

**Задания**1 (письменного) тура олимпиады по русскому языку  
в школах с казахским языком обучения

1. Внимательно прочитайте текст и определите его основную мысль.
2. Составьте синквейн к ключевому слову-существительному из заголовка.
3. Напишите эссе на основе основной мысли текста с опорой на синквейн.
4. Выпишите из текста выделенное предложение и выполните его полный синтаксический разбор, объясните расстановку знаков препинания.

**Критерии оценки:**

1. Отсутствие лексико-грамматических ошибок – 10 б.
2. Полнота и логика изложения – 20 б.
3. Правильное составление синквейна – 10 б.
4. Правильный разбор предложения – 10 б.

Все задания оцениваются общей суммой в 50 баллов. Время выполнения – 120 минут.

**ЛЕНЬ И ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА**

Обычное самочувствие человека довольно среднее: ни хорошо, ни плохо. Для понимания своего самочувствия человечество использует термин «уровень душевного комфорта» (УДК). УДК - для того, чтобы выразить собственное душевное состояние.

Какое отношение к здоровью и болезням имеют все эти критерии душевного состояния для самого человека? Самое прямое. От далёких предков современному человеку достались биологические чувства, которые способны превратиться в недостатки и сместиться в зону отрицательных величин.

Первый из них – это *лень*. Человек, как и животные, напрягается если есть стимулы, и чем они сильнее, тем больше напряжение. Расслабление всегда приятно. Особенно после тяжелой работы или учебных занятий. Но простое лежание на диване бездельникам ничего хорошего не приносит.

Исключение составляют дети. Они готовы играть и бегать без всяких стимулов, это их первая потребность. **Мудрая природа запрограммировала их так, чтобы тренировать детский организм, находящийся в активном развитии.**

В животном мире лень не угрожает здоровью животных: питание нерегулярное, враги и холод, дожди и жара не позволяют надолго расслабляться. В то же время бегать просто так неэкономично: нельзя расходовать калории, которых с трудом хватает для полезных движений. В этом биологический смысл лени.

(Мальханова И. А. Деловое общение. Уроки речевого-имиджмейкера - С. 154)