

5 золотых правил – Третье правило

Транскрипция



Приветствую тебя на третьем из пяти золотых правил русского языка с Russian in Context.

Напомню тебе правила из предыдущих уроков.

Какое у нас было первое правило?

Слушать информацию, которая тебе нравится, которая тебе интересна, слушать 🎧 её регулярно, минимум 30 минут в день. Слушать носителей языка на том уровне, который ты понимаешь и которым владеешь. Этим активировать мозг, прослушивая одну и ту же информацию многократно. Пока всё понятно, да?

Третье правило, о котором сегодня пойдёт речь, называется: **«Время – деньги, или захочешь – найдёшь это время!»**

Каждый день 30 минут, а лучше один час слушать русскую речь – это было бы супер! С удовольствием! Но где найти на это время 🕒? – спросишь ты.

У всех нас одинаковые условия: день имеет 24 часа, ни больше, ни меньше. У всех одинаково.

Согласен(а)? Думаю, да.

У нас у всех есть ответственность за семью и, возможно, за детей или пожилых родителей, о которых нужно заботиться. У многих рабочий день состоит из восьми часов, а после часто ждёт работа по дому: убирать, приготовить, закупиться, постирать и погладить. Про сон тоже нельзя забывать – рекомендуется как минимум 7–8 часов сна. Помимо этого, хочется найти время на свои увлечения, спорт, друзей или просто расслабиться, почитать книгу или посмотреть телевизор.

Ситуация нам всем знакома. Не нужно быть великим математиком, чтобы понять, что от 24 часов в сутки не остаётся много времени на прослушивание подкастов.

Я согласна, но!

Если я чего-то на самом деле хочу, то я не только найду время, но и возьму его для себя. Что я имею в виду?

Ты ещё помнишь наш девиз из подкастов: **Что? Где? Когда?**

Про «Что?», то есть про ту информацию, которую ты слушаешь, я говорила на первом уроке. Не будем повторяться.

А сегодня речь пойдёт о «Где?» и «Когда?».

Большую часть суток наш мозг активно работает: во время отдыха и на работе, при разговорах с семьёй, друзьями или

коллегами. Во время сна мозг отдыхает. Но в течение дня есть моменты, когда я физически занят(а), но мой мозг свободен.

Что я имею в виду?

Приведу пример из личного опыта. Утром, до работы, я люблю бегать. При этом я с удовольствием слушаю подкасты на французском языке. Можно, конечно, слушать одну и ту же музыку, но я предпочитаю использовать это время с пользой.

То время, которое я использую, приводя себя в порядок (душ, макияж и так далее), я также могу использовать для прослушивания подкастов.

По дороге на работу – в машине, поезде, метро, автобусе – я могу слушать подкасты или слушать / читать книгу на том языке, который изучаю (только не в машине конечно). После работы ежедневная прогулка очень важна. Нам всем необходим свежий воздух и движение. Это время, по возможности, я тоже использую, чтобы прослушать подкасты или аудиокнигу.

Даже в магазине, покупая продукты, я могу слушать подкасты, аудиокнигу или музыку на изучаемом языке. Приготовление обеда или ужина – ещё одно подходящее время.

Я бегаю, занимаюсь спортом, привожу себя в порядок, еду на работу, закупаюсь, готовлю, убираю в доме, стираю или мою посуду – это именно то время, когда я физически занята, но

мой мозг свободен. Это **время** я стараюсь **использовать мудро**.

Я не говорю, что всё это время я слушаю подкасты или аудиокнигу, но у меня есть множество возможностей в течение дня, которые я могу использовать для этой цели.

А теперь твоя очередь.

Подумай, когда у тебя есть это время?

Мы в жизни часто делаем то, что хотим. Если я этого на самом деле хочу, то я найду и желание, и время это сделать. А если я чего-то не хочу, то очень легко могу найти отговорку и причину, чтобы этого не делать.

Есть такая пословица: **«Кто ищет, тот найдёт»**. Думаю, в этом случае это про меня. Если я хочу учить язык, то время для этого всегда найдётся. Я встану на 30 минут раньше до работы и уделю время изучению языка.

Или например, когда я жду в приёмной у врача. Иногда приходится ждать 30 минут. За это время я могу послушать подкаст или аудиокнигу, почитать книгу или транскрипцию. Конечно, можно просто смотреть в телефон и играть в игру, зависать в социальных сетях, а можно по-другому использовать это время. Всё зависит от меня.

Время у всех одинаково – **24 часа в сутки, ни больше, ни меньше**. Никому не подарено больше времени 🕒. Как бы я этого иногда не хотела.

И в заключение ещё одна поговорка: **«Было бы желание – остальное будет.»**

Согласен(а)? Думаю, да.

Думаю, этим я ответила на вопросы «Что?», «Где?» и «Когда?».

Вот и подошёл к концу мой третий урок. На следующем уроке я расскажу тебе о положительных эмоциях и одной специальной технике.



[Facebook](#) [YouTube](#) [TikTok](#) [Instagram](#) [Telegram](#) [Spotify](#)

До скорой встречи!