

Главный УБИЙЦА Твоего Времени

УПРАЖНЕНИЯ

Упражнение 1: Вставьте пропущенные слова (Уровень: **Легкий**)

Список пропущенных слов (доступ, ловушке, каникулах, возможность, заложниками)

1. Когда у меня есть _____, я стараюсь пользоваться телефоном реже.
2. Сможем ли мы вернуться к привычному образу жизни или навсегда останемся _____ социальных сетей и своего телефона?
3. Я ходил к дяде только по выходным или на _____, поэтому в будние дни мне нужно было чем-то заниматься
4. У нас с вами есть _____ ко всей информации мира, но мы выбираем смотреть короткие видео и тупо убивать время.
5. Неужели действительно мы все оказались в _____, из которой не выбраться?

Упражнение 2: Вставьте пропущенные слова (Уровень: **Средний**)

Список пропущенных слов (заново, паршиво, сознательным, бесплатных, подряд)

1. В моменты, когда я провожу много времени в телефоне, я чувствую себя максимально _____.
2. Вместо бессмысленного скроллинга видео я пытаюсь _____ научиться читать.
3. Как тут удержишься, когда вот совсем рядом лежит целый мир развлечений. Причём развлечений быстрых, _____ и приятных.
4. Я просто не могу сконцентрироваться, не могу спокойно сесть как раньше и читать 3–4 часа _____ без перерыва.
5. Смысл в том, чтобы сделать этот выбор _____, то есть таким, о котором вы хотя бы задумаетесь.

Упражнение 3: Вставьте пропущенные слова

(Уровень: **Трудный**)

Список пропущенных слов (сделать вид, потреблять, оправдывать, щекочут, отвлекаясь)

1. Когда вы последний раз смотрели фильм, не _____ на уведомления?
2. Я стараюсь себя _____ тем, что я целый день работал, мой мозг очень устал, и что я ни в чём не виноват.
3. Бесконечная лента и бесконечные видео, которые _____ наш мозг и доставляют нам удовольствие.
4. И чтобы просто чувствовать себя нормально, нам нужно всё время листать ленту и _____ как можно больше контента.
5. В выходные дни я вообще могу поставить телефон на беззвучный режим и _____, что у меня нет телефона.

СЛОВАРЬ

1. **отвлека́ть** — to distract
2. **опра́вдывать** — to justify
3. **за́ново** — again, anew
4. **щекота́ть** — to tickle
5. **сде́лать вид** — to pretend
6. **парши́во** — lousy
7. **возмо́жность** — opportunity, possibility
8. **беспла́тный** — free
9. **зало́жник** — hostage
10. **лову́шка** — trap
11. **до́ступ** — access
12. **потре́блять** — to consume
13. **подря́д** — in a row
14. **кани́кулы** — holidays
15. **созна́тельный** — conscious

ОТВЕТЫ

Уровень: **Легкий**

1. возможность
2. ловушке
3. каникулах
4. доступ
5. заложниками

Уровень: **Средний**

1. паршиво
2. заново
3. бесплатных
4. подряд
5. сознательным

Уровень: **Трудный**

1. отвлекаясь
2. оправдывать
3. щекочут
4. потреблять
5. сделать вид