

В.Ю. Семар

КАК ЖИТЬ В РОССИИ И БЫТЬ ЗДОРОВЫМ

Учебное пособие

Для иностранцев,
изучающих русский язык

2-е издание, стереотипное

Москва
Издательство «ФЛИНТА»
2017

УДК 811.161.1(0.054.6)
ББК 81.2Рус-96
С30

Семар В.Ю.
С30 Как жить в России и быть здоровым : учеб. пособие / В.Ю. Семар. — 2-е изд., стер. — М. : ФЛИНТА, 2017. — 136 с.

ISBN 978-5-9765-1426-3

Пособие состоит из двух частей: часть I «Что надо знать, чтобы легче было жить в России» и часть II «Будем здоровы». Тексты построены на базе публикаций в современных газетах и журналах, что даёт возможность студентам познакомиться со стилем периодических изданий и ориентироваться в разных аспектах изучаемого языка. Все тексты сопровождаются лексикограмматическими заданиями, которые способствуют углублению интереса к языку, развитию языковой догадки, успешному усвоению языка в различных аспектах: в чтении, письменной речи, в говорении, — а также содействуют успешной сдаче экзамена по русскому языку первого сертификационного уровня.

Для иностранцев, изучающих русский язык и преподавателей-словесников.

УДК 811.161.1(0.054.6)
ББК 81.2Рус-96

ISBN 978-5-9765-1426-3

© Семар В.Ю., 2017
© Издательство «ФЛИНТА», 2017

ОГЛАВЛЕНИЕ

Предисловие	5
-------------------	---

Часть I. Что надо знать, чтобы легче было жить в России

Что за люди русские?	8
10 признаков россиянина	13
Что надо знать, чтобы легче было жить в России?	19
Каков он, московский характер?	24
Как найти свой круг?	27
Письмо сыну	30
Секреты хорошего настроения	34
Чтобы сдать экзамен, надо научиться тренировать свой мозг	37
Найдена формула любви. Розыгрыш? Совсем нет	43
Страдаете ли вы интернет-зависимостью?	52

Часть II. Будем здоровы

ДНКод жизни	58
Запасная жизнь	63
В носу тепло и сыро	68
Кого боится грипп	75
Человек и паразиты: кто кого?	81
Быстро поел — быстро заболел	86
Возьмём энергию... цветка	91
Жить дольше, чтобы сделать больше	98

Признаки долгой жизни	103
На грани смерти	111
Учёные объясняют	117
Нить жизни	121