*Разработчик*: Т.Ю. Козлова

*Курс*: Английский язык

*Тема*: Распорядок дня студента

Если не соблюдать распорядок дня, не оставлять время на отдых, то можно получить так называемый «синдром офис-менеджера»: резко падает давление, появляется головокружение, слабость, сонливость. Для того чтобы оставаться в форме, медики советуют студенту соблюдать распорядок дня или, как его еще называют режим дня. В распорядок дня, по их мнению, помимо учебных пар, необходимо включить утреннюю гимнастику, прогулки на свежем воздухе, 3-4 приема пищи. Неплохо заняться каким-нибудь спортом, и на сон оставить не менее 7 часов.

**Вам необходимо убедить обучающихся в вашей группе составить распорядок дня и следовать ему.**

**Для этого подготовьте выступление, в котором объясните, что представляет собой режим дня и зачем он нужен. Приведите два аргумента в пользу того, чтобы потратить время на составление общего распорядка дня и следовать этому распорядку. Проиллюстрируйте свое выступление демонстрацией собственного распорядка дня.**

При подготовке к выступлению составьте план и/или сделайте заметки, которыми вы сможете воспользоваться. Вы можете воспользоваться отобранной лексикой.

Выступите перед обучающимися в вашей группе и будьте готовы ответить на вопросы. На выступление отводится 3 минуты.

**Лексика, которая может быть использована при описании распорядка дня**

Dressing-gown - халат.

Tap - кран.

To turn on – включать.

Health - здоровье.

Hard-boiled - сваренный вкрутую.

To get... ready for... - готовить, подготавливать к...

At least - по крайней мере.

To sit up - не ложиться спать.

To go to bed - ложиться спать.

All weekdays look the same - Все будни одинаковы.

I would like to tell you about my daily routine - Я хотела бы рассказать о ежедневном распорядке дня.

I am early riser - Я ранняя пташка (Я рано встаю).

Go to bed with the lamb and rise with the lark - Рано ложиться и просыпаться с петухами.

On week-days… - в рабочие дни.

I prefer hot (cold) shower - Я предпочитаю горячий (холодный) душ.

After bathroom - после ванны.

I am ready for - готова для.

to have breakfast - завтракать.

put on/ take/ go to - одеваюсь, беру, иду

live far/ live not far from - живу далеко от/ живу недалеко от

It takes … minutes (time) to get there - Мне требуется…. минут (время), чтобы добраться туда.

to reach the - доехать до

I don’t like to be late/ I am always late - Я не люблю опаздывать/ Я всегда опаздываю.

I work from… till - Я работаю с… до… .

to go on foot/ by bus/ by car/ by train - идти пешком/ ехать на автобусе/ ехать на машине/ ехать на поезде.

After work/school I usually - После работы/ колледжа я обычно.

I go to bed at - я ложусь спать.

Before falling asleep - перед тем, как заснуть.

I usually wait for weekend - Я обычно жду выходные.

*Использованы материалы источников:*

<http://abc-english-grammar.com/1/sochinenia_po_angliiskomu_yaziku33.htm>.

<http://azenglish.ru/rasporyadok-dnya-na-angliyskom/>.

http://www.interactive-english.ru/essays/589-day-off-composition/.

Инструмент проверки

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| *Содержание  сообщения* | Высказан призыв составить распорядок дня и следовать ему | 1 балл |
| Приведено два аргумента в пользу составления распорядка  и следования ему | 2 балла |
| Приведен один аргумент | 1 балл |
| Изложен распорядок дня обучающегося | 2 балла |
| Упомянуты фрагменты распорядка дня обучающегося, не охватывающие весь день | 1 балл |
| Дан ответ на вопрос на уточнение | 1 балл |
| *Максимально* | *8 баллов* |
| *Организация сообщения* | Произношение отчетливое, голос достаточно громкий | 1 балл |
| Соблюден регламент выступления (2:45-3:15) | 1 балл |
| Смысловые блоки выступления отделены паузами | 1 балл |
| Смысловые блоки выступления выделены с помощью вербальных средств (средств логической связи) | 2 балла |
| *Максимально* | *5 баллов* |
| *Речевое  оформление* | Используется ограниченный словарный запас, не соответствующий цели коммуникации | 0 баллов |
| Используется ограниченный словарный запас, частично соответствующий цели коммуникации | 1 балл |
| Речевое оформление в основном соответствует цели коммуникации | 2 балла |
| Допущено незначительное количество речевых ошибок, которые не мешают пониманию | 3 балла |
| *Максимально* | *3 балла* |
|  | ***Максимальный балл*** | ***16 баллов*** |