Приложение 1

**Текст №1**

 *(1) Когда вы говорите другим, что вы заурядная личность — это неправда. В глубине души каждый считает себя необычным человеком. Но какими природными качествами следует обладать, чтобы стать действительно незаурядным человеком? Самое главное — вера в себя, в свои силы и способности.*

 *(2) Отбросьте все сомнения, самоограничения типа: «Я на это не способен» или «у меня так много недостатков». Поверьте, что с этого дня у вас нет недостатков и вы способны на всё, что пожелаете\*. Для этого многократно в течение дня повторяйте себе: «…».*

 *(3) В конце концов эти мысли глубоко западут в ваше подсознание, и у вас действительно всё начнёт получаться.*

***Задания:***

1. ***Установите логическую связь между абзацами, расставьте их в определённой последовательности, чтобы получился текст.***
2. ***Озаглавьте текст. Определите его тему, основную мысль.***
3. ***Определите стиль текста, докажите своё мнение.***
4. ***Предложите свои варианты прямой речи в последнем предложении второго абзаца.***
5. ***Проведите стилистический эксперимент: сложные предложения, отмеченные знаком \*, перестройте в простые.***
6. ***Что изменилось?***

***Текст №2***

*(1) Общение с людьми — большое счастье. Люди окружают вас каждый день. Это ваши родители, братья и сёстры, друзья, одноклассники. Человек не может жить без общения с людьми. Недаром очень тяжёлым наказанием для человека издавна считалось изгнание.*

*(2) Самые близкие люди — родители. Они делают всё для того, чтобы вы росли здоровыми, хорошо учились, были добрыми, весёлыми, трудолюбивыми\*.*

*(3) Вы, конечно, отвечаете за себя сами, но и родители в ответе за вас. Поэтому не расценивайте их интерес к вашим делам как посягательство на вашу личную свободу.*

*(4) Присмотритесь к своему поведению. Постарайтесь сдерживать себя, воспитывайте умение владеть собой, не переносите своё плохое настроение на окружающих, особенно на уставших после работы родителей. Когда вы заметите, что сумели сдержать свои негативные эмоции, преодолели желание нахмуриться и вместо этого улыбнулись, вы поймёте, какую победу одержали над собой\*. Не думайте только о себе. Даже самое маленькое внимание, проявленное к окружающим, встретит ответную доброту и благодарность.*

**Задания:**

1. ***Установите логическую связь между абзацами, расставьте их в определённой последовательности, чтобы получился текст.***
2. ***Озаглавьте текст. Определите его тему, основную мысль.***
3. ***Определите стиль текста, докажите своё мнение.***
4. ***Проведите стилистический эксперимент: сложные предложения, отмеченные знаком \* перестройте в простые. Что изменилось?***

**Текст №3**

*(1) Хорошая осанка — это не только красота, но и здоровье. Ведь если спина сутулая, а грудная клетка сдавлена, то происходит нарушение функции дыхания, что может привести к различным заболеваниям\*. Портит осанку привычка стоять с опорой на одну ногу, носить в одной и той же руке тяжести (портфель, сумку), читать, лёжа на боку.*

*(2) Поддерживать хорошую осанку поможет следующее простое упражнение. Сядьте на самый край стула так, чтобы бёдра и голени находились под прямым углом к спине. Свободно опустите руки вниз. Теперь напрягите посильнее мышцы живота, спины и ног и отведите плечи назад как можно дальше, чтобы лопатки коснулись друг друга\*. Голову запрокиньте плавно и осторожно назад. Досчитайте до десяти, а затем расслабьтесь. Повторите упражнение ещё три-четыре раза. Делайте его регулярно и вы убедитесь, что ваша осанка всегда будет царственной\*.*

*(3) Посмотрите, как красиво стоят и ходят манекенщицы, гимнастки, балерины — все, кто знает, в чём красота женской фигуры. А она прежде всего в правильной осанке.*

*(4) Осанка — это привычная поза, манера держаться в положении стоя и сидя. Оценивается она обычно в положении стоя: при правильной осанке голова и туловище находятся на одной вертикальной линии, плечи развёрнуты, опущены и расположены на одном уровне, грудная клетка и голова приподняты, живот слегка втянут, лопатки симметричны, а ноги в суставах выпрямлены.*

**Задания:**

1. ***Установите логическую связь между абзацами, расставьте их в определённой последовательности, чтобы получился текст.***
2. ***Озаглавьте текст. Определите его тему, основную мысль.***
3. ***Определите стиль текста, докажите своё мнение.***
4. ***Проведите стилистический эксперимент: сложные предложения, отмеченные знаком \* перестройте в простые. Что изменилось?***

**Текст №4**

*(1)Большинство людей счастливы настолько, насколько они решили быть счастливыми.*

*(2)Ваше состояние определяется тем, что вы обо всём этом думаете\*. Всё зависит от того, как мы смотрим на вещи.\**

*(3)Счастливые люди — это те, которые настроены оптимистически. Счастливые люди принимают жизнь такой, какая она есть\*. Счастливые люди открыты для контактов с окружающими. Счастливые люди верят в то, что могут сами повлиять на свою жизнь.*

*(4)Вы, наверное, не станете спорить, что все на свете ищут счастья\*. И существует верный способ найти его: для этого вы должны научиться управлять своими мыслями.*

 *(5) Счастье не зависит от внешних условий, оно зависит от нашего душевного настроя. Вы счастливы не благодаря тому, что вы имеете, и не в связи с тем, кем вы являетесь, где находитесь или что делаете.*

**Задания:**

1. ***Установите логическую связь между абзацами, расставьте их в определённой последовательности, чтобы получился текст.***
2. ***Озаглавьте текст. Определите его тему, основную мысль.***
3. ***Определите стиль текста, докажите своё мнение.***
4. ***Проведите стилистический эксперимент: сложные предложения, отмеченные знаком \* перестройте в простые. Что изменилось?***

**Текст №5**

*(1)А чтобы в ритме будней наше настроение, интеллектуальные способности и память были всегда на высоте, помогите мозгу, воспользовавшись специальной разминкой\*. Сначала интенсивно потрите сухие чистые ладони друг о друга, затем разомните уши и особенно мочки — это наилучшее средство для того, чтобы воспрять духом (даже если до этого вас неудержимо клонило в сон). Чтобы сконцентрироваться и продолжить работу, надавите 5-6 раз на точку, расположенную между бровей. Отдохнули? Тогда за дело!*

*(2) Если очень тяжело на сердце, наверняка вы на кого-то, пусть неосознанно, обижены\*. Эти обиды отравляют жизнь. Если они длительны, не исключено их перерастание в болезни. Надо простить мир, даже не людей, а именно мир, и людей вместе с ним.*

*(3) Ежедневно в течение 5-10 минут концентрируйте своё внимание на дыхании, полностью расслабившись. Пусть ни одна мысль, ни одно желание не отвлечёт вас от этого занятия. Слушайте, наблюдайте только за своим дыханием. Это простое упражнение, качественно выполненное, очень хорошо гармонизирует.*

*(4) Все знают о всепрощении, но мало кто действительно пытался попробовать реализовать его. Постарайтесь в течение семи дней ни с кем не ссориться. И вы увидите, как легко станет у вас на сердце.*

**Задания:**

1. ***Установите логическую связь между абзацами, расставьте их в определённой последовательности, чтобы получился текст.***
2. ***Озаглавьте текст. Определите его тему, основную мысль.***
3. ***Определите стиль текста, докажите своё мнение.***
4. ***Проведите стилистический эксперимент: сложные предложения, отмеченные знаком \* перестройте в простые. Что изменилось?***