Тема: **Переклад тексту публіцистичного стилю з російської мови українською**

Мета: навчати учнів вільно орієнтуватися в російській і українській мовах; виховувати старанність в навчанні.

*Перекладіть текст українською мовою(цифри записати словами), доберіть заголовок.*

*Провідміняйте числівники 78, 85.*

Никогда не поздно начинать заниматься физическими упражнениями, утверждают ученые из Израиля. Они доказали, что взрослые люди, начавшие следить за своим физическим здоровьем и упражняться в поздние годы, живут дольше и реже становятся инвалидами.

В течение почти десяти лет израильские ученые из университета Хибру, Иерусалим, наблюдали за 2000 пенсионеров и оценивали их спортивную форму в 70, 78 и 85 лет. Считалось, что те, кто занимался физическими упражнениями менее часа в неделю – вели сидячий образ жизни, а старики, занимающиеся 4 часа, признавались активными.

Исследователи проанализировали данные и пришли к выводу, что за это время активные старики, которым было между 70 и 78 годами, умирали на 12% реже, чем их менее подвижные сверстники. Те участники эксперимента, которые занимались спортом, и которым было 78–85 лет, имели на 15% больше шансов пережить «неактивных» стариков того же возраста.В целом, активные старики отличались лучшим общим состоянием здоровья.

Авторы работы заключили: «Клинические последствия физической активности долгосрочны.Наши выводы подтверждают необходимость дальнейшего поощрения пожилых людей к физической активности, причем даже самых пожилых из пожилых. Все свидетельствует о том, что начинать никогда не поздно» (журн.).