

**Прочитайте текст и заполните пропуски нужными словами.**

|    |     |
|----|-----|
| 用  | 在   |
| 都  | 越来越 |
| 只有 | 就   |
| 着  | 除了  |
| 放  | 吧   |
| 到  | 觉得  |
| 吃完 | 以前  |
| 要是 | 可以  |
| 才能 | 遗憾  |
| 旁边 | 合适  |

科学家们研究发现，人们晚上 11 点...睡觉，早上 7 早上 7 点以前起床比较...。如果学校或工作的地方离得比较远，需要早起，可以提前一个小时睡觉和起床。...这样，...保证充足的睡眠时间。

当然，睡眠时间的长短，每个人不一样，每个季节也不一样。...晚上的睡眠以外，中国人还有午睡的习惯。每天中午...午饭后，他们...要睡一会儿，三十分钟左右就够了，不...太长时间。

...的是，现代人的生活十分紧张，压力非常大，大多数人都很难保持健康的生活方式。而且，手机...干扰我们正常的生活。吃饭的时候，我们会把手机放...桌子上，睡觉的时候也把手机放...枕头...，24 小时都开...手机，还常常...手机看新闻看电影，一看就看...半夜。...离开了手机，我们...会...不舒服。所以， 科学家们说：...下你的手机...！

**ЧТЕНИЕ И ПИСЬМО**

1. Прочитайте текст и изложите содержание своими словами, используя для этого от 150 иероглифов. Не цитируйте текст: скопированная последовательность из 4 и более слов считается цитатой.
2. Напишите также мини-эссе (от 70 иероглифов). Изложите свое собственное мнение по вопросу, поднятому в тексте.

**我家四口人**

有客人来我们家，总是爱问我那不到四岁的儿子：“你家有几口人啊？”儿子一定会回答：“四口。”客人觉得很奇怪：“怎么是四口呢？都有谁啊？”儿子就说：“爸爸、妈妈、我……”“这不是才三口吗？”没想到儿子的小手往电视那儿一指，说：“还有它。”

儿子没有说错，电视真的是我们家的一口人。我们每天的生活都和电视在一起，一说到“家”这个字，我就会想到我们一家三口坐在一起看电视的样子。看电视，可以让我们了解外面的世界；看电视，可以让我们学习不知道的东西；看电视，可以让我们得到休息；看电视，还可以让我们忘了一天工作的辛苦。

不过电视也有给我们带来麻烦的时候。我是一个京剧迷，就喜欢看京剧；我妻子呢，就爱看电视剧；儿子当然是爱看孩子的节目。三口人的爱好不一样，可是电视只有一台，要是电视里同时有我们喜欢的节目的话，总是先让儿子看，然后是妻子的电视剧，他们都看完了，我再找找看还有没有京剧。唉，有时候我想，要是有一种电视，它的四个面都可以看，而且可以看不同的节目，那该多好啊！

有一天，我回到家，儿子对我说，电视“病了”。我一检查，它真的“病了”，平时爱说爱唱，今天一句话也不说了。我赶快带它去修理。那一晚上，没了电视，真是不知道怎么过来的。

电视是我们的朋友，是我们家的一口人，我们不能没有电视。

**ПИСЬМО**

人生最宝贵的是生活，人生最需要的是学习，人生最愉快的是工作，人生最重要的是友谊。

**В какой степени вы согласны или не согласны с этим мнением?**

Приведите, по крайней мере, две причины для вашего ответа и включите, по крайней мере, один соответствующий пример из ваших собственных знаний и опыта.

Напишите текст объемом минимум 200 иероглифов.

**Внимание! Ваше эссе должно состоять из введения, основного содержания (два абзаца), заключения.**