кто будет вести эти занятия?

**Гость программы:** Мы собрали прекрасную команду опытных профессиональных инструкторов. Они будут обеспечивать безопасность и эффективность тренировок. Это непростая задача, если вспомнить, что среди участников проекта будут люди разного возраста и здоровья. Именно тренер будет решать, подходит ли данному конкретному человеку эта группа и этот вид спорта.

**Ведущий:** Сколько будет длиться одна тренировка?

**Гость программы:** 60 минут. На занятия надо приходить за 5 -10 минут до начала.

**Ведущий:** А что надеть?

**Гость программы:** Это, конечно, зависит от времени года и погоды. Но в любом случае надо надеть самую удобную спортивную одежду и спортивную обувь.

**Ведущий:** А что ещё взять с собой?

**Гость программы:** Конечно, документы – паспорт или водительские права. Если вы идёте на занятия йогой, то коврик. Если на теннис или бадминтон – ракетку. И так далее. И не забудьте бутылку воды.

## 8. Повышенный уровень. Тема: Поездки, путешествия, туризм

**Ведущая:** Сегодня мы продолжим разговор о подготовке к поездке в отпуск. Об этом поговорим со специалистом по туризму Иваном Семёновичем Новиковым. Иван Семёнович! Многие из нас любят составлять перед поездкой списки: дел, покупок, вещей в дорогу. А вы? Вы ведь профессиональный путешественник.

**Гость:** Я тоже не исключение. Бывает, что и я составляю списки перед поездкой.

**Ведущая:** Я думаю, самое важное в таком списке – это оформление загранпаспорта, покупка билета на самолёт или поезд, оформление страховки, бронирование жилья.

**Гость:** Нет, в моём списке таких дел нет. Я думаю, паспорт или билет – это настолько важные дела, что о них невозможно забыть.

**Ведущая:** А что тогда есть в вашем списке? То, что нужно положить в чемодан?

**Гость:** Да, там только то, что я хочу взять с собой. Кстати, я стараюсь брать с собой как можно меньше вещей.

**Ведущая:** Понимаю. Но для девушки это слишком трудная задача. Давайте посмотрим более конкретно. Что должно быть на первом месте в таком списке?

**Гость:** Документы и деньги. Это самое главное, что должно быть всегда при вас. Деньги можно разделить на части и положить в разные места: что-то в карман, а что-то в сумку, которая будет у вас в руках.

**Ведущая:** Что вы советуете брать с собой, наличные или банковские карты?

**Гость:** Стоит взять с собой и наличные, и банковские карты. Перед поездкой надо обязательно сделать копии документов: паспорта, туристической страховки, билетов на поезд, автобусы, самолёты и т. д. Бумажные копии советую положить в чемодан, а электронные копии сохранить у себя в электронной почте и на флешке, которая должна всегда быть под рукой. Надо подготовиться и к неожиданным ситуациям. Поэтому стоит подумать, например, и о самых простых лекарствах.

**Ведущая:** Что ещё не стоит убирать далеко в чемодан?

**Гость:** Технику. Например, зарядки для фотоаппарата, телефона, ридера. Кстати, несколько слов о чтении. Не берите в дорогу бумажные книги! Компактная электронная книга экономит место, а если ваш смартфон заменяет ещё и ридер, то вообще отлично. Загрузите на смартфон интересные мобильные приложения, которые могут быть полезны вам в путешествии.

**Ведущая:** Для меня всегда проблема, какую одежду взять с собой. Стараюсь брать одежду на все случаи жизни.

**Гость:** В этом нет необходимости. Не берите лишней одежды! Внимательно изучите прогнозы погоды на даты вашей поездки, особенности климата и ориентируйтесь на количество дней вашего путешествия. И ещё один практичный совет. Берите в поездку старую одежду, которая вам уже не нужна, и тогда не будет необходимости брать её с собой обратно.

## 9. Повышенный уровень. Тема: Наука и техника

Представьте на секунду, какой будет ваша жизнь без стиральной машины, электрического утюга, микроволновки и другой бытовой техники, которая сегодня есть в любой квартире.

Мы каждый день пользуемся этими результатами научно-технического прогресса, но редко задумываемся о том, насколько наша жизнь стала легче с ними и сколько времени они нам экономят. А ведь так было далеко не всегда, и за каждым бытовым прибором стоит долгая и увлекательная история его создания.

Самую долгую историю имеет, наверное, холодильник. Использовать холод для того, чтобы продукты оставались свежими, начали ещё наши далёкие предки. Несколько тысяч лет назад для этого использовались естественные источники холода – обычный лёд и снег.

Настоящую революцию в мире холодильников совершил американский врач Джон Гори. 14 июля 1850 года он впервые в истории придумал процесс получения искусственного льда. А первый электрический холодильник появился в 1913 году. С 1930 года для получения льда стали использовать фреон. В Советском Союзе первые бытовые холодильники начали выпускать в 1937 году. Конечно, они были намного примитивнее и массивнее, чем современные, но основную задачу выполняли: обеспечивали холод.

А одним из самых молодых представителей бытовой техники можно считать микроволновку. Она родилась только в середине XX века в Америке. Первую микроволновую печь выпустила компания, которая занималась производством военной техники. Первая микроволновка была огромного размера – почти два метра высотой и весила 300 килограммов. Её использовали только для разморозки в солдатских столовых и госпиталях. В СССР современные микроволновки появились в восьмидесятых годах XX века. В наши дни это один из самых нужных и полезных приборов на кухне. У него много функций: он может готовить еду, разогревать её и размораживать продукты из морозильника.

Технологии очень быстро развиваются, и с каждым годом жить в мире становится все удобнее. Иногда даже кажется, что скоро нам совсем ничего не нужно будет делать самим: уборку за нас выполнит робот-пылесос, готовую еду разогреет микроволновка, о чистоте вещей позаботится стиральная машина, и даже кофе приготовит кофеварка. А некоторые приборы даже позволяют почувствовать себя настоящим шеф-поваром. Взять, к примеру, современную мультиварку, которая обладает множеством функций и может заменить сразу несколько кухонных приборов. Эти новые опции предоставляют своим хозяевам всё больше возможностей освободиться от кухонной рутины и найти время для более важных и интересных занятий.

## 10. Повышенный уровень. Тема: Экономика

**Ведущая:** Жители России полюбили онлайн-покупки, они высоко оценили все их преимущества и с удовольствием ими пользуются. Из года в год популярность онлайн-

покупок растёт. В чём причина такого бума? Спросим у моего коллеги журналиста Матвея Климова, который специально занимался этой темой.

**Журналист:** Причин, по которым покупатели любят покупать товары в Интернете, много. Многие из них можете назвать и вы сами, для этого не надо быть специалистом. Начнём с главной – выбор товаров. Выбор товаров в Интернете почти безграничен, здесь можно сделать покупки на любой вкус и цвет.

**Ведущая:** Я думаю, трудно сказать, что важнее для покупателя в интернете – огромный выбор товаров или удобство покупки.

**Журналист:** Конечно. Комфорт тоже один из основных факторов популярности онлайн-покупок. Как приятно сидеть дома в мягком кресле, пить чай и выбирать в интернет-магазине новую книгу. Вы можете сделать покупки в любое время дня и ночи. Такого удобства не обеспечивает ни одна другая форма шоппинга. Давайте вспомним, как выглядит сегодня поход в обычный магазин. Сначала человеку нужно одеться, собраться, ...

**Ведущая:** Да, в халате или пижаме в магазин люди не ходят.

**Журналист:** Потом доехать до магазина на машине или на общественном транспорте.

**Ведущая:** И потратить на проезд деньги.

**Журналист:** В магазине нужно найти нужный товар. Если вы не нашли свой размер, надо пообщаться с продавцом. Затем надо постоять в очереди в кассу и оплатить покупку. И после этого вернуться обратно домой. Возможно, с тяжёлым пакетом или коробкой. А при покупке онлайн этим занимается служба доставки магазина.

**Ведущая:** Да, всё это серьёзная экономия времени, сил и денег.

**Журналист:** Экономия денег на этом не заканчивается. Цены на товары в Интернете часто бывают ниже, чем в традиционных магазинах. Кроме того, большие интернет-магазины намного чаще традиционных магазинов устраивают акции, когда скидки доходят до 70–90%.

**Ведущая:** Как ты думаешь, Матвей, будет ли онлайн-шоппинг и дальше популярным или эта тенденция роста только временное увлечение покупателей?

**Журналист:** Пока мы наблюдаем стабильную тенденцию роста. В прошлом году он составил 48%. Это меньше, чем 10 лет назад. Но это значительный рост.

**Ведущая:** А что будет с традиционными магазинами? Они сохранятся в будущем?

**Журналист:** Я думаю, да. Но традиционными уже не будут. У них будут другие функции и другой уровень услуг. Например, в магазинах появятся кассы, где покупатель не будет выкладывать товар из тележки. Всё будет автоматически сканироваться, ему останется только заплатить и уйти. Очередей тоже не будет. Возможно, и самого слова «очередь» не будет.