

Конспект уроку № 138

Як пережити зиму в Україні?



Link to audio: ukrainianlessons.com/episode138



Вступ

Привіт! Це Анна Огойко з новим епізодом подкасту Ukrainian Lessons — подкасту для всіх, хто вивчає і любить українську мову.

Якщо, можливо, це ваш перший епізод подкасту, то дозвольте **відрекомендуватися**. Мене звати Анна, я українка і вчителька української мови.

Я дуже люблю українську мову і тому вирішила займатися тим, щоб допомагати іншим людям вивчати мою мову. **Зокрема** я роблю це через цей подкаст.

Подкаст «Уроки української» зараз, у 2019 році, має чотири сезони. Можливо, ви слухаєте цей епізод в майбутньому, і вже є п'ять чи шість сезонів. **Хтозна?**

Перший і другий сезон — для початківців, третій сезон — для середнього рівня, і зараз триває четвертий сезон — для високого середнього чи високого рівня. Якщо ви можете **більш-менш** розуміти, що я кажу, то у вас високий середній чи високий рівень української мови.

Я вважаю, що на цьому рівні дуже важливо багато слухати і багато читати, щоб ваш мозок автоматично вивчав нові слова і повторював граматичні структури.

Також важлива практика, звичайно. Ми кажемо українською «**набити руку**», тобто багато практикуватися, щоб вільно говорити українською мовою. Набити руку.

Ну про це я, до речі, розповідала в попередньому епізоді подкасту: в епізоді 137 я давала 5 порад для покращення української мови. Тому раджу вам послухати, якщо вам потрібна мотивація чи ідеї для вивчення української мови!

Так... Мотивація... Це така штука, якої нам часто **бракує**, правда? Часто у нас немає мотивації. Особливо зараз трошки важко знайти мотивацію, тому що зараз зима, початок зими. Зараз початок грудня. Я зараз живу у Швеції, в Стокгольмі, і тут зима дуже схожа на українську. Тут так само холодно, іноді **йде сніг**, а ще дуже короткий день і довга ніч, тобто дуже темно.

відрекомендуватися —
to introduce oneself

зокрема — in particular,
especially

Хтозна? — Who knows?

більш-менш — more or less

бракувати — to be short of,
to lack

йде сніг — it is snowing



Конспект уроку №138

Як пережити зиму в Україні?

Не знаю, можливо, ви слухаєте з Канади, то для вас зима — це нормально, але можливо, ви з Каліфорнії чи Іспанії, тоді вам може бути важко звикнути до зими.

Я знаю людей, які люблять зиму, можна сказати, **обожають** зиму, вони люблять зимові види спорту, **лижі**, сніг... Я **не належу до таких людей**.

Хоча я і **не маю нічого проти зими**! Як кажуть: «У природи нема поганої погоди» — це така стара пісня в одному радянському фільмі. «У природи нема поганої погоди».

Так, можливо, я **віддаю перевагу** осені і весні, але зима — це теж може бути цікаво і весело. Єдине, мені особисто треба трошки підготуватись до зими. Фізично і морально.

Отже, сьогодні я вирішила вам трошки розповісти про те, як **пережити** зиму в Україні. Тобто як зробити так, щоб зима в Україні була цікавою і веселою.

Так, можливо, «пережити зиму» — це звучить занадто **драматично**! Я маю на увазі, як можна підготуватись до зими і що можна робити взимку в Україні. То як, готові дізнатися кілька моїх порад?

обожають — to adore, to love

лижі — skis

віддавати перевагу — to prefer

пережити — 1) to experience, to go through; 2) to survive

драматично — dramatic (adverb)

Як пережити зиму в Україні?

Отже, по-перше, звичайно, взимку не можна **припиняти рухатись**. **Рух** — це дуже важливо для **самопочуття**, для здоров'я. А зима — це чудова можливість займатися зимовими видами спорту.

Ви можете кататись на лижах чи сноуборді. Для цього можна поїхати в Карпати, але це необов'язково! Ви знали, що в Києві теж можна кататись на лижах чи сноуборді?

Так! Мої друзі часто це роблять. Є таке місце в Києві, називається Протасів Яр; **яр** — це така собі мінігора, отже, там можна **спускатись** на лижах, на сноуборді або на **санчатах**!

Сани або санчата — це, знаєте, таке крісло, у яке ви сідаєте і спускаєтесь з гори. Діти дуже люблять санчата! Але і дорослі теж. Я, наприклад, не люблю ні лижі, ні сноуборд, але я люблю санчата.

Хоча взимку не завжди є сніг, наприклад, інколи снігу може не бути. Тоді можна кататись на ковзанах на спеціальних **ковзанках**. Знаєте, **ковзани**? Це таке як **ролики**, але для зими?

У Києві є кілька ковзанок на вулиці, наприклад, на Софіївській площі часто відкривають ковзанку. Але більшість ковзанок в Києві знаходяться в торгових центрах. Отже, якщо ви ніколи не катались на ковзанах, можете спробувати це в Україні. Ви можете **взяти** ковзани **на прокат**.

припиняти — to stop

рухатись — to move

рух — motion, movement

самопочуття — state of health

яр — gully, ravine

спускатись — to get down, to down

санчата — sled

ковзанка — skating rink

ковзані — skates

ролики — roller-skates

А далі я хочу розповісти більше про здоров'я, бо взимку можна дуже легко **застудитись** або захворіти. Найкраще, що ви можете зробити, це **запобігти хворобам**. Тобто робити щось, щоб не хворіти.

По-перше, можна зробити **щеплення** від **грипу**, ну якщо ви хочете. Тоді у вас буде менший шанс захворіти на грип. Грип — це така типова зимова вірусна хвороба.

По-друге, треба зміцнювати імунітет. Для цього варто їсти вітаміни. Це різні фрукти та овочі. В Україні ми їмо сезонні фрукти та овочі, а взимку їх мало. Тому ми переважно їмо цитрусові (це апельсини і мандарини), а також овочі та фрукти, які добре зберігаються (це яблука, морква, капуста, буряк).

Традиційно в Україні ми їмо **квашену капусту** — це така капуста, яку ми влітку чи восени **заквасили**, тобто цю капусту засипають сіллю і закривають в банку. У квашеній капусті дуже багато вітаміну С. Ви знали таке?

Ну і, звичайно, важливо їсти молочні продукти, тому що взимку нам потрібно вживати більше вітаміну Д, бо взимку мало сонця. Вітамін Д також можна вживати в таблетках.

Отже, імунітет ми зміцнили, але що ще важливо, щоб не захворіти? Звичайно, не **замерзати**! Тобто робити так, щоб вам завжди було тепло. Якщо ви замерзнете, якщо ви надворі і вам холодно, то у вас швидко почнеться **нежить**, **кашель**, а може навіть **застуда** чи грип.

Тому підготуйтеся **заздалегідь**. Купіть теплу куртку — ми називаємо ці куртки «**пуховик**», тому що вони складаються з пуху, з **гусячого пуху**. Пуховик. Також купіть собі шапку, шарф, рукавиці, теплі шкарпетки. А останніми роками я відкрила для себе дуже корисну річ: **термобілизну**. Це такий теплий одяг, який ви одягаєте під штани і під светр. Це дуже зручно і тепло. Термобілизна.

Отже, ви одягнулися тепло. Далі, щоб вам було не холодно і щоб ви були здорові, пийте багато чаю. Чай, як на мене, це просто улюблений напій українців. Ми п'ємо чорний, зелений і багато видів трав'яного чаю. А ще **обліпиховий**, **імбирний**...

Ну в кав'ярні в Україні ви можете побачити, скільки видів чаю у нас є. Пам'ятаєте, про це я розповідала також у третьому сезоні подкасту?

А крім чаю, до речі, дорослі українці люблять взимку пити глінтвейн, ми варимо глінтвейн — це таке гаряче вино зі спеціями: з **корицею**, з **імбиром**, з **гвоздиною**, з медом. Ммм, це дуже смачно! Я ще люблю глінтвейн з яблуками. Це чудовий напій для вечора п'ятниці з друзями.

До речі, про друзів. Щоб не сумувати взимку і щоб було тепліше і веселіше, зустрічайтеся частіше з друзями! **Ходіть в гості** або запрошуйте друзів до себе додому.

Крім того, ви можете ходити з друзями чи зі своєю **половинкою** на цікаві

застудитись — to catch cold

щеплення — vaccination

грип — influenza, flu

квашена капуста —

sour cabbage

заквасити — to make sour

замерзати — to freeze,

to feel cold

нежить — running nose

кашель — cough

застуда — cold

заздалегідь — beforehand,

in advance

пуховик — down-padded coat

гусячий пух — goose down

термобілизна — thermal

underwear

обліпиховий — sea buckthorn

(adjective)

імбирний — ginger (adjective)

кориця — cinnamon

імбір — ginger

гвоздика — cloves

половинка — soul mate,

other half

Конспект уроку №138

Як пережити зиму в Україні?

події, їх взимку в Києві дуже багато! Наприклад, зима — це якраз театральний сезон, коли в театрах і операх є багато **вистав**.

Так само є багато концертів, наприклад, у **філармонії**, якщо ви любите класичну музику. В грудні і в січні в містах працюють різдвяні ярмарки. Я подивилась, що у Львові, наприклад, ярмарок буде з 13 грудня до 19 січня цього року.

Або можна просто ходити в кіно — там набагато тепліше, ніж на вулиці! Правда?

До речі, не знаю, чи так **всюди**, але взимку, особливо під час новорічних свят, мені хочеться дивитись більше мультиків, особливо старих, радянських мультиків, з якими я виросла. Вони веселі і яскраві — це те, що треба для холодних і темних днів.

Взагалі намагайтеся взимку використовувати яскраві кольори: в одязі чи в інтер'єрі. Або коли, наприклад, будете **прикрашати ялинку**.

І остання моя порада — це, звичайно, готувати щось смачненьке! Якщо ви любите готувати. Я, наприклад, взимку дуже люблю багато **пекти**. Пекти печиво, кекси (це те саме, що мафіни), чи яблучний пиріг.

Готування допомагає мені розслабитись і **забути про все на світі**, а крім того, виходить такий смачний результат! І вдома потім приємно пахне. А ще можна запросити друзів **скуштувати** печиво і попити разом чаю, наприклад, обліпихового чаю.

Ну як? Тепер хочете пожити взимку в Україні? Ласкаво просимо!

Отже, нагадаю ще раз мої поради для вас, коротенько.

- Займайтеся зимовими видами спорту. Рухайтесь!
- Зміцнюйте імунітет.
- Одягайтеся тепло.
- Пийте багато чаю і глінтвейн.
- Ходіть в гості.
- Ходіть на цікаві події.
- Дивіться мультики.
- Використовуйте яскраві кольори.
- І готуйте щось смачненьке. А потім запрошуйте друзів в гості!

вистáва — play, performance

філармóнія — philharmonic

всі́уди — everywhere, anywhere, all over

прикраша́ти яли́нку — to decorate a Christmas tree

пекти́ — to bake

скуштува́ти — to taste, to try





Корисні фрази та ідіоми

А зараз, як завжди, я розповім вам трошки більше про деякі фрази та ідіоми, які я казала сьогодні.

По-перше, на початку епізоду я рекомендувала вам **«набити руку»** на українській мові, тобто багато практикуватися. Набити руку.

Наприклад: «Щоб навчитися добре **ліпити вареники**, треба набити руку». Далі, коли я говорила про зиму, я казала, що багато людей люблять лижі, зиму, зимові види спорту, вони прямо обожнюють це... Але я **не належу до таких людей**.

«Я належу» або «я не належу до таких людей». Тобто я така сама, як інші, або я не така сама, як інші, тобто я не належу до людей, які люблять все зимове, я не особливо фанат зими.

Ну, наприклад, ще: «Я належу до людей, які п'ють більше чаю, ніж кави».

«Я належу» або «я не належу до людей».

Отже, я не належу до людей, які обожнюють зиму.

Хоча я **не маю нічого проти** зими!

Не мати нічого проти — тобто я не кажу, що зима це погано. Я нормально до неї **ставлюсь**.

Наприклад: «Я не маю нічого проти, щоб ви прийшли до мене в гості».

Далі я казала, що ви можете кататися на ковзанах. І в Києві ви можете взяти ковзани на прокат.

Брати на прокат — **взяти на прокат** — це взяти покористуватися за певну **плату**. Можна брати машину на прокат, велосипед на прокат, ковзани на прокат, все, що пов'язано з якимось транспортом. Ну, можна сказати, що ковзани чи лижі — це теж своєрідний транспорт.

Одна моя порада була — **ходити в гості**.

Ходити в гості — це традиція українців. Ми любимо ходити до когось в гості.

Традиційно на Різдво українці ходять в гості. Це дуже важливий вираз для нас — ходити в гості.

Я також рекомендувала вам мультики. Мультки веселі і яскраві — це **те, що треба** для холодних і темних днів.

Те, що треба — це типовий вираз, який ми часто вживаємо. Це саме те, що ви хочете, що вам найбільше зараз потрібно.

Ви можете, наприклад, сказати: «Я вивчаю українську мову з подкастом

ліпити вареники — to make (to shape) varenyky

ставитися — to treat, to regard

плата — payment, fee



Конспект уроку №138

Як пережити зиму в Україні?

Анни Огойко. Це те, що треба!». Тобто вам це дуже подобається і це саме те, що вам корисне.

Коли я говорила про те, що я люблю готувати, то казала, що це допомагає мені **розслабитись**, **забути про все на світі**.

розслабитись — to relax

Що можна зробити, щоб забути про все на світі? Я думаю, можна займатися йогою, почитати якусь художню книжку, а головне — вимкнути Інтернет! Правда? Щоб забути про все на світі.

І ще одна фраза була трошки раніше, але я про неї забула, це **запобігти хворобам**.

Я казала, щоб не застудитись, не захворіти, важливо запобігати хворобам або запобігти хворобам.

Запобігти — запобігати — це робити так, щоб щось не сталося. Наприклад, запобігти хворобі — зробити так, щоб не захворіти.

І зверніть увагу, що дієслово запобігти — запобігати вживаємо з давальним відмінком. Так, запобігти кому? чому?

Щоб запобігти грипу, треба часто мити руки.

Щоб запобігти **інфляції**, український парламент **прийняв** новий **закон**.

інфляція — inflation
прийняти закон —
to pass a law

До речі, всі ці корисні вирази з перекладом на англійську мову є в конспекті цього уроку. Також там є чудові вправи для практики! Ці вправи розробляє наша редакторка Ірина, вони мені дуже подобаються.

Конспекти, тобто додаткові документи до уроків, є частиною нашої преміум-підписки. Більше про те, як отримувати конспекти уроків, ви можете дізнатися за посиланням ukrainianlessons.com/premium.





Цікавинка з граматики

Подкаст «Уроки української» зараз, у 2019 році, має чотири сезони. Можливо, ви слухаєте цей епізод в майбутньому, і вже є п'ять чи шість сезонів. Сезони — сезонів.

В українській мові, **на відміну від** англійської мови, **числа** можуть поєднуватись з двома різними відмінками, а не просто з **множиною**.

Тобто в англійській мові все просто, ми кажемо: “two seasons”, “three seasons”, “five seasons”, “ten seasons”.

Але українською все трішки складніше. Ми говоримо «два сезони», але «п'ять сезонів». І так само — десять сезонів.

Сезони — це називний відмінок множини. А «сезонів» — це родовий відмінок множини. Отже, правило таке: числа два, три, чотири вживаємо з називним відмінком множини, тобто зі звичайною множиною. Чотири сезони. Це ще така назва піци — чотири сезони.

А числа п'ять, шість, сім і так далі вживаємо з родовим відмінком множини. П'ять сезонів, десять сезонів.

До речі, так само і складні числа, які закінчуються на 2, 3, 4, 5 і далі.

Дивіться: двадцять два студенти (тому що 2, 22 студенти), але двадцять п'ять студентів (тому що 5). Сорок дві студентки, але сорок шість студенток (це жіночий рід).

Я знаю, що родовий відмінок множини — це може бути непросто. Тому в конспекті цього уроку буде табличка про утворення родового відмінка множини.

Також там буде вправа для практики цього правила. Тож не **пропустіть!** У кожному конспекті уроку є щонайменше три вправи.

на відміну від — unlike
число — 1) number;
2) quantity; 3) date
множинá — plural

пропускáти — to pass over,
to miss



Конспект уроку №138
Як пережити зиму в Україні?

Родовий відмінок множини			
Вживання	Закінчення	Називний відмінок однина — множина	Родовий відмінок множини
іменники чоловічого роду	-ів, -їв	чоловік — чоловіки студент — студенти герой — герої день — дні	чоловік ів студент ів геро їв дн ів
деякі іменники середнього роду на -е, -я		прислів'я — прислів'я море — моря поле — поля	прислів' їв мор ів пол ів
іменники жіночого роду	нульове закінчення	жінка — жінки сестра — сестри рука — руки	жін ок сест ер рук
іменники середнього роду на -о ; більшість іменників середнього роду на -е, -я *при утворенні родового відм. множ. відбуваються фонетичні зміни: 1) чергування о, е з і (слова — слів) 2) у разі збігу приголосних з'являються голосні о, е : вікон, відер		вікно — вікна відро — відра слово — слова місце — місця яйце — яйця завдання — завдання питання — питання весілля — весілля	вікон відер слів місць яєць завдань питань весіль
деякі іменники чоловічого роду деякі іменники жіночого роду	-ей	гість — гості кінь — коні	гост ей кон ей
деякі іменники середнього роду		ніч — ночі річ — річі курка — кури око — очі плече — плечі	ноч ей реч ей кур ей оч ей плеч ей



Поєднання числівників та іменників

2, 3, 4 (+ 22, 103, 74...)	+ <u>називний</u> відмінок множини	два браті́ дві но́чі три сестри́ сорок чоти́ри маши́ни сто три́дцять три коро́ви
5-20 (+ 30, 40, 100...)	+ <u>родовий</u> відмінок множини	п'ять браті́в шість сесте́р чотирна́дцять ноча́й сто дев'яно́сто корі́в



Завершення

І на цьому все сьогодні. Сподіваюсь, якщо ви раніше боялися української зими, то тепер ви знаєте, як підготуватися, і більше не боїтеся! Зима в Україні — це справді весело, якщо у вас є цікаві плани і хороші друзі.

До речі, якщо ви будете в Україні в січні, я хочу з вами зустрітись! Я буду в Києві на початку і в середині січня і хочу організувати зустріч слухачів подкасту. Більше про це я напишу в соціальних мережах — у фейсбуці і інстаграмі — а також в нашій **тижневій розсилці**. Тому підписуйтесь!

А поки що не забудьте прочитати повний текст епізоду і зробити вправи у конспекті уроку. Конспекти є частиною нашої преміум-підписки. Щоб дізнатися більше про преміум, заходьте на ukrainianlessons.com/premium.

А я бажаю вам гарної зими чи літа (якщо у вас літо)! Всього найкращого! Па-па!

тижнёва розсілка —
weekly newsletter



 Вправи

1

Заповніть пропуски фразами:

забуваєш про все на світі

не маю нічого проти
брали на прокат

належу до тих людей

Зверніть увагу на виділені слова (родовий відмінок множини).

Лижі чи сноуборд — що краще? Це популярна тема для **дискусій**. Фани кожного з цих зимових видів спорту, мають свої аргументи.

Особисто я _____¹, які
віддають перевагу сноуборду. Хоча _____²
лиж та **лижників**.

Любов до зимових **видів** спорту з'явилася в студентські роки. На вихідних усі поїзди, що рухалися зі Львова в сторону **Карпат**, були переповнені сноубордистами та лижниками.

Грошей на власний борд, черевики та інше спорядження в нас не було і ми _____
_____³ все необхідне вже на місці. Заздалегідь знімали
щонайдешевше житло, самі готували їжу.

В момент, коли ти спускаєшся з гори, ти _____
_____⁴, дихаєш чистим гірським повітрям і насолоджуєшся красою **гір**. Це неповторне
відчуття!



2

Знайдіть зайве слово в кожному рядку:

1. лижі, сноуборд, рух, ковзани, санчата
2. термобілизна, ролики, пуховик, рукавиці
3. грип, застуда, нежить, кашель, кориця
4. щеплення, гвоздика, кориця, імбир, перець

3

Поєднайте числівники та іменники:

1. Ми маємо невеличку ферму. На фермі живуть _____
(5 + кінь), _____ (10 + корова),
_____ (20 + курка).
2. Я нічого не встигаю. У мене всього _____ (2 + рука),
а не _____ (10 + рука).
3. Я послухав епізод про народну мудрість і запам'ятав _____
(5 + приказка) і _____ (5 + прислів'я),
а загалом вивчив десь _____ (20 + слово).
4. Ми проведемо у відпустці (11 + день) _____
і _____ (10 + ніч).
5. Щоб спекти великий яблучний пиріг, потрібно взяти борошно, кефір, 200 грамів цукру, _____
_____ (4 + яйце),
_____ (5 + яблуко),
_____ (3 + ложечка) кориці...



4

Перекладіть українською мовою:

1. She drives very slowly because she hadn't mastered her technique yet.

2. If you are not a person ("if you do not belong to people") who likes to wake up early in the morning, try it to get out of your comfort zone.

3. Mom said she has nothing against my friends coming to visit us.

4. How many bikes would you like to rent?

5. This music helps me forget everything else in the world.

6. It is better to prevent a disease than to treat it.





Key Phrases 4-138

набі́ти ру́ку	to master one's technique in something, to cut one's teeth on smth
(не) нале́жати до та́ких люде́й	to belong to such people
не ма́ти нічо́го проти́	to have nothing against
бра́ти на прока́т — взя́ти на прока́т	to rent, to hire
ходи́ти в го́сті	to come for a visit
забу́ти про все на сві́ті	to forget everything else in the world
запо́бігти хворо́бі	to prevent a disease





Відповіді на вправи

1

1. належу до тих людей
2. не маю нічого проти
3. брали на прокат
4. забуваєш про все на світі

2

1. рух
2. ролики
3. кориця
4. щеплення

3

1. п'ять коней, десять корів, двадцять курей
2. дві руки, десять рук
3. п'ять приказок, п'ять прислів'їв, двадцять слів
4. одинадцять днів, десять ночей
5. чотири яйця, п'ять яблук, три ложечки

4

1. Вона їздить машиною (водить машину / автомобіль) дуже повільно, бо ще не набила руку.
2. Якщо ви не належите до людей, які люблять прокидатися (вставати) рано, спробуйте, щоб вийти зі своєї зони комфорту.
3. Мама сказала, що вона не має нічого проти, щоб мої друзі прийшли до нас в гості.
4. Скільки велосипедів ви хотіли б взяти на прокат?
5. Ця музика допомагає мені забути про все на світі.
6. Краще запобігти хворобі, ніж лікувати її.

