***Yulia Naniak***

# UPON YOUR WORD

## Supplementary materials to

## Upstream Upper Intermediate B2+

Рекомендовано Вченою радою факультету іноземних мов (протокол №10 від 23 червня 2020)

**Рецензенти**:

**Шмігер Тарас Володимирович**, доктор філологічних наук, доцент кафедри перекладознавства і контрастивної лінгвістики імені Григорія Кочура, Львівський національний університет імені Івана Франка

**Мазур Олена Вікторівна**, кандидат філологічних наук, доцент кафедри теорії та практики галузевого перекладу, Херсонський національний технічний університет

**Гриців Наталія Миколаївна**, кандидат філологічних наук, доцент кафедри прикладної лінгвістики, Національний університет «Львівська політехніка»

Naniak Yu. Upon your word. Supplementary materials to Upstream Upper Intermediate B2+ //

Публікація є некомерційною і здійснюється виключно з освітньою метою.

© Ю. Наняк, 2020

 **INTRODUCTION**

This collection is aimed at English learners, as an additional material to Upstream Upper Intermediate (B2+) by Express Publishing, to view the books from a new perspective and to boost translation/interpreting skills.

The vocabulary material is divided according to the units and pages in the Upstream Upper Intermediate 2015 edition. It includes the vocabulary items with the Ukrainian translations and sometimes explanations in English if it has some specific features that hinder understanding only via translation.

Some items also include collocations, prepositions and idioms with the main vocabulary item. The translations were taken from the list of dictionaries quoted in the end sometimes directly, sometimes as a combination a a few dictionaries, and in some cases as an elaboration of the English explanation.

After vocabulary to each unit a text is prodided. These texts are chosen thematically in accordance with the unit topics. To each text a list of active vocabulary is provided. The aim of these texts is to enhance translation/interpreting skills of the students, that is why they are of a higher complexity in terms of translation.

These materials are used by the author during the English classes with the students of Hryhoriy Kochur Department of Translation Studies and Contrastive Linguistics (Ivan Franko National University of Lviv).

Hopefully they will be useful both for teachers of English and for the students.

Yulia Naniak

UNIT 1

**Crossing Barriers (Communication, language, gestures)**

***Active vocabulary***

**p. 7**

1. holiday-maker 1) відпочивальник 2) екскурсант у вихідні дні 3) відпускник; курортник
2. celebrity слава, популярність; славетна людина, знаменитість

**A multilingual internet?**

1. guarantee 1. 1) гарантія; (за)порука; застава 2) поручитель 2. 1) ручитися 2) гарантувати; забезпечувати
2. flexible 1) гнучкий 2) поступливий, податливий
3. proficient 1. вправний, умілий, досвідчений 2. фахівець, знавець
4. under the impression під враженням
5. benefit 1. 1) користь; вигода; прибуток *for the benefit of* — (за)ради *for your special benefit* — спеціально заради вас 2) страхова допомога 3) бенефіс •• *to give smb. the benefit of the doubt* — виправдати когось через відсутність доказів 2. 1) мати користь, вигоду (**з - by**) *he will benefit by the change of work* — зміна роботи буде йому на користь 2) допомагати, давати користь
6. field 1) поле; луг 2) майданчик, ділянка 3) район (нафтоносний, вугільний тощо) 4) галузь, сфера, поле діяльності 5) поле бою 6) родовище (у складних словах, напр., *coal-fields*) 7) польовий
7. mother tongue 1) the language first learned by a child 2) a language from which another has evolved рідна мова
8. access 1) доступ *access to farmland — можливість одержання землі (у власність, для оренди) access to markets — доступ до ринків easy of access — доступний* 2) прохід, підхід port access — прохід у порт 3) напад, приступ (гніву, хвороби)
9. apparent 1) видимий 2) очевидний; явний; безсумнівний 3) позірний 4) безспірний 5) справжній, істинний, безперечний
10. threat загроза, погроза there is a threat of rain — збирається на дощ
11. challenge 1. 1) виклик (на змагання тощо) 2) оклик (вартового) 3) розпізнавальні знаки (сигнал) 4) відвід, відхилення (присяжних) 2. 1) кидати виклик, викликати 2) окликати (про вартового) ; питати пароль (пропуск) 3) показувати розпізнавальні знаки 4) оспорювати; заперечувати; піддавати сумніву 5) відхиляти; давати відвід присяжним 6) вимагати (уваги, поваги тощо)
12. virtually фактично; реально; по суті
13. customer замовник; покупець; клієнт; постійний відвідувач
14. adapt 1) пристосовувати, приганяти, приладжувати (до, для - to, for) 2) пристосовуватися, адаптуватися, приладжуватися 3) адаптувати; переробляти; скорочувати і спрощувати
15. legal issue юридичне питання, правові суперечки
16. consideration 1) міркування; підстава in consideration of — зважаючи на on no consideration — ні в якому разі 2) розгляд, обговорення he gave the problem his careful consideration — він уважно розглянув питання to take into consideration — брати до уваги 3) компенсація; винагорода he will do it for a consideration — він зробить це за винагороду 4) увага; люб'язність; запобігливість he showed great consideration for us — він був дуже люб'язним до нас
17. vast 1. 1) широкий, безкраїй, просторий 2) численний 3) величезний 2. простір the vast of ocean — простір океану
18. pace I 1. 1) крок 2) хода 3) темп, швидкість to keep pace — іти в ногу, не відставати 4) інохідь; алюр 2. 1) крокувати; походжати 2) вимірювати кроками 3) задавати темп, вести (в змаганні) 4) іти інохіддю II з дозволу (когось)
19. advantage 1. 1) перевага (над - of, over) to take advantage of smth. — скористатися з чогось to gain an advantage over smb. — взяти верх над кимсь 2) вигода, користь 2. 1) віддавати перевагу; сприяти; допомагати; просувати 2) давати користь (вигоду)
20. expand 1) поширювати(ся); розширяти(ся); розтягувати(ся) 2) розпускатися 3) розкривати (формулу) 4) розвивати(ся) to expand one's trade — розвивати торгівлю

**pp. 10-11**

1. favor 1. = favour 1) прихильність, схильність; схвалення 2) милість, ласка 3) протегування; допомога 4) послуга will you do me a favor? — зробіть мені ласку (послугу) 5) користь, інтерес in favor of — за (когось) ; на користь (когось) 6) лист your favor of yesterday — Ваш учорашній лист 7) значок, бант, сувенір 2. = favour 1) ставитися прихильно, доброзичливо 2) підтримувати, допомагати; сприяти
2. set up 1) засновувати (допомогти комусь заснувати) підприємство 2) здіймати (галас, крик) 3) вилікувати; поставити на ноги 4) набирати
3. yell 1. 1) кричати, волати, репетувати 2) викрикувати, вигукувати to yell out curses — викрикувати прокльони 2. 1) пронизливий крик 2) схвальні вигуки, прийняті в кожному коледжі (під час спортивних змагань)
4. weep (і wept) 1) плакати, ридати 2) оплакувати (for) 3) вкриватися краплями; виділяти вологу
5. whisper 1. 1) говорити пошепки, шепотіти it is whispered — ходить чутка 2) шелестіти; шарудіти 2. 1) шепіт 2) чутка, поголос 3) шерех, шелест, шарудіння
6. giggle 1. хихикати, хихотіти 2. хихикання, хихотіння
7. yawn 1. 1) позіхати 2) зяяти 3) розверзатися 2. 1) позіхи, позіхання 2) нудота, щось нудне 3) зазор
8. clap 1. 1) грюкати (дверима) 2) плескати, аплодувати 3) ляскати, ляпати 2. удар; ляскання; грюкання; плескання
9. whistle 1. 1) свист 2) свисток 2. 1) свистіти, давати свисток (як сигнал) 2) насвистувати (мотив тощо) 3) пролітати зі свистом •• whistle for smth. — марно шукати (бажати) чогось
10. small talk - light conversation for social occasions світська бесіда
11. figure of speech риторична фігура, образний вислів
12. to tell the difference розрізняти
13. to speak one's mind висловлюватися відверто
14. chatterbox базікало, балакун, цокотун, торохтій
15. out of touch втратити зв'язок, не спілкуватися
16. get hold of a) to obtain b) to come into contact with схопити, здобувати
17. to lose touch with втратити зв'язок (контакт) з
18. harbour master начальник порту
19. bump into (*informal)* to meet by chance; encounter unexpectedly наштовхнутися
20. wave 1) розвіватися, майоріти (про прапори) ; колихатися, хвилюватися (про траву тощо); гойдатися (про гілки) 2) витися, кучерявитися (про волосся) 3) завивати, закручувати (волосся) 4) робити знак рукою (комусь - to); махати (рукою, хустинкою at)
21. glare 1. 1) сліпуче блищати, виблискувати 2) пильно (люто) дивитися 2. 1) сліпучий блиск; яскраве світло 2) пильний (лютий) погляд 3) блискуча мішура
22. wink at 1) підморгувати комусь 2) дивитися крізь пальці на щось
23. shake hands with потиснути руки
24. put through 1) виконати, закінчити (роботу) 2) з'єднувати (по телефону)

**p. 12-13**

1. embarrass 1) бентежити 2) ускладнювати; заважати
2. decrease 1. зменшувати(ся) 2. зменшення
3. install 1) встановлювати, проводити, монтувати (апаратуру і т.д.) 2) влаштовувати he *installed himself in the armchair* — він умостився в кріслі 3) офіційно призначати на посаду (in)
4. kiosk 1) кіоск 2) телефонна будка

**Theatre for the deaf**

1. sign language interpreter сурдоперекладач
2. audience 1) аудиторія; слухачі; публіка 2) слухання (справи в суді) 3) аудієнція (у когось - of, with) to give an audience — призначити (дати) аудієнцію; вислухати
3. accessible доступний (to); досяжний; піддатливий
4. attractive 1) привабливий; принадний 2) притягувальний, притягальний attractive force — сила притягання (тяжіння)
5. colossal колосальний, грандіозний, величезний
6. rehearse 1) репетирувати; повторювати 2) переказувати, переповідати
7. musical 1. 1) музикальний, музичний *musical comedy* — оперета, музична комедія 2) мелодійний 2. Мюзикл
8. timing 1) вибір певного часу 2) розрахунок часу 3) погоджена дія; координація; синхронність 4) розклад 5) регулювання моменту запалювання (в двигунах внутрішнього згоряння)
9. harmony 1) гармонія, співзвучність 2) злагода, згода
10. workload навантаження
11. placement розміщення капіталу; розміщення цінних паперів; рух товарів; працевлаштування; обмін дрібних грошових купюр на крупні (при відмиванні грошей)
12. shadow 1. 1) тінь 2) напівтемрява, морок 3) сутінки 4) примара; неясний обрис 5) натяк, тінь 6) захисток, покров; притулок 2. 1) затіняти, затуляти, закривати (від сонця) 2) осіняти, огортати 3) тьмарити, засмучувати 4) зображати символічно; туманно викладати (shadow forth, shadow out) 5) іти слідом, таємно стежити 6) захищати
13. patron 1) захисник; заступник; патрон, шеф 2) постійний покупець (клієнт); постійний відвідувач
14. inclusive що містить у собі
15. proximity близькість
16. take pride in smth пишатися
17. avenue 1) дорога, прохід, алея до будинку (через парк, садибу) 2) широка вулиця, авеню, проспект 3) дорога, обсаджена деревами 4) шлях, спосіб, засіб *an avenue to fame* — шлях до слави 5) підступ (avenue of approach)

**p. 16-17**

1. rumor 1. чутка, поголос *rumours are about* — ходять чутки *there is a rumour* — кажуть 2. пускати чутки; розповідати новини *it is rumoured that* ... — є чутки, що ...
2. haunted 1) frequented or visited by ghosts 2) obsessed or worried 1. з привидами 2. занепокоєний
3. damp 1. 1) вогкість, вологість 2) сумний настрій, смуток 3) випивка 2. вогкий, вологий 3. 1) зволожувати; змочувати 2) *damp down* — зменшувати жар (у печі) 3) пригнічувати 4) гальмувати; амортизувати; демпфірувати
4. thunder 1. 1) гриміти (в безособових зворотах) *it thunders* — грім гримить 2) стукати, грюкати 3) погрожувати (against); метати грім і блискавку 4) говорити гучно 2. 1) грім 2) гуркіт, шум 3) різкий осуд, погрози (з боку газет, офіційних осіб тощо)
5. works завод, фабрика
6. damage 1. збиток; втрата; шкода; пошкодження *to do damage* — завдавати шкоди (збитків) 2. завдавати збитків; пошкоджувати
7. damages відшкодування збитків
8. woods ліс
9. wood 1. 1) ліс; гай 2) дерево (як матеріал); деревина, лісоматеріал 3) дрова 4) (*the woods*) дерев'яні духові інструменти 5) (*the wood*) бочка, барило (для вина)
10. content 1) (в множині) зміст 2) суть 3) обсяг, об'єм, місткість, вміст 4) вдоволення; почуття задоволення
11. allowance 1. 1) дозвіл 2) допущення, припущення; зважання; взяття до уваги 3) знижка 4) норма видачі; пайок 5) утримання (річне, місячне і т.д.); кишенькові гроші (на повсякденні дрібні витрати) 6) пропуск; допуск 7) форма 8) поправка 9) постачання; забезпечення
12. promotion 1) просування; заохочення; сприяння, стимулювання 2) просування по службі; підвищення в званні 3) переведення (учня) до наступного класу 4) *promotion man* — посередник, агент
13. unpredictable непередбачуваний
14. fuss 1. 1) суєта, метушня 2) нервовий (збуджений) стан 3) метушлива людина 2. 1) метушитися 2) надокучати 3) хвилюватися через дрібниці 4) сваритися; з'ясовувати
15. maintain 1) підтримувати; зберігати 2) утримувати *to maintain one's family* — утримувати сім'ю 3) захищати, відстоювати; обстоювати (думку) 4) твердити 5) обслуговувати; тримати в хорошому стані
16. bond I 1. 1) зв'язок; узи, зв'язки 2) боргове зобов'язання 3) кайдани; ув'язнення, неволя 4) з'єднання; перев'язка (цегляної кладки) 5) митна закладна (заставна) 6) облігації, бони 2. 1) зв'язувати 2) заставляти майно 3) підписувати зобов'язання
17. tool 1) робочий (ручний) інструмент; різець; знаряддя праці 2) знаряддя (в чиїхось руках) 3) верстат
18. profile 1. 1) обрис, контур 2) профіль 3) короткий біографічний нарис 4) вертикальний розріз, перетин 5) графічне зображення результатів опитування тощо 6) фасонний
19. target 1) ціль, мішень 2) завдання, контрольна цифра 3) сигнал (стрілки) 4) плановий 5) *target hit* — попадання в ціль (мішень) *target practice* — навчальна стрільба
20. brief 1. короткий, стислий 2. 1) зведення, підсумок, резюме 2) короткий виклад справи, складений для оборонця 3) інструкція, що дається льотчику перед бойовим вильотом 3. 1) резюмувати, складати короткий виклад 2) доручати (адвокатові) ведення справи в суді 3) інструктувати льотчиків перед бойовим вильотом

**Writing**

1. rubric 1) рубрика; заголовок 2) правило, вказівки, пояснення
2. borrow 1) позичати (у когось - **of, from**) 2) запозичати
3. get-together зустріч, зібрання, вечірка

**Workbook**

1. run out (of) витратити свій запас
2. jug 1) глек, глечик 2) в'язниця, тюрма
3. common sense здоровий глузд
4. oblige 1) зобов'язувати, накладати обов'язок; примушувати 2) робити послугу (ласку)
5. unwary необережний, необачний
6. embarrass 1) бентежити 2) ускладнювати; заважати
7. enquire inquire 1) питати, розпитувати (про щось - **for**) 2) довідуватися; дізнаватися (про щось - **of, about**; про когось - **after, for**) 3) досліджувати; з'ясовувати; розслідувати (щось - **into**)
8. blow one's nose висякати носа
9. outrageous 1) обурливий; образливий; скандальний 2) жорстокий; несамовитий; шалений
10. dreadful жахливий, страшний
11. integral 1. 1) повний; цілий; суцільний 2) істотний, невід'ємний 3) інтегральний 2. 1) інтеграл 2) щось ціле (неподільне)
12. disciplinary 1) дисциплінарний 2) що дисциплінує; виправний
13. beckon манити, кивати
14. oven dish бритванка (посудина для запікання в духовці)
15. branch office відділення; філія; приміщення відділення (банку)
16. perky 1) веселий, жвавий, моторний 2) зухвалий, нахабний; самовпевнений

***Text for translation practice***

**Why tongue twisters are hard to say**

*Regina Nuzzo*

Maps of neuronal activity reveal how the brain articulates complex speech.

Say the word 'rutabaga', and you have just performed a complex dance with many body parts — lips, tongue, jaw and larynx — in a flash of time. Yet little is known about how the brain coordinates these vocal-tract movements to keep even the clumsiest of us from constantly tripping over our own tongues.

A study of unprecedented detail now provides a glimpse into the neural codes that control the production of smooth speech. The results help to clarify how the brain uses muscles to organize sounds and hint at why tongue twisters are so tricky. The work is published today in Nature.

Most neural information about the vocal tract has come from watching people with brain damage or from non-invasive imaging methods, neither of which provide detailed data in time or space.

A team of US researchers has now collected brain-activity data on a scale of millimetres and milliseconds. The researchers recorded brain activity in three people with epilepsy using electrodes that had been implanted in the patients' cortices as part of routine presurgical electrophysiological sessions. They then watched to see what happened when the patients articulated a series of syllables.

Sophisticated multi-dimensional statistical procedures enabled the researchers to sift through the huge amounts of data and uncover how basic neural building blocks — patterns of neurons firing in different places over time — combine to form the speech sounds of American English. The patterns for consonants were quite different from those for vowels, even though the parts of speech “use the exact same parts of the vocal tract”, says author Edward Chang, a neuroscientist at the University of California, San Francisco.

The lips, the teeth, the tip of the tongue

The different patterns might help to explain why slips of the tongue occur in predictable ways: we often interchange two consonants in so-called spoonerisms ('boat tag' instead of 'tote bag') or confuse two vowels ('wheel' for 'whale'), but rarely swap consonants for vowels.

The team also found that the brain seems to coordinate articulation not by what the resultant phonemes sound like, as has been hypothesized, but by how muscles need to move. Data revealed three categories of consonant: front-of-the-tongue sounds (such as 'sa'), back-of-the-tongue sounds ('ga') and lip sounds ('ma'). Vowels split into two groups: those that require rounded lips or not ('oo' versus 'aa').

“This implies that tongue twisters are hard because the representations in the brain greatly overlap,” Chang says. 'Sss' and 'Shh' are both stored in the brain as front-of-the-tongue sounds, for example, so the brain probably confuses these more often than sounds that are made by different parts of the tongue. ‘Sally sells seashells’ is tricky. ‘Mally sells sea-smells’ is not.

Although the study was limited by having only a small sample of participants, and all with the same disorder, it nonetheless provides invaluable information, says neuroscientist Gregory Hickok at University of California, Irvine. This line of work might eventually help people who have strokes or other problems that affect speech.

“If we can crack the neural code for speech motor control, it could open the door to neural prostheses,” Hickok says. “There are already neural implants that allow individuals with spinal-cord injuries to control a robotic arm. Maybe we could do something similar for speech?”

<http://www.nature.com/news/why-tongue-twisters-are-hard-to-say-1.12471>

***Vocabulary for the text***

1. neuron [ˈnjʊərɒn] нейрон, нервова клітина
2. rutabaga [ˌruːtəˈbeɪɡə] бруква
3. larynx [ˈlærɪŋks] гортань, глотка
4. in a flash миттю, в одну мить
5. clumsy [ˈklʌmzi] 1) незграбний 2) нетактовний, грубий
6. trip over [trɪp ˈəʊvə] спотикатися *to trip over a stone* – спіткнутися об камінь
7. unprecedented [ʌnˈpresɪdentɪd] що не має прецеденту; безприкладний, безпрецедентний
8. glimpse [ɡlɪmps] 1. 1) проблиск, спалах 2) поява на мить 3) побіжне враження 4) швидкий погляд *at a glimpse* — з першого погляду *to have [to catch] a glimpse* — побачити мигцем 2. 1) майнути, промайнути 2) побачити побіжно
9. hint [hɪnt] 1. 1) натяк *to drop a hint, to let fall a hint* — натякнути *to take a hint* — зрозуміти (натяк) з півслова 2) коротка порада *hints on housekeeping* — поради з хатнього господарства 2. натякати (на - **at**)
10. tricky [ˈtrɪki] 1) хитрий, спритний; винахідливий, вправний 2) складний; заплутаний, хитромудрий 3) ненадійний
11. vocal tract [ˈvəʊkl̩ trækt] мовний тракт, голосовий тракт
12. neural [ˈnjʊərəl] нервовий; що стосується нервової системи, невральний
13. imaging [ˈɪmɪdʒɪŋ] візуалізація, отримання зображення за допомогою рентгенографії, томографії та інших досліджень
14. cortex [ˈkɔːteks] (-tices) 1) кора 2) кора головного мозку
15. multi-dimensional [ˈmʌlti dɪˈmenʃn̩əl] багатовимірний
16. sift [sɪft] 1) сіяти, просівати 2) сипати, посипати (цукром тощо) 3) старанно розглядати (аналізувати) (факти) 4) прискіпливо допитувати (когось)
17. pattern [ˈpætn̩] 1. 1) зразок, взірець 2) шаблон; модель 3) малюнок, візерунок (на тканині тощо) 4) система, структура
18. slip [slɪp] 1. 1) ковзання *to give smb. the slip* — вислизнути (втекти) від когось 2) зрушення; зміщення 3) помилка; промах *slip of the pen [tongue]* — описка (обмовка)
19. spoonerism [ˈspuːnərɪzm] мимовільна перестановка звуків (початкових у двох або більше словах, напр. tons of soil замість sons of toil)
20. tag [tæɡ] 1. 1) металевий наконечник на шнурку 2) петля, вушко 3) ярлик; етикетка
21. tote [təʊt] I від totalizator II 1. нести; перевозити 2. 1) вантаж 2) перевезення
22. swop [swɒp] 1. міняти, обмінювати(ся) 2. обмін
23. resultant [rɪˈsʌltənt] 1. 1) що одержується в результаті; що випливає 2) рівнодіючий 2. рівнодіюча сила
24. invaluable [ɪnˈvæljʊəbl̩] неоціненний, безцінний

UNIT 2

**Moods and Feelings (Feelings, emotions, happiness)**

***Active vocabulary***

**p. 23**

1. cross 1. 1) хрест 2) схрещування; гібридизація 3) гібрид 2. 1) перетинати(ся); схрещувати(ся) 2) переправлятися, переходити через 3) хреститися 4) суперечити; протидіяти 5) схрещувати(ся) 3. 1) поперечний, перехресний 2) протилежний; несприятливий 3) роздратований, сердитий (на - **with**)
2. drowsy 1) сонний, дрімотний 2) що навіває дрімоту; снотворний 3) в'ялий
3. shattered розбитий, виснажений
4. pleased with задоволений
5. concerned 1) зацікавлений 2) стурбований
6. anxious 1) стурбований, стривожений, занепокоєний (чимсь - **for**, **about**) 2) що палко бажає
7. gloomy 1) похмурий; темний 2) сумовитий, смутний
8. stun приголомшувати; оглушати
9. daze 1. дивувати; вражати 2. 1) подив; здивування 2) слюда
10. miserable 1) нещасний, бідолашний 2) мізерний; жалюгідний 3) убогий 4) поганий 5) сумний
11. dull 1. 1) нудний 2) похмурий; безрадісний; хмарний 3) тьмяний, каламутний 4) тупий, нетямущий нездатний (до науки) 5) тупий, приглушений 6) слабкий, поганий 2. притуплювати(ся), ставати тупим (млявим, нудним)

**HAPPY?**

1. uncover 1) знімати кришку 2) відкривати (обличчя і т.д.) 3) знімати головний убір 4) виявляти, розкривати (причину тощо); викривати 5) оголяти (фланг)
2. pursuit 1) переслідування, гонитва 2) прагнення, пошуки 3) заняття
3. bombard 1) бомбардувати 2) опромінювати частинками
4. outlook 1) плани на майбутнє *a good outlook for trade* — добрі перспективи розвитку торгівлі 2) вид, краєвид, перспектива 3) спостережний пункт 4) спостереження 5) точка зору 6) кругозір
5. tend I 1) іти, вести (про дорогу тощо); простувати 2) мати тенденцію; схилятися (до чогось) 3) мати нахил (до чогось) II (від attend) 1) дбати; піклуватися (про когось); доглядати (когось, щось) 2) обслуговувати (машину)
6. harmful шкідливий, згубний
7. undoubted безперечний, безсумнівний
8. vulnerable уразливий
9. deserve заслуговувати, бути гідним *he deserves a reward* — він гідний нагороди
10. get rid of позбутися, звільнитися від чогось
11. contented задоволений, вдоволений
12. map out to plan or design прокладати (маршрут)
13. upbringing виховання
14. prevent 1) попереджати, відвертати; запобігати 2) заважати, перешкоджати (чомусь - **from**)
15. undermine 1) підмивати (береги) 2) підкопувати(ся) 3) підривати, руйнувати 4) мінувати
16. encourage 1) підбадьорювати 2) заохочувати 3) підбивати (зробити щось)

**pp. 26-29**

1. furious оскаженілий; несамовитий, нестямний, навіжений
2. tense I час II 1. 1) натягнутий; тугий 2) напружений; збуджений 2. 1) натягувати(ся) 2) створювати напруженість
3. pound 1. 1) бити, лупцювати 2) товкти 3) бомбардувати (**at, on**) 4) просуватися через силу 5) дуже битися, калатати (про серце) 2. важкий удар
4. rumble 1. 1) грюкати, гуркотіти 2) голосно сказати 3) бурчати 2. 1) грюкання, гуркотіння 2) невдоволення 3) відкидне сидіння (*rumble seat*)
5. clench 1. 1) стискувати 2) захоплювати, затискувати 3) прибивати, заклепувати 2. 1) стискання 2) скоба; заклепка; затискач 3) переконливий аргумент
6. frown 1. насуплювати брови, дивитися несхвально (на - at, upon) 2. похмурий вигляд; насуплені брови
7. drum 1. 1) барабан 2) барабанний бій 3) барабанна перетинка 4) барабан; циліндр 5) ящик для пакування сушених фруктів 2. 1) бити в барабан 2) тарабанити пальцями 3) стукати, гупати, грюкати 4) вдовблювати, втовкмачувати (in, into) 5) лопотіти (крилами)
8. wrinkle 1. морщити(ся) (*wrinkle up*); м'яти(ся); бгати(ся) 2. 1) зморшка; складка 2) корисна порада; натяк
9. obsessive нав’язливий, маніакальний, помішаний, зациклений
10. dread 1. жахатися, страхатися 2. жах, страх, острах
11. overjoyed у нестямі від радощів; дуже задоволений
12. exhausted 1) виснажений, змучений 2) стомлений, зморений 3) вичерпаний
13. delight 1. захоплювати(ся), втішатися (чимсь - *in*) *she delights in music* — вона дуже любить музику *I am delighted* — я дуже радий 2. захват, захоплення; задоволення, насолода
14. appalling жахливий, страхітливий, приголомшливий
15. filthy 1) брудний 2) мерзотний, огидний 3) розбещений, розпутний, непристойний
16. heartbroken вбитий горем; з розбитим серцем
17. stubborn 1) упертий; непіддатливий 2) наполегливий, настирливий
18. cunning 1. спритність; хитрість; підступність 2. 1) вправний; здібний, спритний 2) хитрий, підступний 3) пікантний, чудовий, чарівний, цікавий
19. modest 1) скромний; помірний 2) стриманий 3) соромливий, ніяковий 4) обмежений
20. coward 1. боягуз 2. 1) боязкий; полохливий 2) легкодухий
21. arrogant 1) зарозумілий, гордовитий, зухвалий; пихатий 2) самовпевнений
22. cheer up тішити(ся); підбадьорити(ся); аплодувати
23. wind down 1) згортати діяльність 2) розвіятися
24. jealous 1) ревнивий *to be jealous of smb*. — ревнувати когось 2) заздрісний; завидющий 3) ревний, старанний; турботливий
25. paw 1. 1) лапа 2) рука; почерк 2. 1) скребти лапою 2) бити копитом 3) хапати руками, лапати, мацати (часто *paw over*)

**SENSE AND SENSIBILITY**

1. ordinary 1. 1) звичний, звичайний, ординарний 2) пересічний, посередній 2. 1) постійний член суду 2) требник 3) ординарій (духовний суддя)
2. hinder I задній II перешкоджати, заважати, бути перешкодою
3. distinct 1) виразний; чіткий, ясний, певний 2) різний, відмінний 3) окремий, особливий
4. pride 1. 1) гордість; почуття гордості 2) гординя; пиха *pride of place* — високе становище; зарозумілість 3) почуття власної гідності *false pride* — чванство; гонор 4) предмет гордості 5) верх, найвищий ступінь; найкраще становище *in the pride of one's youth* — у розквіті сил 2. гордитися (кимсь, чимсь - **on, upon**)
5. prejudice 1. 1) упередження, упереджена думка 2) забобон 3) шкідливість, шкода; збитки *without prejudice to* — без шкоди для (когось, чогось) 2. 1) викликати упередження (проти – **against**) 2) привертати (до когось - *in favour of smb*.) 3) зашкоджувати, завдавати шкоди
6. sense 1. 1) почуття; відчуття; чуття 2) свідомість; розум 3) здоровий глузд (розум) (*common sense, good sense*) 4) сенс; значення 5) настрій 2. 1) відчувати, почувати 2) розуміти
7. sensibility 1) чутливість 2) точність (приладу) 3) сприйнятливість
8. permanent 1) постійний, незмінний; довгочасний; перманентний *permanent wave* — завивка "перманент" *permanent teeth* — кутні зуби *permanent repair* — поточний ремонт 2) залишковий *permanent deformation* — залишкова деформація
9. concern 1. 1) стосуватися, відноситися 2) цікавитися, займатися (чимсь - **with, in, about**) 3) турбуватися, тривожитися *to be concerned about [for] smth.* — бути стурбованим чимсь 2. 1) турбота, хвилювання 2) інтерес; участь *to have a concern in a business* — бути учасником якоїсь справи 3) справа, відношення *it is no concern of yours* — це вас не обходить 4) концерн, підприємство
10. welfare 1) добробут, достаток 2) *the Welfare State* — "держава загального добробуту" *welfare work* — заходи щодо поліпшення побутових умов (незаможних тощо); доброчинність
11. funeral 1. похорон; похоронна (поховальна) процесія •• *it is not my funeral* — це мене не обходить, це мене не стосується, це не моя справа *it's your funeral* — це ваша справа 2. похоронний; поховальний *funeral urn* — урна для праху *funeral home* — приміщення для громадської панахиди
12. mother-in-law (mothers-in-law) 1) теща 2) свекруха
13. notice 1. 1) сповіщення, повідомлення, попередження *to be discharged without notice* — бути звільненим без попередження **to give notice** — повідомляти; попереджати (про звільнення тощо) 2) об'ява, напис (на дверях тощо) •• *at short notice* — зараз же *to bring to smb.'s notice* — доводити до відома когось *to come into notice* — привертати увагу *to take no notice of* — не помічати 2. 1) помічати; звертати увагу 2) відзначати, згадувати 3) попереджати 4) рецензувати
14. dispute 1. 1) сперечатися 2) заперечувати (права, факти і т.д.) 3) сваритися, перечити 4) обмірковувати, обговорювати (питання і т.д.) 5) виступати проти чогось, чинити опір *to dispute the enemy's advance* — перешкоджати просуванню ворога 2. 1) диспут, дискусія, дебати; полеміка *beyond [out of, without] dispute* — безсумнівно, безперечно 2) спір, суперечка, сперечання; сварка *labour dispute* — трудовий конфлікт
15. thoughtless 1) безтурботний, нерозсудливий 2) необдуманий, дурний 3) неуважний (до інших - **of**)
16. honour 1. 1) честь, слава 2) добра репутація; добре ім'я 3) чесність, благородство 4) пошана, повага, шанування 5) нагороди, відзнаки; почесті 6) честь (титул) 2. 1) шанувати, поважати 2) відзначати нагородою; удостоювати (чогось - **with**) 3) платити вчасно (по векселю)
17. offence 1) образа; кривда *to give offence* — образити *I meant no offence* — я не хотів нікого образити 2) провина; правопорушення, злочин 3) напад; наступ *offence and defence* — напад і захист 4) камінь спотикання
18. disgust 1. відраза, огида 2. викликати огиду (обурення) *to be disgusted* — почувати огиду; обурюватися (чимсь - **with, by**)
19. inconsiderate 1) нерозсудливий; необдуманий, поспішний 2) неделікатний, нечемний, неуважний
20. selfish егоїстичний
21. inappropriate невідповідний, неналежний, непідхожий, недоречний
22. disagreement незгода, розбрат, сварка, чвари
23. coolness 1) прохолода 2) холоднокровність 3) холодок (у стосунках і т.п.)
24. hasty 1) поспішний, квапливий 2) нерозсудливий; необачний 3) запальний 4) швидкий *hasty growth* — швидке зростання
25. determined рішучий, сповнений рішучості *determined character* — тверда (рішуча) вдача
26. sorrow 1. 1) смуток, горе, скорбота 2) жаль, журба 2. горювати, журитися, сумувати
27. striking 1) дивовижний, вражаючий, разючий 2) ударний *striking force* — ударна група •• *beyond striking distance* — за межами досяжності
28. cherish пестити; любовно виховувати; вирощувати плекати
29. grief горе, сум *to come to grief* — зазнати невдачі, потрапити в біду
30. overpower пересилювати, брати верх; переважати
31. struggle 1. 1) боротися *to struggle for peace* — боротися за мир *to struggle against difficulties* — боротися з труднощами 2) битися, відбиватися 3) робити зусилля; старатися щосили *to struggle to one's feet* — насилу підвестися на ноги *to struggle with a mathematical problem* — битися над задачею 4) пробиватися (through) 2. 1) боротьба *the struggle for existence [life]* — боротьба за існування 2) зусилля
32. convince переконувати (у - **of**; що - **that**)
33. agreeable 1) приємний 2) згодний, охоче готовий (зробити щось) 3) відповідний 4) прийнятний
34. affectionate ніжний, люблячий an *affectionate farewell* — тепле прощання
35. bother 1. турбота, клопіт 2. 1) надокучати 2) непокоїти(ся); хвилювати(ся), турбувати(ся) *don't bother!* — не турбуйтеся!

**РР. 32-33**

1. go off 1) утекти 2) втрачати свідомість; вмирати 3) пройти, зійти *the concert went off well* — концерт пройшов добре 4) стрельнути (про гармату) 5) зіпсуватися (вийшов термін придатності)
2. wrist 1) зап'ясток 2) цапфа 3) наручний *wrist watch* — наручний годинник
3. relieve 1) полегшувати; зменшувати (тиск); послаблювати (напруження) 2) заспокоювати 3) позбавляти; звільняти *to relieve a person of smth*. — позбавити когось чогось; взяти щось від когось 4) подавати допомогу, виручати 5) змінювати (на посту) 6) вносити розмаїтість, оживляти 7) зняти облогу •• *to relieve one's feelings* — розважити душу
4. significant 1) значний; важливий; істотний 2) знаменний 3) багатозначний
5. circumstances 1) обставини, умови *under no circumstances* — ні за яких умов *under the circumstances* — за даних (за цих) умов 2) матеріальний стан *in easy circumstances* — в достатку
6. reflection 1) відбиття, віддзеркалення; відблиск 2) образ, відображення 3) міркування, розмірковування; роздуми 4) тінь, пляма *on reflection* — подумавши, поміркувавши 5) осуд, осудження 6) рефлексія
7. obvious очевидний, явний, ясний
8. miserable 1) нещасний, бідолашний 2) мізерний; жалюгідний 3) убогий 4) поганий 5) сумний
9. hardship 1) нестатки, злидні, нужда 2) труднощі; тяжке випробування
10. by-product побічний продукт
11. feng shui [ˈfʌŋ ˈʃwei] фен шуй
12. boom I 1. 1) бум, пожвавлення (в торгівлі і т.ін.) 2) галас; гучна реклама 3) гул, гудіння, гуркіт (грому, гармат тощо) 4) дзижчання 2. 1) швидко зростати 2) гучно рекламувати; галасувати; робити сенсацію 3) гудіти, гуркотіти; гриміти 4) дзижчати II 1) загородження, плавучий бон 2) стріла, виліт (крана); укосина 3) лонжерон хвостової ферми 4) пояс (арки)
13. take off 1) знімати, скидати 2) наслідувати; передражнювати 3) усувати; відрізати; відтинати 4) злітати, відриватися від землі 5) поступово набувати популярності (про ідею тощо) 6) убивати, знищувати
14. vibe (slang) вібрації, атмосфера, передчуття
15. cooker 1) плита, піч 2) польова піч; похідна кухня 3) каструля 4) сорт фруктів, придатний для варіння
16. impact 1. 1) удар; поштовх; імпульс 2) колізія; зіткнення, сутичка 3) вплив, дія 2. 1) щільно стискувати 2) зміцнювати 3) вдаряти(ся)

**Writing**

1. transactional діловий, пов'язаний зі справами
2. prompt 1. 1) швидкий, моторний; старанний; ретельний 2) швидко (негайно) зроблений 2. 1) швидко 2) точно; рівно *prompt at 8 o'clock* — рівно о восьмій годині 3. підказка; нагадування 4. спонукати; нагадувати; підказувати; вселяти (думку тощо); заохочувати
3. behalf *in behalf of* — для (заради) когось *in one's behalf* — в чиїхось інтересах *on behalf of* — від імені (когось)
4. buffet I 1. 1) ляпас 2) удар (рукою) 2. 1) завдавати ударів; бити кулаком 2) боротися (з хвилями, труднощами); дати ляпасу II 1) буфет (для посуду) 2) буфетний прилавок; буфет 3) *buffet car* — вагон-ресторан
5. hesitate 1) вагатися; почувати себе ніяково 2) затинатися
6. accommodation 1) приміщення; квартира; житло 2) притулок; сховище 3) зручність; вигода 4) пристрій; пристосування, припасування 5) позика, позичка *bank accommodation* — банківська позичка *monetary accommodation* — грошово-кредитне регулювання 6) погодження; угода; компроміс 7) акомодація 8) розквартирування військ, житлові приміщення *accommodation allowance* — квартирні (гроші)
7. thrill 1. 1) збудження, глибоке хвилювання, трепет 2) нервове тремтіння 3) щось хвилююче (захопливе) 4) коливання, вібрація 2. 1) викликати трепет, дуже хвилювати 2) відчувати трепет; розхвилюватися 3) тремтіти (від страху, радості тощо); трепетати *my heart thrilled with joy* — моє серце затрепетало від радості
8. abseil спускатися з кручі (гори) на мотузці
9. railing огорожа, поруччя
10. spacious широкий, просторий; місткий *spacious mind* — широкий кругозір
11. cheek 1) щока 2) зухвалість, самовпевненість
12. no room to swing a cat in дуже тісно; яблуку нема де впасти; нема де повернутися
13. cramped 1) що страждає від судом 2) надмірно стислий (про виклад) 3) обмежений 4) нерозбірливий *cramped hand* — нерозбірливий почерк
14. saucepan каструля
15. entitle 1) давати право на (**to**) 2) давати заголовок, озаглавлювати

**WORKBOOK**

1. stroke 1) гладити (рукою); погладжувати, пестити *to stroke smb. down* — заспокоїти чиєсь роздратування 2) задавати такт (веслярам)
2. scratch 1) дряпати(ся); шкребти(ся); роздряпувати 2) чухати(ся) 3) надряпати (лист, малюнок) 4) викреслювати (зі списку) 5) відмовлятися (від чогось); кидати
3. windowsill підвіконня
4. nap I 1. дрімати, задрімати *to be caught napping* — бути захопленим зненацька 2. дрімота; короткий сон *to take [to have, to snatch] a nap* — подрімати *to steal a nap* — задрімати потайки II 1. 1) ворса (на сукні) 2) пушок (на чомусь) 2. ворсувати
5. tiptoe 1. кінчики пальців *ніг on a tiptoe* — 1) навшпиньки 2) крадькома 3) очікуючи *to be on tiptoe with curiosity* — тремтіти з цікавості *to keep smb. on tiptoe* — 1) тримати когось в напруженні 2) бути вимогливим (щодо підлеглих) 2. 1) ходити навшпиньки 2) підкрадатися
6. incident 1. випадок; пригода; інцидент; епізод 2. 1) властивий (**to**) 2) випадковий; неістотний 3) що падає (на - **upon**)
7. beetroot буряк
8. suburb передмістя, околиця
9. dim 1. 1) тьмяний, неясний; матовий *a dim room* — темна кімната 2) невиразний, туманний *the inscription is dim* — невиразний (нерозбірливий) надпис 3) слабкий (про зір; про інтелект) 2. потьмяніти; робитися невиразним, туманним *dim out* — затемнювати
10. confront 1) стояти віч-на-віч перед; протистояти; дивитися в обличчя (смерті, небезпеці) 2) зіставляти, порівнювати 3) робити комусь очну ставку 4) стояти навпроти
11. dizziness запаморочення
12. set out 1) виставляти напоказ (на продаж) 2) вирушати (у мандрівку)
13. get (something) off one's chest (informal) скинути тягар з пліч (розповівши комусь)
14. overhear (overheard) 1) підслуховувати 2) випадково почути
15. cater 1) постачати провізію (комусь - **for**) 2) обслуговувати (когось - **for**) 3) догоджати (комусь - **to, for**)

**SELF-ASSESSMENT MODULE 1**

1. hectic 1) гарячковий 2) сухотний
2. custom 1. 1) звичка; звичай 2) клієнтура; покупці, замовники 3) замовлення 4) мито, митні збори 5) митний 2. виготовлений на замовлення
3. legacy спадщина

***Text for translation practice***

IF IT FEELS LIKE STRESS IS KILLING YOU, THAT'S BECAUSE IT MIGHT BE

When you feel frazzled, so do your organs and cells

*By* [*Brooke Borel*](http://www.popsci.com/popsci-authors/brooke-borel-0) *Posted March 20, 2015*

Chronic Stress Has Consequences

Chronic stress stems from many circumstances, such as poverty, a bad marriage, or long-term ailments. Its repercussions—elevated cortisol levels and inflammation—can wear us out, from the cellular level on up to our major biological systems.

NERVOUS SYSTEM

The brain changes in response to experiences and the environment. This is especially true in childhood, when key structures—such as the amygdala, involved in the fight-or-flight center—develop. Extreme childhood adversity can alter these structures and impact mental health later in life. An estimated 30 percent of anxiety disorders are linked to early trauma. Research from Columbia University shows that orphans who spent their early years in institutional care can have abnormally large amyg­dalae, physical changes that can persist even after adoption.

CARDIOVASCULAR SYSTEM

Both chronic stress and stress-related disorders, such as anxiety and depression, increase the risk for heart disease, although scientists are not entirely sure why. According to the American Heart Association, stress may indirectly influence cardiovascular health through high blood pressure as well as unhealthy behaviors, including overeating and smoking. And the shock of sudden, intense stress, such as the death of a partner, can rapidly weaken the heart, possibly because of a surge of stress hormones. The phenomenon is called broken heart syndrome.

DIGESTIVE SYSTEM

The brain and the digestive tract are in constant communication, says Emeran Mayer, a gastroenterologist at UCLA. Unsurprisingly, chronic stress is associated with painful gastrointestinal issues. According to Mayer’s research, some patients with irritable bowel syndrome (IBS) show abnormal levels of cortisol and cortisol-stimulating hormones. People with IBS are also more likely to suffer from stress-related psychiatric disorders, including anxiety and depression.

30: PERCENT OF U.S. ADULTS WHO SAY STRESS STRONGLY IMPACTS THEIR PHYSICAL HEALTH; 33 PERCENT SAY IT STRONGLY IMPACTS THEIR MENTAL HEALTH

CELLS

Nearly every cell has chromosomes, and the tip of each one is capped by a bit of genetic material; each time a cell divides, these telomeres shorten. When they run out, the cell dies. The chronically stressed have unusually short telomeres, putting them at risk for many age-related illnesses. The effects can be dramatic: In 2014, researchers found that disadvantaged 9-year-old boys had telomeres 19 percent shorter than those from more stable environments.

IMMUNE SYSTEM

According to research by Janice Kiecolt-Glaser, a clinical psychologist at the Ohio State College of Medicine, vaccines are less effective when we’re stressed and wounds take longer to heal. Research from Carnegie Mellon University shows that stress even makes us more vulnerable to the common cold. In 2012, the scientists found a likely culprit: In a healthy body, cortisol helps suppress inflammation. But the chronically stressed have consistently elevated cortisol levels, so the immune system grows resistant to the hormone, effectively ignoring it. Inflammation-causing proteins called cytokines—associated with developing a cold—then go unchecked.

METABOLIC SYSTEM

High cortisol levels boost the amount of fat around the belly. Extra abdominal fat may increase the risk for diabetes, which in turn may impair the stress response in the brain, says Antonio Convit, a psychiatrist at the Nathan Kline Institute for Psychiatric Research. The system that inhibits cortisol in the brain doesn’t work normally in people with type-2 diabetes. These patients also have blunted levels of cortisol when they wake up in the morning, as well as damage to the hippocampus, a brain region with concentrated cortisol receptors that is especially vulnerable to chronic stress.

HOW DOES STRESS MESS WITH YOUR SLEEP?



Stress Hormones In The Blood

Katie Peek/Popular Science

Data source: P.W. Gold and G.P. Chousos, Molecular Psychiatry, July 2002

The stress hormone cortisol helps regulate sugar levels in the body. Cortisol levels vary throughout the day, but typically follow a circadian rhythm where they are highest in the morning, drop steadily, and then build up again overnight. Researchers from the National Institutes of Health found depressed patients tend to have abnormally high cortisol levels. Scientists still don’t know what this means, but it points to one of the many ways that stress-related disorders may interact with and disrupt normal body cycles.

<http://www.popsci.com/chronic-stress-it-could-be-killing-you>

***Vocabulary for the text***

1. frazzle [ˈfræzl̩] 1. 1) протерти(ся), зносити(ся) до лахміття 2) змучити, вимотати (frazzle out) 2. зношеність, пошарпаність (одягу)
2. stem [stem]1) походити (from, out of) 2) чистити ягоди 3) припасовувати стебла (штучних квітів) 4) рости рівно (як стебло)
3. ailment [ˈeɪlmənt] нездоров'я; нездужання
4. repercussion [ˌriːpəˈkʌʃn̩] 1) відбій (після удару) 2) відгук, відлуння, луна 3) наслідки, вплив (події і т.п.)
5. inflammation [ˌɪnfləˈmeɪʃn̩] 1) займання; запалення 2) запалення
6. cellular [ˈseljʊlə] клітинний *cellular tissue* — клітковина
7. amygdala [ə'migdələ], -lae anatomy an almond-shaped part, such as a tonsil or a lobe of the cerebellum мигдалевидне тіло
8. fight-or-flight (modifier) involving or relating to an involuntary response to stress in which the hormone adrenaline is secreted into the blood in readiness for physical action, such as fighting or running away
9. adversity [ədˈvɜːsəti] 1) напасть, лихо, скрута 2) несприятливі обставини
10. alter [ˈɔːltə] змінювати(ся), переробляти *to alter one's mind* — передумати, прийняти інше рішення
11. impact 1. [ɪmˈpækt] 1) удар; поштовх; імпульс 2) колізія; зіткнення, сутичка 3) вплив, дія 2. 1) щільно стискувати 2) зміцнювати 3) вдаряти(ся)
12. anxiety [æŋˈzaɪəti] 1) тривога, неспокій, турбота 2) палке бажання (чогось - **for**;) *anxiety to please* — бажання подобатися
13. adoption [əˈdɒpʃn̩] 1) усиновлення 2) прийняття, засвоєння 3) добір, вибір 4) запозичання, запозичення (слів з чужої мови)
14. cardiovascular [ˌkɑːdiəʊˈvæskjələ] of or relating to the heart and the blood vessels серцево-судинний
15. overeat [ˌəʊvəˈriːt] (overate; overeaten) об'їдатися; переїдати
16. surge [sɜːdʒ] 1. 1) підніматися, здійматися 2) хвилюватися (про море, натовп тощо) 3) попускати, ослабляти (снасті) 2. 1) велика хвиля, великі хвилі 2) швидкий ріст, підвищення (цін, активності тощо)
17. digestive [dɪˈdʒestɪv] 1. 1) травний 2) що сприяє травленню 2. засіб, що сприяє травленню
18. gastrointestinal [ˌɡæstrəʊɪnˈtestɪnl̩] of or relating to the stomach and intestinal tract шлунково-кишковий
19. irritable bowel syndrome medicine a chronic condition of recurring abdominal pain with constipation or diarrhoea or both спастичний коліт
20. telomere ['tɛlə,miə] genetics either of the ends of a chromosome теломір
21. disadvantaged [ˌdɪsədˈvɑːntɪdʒd] socially or economically deprived or discriminated against
22. culprit [ˈkʌlprɪt] злочинець, винуватець, обвинувачуваний
23. abdominal [æbˈdɒmɪnl̩] черевний *abdominal cavity* — черевна порожнина
24. impair [ɪmˈpeə] 1) пошкоджувати, псувати; погіршувати (якість) 2) порушувати (інтереси)
25. inhibit [ɪnˈhɪbɪt] 1) перешкоджати, заважати 2) стримувати; приглушувати 3) затримувати, гальмувати 4) забороняти (робити щось - **from**)
26. blunt [blʌnt] 1. 1) тупий 2) нетямкий, нетямущий, тупуватий 3) грубуватий, нелощений 4) прямий, гострий 2. притуплювати 3. 1) коротка і товста голка 2) гроші (готівка)
27. hippocampus [ˌhɪpəˈkæmpəs]an area of cerebral cortex that forms a ridge in the floor of the lateral ventricle of the brain, which in cross section has the shape of a sea horse. It functions as part of the limbic system гіпокамп
28. circadian [sɜːˈkeɪdiən] of or relating to biological processes that occur regularly at about 24-hour intervals, even in the absence of periodicity in the environment циркадний, добовий
29. disrupt [dɪsˈrʌpt] 1) розривати 2) підривати

UNIT 3

**Making a living (Work/job, earning a living, money matters)**

***Active vocabulary***

**p. 45**

1. qualification 1) визначення, характеристика (діяльності, поглядів тощо) 2) кваліфікація; підготовленість; право займати певну посаду 3) придатність 4) обмеження, застереження 5) виборчий ценз 6) кваліфікаційні (відбірні) змагання
2. prospect 1. 1) вид; перспектива; панорама 2) (часто ) перспектива; плани на майбутнє *no prospects of success* — ніяких надій на успіх 3) імовірний клієнт тощо 4) розвідування 2. 1) досліджувати; розвідувати *to prospect gold* — шукати золото 2) бути перспективним (про шахту тощо)
3. perks perquisites пільги (як доповнення до грошової винагороди)
4. rewarding вартий, корисний (giving personal satisfaction; gratifying)
5. dead end глухий кут; глуха вулиця, сліпа вулиця; безвихідь
6. dustman сміттяр
7. grocer торговець бакалійними товарами
8. stockbroker дилер, який торгує фондовими паперами; біржовий маклер
9. flight attendant бортпровідник
10. estate agent агент по продажу нерухомості

**Why don’t you get a proper job?**

1. retire 1) іти геть, відходити; віддалятися 2) іти у відставку; звільняти(ся); залишати (посаду) 3) усамітнюватися *to retire into oneself* — заглиблюватися в себе 4) відступати; дати наказ про відступ
2. vague 1) невизначений, невиразний, неясний *vague hopes* — непевні надії *vague resemblance* — далека схожість *vague rumours* — сумнівні чутки *I have not the vaguest notion what to do* — я не маю найменшого уявлення, що робити 2) неуважний; відсутній (про погляд)
3. to follow in smb.'s footsteps іти чиїмись слідами; наслідувати когось
4. survey 1. 1) оглядати, обдивлятися; вивчати 2) провадити дослідження 3) провадити землемірне знімання; межувати 4) інспектувати 2. 1) огляд; обслідування 2) звіт про обслідування 3) межування; промірювання 4) інспектування 5) топографічне управління 6) оглядовий *a survey course of history* — оглядові лекції з історії
5. determined рішучий, сповнений рішучості *determined character* — тверда (рішуча) вдача
6. guidance counsellor методист, консультант по вибору професії
7. rigid 1) жорсткий, твердий; цупкий; негнучкий 2) непохитний, незламний 3) неухильний; суворий 4) відсталий 5) нерухомий; міцно закріплений
8. diligent 1) старанний, ретельний, дбайливий 2) добре виконаний (опрацьований)
9. dependable надійний; на який (якого) можна покластися
10. resourceful винахідливий
11. pitfall 1) вовча яма 2) пастка 3) вибоїна
12. redundancy 1) надмірність, надмір; зайвина, надлишок 2) багатослівність 3) скорочення робітників (службовців)
13. downsizing розукрупнення; зменшення розмірів компаній; скорочення апарату; скорочення штатів
14. freelance 1. 1) позаштатний 2) незалежний, вільний 2. 1) працювати не за наймом; бути вільним художником 2) діяти на свій страх і ризик
15. obsessed одержимий, захоплений, заполонений (ідеєю тощо)
16. accurate 1) точний, правильний 2) калібрований 3) влучний (про стрільбу)
17. solid 1) твердий (не рідкий) 2) суцільний; цілісний 3) безперервний 4) масивний 5) міцний; щільний; солідний 6) надійний; вагомий; ґрунтовний 7) згуртований; одноголосний 8) що пишеться разом 9) гарний; відмінний 10) тривимірний; просторовий; кубічний
18. resilient 1) пружний, еластичний 2) життєрадісний, безжурний
19. odd 1) чудний, дивний, чудернацький 2) непарний (про число) 3) зайвий, додатковий *twelve odd* — дванадцять із лишком 4) непарний, розрізнений *a few odd volumes* — кілька розрізнених томів *odd glove* — непарна рукавичка 5) незайнятий, вільний *odd moments* — вільний час 6) випадковий *odd job* — випадкова робота
20. fulfilment 1) виконання, здійснення 2) завершення

**pp. 48-49**

1. intelligent розумний, кмітливий
2. decisive 1) рішучий 2) вирішальний 3) переконливий (про факти і т.п.)
3. persuasive 1. переконливий 2. спонука, мотив
4. courageous сміливий, хоробрий, відважний, мужній
5. persistent 1) упертий, наполегливий 2) стійкий, сталий; постійний 3) що не опадає (про листя тощо) 4) безперервно відновлюваний
6. alert 1. 1) насторожений, пильний 2) спритний, жвавий, меткий 2. тривога; сигнал тривоги on the alert — насторожі 3. 1) привести до стану готовності 2) зробити пильним
7. executive 1. виконавчий; адміністративний executive committee — виконавчий комітет 2. (*the executive*) 1) виконавча влада 2) урядова особа *Chief Executive* — 1) президент 2) губернатор 3) мер міста 3) керівник, адміністратор (фірми)
8. interest 1. 1) інтерес, зацікавленість 2) вигода, користь; інтереси 3) вплив (на когось - **with**) 4) група осіб, що мають спільні інтереси 5) відсотки 6) пай, частка (у чомусь); участь у прибутках 7) важливість, значення 2. 1) цікавити 2) викликати (цікавість); привертати (увагу)
9. pocket money кишенькові (дрібні) гроші, дріб'язок
10. wage I 1) заробітна плата *living wage* — прожитковий мінімум nominal *[real] wages* — номінальна (реальна) заробітна плата 2) відплата 3) що стосується заробітної плати *wage labour* — наймана праця II вести (війну); боротися (за щось)
11. pay packet = pay envelope конверт із заробітною платою
12. cash 1. 1) гроші; готівка; розрахунок готівкою *cash down* — за готівку *cash on delivery (COD)* — післяплата; з оплатою після доставки *in cash* — з грішми, при грошах *out of cash, short of cash* — без грошей 2) касовий *cash register* — касовий апарат, каса 2. 1) інкасувати (чек); одержувати гроші за чеком 2) платити готівкою
13. salary платня, плата; оклад
14. pension 1. 1) пенсія, допомога 2) пансіон 2. призначати пенсію; субсидіювати
15. occupation 1) заняття; рід занять, професія, фах 2) займання, заволодіння 3) окупація *army of occupation* — окупаційна армія 4) тимчасове користування; термін проживання
16. trade 1) торгівля 2) заняття; ремесло; професія 3) (the trade) торговці, підприємці (в якійсь галузі); особи, що мають право на продаж спиртних напоїв; пивовари, винокури 4) роздрібна торгівля (на противагу оптовій - commerce); магазин, крамниця 5) клієнтура, покупці 6) угода; обмін 7) виробництво 8) = trade winds 9) торгівельний 10) профспілковий
17. sack I 1. 1) мішок, лантух 2) сак (пальто) 3) спальний мішок •• *to get the sack* — бути звільненим (з роботи) *to give smb. the sack* — звільнити когось 2. 1) класти (зсипати) в мішок 2) звільнити (з роботи) II 1. 1) грабувати 2) віддавати на пограбування (захоплене місто) 2. плюндрування, розграбування III біле сухе вино
18. dismiss відпускати, звільняти; гнати, проганяти; розпускати (збори) *to dismiss the subject* — припиняти обговорення питання *to dismiss a thought* — відмовлятися від думки *dismissed!* — розійдись! (команда)
19. resign 1) відмовлятися (від посади, права), складати (з себе обов'язки); піти у відставку 2) залишати (надію) 3) поступатися, передавати (права тощо) 4) *to resign oneself* — скорятися, підкорятися
20. employee службовець, працівник, робітник
21. employer працедавець; наймач; замовник (за проектом)
22. trainee стажер; практикант; той, що проходить підготовку (навчання)
23. crew 1) команда, екіпаж (судна, літака і т.д.) 2) гарматна (кулеметна) обслуга 3) бригада (артіль) робітників *engine crew* — паровозна бригада
24. staff 1. апарат; кадри; працівники; персонал; співробітник; співробітники; штат; штати 2. укомплектованість кадрами; підбирати співробітників; набирати співробітників
25. personnel 1) особовий склад, персонал; кадри (підприємства, установи) 2) *personnel management* — управління кадрами *personnel mine* — протипіхотна міна
26. vacancy 1) порожнеча, пустота 2) прогалина, пропуск 3) вакансія; вільне місце 4) байдужість, неуважність 5) приміщення, що здається 6) бездіяльність
27. niche 1) ніша 2) схованка, куток
28. permit 1. 1) дозволяти, давати дозвіл 2) надавати можливість 3) допускати (**of**) 2. 1) перепустка 2) дозвіл
29. promotion 1) просування; заохочення; сприяння, стимулювання 2) просування по службі; підвищення в званні 3) переведення (учня) до наступного класу 4) promotion man — посередник, агент
30. afford 1) мати змогу; дозволяти собі *I can't afford it* — я не можу дозволити собі цього; це не з моєю кишенею *I cannot afford the time for it* — у мене нема для цього часу 2) завдавати, давати to *afford pleasure* — давати втіху *to afford an explanation* — давати пояснення
31. use up використати
32. overcharge 1. 1) правити надмірну ціну 2) переобтяжувати 3) перезаряджати 4) заряджати посиленим зарядом 5) перевантажувати 2. 1) завищена ціна 2) надлишковий заряд
33. to make a living заробляти на життя
34. inherit діставати в спадщину, успадковувати
35. on credit у рахунок кредиту; у кредит

**p. 50-51**

1. reluctant 1) неприхильний, неохочий 2) вимушений (про згоду тощо) 3) впертий, що не піддається (лікуванню тощо)
2. boost 1. 1) рекламування, підтримка 2) підвищення (в ціні); зростання (популярності) 3) додаткова напруга 2. 1) піднімати; допомагати піднятися 2) рекламувати, гаряче підтримувати 3) підвищувати (ціну); сприяти зростанню популярності 4) підсилювати напругу 5) збільшувати тиск 6) форсувати (мотор) 7) прискорювати
3. courteous ввічливий, чемний

**Great British Jobs**

1. butler дворецький, старший лакей
2. jeweller ювелір
3. shepherd 1. 1) пастух, чабан *shepherd's crook* — ціпок чабана з гачком, ґирлиґа 2) пастир •• *shepherd's pie* — пиріг з картоплею і м'ясом *shepherd's plaid* — картата тканина (у чорну й білу клітку) 2. 1) пасти (вівці) 2) доглядати 3) вести, гнати (людей)
4. beefeater солдат охорони лондонського Тауера
5. milkman 1) продавець молока 2) молочник
6. chimney sweep сажотрус
7. security guard охорона, конвоїр
8. steeplejack верхолаз
9. town crier глашатай
10. household 1. 1) домашнє (хатнє) господарство 2) сім'я, родина; домочадці 2. 1) хатній, домашній 2) сімейний; родинний
11. self-employed працює на себе
12. spire I 1) шпиль 2) вістря, стрілка 3) гірський пік, гострокінцева вершина II 1) спіраль 2) виток
13. high rise висотна будівля
14. to have a good head for heights здатність не боятися висоти, добре переносити висоту
15. unsociable відлюдний, некомпанійський; стриманий
16. grace 1. 1) грація; витонченість; привабливість 2) ласка, милість; милосердя; прихильність 3) такт; люб'язність 4) привабливі якості 5) відстрочка, передишка 6) молитва (до і після їжі) 7) (Grace) світлість, милість (форма звертання до герцога тощо) *Your Grace* — ваша світлість •• *to be in smb.'s good graces* — користуватися чиєюсь прихильністю *with [a] good grace* — охоче, люб'язно *with [a] bad grace* — неохоче, нелюб'язно *Act of grace* — (загальна) амністія 2. 1) прикрашати 2) удостоювати; нагороджувати; надавати (титул тощо)
17. to trace back прослідкувати до джерела (походження, розвитку)
18. ceremonial формальний; церемоніальний; обрядовий
19. promotional заохочувальний, заохотливий
20. preside 1) головувати (на - **at, over**) 2) здійснювати контроль (керівництво)
21. boom I 1. 1) бум, пожвавлення (в торгівлі і т.ін.) 2) галас; гучна реклама 3) гул, гудіння, гуркіт (грому, гармат тощо) 4) дзижчання 2. 1) швидко зростати 2) гучно рекламувати; галасувати; робити сенсацію 3) гудіти, гуркотіти; гриміти 4) дзижчати II 1) загородження, плавучий бон 2) стріла, виліт (крана); укосина 3) лонжерон хвостової ферми 4) пояс (арки)
22. MP abbreviation for 1) (in Britain and Canada) Member of Parliament 2) (in Britain) Metropolitan Police 3) Military Police 4) Mounted Police
23. boast I 1. 1) хвастощі 2) предмет гордощів, пишання *to make boast of* — хвалитися чимсь 2. 1) хвастати, хвалитися, чванитися (**of, about**) *not much to boast about* — нічим похвалитися 2) пишатися II грубо обтісувати камінь
24. dairy молочарня; маслоробня *dairy dish* — молочна страва *dairy farm* — молочна ферма
25. float 1. 1) плавати; триматися на поверхні 2) пливти, нестися (за течією, в повітрі - *in*) •• *his past floated befor him* — перед ним промайнуло його минуле 2. 1) поплавець; буй 2) пліт, пором 3) плавальний пояс 4) платформа на колесах 5) рампа
26. sore 1. 1) хворий, болючий; запалений 2) засмучений; зажурений 3) роздратований; ображений 4) тяжкий; болісний 2. болячка, виразка, рана 3. жорстоко; тяжко
27. blister 1. 1) пухир 2) витяжний пластир 2. вкриватися пухирями
28. crate упаковка, крейт, контейнер
29. strain 1. 1) натягати; розтягати 2) напружувати(ся); перевтомлювати(ся) 3) старатися з усіх сил 4) зловживати; силувати; перевищувати 5) обіймати, стискати *to strain to one's heart* — пригорнути до серця 6) проціджувати(ся); фільтрувати(ся); просочуватися 7) згинати, скручувати, деформувати
30. bend down похилятися, нагинатися
31. soot 1. сажа, кіптява 2. покривати (бруднити) сажею
32. faulty 1) що має хиби 2) неправильний; помилковий; хибний 3) пошкоджений; зіпсований 4) винуватий
33. obstruction 1) загородження проходу; утруднення просування 2) перепона, перешкода, завада 3) обструкція 4) запор; закупорка
34. cobweb 1) павутиння 2) легка прозора тканина 3) тенета; пастка
35. yeoman of the – guard a member of the bodyguard (Yeomen of the Guard) of the English monarch. This unit was founded in 1485 and now retains ceremonial functions only
36. bomb scare закладений вибуховий пристрій

**p. 54-55**

1. redundant 1) зайвий, надмірний 2) багатослівний 3) звільнений, скорочений
2. time off відпустка, вихідний
3. destiny доля; приречення
4. swallow I 1. 1) ковтати, проковтнути 2) поглинати 3) стерпіти *to swallow an insult* — проковтнути образу 4) прийняти на віру, повірити •• *to swallow the bait* — пійматися на гачок *to swallow one's words* — брати свої слова назад 2. 1) ковток 2) ковтання 3) горлянка 4) ненажерливість II ластівка •• *one swallow does not make a summer* — одна ластівка весни не робить
5. beverage напій
6. trolley 1) візок (рознощика); столик на колесах для подавання їжі 2) дрезина; вагонетка 3) роликовий струмознімач; тролей 4) трамвай
7. vending machine торговельний автомат
8. endangered species вимираючий вид
9. refreshment 1) відпочинок; підкріплення; відновлення сил 2) закуска; освіжаючий напій 3) *refreshment room* — буфет (на вокзалі тощо)

**Writing**

1. environment 1) оточення; середовище *social environment* — громадське оточення 2) навколишнє середовище, довкілля *abuse of environment* — забруднення навколишнього середовища (довкілля)
2. curriculum (curricula) курс навчання, навчальний план, програма (інституту, університету)
3. filing реєстрація, створення картотеки
4. industrious працьовитий, старанний, діяльний
5. salutation вітання
6. sensible 1) розумний; розсудливий *a sensible man* — розсудлива (поміркована) людина 2) відчутний, помітний *a sensible increase* — помітне збільшення 3) що відчуває (усвідомлює) 4) чутливий, точний (про прилад тощо)
7. mature 1. 1) стиглий; спілий 2) дозрілий, готовий 3) ретельно обміркований 2. 1) достигати; доходити зрілості 2) наставати (про строк) 3) детально розробляти *to mature schemes* — детально розробляти плани

**Workbook**

1. mountaineering альпінізм
2. hang gliding дельтапланеризм
3. tuition 1) навчання 2) плата за навчання
4. mortgage 1. 1) застава, заклад 2) заставна 2. 1) заставляти 2) ручатися (словом)
5. overdue 1) запізнілий, запізнений *the train is overdue* — поїзд (потяг) запізнюється 2) прострочений (про рахунок тощо)
6. comprehensive school загальна середня школа
7. the world is my oyster світ біля моїх ніг, все в моїх руках
8. crucial 1) вирішальний, критичний *crucial period* — критичний період 2) хрестоподібний
9. benefit 1. 1) користь; вигода; прибуток *for the benefit of* — (за)ради *for your special benefit* — спеціально заради вас 2) страхова допомога 3) бенефіс •• *to give smb. the benefit of the doubt* — виправдати когось через відсутність доказів 2. 1) мати користь, вигоду (з - **by**) *he will benefit by the change of work* — зміна роботи буде йому на користь 2) допомагати, давати користь
10. happy-go-lucky 1) безтурботний, веселий 2) випадковий
11. enclose 1) оточувати, замикати; обгороджувати 2) вкладати (в пакет); прикладати *I enclose your book herewith* — при цьому додаю вашу книжку

***Text for translation practice***

[**Why Assuming You’re Mediocre Could Save You From Financial Ruin**](http://gizmodo.com/why-assuming-you-re-mediocre-could-save-you-from-financ-1756184088)

[Jennifer Ouellette](http://kinja.com/jenniferouellette)

[2/02/16 11:15am](http://gizmodo.com/why-assuming-you-re-mediocre-could-save-you-from-financ-1756184088)

After a slow fourth quarter in 2015, [many economists predict](http://www.nytimes.com/2016/01/30/business/us-economy-gdp-q4.html) the United States economy will rebound for a stronger showing later this year. That’s promising news. So why do many of us feel like we’re not doing so well—even in times of relative prosperity?

Perhaps there’s a fundamental error underlying current economic theory that accounts for this disconnect, as well as many other key challenges plaguing the field. That’s the gist of a provocative thesis outlined [in a new paper](https://www.aip.org/publishing/journal-highlights/exploring-gambles-reveals-foundational-difficulty-behind-economic) in the journal Chaos.

Several years ago, Ole Peters of the London Mathematical Laboratory became intrigued by what’s known as the leverage problem in mathematical finance. The leverage problem asks how much of one’s bankroll one should risk when making an investment. “Here’s the key problem of the discipline of economics: how do you judge the desirability of an uncertain venture? The established answer is a fudge,” Peters told Gizmodo via email. “This must have consequences for the entire discipline. And then the financial system had just collapsed, apparently because risks had been misjudged.”

In 2010, he [gave a talk on the subject at the Sante Fe Institute](http://www.santafe.edu/research/videos/play/?id=6a061e9a-2f04-4a3b-aa49-4391041c940f). The audience included Nobel prizewinning physicist Murray Gell-Mann, a distinguished fellow at the institute, and the two men formed what proved to be a fruitful collaboration.

The development of probability theory in the 17th century produced key concepts that inform much of current economic theory. Back then, questions of how much one should bet in a game of chance, or how much to pay for an insurance contract, were typically addressed by imagining that every possible outcome would happen in its own parallel world. One would then take an average across all those possible worlds. But physicists in the mid-19th century adopted a different method, asking how those probabilities played out in one world only—your world, a.k.a. reality—across time.

Peters and Gell-Mann found that this [shift in perspective](http://rsta.royalsocietypublishing.org/content/roypta/369/1956/4913.full.pdf) changes everything, particularly when it comes to risk management. “If you look at the organizational chart of an investment bank, you will find groups whose job is to make money (like trading desks), and individuals or groups whose job is to manage risks,” Peters said. “What our work says is that you can’t separate the two issues. Growth management and risk management are the same thing.”

Asking how fast your money will grow over time, in just one world line, will give you an optimal leverage. “The answer may be ‘keep 80 percent of your money and invest 20 percent,’” Peters said. “Under the parallel-worlds perspective, the answer is always invest as much as you can, either long or short—no optimum exists. More risk is always better.”

Take a simple case: toss a coin repeatedly, and whenever it comes up heads, add 50 percent to your wealth. When it comes up tails, subtract 40 percent of your wealth. If the sole criterion were expected value, you should play the game. In fact, you should borrow money and bet more than you have.

But you exist in just one of those worlds

“If a small investment increases my expected wealth, then a large investment increases it even more,” Peters said of this faulty reasoning. “Result: it looks as if I should leverage as much as I can, borrow 100 times the money I have, (or even better 1000 or 1,000,000 times), and invest it all. This mathematically naive perspective would fool me, and I will be bankrupt pretty soon.”

The problem is that the [expected value](https://en.wikipedia.org/wiki/Expected_value) is typically averaged over parallel worlds. But you exist in just one of those worlds.

Plot this coin-flipping game out over 1000 or 1 million iterations using the parallel-worlds approach, and gradually the random fluctuations smooth out, showing a clear overall upward trajectory. Sounds great, right? But when Peters and Gell-Mann took just one world’s average over time, their models showed the opposite conclusion. Instead of ending up with a clear upward trajectory, they saw a pronounced downward trajectory in the resulting plot.

That’s the disconnect. Crunch the numbers in aggregate (the parallel worlds, or ensemble method) and we all collectively appear to win. Do the same with the trajectory of a single world line using the time-centric method, and we lose as individuals.

This happens because certain rare cases skew the aggregate results. For example, a nation’s GDP is calculated using an aggregate approach. But a sharp increase in wealth for its richest citizens can skew the average. The overall GDP may [show an increase](http://www.bea.gov/newsreleases/national/gdp/gdpnewsrelease.htm), but the majority of its citizens aren’t prospering.

We have a warped perception of reality

The difference between how individual wealth behaves across parallel worlds, and how it behaves over time, also quantifies how [wealth inequality](http://www.pewresearch.org/fact-tank/2013/12/05/americans-see-growing-gap-between-rich-and-poor/) changes, according to Peters. “The mathematical system where everyone’s wealth grows at a lower rate than the expectation value translates into an economic physical system where 99 percent of the population is losing, while 1 percent is making [such big gains](http://www.pewresearch.org/fact-tank/2014/01/07/5-facts-about-economic-inequality/) that the average looks good,” he said. “So we find that our work chimes with the disconnect that has been reported between the economic experience of the man on the street and the generally more positive economic figures that are quoted in the press.”

Back in 2011, Peters gave a TEDx talk about all of this at Goodenough College in London, England, concluding with a helpful takeaway message for the vast majority of us who don’t fall into that lucky one percent. We have a warped perception of reality, according to Peters, in that we focus on the rare successful exceptions, like Bill Gates or Warren Buffet, rather than the people we interact with on a daily basis, like teachers, bus drivers, or salespeople. We focus on excellence and reward rare fluctuations. We shouldn’t, Peters advised, because if you combine that warped perspective with steep inequality, the result is higher levels of anxiety and depression in society at large.

So what should we do? Don’t compare yourself to absurd expectations. “On average, we are average, not excellent, and typically we are mediocre,” Peters concluded. Recognizing this might just save us from financial ruin. We’ll also be happier. “Life is more fun if we feel free to do the things we’re bad at,” Peters clarified. “When is the last time you’ve sung in front of your friends?”

<http://gizmodo.com/why-assuming-you-re-mediocre-could-save-you-from-financ-1756184088>

***Vocabulary for the text***

1. mediocre [miːdɪˈəʊkə] посередній, середній; звичайний; бездарний
2. rebound [rɪˈbaʊnd] 1. відскакувати, відскочити 2. 1) відскік, відбій; рикошет 2) пригніченість після збудження, реакція
3. gist [dʒɪst] суть, сутність; головне *the gist of the matter* — суть справи
4. leverage [ˈliːvərɪdʒ] 1) дія важеля 2) система важелів 3) підйомна сила 4) відношення плечей важеля 5) спосіб (засіб) досягнення мети
5. bankroll [ˈbæŋkrəʊ] фінансувати, підтримувати грошима
6. venture [ˈventʃə] 1. 1) ризикована справа; авантюра 2) підприємство 3) сума, якою ризикують; ставка 2. 1) ризикувати (чимсь), ставити на карту 2) відважуватися, зважуватися; насмілюватися, посміти
7. fudge [fʌdʒ] 1. робити абияк (несумлінно, недобросовісно) 2. 1) вигадка 2) помадка 3) новини, що вміщають у газеті "в останню хвилину" 3. дурниці!, нісенітниця!
8. theory of probability; probability theory теорія ймовірності
9. average [ˈævərɪdʒ] 1. 1) середнє число, середня величина 2) збиток від аварії судна 3) розподіл збитків від аварії між власниками (вантажу, судна) 2. 1) середній 2) середній, звичайний, нормальний 3. виводити середнє число; в середньому дорівнювати (становити, складати)
10. a.k.a. = aka (від also known as) також відомий як
11. toss [tɒs] 1. (і tossed, tost) 1) кидати; метати; підкидати 2) закидати, задирати (голову) 3) піднімати на роги (про бугая) 4) скидати (вершника) 5) відкидати, шпурляти 6) носитися (по хвилях); підніматися і опускатися (про судно) 7) тривожно кидатися (про хворого; часто *toss about*) 8) промивати (руду) 2. 1) кидання; метання; підкидання, відкидання 2) поштовх; коливання 3) падіння (з коня)
12. sole I [səʊl] 1. 1) підошва 2) підметка 3) нижня частина 4) лежень; основа 2. підбивати підметки II 1) єдиний 2) винятковий 3) самотній, одинокий
13. faulty [ˈfɔːlti] 1) що має хиби 2) неправильний; помилковий; хибний 3) пошкоджений; зіпсований 4) винуватий
14. fluctuation [ˌflʌktʃʊˈeɪʃn̩] коливання; вагання; нестійкість
15. crunch [krʌntʃ] 1. 1) гризти 2) хрустіти, рипіти під ногами 2. хрустіння; скрип, тріск
16. aggregate 1. [ˈæɡrɪɡət] 1) сукупність *in the aggregate* — в сукупності 2) агрегат
17. skew [skjuː] 1. 1) косий 2) асиметричний 2. схил, нахил 3. 1) відхилятися; звертати вбік 2) перекошувати(ся) 3) перекручувати 4) дивитися скоса
18. warped [wɔːpt] 1) пожолоблений 2) спотворений, викривлений (про інформацію тощо)
19. chime [tʃaɪm] 1. 1) (часто) набір дзвонів; куранти 2) передзвін; мелодія 2. 1) дзвонити, видзвонювати (мелодію) 2) бити (про годинник) 3) звучати гармонійно 4) узгоджуватися, гармоніювати, бути відповідним (до - *in, with*)
20. steep [stiːp] I 1. 1) занурювати (у рідину) 2) занурюватися, зникати з головою; загрузнути 3) вилуговувати, золити 4) просочувати, насичувати 2. 1) занурення 2) просочення II 1. 1) крутий, стрімкий 2) надмірний, надмірно високий 3) неймовірний, перебільшений, неправдоподібний

UNIT 4

**Make yourself at home (Dwellings, household items)**

***Active vocabulary***

**p. 61**

1. potted 1) консервований *potted meat* — м'ясні консерви 2) записаний на плівку (платівку) 3) кімнатний (про рослину)
2. light fittings освітлювальна арматура
3. fireplace 1) камін; вогнище 2) горно
4. suite 1) почет, свита 2) набір, комплект *suite of furniture* — гарнітур меблів *suite of rooms* — 1) анфілада кімнат, апартаменти 2) номер люкс (в готелі) 3) сюїта 4) серія, світа
5. drape 1. драпірувати 2. портьєра, завіса; драпіровка
6. airy 1) повітряний, легкий 2) пустотливий, легковажний 3) граціозний 4) веселий 5) просторий
7. rustic 1. 1) простий, простакуватий; грубий 2) сільський 3) грубо зроблений; необтесаний *rustic masonry* — кладка з необтесаного каменю, рустування 2. 1) сільський мешканець, селянин 2) грубо обтесаний камінь, руст
8. lived-in обжитий
9. caravan 1) караван 2) фургон; будиночок-автопричіп (для подорожей) *to go caravanning* — проводити вільний час, подорожуючи в будиночку на колесах
10. beam промінь; пучок променів 2) сяяння; сяючий вигляд; сяюча посмішка 3) радіосигнал (для літака) *to be off the beam* — збитися з шляху 4) радіус дії (мікрофона, мегафона, гучномовця) 5) *beam sea* — бокова хвиля *beam aerial* — променева антена 2. 1) балка, перекладка, брус 2) балансир 3) коромисло (терезів)

**Going underground**

1. leisurely 1. 1) повільний, неквапливий 2) дозвільний 2. не кваплячись; спокійно
2. concrete 1. бетон *reinforced concrete, armoured concrete* — залізобетон *prestressed concrete* — попередньо напружений бетон 2. 1) бетонний 2) конкретний 3. 1) бетонувати 2) згущати(ся); тверднути
3. mole кріт
4. pillar 1. 1) стовп, колона; стійка, опора 2) стовп, опора, оплот •• *from pillar to post* — 1) туди-сюди 2) від однієї справи до іншої *Pillars of Hercules* — Геркулесові стовпи, Гібралтарська протока 2. підпирати, підтримувати; прикрашати колонами
5. drill I 1. 1) стройове навчання; муштра 2) вправа, тренування 3) рядкова сівалка; борозна, рядок 2. 1) проходити (військове) навчання 2) навчати(ся); тренувати(ся) 3) висівати (висаджувати) рядками II 1. свердел; бур 2. свердлити, бурити
6. virtually фактично; реально; по суті
7. ample 1) достатній; багатий на щось *ample room for everyone* — вистачить місця для всіх 2) просторий
8. considerable 1) значний; чималий 2) важливий
9. maintenance 1) підтримання; підтримка 2) утримання; засоби (для) існування 3) твердження 4) експлуатація 5) догляд; ремонт (поточний) ; технічне обслуговування 6) ремонтний
10. draught 1) тяга повітря; протяг *to feel the draught* — бути в скруті (без грошей) 2) націджування *beer on draught* — пиво з бочки 3) ковток *to drink at a draught* — випити одним духом 4) закидання невода; улов 5) доза рідких ліків 6) осадка; водотоннажність (судна) 7) шашки (гра)
11. inhabitant житель, мешканець
12. pioneer 1. 1) піонер; перший поселенець (дослідник); першовідкривач 2) ініціатор; новатор 3) піонер (член піонерської організації) 4) сапер *pioneer company* — саперна рота 5) перший 6) саперний 2. 1) прокладати шлях, бути піонером 2) вести, керувати
13. compatible 1) сумісний, сполучний 2) схожий
14. conservationist захисник довкілля
15. steep I 1. 1) занурювати (у рідину) 2) занурюватися, зникати з головою; загрузнути *to steep in prejudice* — утопати в забобонах *to be steeped in literatur*e — з головою поринути в літературу 3) вилуговувати, золити 4) просочувати, насичувати 2. 1) занурення 2) просочення II 1. 1) крутий, стрімкий 2) надмірний, надмірно високий 3) неймовірний, перебільшений, неправдоподібний 2. круча
16. slope 1. 1) нахил, схил, похилість; спад *slope of a roof* — схил даху *slope of a river* — спад річки 2) похила виробка, бремсберг 2. 1) хилити(ся), мати нахил 2) похило підійматися (**up**), спускатися (**down**) 3) ставити похило 4) скошувати, зрізувати косо 5) тікати 6) блукати без мети (**about**)
17. front 1. 1) фасад, перед 2) фронт 3) лице, чоло *in front of* — попереду, перед 2. передній *front door* — парадні двері 3. 1) протистояти 2) виходити на *the house fronts on [towards] the sea* — будинок виходить на море
18. patio патіо, тераса, внутрішній дворик
19. excavation 1) викопування 2) екскавація, виймання ґрунту; земляні роботи 3) вирита яма, виїмка 4) розробка кар'єром 5) розкопки
20. insulation ізоляція; відокремлення

**pp. 64-65**

1. cottage сільський будинок; котедж; літня дача
2. bungalow бунгало, одноповерховий будинок з верандою
3. bedsit = bed-sitting-room однокімнатна квартира
4. council house муніципальний будинок
5. maisonette невеликий будинок або дворівнева квартира
6. terraced house a house that is part of a terrace (один з будинків в ряд, що має дві спільні стіни)
7. mansion великий будинок, особняк; палац
8. studio 1) студія; ательє; майстерня 2) радіостудія; кіностудія; телестудія
9. semidetached house половина двоквартирного будинку з окремим входом
10. detached 1) окремий, відокремлений *detached house* — особняк 2) безсторонній, неупереджений; незалежний *detached opinion* — окрема (незалежна) думка 3) відряджений *detached duty* — відрядження
11. penthouse 1) навіс над дверима; тент; піддашок 2) пентхауз, фешенебельна квартира на даху хмарочоса
12. farmhouse житловий будинок на фермі
13. cellar 1. 1) льох, підвал, погріб 2) винний погріб, пивниця 2. зберігати в підвалі
14. larder комора
15. hall 1) зал, зала, хол 2) приймальня, передпокій, вестибюль 3) будинок (приміщення) громадського характеру *town hall* — ратуша 4) університетський гуртожиток 5) поміщицький будинок 6) чертог
16. living room вітальня, загальна кімната
17. attic 1) мансарда; горище 2) аттик, фронтон •*to have rats in the attic* — клепки бракує
18. shed 1) повітка; сарай 2) ангар; гараж; депо
19. landing 1) висадка; місце висадки 2) десант 3) посадка, приземлення; місце посадки emergency *[forced] landing* — вимушена посадка 4) площадка сходів 5) десантний *landing party* — десантний загін *landing troops* — десантні війська *landing operation* — висадка десанту
20. loft 1) горище 2) сінник 3) голубник 4) верхній поверх (торговельного приміщення, складу) 5) хори (в церкві)
21. utility room господарське приміщення
22. porch 1) під'їзд; ґанок 2) портик; крита галерея 3) веранда; балкон
23. drive 1) катання, прогулянка (в екіпажі, автомобілі) *to take a drive* — проїхатись 2) переслідування (ворога, звіра) 3) велика енергія, сила 4) стимул 5) кампанія 6) передача, привід 7) проїзд 8) наступ; удар; атака 9) штрек
24. study робочий кабінет
25. ornamental 1. декоративний; орнаментальний 2. 1) декоративна рослина 2) дрібнички, прикраси
26. stained glass вітраж, кольорове скло
27. double-glazed з подвійною рамою, двійне
28. fully-furnished повністю вмемльований
29. pillowcase наволочка (pillow slip)
30. dustbin bag мішок для сміття
31. ash-tray 1) попільничка 2) зольник
32. greenhouse теплиця, оранжерея
33. bathtub ванна
34. armchair крісло (з підлокітником), фотель
35. remote control пульт
36. bedside lamp нічник
37. pepper mill млинок для перцю
38. light bulb лампочка
39. cupboard буфет, сервант, шафа •*cupboard love* — корислива любов
40. wardrobe 1) гардероб, шафа 2) гардеробна 3) гардероб, одяг
41. radiator 1) випромінювач 2) радіатор; батарея (опалення)
42. home-sick що тужить за Батьківщиною (за домом)
43. a home from home домашня атмосфера, почуваєшся, як вдома
44. pastry кондитерські вироби (печиво, тістечка тощо)
45. to feel at home бути як дома
46. there is no place like home у гостях добре, а вдома ще краще
47. hit home дійти, второпати
48. come home зрозуміти, попасти в ціль
49. home and dry цілий і неушкоджений, в безпеці
50. home truth гірка правда
51. home bird домосид
52. suburb передмістя, околиця
53. outskirts 1) околиці 2) передмістя 3) узлісся

**p. 66-67**

1. stately величний, величавий, сповнений гідності
2. rink 1. ковзанка 2. кататися на роликах
3. loose tiles кахель, що не тримається добре, розхитаний
4. fancy 1. 1) уява, фантазія 2) нахил; уподобання; пристрасть *to have a fancy for smth.* — любити щось, захоплюватися чимсь 3) каприз; примха; вигадка *to take a fancy to* — полюбити щось (когось); захопитися чимсь (кимсь) *to tickle smb.'s fancy* — подобатися комусь 2. 1) фантастичний; уявний; казковий 2) вигадливий; примхливий 3) орнаментальний, прикрашений, незвичайний 4) модний, вишуканий 3. 1) уявляти собі, гадати *fancy that!* — уявіть собі! 2) гадати, припускати 3) мати схильність до чогось, любити *I don't fancy to get up at 5 in the morning* — я не люблю вставати о п'ятій годині ранку 4) бути високої думки про себе

**Mr Wemmick’s “Castle”**

1. from rags to riches швидке збагачення
2. humble 1. 1) скромний 2) простий, бідний 3) покірливий; смирний 2. принижувати; приборкувати; угамовувати
3. battery 1) батарея; дивізіон (артилерії); суднова артилерія 2) побої, образа дією 3) (акумуляторна) батарея; акумулятор •• *cooking battery* — кухонний посуд *to turn a man's battery against himself* — побити супротивника його ж зброєю
4. plank 1. 1) настилати; вистилати; обшивати дошками 2) викладати гроші, платити 3) придушувати силою (когось, щось - **down**) 2. 1) обшивна дошка, шалівка, планка 2) пункт програми
5. hoist 1. піднімати (вітрило, вантаж) 2. ліфт; елеватор; лебідка; підіймач
6. fowl 1. 1) птиця; дичина 2) свійська птиця (переважно кури) 2. 1) полювати на дичину 2) ловити птахів
7. hold out 1) простягати; пропонувати 2) витримувати
8. leafy 1) вкритий листям 2) листовий
9. shelter 1. 1) притулок; захисток (від дощу) 2) бомбосховище 2. 1) сховатися; знайти притулок 2) дати притулок; служити прикриттям
10. winding 1. звивистий; кручений; спіральний *winding staircase* — кручені сходи 2. 1) звивина, згин, поворот 2) намотування 3) обмотка
11. carpenter 1. тесляр *carpenter's bench* — верстат 2. теслярувати
12. plumber 1) водопровідник 2) лютівник
13. jack of all trades на всі руки майстер
14. acknowledge 1) усвідомлювати; визнавати, припускати *he acknowledged having done it* — він визнав, що зробив це 2) бути вдячним (за щось); винагороджувати (за послугу) 3) підтверджувати *to acknowledge the receipt of a letter* — підтверджувати одержання листа
15. forgery підробка; фальшивка
16. razor 1. бритва 2. брити
17. saucepan каструля
18. hob конфорка (газової плити)

**p. 70-71**

1. reluctance 1) неохота, небажання, відраза 2) магнітний опір
2. economical економний, ощадливий
3. quarter 1) чверть, четверть (**of**) 2) чверть години 3) квартал (року); чверть 4) квартал (міста) 5) сторона світу 6) квартира, приміщення, житло 7) квартири, казарми; стоянка; пост 8) місце, сторона, бік
4. clutter 1. 1) метушня 2) хаос; безладдя 3) шум, гамір 2. 1) метушитися 2) заважати 3) зчиняти гамір
5. bulletin board дошка оголошень
6. premise 1. 1) передумова 2) заключна частина позову 3) будинок (з прилеглими будівлями) 2. передувати; виходити з передумови
7. pros and cons за і проти

**Writing**

1. relevance = relevancy доречність
2. wreck 1. 1) катастрофа, аварія 2) кістяк (рештки) розбитого судна (викинуті на берег); уламки (літака) 3) руїна 4) загибель, крах (надій тощо) 5) аварійний 2. 1) спричинити аварію (руйнування); потопити (судно) 2) зазнати аварії 3) зазнати краху, зруйнуватися, загинути (про плани, надії) 4) руйнувати, занапащати (здоров'я тощо) 5) зносити (будинок)

**Workbook**

1. washbasin миска (раковина) для вмивання
2. sink 1) раковина (для стікання води) 2) стічна труба 3) низина 4) клоака *sink of iniquity* — кубло, вертеп
3. refurbish відновлювати
4. put away 1) прибирати; ховати 2) відкладати (заощадження) 3) кидати (звичку); відмовлятися (від думки тощо) 4) поглинати; з'їдати; випивати
5. circular 1. 1) круглий 2) круговий, коловий 3) циркулярний 2. 1) циркуляр 2) реклама; проспект
6. rough 1. 1) грубий 2) нерівний; шершавий; вибоїстий (про дорогу) 3) неотесаний; неввічливий; неделікатний 4) патлатий, кудлатий 5) різкий, поривчастий (про вітер) 6) бурхливий, буйний (про море) 7) шумливий 8) важкий, тяжкий 9) суворий, важкий (про життя) 10) терпкий 11) необроблений, неопрацьований; чорновий 12) приблизний
7. rectangular прямокутний
8. spring up 1) виникати (про звичай тощо) 2) раптом виростати (з'являтися)
9. grind 1. (ground) 1) молоти 2) товкти; розтирати 3) терти зі скрипом і скреготом 4) мучити, гнобити 5) крутити ручку (чогось); грати на шарманці 6) утовкмачувати (учневі і т.п.); зубрити 7) точити, відточувати, шліфувати 2. 1) розмелювання 2) важка, одноманітна праця 3) прогулянка для моціону 4) зубрило; зубріння
10. cereal 1. 1) хлібні злаки 2) каша, вівсяна каша 2. хлібний, зерновий
11. fort 1. форт 2. тримати, утримувати (позицію)
12. snap up 1) підхопити, перехопити 2) різко зупинити (перебити) (розмову тощо)
13. open plan відкрите планування (без стін і перегородок)
14. to wall 1) обгороджувати стіною 2) розділяти стіною 3) укріплювати, будувати укріплення
15. lounge 1. 1) марнування часу 2) лінива хода 3) вітальня; кімната (місце) відпочинку 4) крісло; шезлонг; диван 5) піджачний костюм (lounge suit) 2. 1) сидіти, розкинувшись; розсістися 2) стояти, спершись на щось 3) ліниво тинятися; байдикувати *(lounge about) to lounge away one's time* — марнувати час
16. en suite суміжний, сусідній
17. porthole 1) бортовий ілюмінатор 2) гарматний порт 3) амбразура (башти)
18. stem 1) стовбур 2) стебло 3) держак, колодочка (інструмента) 4) ніжка (бокала тощо) 5) головка (годинника) 6) рід, плем'я 7) гроно бананів 8) основа 9) форштевень, ніс 10) стрижень, вал; коротка сполучна деталь 11) вертикальний штрих літери

**Self-Assessment Module 2**

1. short-cut укорочений; скорочений
2. civil servant держслужбовець
3. thatch 1. 1) солом'яна (очеретяна) стріха 2) солома, очерет (для покрівлі) 3) густе волосся 2. покривати соломою (очеретом)
4. residential building житлова будівля
5. greenhouse gas викиди парникових газів
6. carbon dioxide вуглекислий газ
7. newsprint газетний папір
8. fireproof вогнетривкий
9. flush 1) бити струминою, вирувати; ринути, линути 2) кидатися в обличчя (про кров), червоніти (часто flush up) 3) затопляти; наповнювати вщерть 4) сповнювати (почуттям); збуджувати
10. timber 1. 1) лісоматеріал; будівельний ліс 2) колода, брусок; балка 3) сірник 4) особиста риса, чеснота *a man of the right sort of timber* — доброчесна людина 5) огорожа 6) тимберс; шпангоут 7) кріпильний ліс 2. обшивати деревом
11. turf 1. 1) дерен 2) торф 3) (the turf) бігова доріжка (на іподромі); перегони *to be on the turf* — бути завсідником на перегонах, грати на перегонах 2. 1) вистилати дерном 2) викинути, вишпурнути (*turf out*)
12. high-flyer = high-flier 1) честолюбна людина, честолюбець 2) видатна (талановита людина)
13. swap=swop 1. міняти, обмінювати(ся) *will you swop places?* — чи не поміняєтеся ви місцями? 2. обмін

***Text for translation practice***

**Why Fabien Cousteau Wants To Build An Underwater City**

With 95 percent of the ocean unexplored, scientists barely understand life beneath the waves.

In the July 1963 issue of *Popular Science*, we detailed the work of Jacques Cousteau, an oceanographer who was building the Conshelf II -- an underwater habitat where he would set a world record living under the sea for 30 days. At the time,Cousteau predicted that “within 50 years a new breed of humans—*Homo aquaticus*, the Water Man—will live under water without an air supply.”

Although artificial gills never made it out to sea, Cousteau’s dream of living underwater is not dead. Recently, at a summit in New York City, Fabien Cousteau (grandson of Jacques) announced his intentions to build a city under the sea. “I’m here to help pioneer the next underwater cities, which will be completely self-sustaining, to tend a network of information and data gathering.”

In the 1960s, scientists built loads of underwater research labs. Those labs are almost all defunct now. While there’s some talk of building new underwater hotels, such as the [Poseidon Undersea Resort](http://www.poseidonresorts.com/) in Fiji, those projects always seem to be just a few years from completion. Cousteau’s vision could turn out to be just another pipe dream, but he says we have the technology to make it work. All that’s needed is the funding.

"I’m here to help pioneer the next underwater cities, which will be completely self-sustaining."

Fabien Cousteau recently broke his grandfather’s record, living 31 days in the world’s only undersea laboratory, *Aquarius*, in the Florida Keys. He says the stay gave him “the luxury of time to explore our planet’s final frontier.”

Swimming down from the surface limits the time a diver can spend deep underwater. The high pressure of all that water forces extra gas to dissolve in the diver's bloodstream, and if the diver resurfaces too quickly, nitrogen can bubble out of the blood, leading to decompression sickness or even death. So every time the diver swims to the surface to eat, sleep, or get a new oxygen tank, she needs to set aside several hours to decompress slowly. But because Cousteau and his team were living underwater, there were no pressure differences to deal with, and they could pop outside anytime and swim around for five to twelve hours at a time.

During his life aquatic, Cousteau says he was able to understand underwater ecosystems as never before, while gathering data and observing endangered species (like the goliath grouper, which can weigh up to 800 pounds). “In the 31 days that we were down below, we gathered data related to climate change, acidification, pollution, and overuse of natural resources, which will be used in 12 scientific papers,” he says.

To date, scientists have explored less than five percent of the oceans, and Cousteau thinks that only by being ‘immersed’ in the ocean—living there full-time—can we begin to understand it.

His 31-day stint in *Aquarius* has also given him some ideas as to how to make underwater living easier on humans.

“*Aquarius* is an antique,” Cousteau told *Popular Science*. The lab was built in the 1960s. It was only intended for week-long missions, and it relies heavily on supplies from the surface. “My dream, which I hope will come to fruition down the road, is to build a real-life Atlantis, where it’s completely self-sustaining, with little or no support from the surface.”

To start, Cousteau envisions a colony that generates its own oxygen and scrubs its own carbon dioxide. Unlike *Aquarius*, which pumps down air from the surface, the underwater city could manufacture its own air—perhaps by [using electrolysis](http://www.popsci.com/technology/article/2010-03/video-artificial-photosynthesis-produces-enough-energy-power-house-one-bottle-water) to free oxygen from water molecules. Carbon dioxide would also need to be removed from the system. For that, scientists are developing [chemicals](http://www.popsci.com/molika-ashford/article/2008-10/better-co2-scrubber) and [materials](http://www.popsci.com/science/article/2012-01/new-material-can-pull-carbon-dioxide-right-out-air-unprecedented-rates) that would bind to CO2 and pull it out of the air. "These are two essential points that, until now, have been tackled by space but not underwater,” Cousteau says.

Secondly, the underwater city could harness energy from the ocean around it, through [wave energy](http://www.popsci.com/science/article/2013-05/latest-wave-energy-numbers), [splitting water into hydrogen gas](http://www.popsci.com/technology/article/2010-03/video-artificial-photosynthesis-produces-enough-energy-power-house-one-bottle-water), or putting temperature gradients to work in [thermoelectric devices](http://www.popsci.com/cars/article/2010-11/new-technology-uses-auto-engine-exhaust-generate-electricity).

But then there’s the food issue. During his stay on *Aquarius*, Cousteau survived almost entirely on freeze-dried astronaut food, which he found distasteful after a while. “Honestly, space food sucks,” says Cousteau. “And on top of that, you lose your sense of taste, so eating really becomes an unpleasant experience.” Instead of relying on imported food, he wants to see underwater colonies that grow their own food—perhaps by farming algae and other plants.

Such a colony would not only help us study oceans better, says Cousteau, but may also pave the way for fully functional space habitats.

Cousteau's vision is still a concept, with no plans (that we know of) to begin construction anytime soon. But dreams like this help us imagine a brighter future with healthier oceans and new frontiers to explore. That's exciting. And, who knows, maybe in the next 50 years, *Homo aquaticus* could finally come into being … minus the freaky gills.

***Vocabulary for the text***

1. habitat 1) місце поширення, ареал (тварин, рослин); природне середовище 2) житло
2. breed 1) порода; плем'я 2) виводок 3) покоління
3. gills зябра (жабра)
4. tend 1) дбати; піклуватися (про когось) ; доглядати (когось, щось) 2) обслуговувати (машину)
5. defunct 1) померлий, покійний 2) що більше не існує (не вживається)
6. pipe dream нездійсненна мрія; план, побудований на піску
7. self-sustaining самозабезпечуваний; самофінансований; самостійний
8. frontier кордон
9. dissolve 1) розчиняти(ся), танути, випаровувати(ся) 2) розкладати(ся)
10. bloodstream кровотік, потік крові
11. resurface спливати на поверхню (про підводний човен)
12. tank цистерна, бак, резервуар
13. aquatic водяний; водний
14. acidification окислення
15. immerse 1) занурювати 2) затягати, уплутувати (у щось - in) 3) поглинати, займати (увагу)
16. stint 1) обмеження; межа 2) нормована праця; визначена норма роботи
17. fruition 1) користування якимись благами 2) здійснення (надій, сподівань)
18. down the road в майбутньому, попереду
19. envision Уявляє, передбачає, малює в уяві
20. scrub 1) терти, скребти, шкребти, чистити щіткою (шкребком) 2) жити скупо; заощаджувати 3) промивати газ
21. electrolysis електроліз
22. bind 1) в'язати, зв'язувати; перев'язувати 2) оправляти, переплітати (книгу) 3) зобов'язувати
23. tackle 1) закріплювати снастями 2) схопити, намагатися утримати 3) енергійно братися (до чогось); займатися (чимсь) 4) намагатися переконати (когось)
24. wave energy енергія хвиль
25. gradient відхилення
26. distasteful огидний, неприємний (комусь - **to**)
27. algae ['ælgə] морська водорість
28. pave1) мостити, замощувати, брукувати 2) вистилати
29. freaky дивний, капризний
30. farm займатися фермерським (сільським) господарюванням; обробляти землю

UNIT 5

**Modern living (modern trends, lifestyles)**

***Active vocabulary***

**Reality show fever**

1. celebrity слава, популярність; славетна людина, знаменитість
2. tune in налаштовувати приймач
3. fall out 1) посваритися 2) випадати 3) траплятися
4. challenge 1. 1) виклик (на змагання тощо) 2) оклик (вартового) 3) розпізнавальні знаки (сигнал) 4) відвід, відхилення (присяжних)
5. screen 1) прикривати, укривати; захищати 2) демонструвати на екрані 3) просіювати, сортувати 4) проводити перевірку політичної благонадійності 5) проводити відбір новобранців 6) проводити кінозйомку 7) екранувати
6. housemate сусід по дому
7. camera work операторска робота
8. update доповнення (про публікації); оновлена інформація; інформація; довідка; зведення
9. intense 1) напружений, інтенсивний 2) сильний 3) ретельний, старанний, наполегливий 4) палкий, вразливий
10. luxurious 1) розкішний 2) ласий до розкошів; марнотратний
11. host 1) хазяїн, господар 2) приймати
12. contestant 1) суперник; супротивник; конкурент 2) учасник змагання
13. smuggle 1) займатися контрабандою 2) таємно проносити (**into**) 3) витягти (**out of**) *smuggle away* — сховати
14. maroon I 1. марон (раб-утікач у Вест-Індії) 2. 1) висаджувати (лишати) на безлюдному острові 2) залишити у безвихідному становищі 3) тинятися, байдикувати
15. swoop 1. 1) кидатися вниз (*swoop down*); налітати, накидатися (swoop on, swoop upon) 2) хапати, підхоплювати (*swoop up*) 2. 1) падання вниз (хижого птаха на здобич) 2) раптовий напад (наліт)
16. time-lapse photography *the technique of recording a very slow process, such as the withering of a flower, by taking a large number of photographs on a strip of film at regular intervals. The film is then projected at normal speed* (цейтраферна зйомка)
17. glossiness лиск, полиск, глянець
18. detract 1) принижувати, применшувати (**from**) 2) порочити, обмовляти
19. down-to-earth розумний, практичний, реалістичний
20. nasty 1) огидний, бридкий; мерзенний 2) неприємний; паскудний; поганий 3) злісний; норовливий 4) небезпечний, загрозливий
21. spokesman or spokesperson or spokeswoman 1) представник, делегат (від партії, групи) 2) промовець, оратор
22. potential 1. 1) потенційний; можливий 2) *potential difference* — різниця потенціалів 2. 1) потенціал; можливість 2) напруга, потенціал
23. race 1) змагатися в швидкості (with) 2) брати участь у перегонах (про коней) 3) грати на перегонах 4) мчати 5) гнати (коня, автомобіль) ; давати повний газ (двигуну)
24. formula (formulas, formulae) 1) формула 2) рецепт 3) догмат
25. put down 1) записувати 2) придушувати (повстання тощо) 3) принижувати (когось) 4) знижувати (ціни) 5) вважати 6) здійснити посадку 7) збити (літак)
26. merchandise 1. 1) товари 2) торгівля 2. торгувати

 **p. 86-87**

1. fashion victim (informal) жертва моди
2. scruffy scruffier, scruffiest unkempt or shabby (нечупара)
3. smart 1. 1) різкий, сильний (про удар, біль) 2) суворий (про покарання) 3) швидкий, проворний 4) меткий, спритний 5) дотепний; винахідливий 6) чепурний; нарядний; модний
4. conventional 1) умовний, домовлений, обумовлений 2) звичайний, загальноприйнятий, традиційний 3) стандартний
5. еnhance збільшувати, посилювати; підвищувати (ціну); підносити (якість)
6. fashion shoot модельна фотосесія
7. obituary 1) список померлих 2) некролог
8. the centre of attention центр уваги
9. hit the headlines (to become prominent in the news) попасти на сторінки газет, стати популярним
10. brand name торговельна марка; фабрична марка; товарний знак; торговельне найменування; фірмове найменування
11. shortlived скороминущий; недовговічний *shortlived commodities* — швидкопсувні продукти
12. in the public eye exposed to public curiosity or publicity
13. take to 1) вподобати, звикнути до чогось 2) вдатися до чогось *to take to flight* — втікати
14. go off 1) утекти 2) втрачати свідомість; вмирати 3) пройти, зійти *the concert went off well* — концерт пройшов добре 4) стрельнути (про гармату) 5) перестати подобатися
15. be out вийти з моди
16. taken aback приголомшений

**The magic of Pantomime**

1. to date from, to date back вести походження від, брати початок у
2. hilarious веселий
3. exaggerate 1) перебільшувати 2) надмірно підкреслювати
4. extinction 1) згасання 2) припинення (ворожнечі тощо) 3) вимирання, зникнення 4) гасіння (вогню) 5) гашення (вапна) 6) сплата боргу
5. story line фабула, сюжетна лінія
6. delight 1. захоплювати(ся), втішатися (чимсь - **in**) 2. захват, захоплення; задоволення, насолода
7. slapstick 1) хлопавка 2) грубий (дешевий) фарс
8. wand 1) паличка (диригентська тощо) 2) чарівна паличка 3) жезл, булава
9. slap 1. ляпати, ляскати, плескати 2. ляпанець 3. раптом; прямо
10. reversal 1) повна зміна (перестановка) 2) скасування, анулювання 3) реверсування
11. principal 1. 1) головний, основний 2) провідний 3) головний 2. 1) ректор університету; директор (школи, коледжу) 2) патрон; начальник; голова 3) провідний актор; провідна актриса 4) винуватець злочину 5) основний капітал (сума, на яку нараховуються відсотки)
12. lasting тривалий; тривкий, міцний

**p. 92-93**

1. snap 1. 1) клацати (чимсь) 2) защіпати(ся) 3) хапнути; вкусити (**at**) 4) огризатися (**at**) 5) вхопитися (за щось - **at**) 6) зламати(ся), порвати(ся) 7) робити моментальний знімок 2. 1) тріск; клацання; тріскотня; ляскання 2) застібка 3) сухе хрумке печиво 4) раптове похолодання 5) енергійність, жвавість 6) дитяча гра в карти 7) моментальний знімок 8) легка робота 9) затискач, клема; обтискач 10) поспішний; несподіваний (про голосування в парламенті) 11) легкий, простий 3. несподівано, раптом; з тріском
2. letter box поштова скринька
3. exhibition 1) показ; демонстрація 2) виставка 3) вияв, прояв 4) стипендія
4. crash diet інтенсивна, строга дієта
5. steady 1. 1) стійкий; міцний, твердий 2) рівний; сталий; рівномірний 3) постійний, незмінний 4) твердий, вірний, непохитний 5) статечний, поважний, спокійний 6) тверезий, серйозний, надійний
6. flash 1. 1) блискати 2) спалахувати; давати відблиски 3) промайнути 2. 1) спалах, виблиск 2) проблиск 3) мить 4) повідомлення "в останню хвилину" (в газеті, по радіо) 5) злодійський жаргон, арго 3. 1) строкатий; яскравий; кричущий 2) фальшивий (про гроші) 3) злодійський

**Writing**

1. pros and cons за і проти
2. justification 1) виправдання 2) виправдні обставини
3. indispensable 1) необхідний, дуже потрібний (**to, for**) 2) обов'язковий, що не припускає ніяких винятків (про закон, правило)
4. explore 1) досліджувати, вивчати 2) визначати, з'ясовувати 3) обстежувати; зондувати (рану) 4) розвідувати
5. crash I 1. 1) гуркіт; тріск 2) крах, банкрутство 3) катастрофа, аварія 2. 1) падати; валитися з тріском (гуркотом) (часто *crash through, crash down*) 2) розбити; розтрощити 3) зазнати аварії 4) зазнати краху, розоритися
6. admirable чудовий, чарівний, прекрасний, захоплюючий
7. discursive 1) (про бесіду) що переходить від одного питання до іншого; що відхиляється 2) одержаний (виведений) шляхом міркувань; логічний, логічно послідовний
8. on offer (for sale at a reduced price) в продажі
9. inferior 1. 1) нижчий (за рангом, статусом); підлеглий 2) нижчої якості; гірший 2. підлеглий *your inferiors* — ваші підлеглі
10. junk mail спам
11. voucher 1) поручитель 2) засвідчення, посвідчення; письмова гарантія; порука, поручительство 3) розписка; ваучер 4) авторитет, авторитетне джерело талон; чек; ваучер
12. prevention відвернення, запобігання; застереження *prevention of accidents* — техніка безпеки

**Workbook**

1. conscious 1) що усвідомлює (знає) 2) що відчуває 3) свідомий
2. conscience совість; сумління
3. fit I 1) припадок, приступ, пароксизм 2) порив, поривання; настрій 3) конвульсії, корчі; істерія II 1. 1) придатний; відповідний 2) належний, достойний; підхожий 3) готовий, здатний (до - **for**) 4) здоровий, у хорошій формі (про спортсмена) 2. 1) годитися, бути придатним 2) постачати (щось - **with**; до - **for**)
4. match I сірник II 1. змагання; матч, гра 2. 1) змагатися 2) протиставляти III 1. 1) рівня, пара 2) шлюб 2. 1) підходити, відповідати; бути (добирати) до пари 2) одружуватися, брати шлюб 3) змагатися; протистояти
5. suit 1. 1) прохання; клопотання 2) сватання; залицяння 3) позов; судовий процес 4) набір, комплект 5) костюм 6) масть 7) згода, гармонія 2. 1) відповідати вимогам; бути зручним; влаштовувати 2) бути корисним (придатним) 3) годитися; відповідати, підходити; бути до лиця 4) пристосовувати
6. bell-bottoms trousers that flare from the knee and have wide bottoms кльоші
7. spectator 1) спостерігач, очевидець 2) глядач
8. tape 1. 1) тасьма 2) стрічка біля фінішу 3) телеграфна стрічка 4) рулетка 5) магнітофонна стрічка 6) магнітофонний запис 2. 1) зв'язувати шнуром (тасьмою) 2) вимірювати рулеткою 3) записувати на магнітофонну стрічку
9. unconventional що не дотримується умовностей; нешаблонний; нетрадиційний
10. plumber 1) водопровідник 2) лютівник
11. hazard 1. 1) шанс 2) ризик; небезпека *at all hazards* — що б там не було, за всяку ціну 2. 1) ризикувати 2) насмілитися, наважитися
12. obesity огрядність, гладкість; ожиріння
13. eyestrain надмірна втома очей
14. Muzak (trademark recorded light music played in shops, restaurants, factories, etc., to entertain, increase sales or production, etc) фонова музика
15. on hold (in a state of temporary postponement or delay) в стані очікування (про об’єкт – заморожений)
16. survey 1. 1) оглядати, обдивлятися; вивчати 2) провадити дослідження 3) провадити землемірне знімання; межувати 4) інспектувати 2. 1) огляд; обслідування 2) звіт про обслідування 3) межування; промірювання 4) інспектування 5) топографічне управління 6) оглядовий a *survey course of history* — оглядові лекції з історії
17. vast 1. 1) широкий, безкраїй, просторий 2) численний 3) величезний 2. простір *the vast of ocean* — простір океану
18. hard of hearing слабий на вухо
19. restricted вузький, обмежений
20. abuse 1) зловживання (чимсь - **of**) 2) образа; лайка 3) неправильне вживання 4) погане поводження 5) розбещування (малолітніх) 6) зґвалтування 7) ошукування
21. vent 1. 1) вхідний (вихідний) отвір; вентиляційний отвір; душник 2) вихід, вияв (почуттів) 3) боковий отвір (духового інструмента) 4) задній прохід (у риб, птахів) 5) запал, запальний отвір 6) полюсний отвір (парашута) 2. 1) зробити отвір (в чому-небудь) 2) випускати (дим тощо) 3) давати вихід (почуттям); виявляти, виливати (злобу тощо на когось - **upon**) 4) висловлювати, виражати (думку)
22. vote with one's feet висловити своє незадоволення тим, щоб піти звідкись геть
23. questionnaire запитальник, анкета
24. drawback 1) перешкода, завада 2) хиба; вада; дефект 3) поступка (в ціні), знижка
25. uniformity одноманітність; однаковість
26. suburb передмістя, околиця
27. burglary крадіжка із зломом

***Text for translation practice***

### IF YOU’RE JUST NOT A MORNING PERSON, SCIENCE SAYS YOU MAY NEVER BE

### Morning people and night owls are born that way. It's time we accepted that.

*Updated by* [*Brian Resnick*](http://www.vox.com/authors/brian-resnick) *on March 18, 2016, 8:00 a.m.*

If Cassidy Sokolis ever needs to wake up before 11 am, she scatters three alarm clocks throughout her bedroom. Even then, she still often sleeps through the clamor.

"It's really frustrating," Sokolis, a 21-year-old junior at Northern Arizona University, tells me. "People have mocked me for it, saying how lazy I am, that I'm not trying hard enough. That really bothers me. Because it's my brain's fault, not mine."

A college student would say that. But her doctors say it isn't just an excuse.

When she was 19, Sokolis was diagnosed with [delayed sleep phase](https://en.wikipedia.org/wiki/Delayed_sleep_phase_disorder), a disorder that sets her internal clock permanently out of sync with the rest of the world. It's not that she needs more sleep than the average person. It's just that her body prefers her to begin a seven- or eight-hour cycle after 3 am.

While she's still a college student, Sokolis can start her day at 11 am, thanks to a flexible class schedule. But now she's nearing graduation, and she's worried her unusual schedule will get in the way of her dream of becoming a teacher — a profession with notoriously early start times. "If it's between changing my career and finding a way to make it work, I'm definitely going to have to find a way to make it work," she says.

Sokolis is on the far end of the bell curve of human sleep habits.

We all have a preferred, inborn time for sleeping. Science has validated the idea that there are "morning people," "evening people," and those in between. These are called chronotypes. And just like it’s rare for a person to be 7 feet tall, it’s rare for Sokolis to not be able to sleep until 3 am. We all have a chronotype, just like we all have a height.

Even people who are slightly more oriented to the evening — people who would like to sleep between 1 am and 9 am, say — may be faced with a difficult choice: Listen to your body, or force it to match the sleep habits of most everyone else?

Research has been gaining insight on that question. It turns out our internal clocks are influenced by genes and are incredibly difficult to change. If you're just not a morning person, it's likely you'll never be, at least until the effects of aging kick in.

And what's more, if we try to live out of sync with these clocks, our health likely suffers. The mismatch between internal time and real-world time has been linked to heart disease, obesity, and depression.

This all amounts to a case — not an absolute case, but a compelling one nonetheless — that we should listen to our bodies and not the alarm clocks.

### Your body is a clock

Most people — around [30](http://chronotherapeutics.org/docs/wirz/Roenneberg%202003%20chronotype%20JBR.pdf) to [50](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3102480/) percent — fall right in the middle of the chronotype bell curve, sleeping between the hours of 11 pm and 7 am.

Another 40 [percent](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3102480/) are either slightly morning people or slightly evening people, off by an hour or so.

People like Sokolis are even more rare: Only around [0.2 percent](http://www.nature.com/pr/journal/v45/n4-2/full/pr1999149a.html) — one out of 500 — of adults have a delayed sleep phase like Sokolis. (The condition is much more common among teens, whose clocks gradually shift earlier as they age.) A few more adults (1 percent) have advanced sleep phase syndrome and prefer to go to sleep around 8 pm, according to [the American Sleep Association](https://www.sleepassociation.org/). Society tends to be more forgiving of them.

To understand why some people are early birds while others are night owls, let's consider the body's circadian system. The body is an orchestra of organs, each providing an essential function. In this metaphor, the circadian rhythm is the conductor.

The most important thing to know about the circadian system is that it doesn't just control when we're sleepy. "Every neurotransmitter, hormone, and chemical in the body cycles with the daily rhythm," Philip Gehrman, a sleep researcher and clinician at the University of Pennsylvania, tells me. "It’s not just humans; even single-cell organisms follow a circadian rhythm. It really seems to be a fundamental property of life."

Our bodies run this tight schedule to try to keep up with our actions. Since we usually eat a meal after waking up, [we produce the most insulin in the morning](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3781773/). We're primed to metabolize breakfast before even taking a bite. It's more efficient that way.

For people who are either more morning-oriented or evening-oriented, everything the circadian system controls is delayed.

"Evening types on average get down to their lowest core body temperature later than normal," [Leon Lack](http://www.flinders.edu.au/people/leon.lack), who studies circadian rhythms at Flinders University in Australia, tells me in an email. "Their circadian system doesn’t start producing sleepiness until later or alertness until later." They also release cortisol, the stress hormone, later than average. Most people hit their peak alertness around 10 am. Evening-type people can hit theirs hours later.

Some extreme night owls gather on [Reddit](https://www.reddit.com/r/dspd) to discuss the unique challenges of being out of sync with the world. That's where I found Sokolis and several others, including Kat Park, who were willing to share their personal stories. Mainly I wanted to know what it feels like to be on a schedule mismatched with the rest of the world.

"When I wake up in the morning, it’s like I'm fighting horse tranquilizers," says Park, a 34-year-old health care administrator who lives in Overland Park, Kansas. If she had it her way, she'd fall asleep around 3 am and wake up around noon.

You’re also subject to judgment if you’re groggy when others are at their peak, Park and others said.

"People didn’t believe me," she says of past interactions with employers and family. "They thought I was out partying all night, that I had a drinking problem or a drug problem or was just lazy. And it was none of those things."

For Amy, a 26-year-old Seattle resident, being a delayed sleeper means "there's a lot of emotional baggage tied up into going to work," she says. "You're arriving later, you feel like you're not actually present, when people ask you questions you give stupid answers." Then weekends become a time for catching up on sleep, not leisure. It’s a "terrible cycle," she says.

### Being a morning (or evening) person is inborn, genetic, and very hard to change

"Our clocks don’t run on exactly a 24-hour cycle," Gehrman says. They're closer to 24.3 hours. So every day our body clocks need to wind backward by just a little bit to stay on schedule.

For the most part, the sun takes care of this. Exposure to bright light stimulates the brain's master clock — the [suprachiasmatic nucleus](https://en.wikipedia.org/wiki/Suprachiasmatic_nucleus) — to wind back those three-tenths of an hour.

With night owls, a few things get in the way of this resetting process.

**1)** Genes: The suprachismatic nucleus is the body's master clock, but it isn't the only one. Every single cell of the body has clock genes, bits of DNA that flip on and off throughout the day. (Like the body as a whole, the cell's metabolism is scheduled for efficiency. Clock genes regulate the expression of between [5 and 20 percent](http://pubs.niaaa.nih.gov/publications/arcr351/87-96.htm) of all the other genes in the cell.)

The expression of these genes is believed to feed back into the body's master clock and help set its time. Scientists have found that small variations in these genes lead to earlier or later [rhythms in animals](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC544627/), and are [beginning](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23445508) to [identify the genes](http://www.neugenes.org/Science.pdf) that cause the same effects in humans.

(Because it's genetic, chronotype is inheritable: Twin and heredity [studies](http://www.nature.com/articles/srep09214) have found that about half the difference in chronotypes can be explained by genetics.)

**2)** How these genes push people earlier or later isn't precisely known. One thought is that evening-type people [may have a body clock](http://psycnet.apa.org/index.cfm?fa=buy.optionToBuy&id=2001-07804-015) that runs longer than average. Evening types' clocks can run as long as 24.5 or 24.7 hours, Gehrman says. A longer clock means the suprachismatic nucleus has to work harder to make an adjustment. When it fails to readjust, sleep times drift later and later into the evening.

**3)** Later types may be more sensitive to light exposure at night. Bright light at any time of the day tells our bodies it's time to be awake. This wasn't a problem back in olden times, when the setting of the sun ended light exposure for the day. In modern times, light from our computers and televisions pushes some evening-type people to stay awake longer.

Once these chronotypes are set, they're frustratingly stubborn. "Our feeling at this point is that these are probably unchangeable characteristics," Lack says. (The only exception is when we age. As the decades pass, our [clocks tend](http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0960982204009285) to shift earlier.)

### When our personal clock is out of sync with society's, our health suffers

Scientists have a term for being out of sync: [social jet lag](http://www.vox.com/science-and-health/2015/12/18/10450300/case-against-sleeping-in). It’s a social nuisance for the people who have it, but it also puts stress on the body that may undermine health.

In a tightly controlled lab study, 24 healthy participants who had their sleep shifted by one hour each day (simulating jet lag) started to look [prediabetic](http://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/prediabetes/basics/definition/con-20024420) after a three week trial. Their resting metabolic rates dropped 8 percent. "Assuming no changes in activity or food intake," that "would translate into ~12.5 pounds increase in weight over a single year," the study, published in *Science Translational Medicine* in 2012, [concluded](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3678519/).

When people experience social jet lag, they'll often try to make up for the sleep debt on the weekends. But this too is jarring for the body and makes waking up on Monday all the more difficult.

In 2012, researchers in Europe [analyzed](http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0960982212003259) a self-report data set of 65,000 Europeans and found "social jet lag significantly increased the probability of belonging to the group of overweight participants." There's also correlational research indicating that late chronotypes may be at a [greater risk](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21895489) for depression, and that they're [more likely](http://www.pubfacts.com/detail/16687322/Social-jetlag-misalignment-of-biological-and-social-time) to engage in risky behaviors like smoking.

The hypothesis here isn’t that chronotype inherently causes these negative outcomes, but rather that a mismatched chronotype and daily schedule do.

[A 2015 study tracking](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/26580236) the sleep of 447 middle-aged adults for a week also picked up on this worrisome pattern. It found social jet lag correlated with insulin resistance — a precursor to diabetes — lower HDL cholesterol (the good kind), higher levels of triglycerides, higher waist circumference, and higher BMI. These correlations remained even after adjusting for behaviors like exercise, smoking, and alcohol use.

"What I think we’re showing here is that there’s some sort of importance about us ideally being able to work, wake, and match up our schedule as best as we can to what we are biologically suited for," Patricia Wong, the lab researcher on the 2015 paper, [told](http://www.vox.com/science-and-health/2015/12/18/10450300/case-against-sleeping-in) me in December. She also stressed that these were exploratory correlational studies. More rigorous testing is needed to confirm the link.

If late sleepers want to wake up early, they're often hit with a double whammy. They'll be out of sync with society — which stresses the body — but they'll also be underslept. The research is a bit clearer on this: Short sleep appears to be a significant [risk factor](http://www.theatlantic.com/health/archive/2015/10/the-sleep-gap-and-racial-inequality/412405/) for heart disease, diabetes, and obesity.

In the academic literature, short sleep has been [associated with higher blood pressure](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/19506175), body mass index, and [increased calcification](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/?term=short+sleep+duration+and+incident+coronary+artery+calcification) of the coronary artery. In lab experiments, [people who slept only five hours a night](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20585000) for one week became less sensitive to insulin, which makes it harder to maintain blood sugar levels. In an overnight sleep study of 1,024 individuals, poor sleep was associated with the misregulation of the [hunger hormones leptin](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC535701/) and ghrelin, which would explain another finding: that [when people are denied sleep](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3734788/), they have increased appetite.

"I don’t want people to panic and think they’re going to die if they don’t follow their body's rhythm," Gehrman says. "It’s a general health issue: Following your body is ideal."

### Delayed sleep phase is very, very hard to treat

Generally there are two treatment options to shift evening people’s clocks earlier in the day. But they require constant vigilance and are hard to maintain.

The first — and easiest — is a combination of bright light therapy and melatonin. Exposure to bright light in the morning helps reset the body's clock to an earlier time. Patients can buy specialty lamps for this, or just make an effort to go outside early. (Anyone who wants to try to be more of a morning person can try this.)

Those who try light therapy also have to be mindful of sticking to an earlier sleeping schedule. "Sleeping late on weekends can ruin whatever progress is made," Charmane Eastman, who studies biological rhythms at Rush University, writes me in an email. "It's like slipping off of a food diet."

Melatonin also pushes back the clock, but only if the dose is timed correctly — it's most effective when it’s taken several hours before bed. (Even though melatonin is available over the counter, the clinicians I spoke with recommended seeing a sleep specialist to get the timing right.)

The second treatment is chronotherapy. Here, instead of pushing the body's clock backward it's wound forward. For a few weeks, a patient will go to bed two hours later every night until she reaches her desired sleep time. "It can work very well, but very few people have the absolute, total control of their schedule for the two weeks that it takes to do that," Gehrman says. Very few of his patients choose this option.

Park, the 34-year-old health care administrator, tried chronotherapy and gave up. It was too hard to maintain.

"As soon as one little thing gets knocked off, you just revert right back," she says. It can takes weeks for her to get on a "normal" sleep schedule, and in one night (perhaps there's an poorly timed flight, or a birthday party) of sleeping later to go right back to the start. "When I travel [for work] and come back home, I’m all fucked up again, without fail."

According to Raj Dasgupta, a fellow at the American Academy of Sleep Medicine, the relapse rate for delayed sleep phase patients is around 90 percent. "There are individuals who are trying to accommodate to society, to work, and despite their efforts and many, many treatments, they can’t do it," Dasgupta says.

### Toward a "chronotype acceptance" movement

Simply put: Society favors early risers. Think no further than phrases like, "The early bird catches the worm."

Getting an official diagnosis can help lift the burden from people on a different clock. "It really helps to know it isn't my fault," Sokolis says of her diagnosis. But people like her are still left with a hard choice. The best-paying jobs start in the morning. Educational opportunities do, too. Can they really afford to miss out on everything that happens before noon?

The delayed sleep phase sufferers I spoke to all agreed: The one thing they wished for was greater tolerance of people like them.

"Sometimes one of the helpful things I do for people is give them permission to follow a late schedule," Gehrman says of his clinical practice. "Because there’s an attitude in our culture that there is something wrong with that."

<http://www.vox.com/2016/3/18/11255942/morning-people-evening-chronotypes-sleeping>

***Vocabulary for the text***

1. scatter [ˈskætə] 1) розкидати, розсипати 2) розсіювати; розганяти 3) розбігатися; кидатися врозтіч 4) розтринькувати (гроші) 5) розбиватися, зазнавати краху
2. clamour [ˈklæmə] 1. шум, галас 2. 1) шуміти, галасувати 2) протестувати; голосно вимагати чогось
3. mock [mɒk] 1. 1) насміхатися (**at)**; висміювати, глузувати 2) передражнювати; пародіювати 3) дражнити 2. 1) підроблений 2) удаваний; фальшивий *a mock trial* — інсценований процес
4. kick in (adverb) 1) to start or become activated 2) chiefly and informal to contribute
5. circadian [sɜːˈkeɪdiən] of or relating to biological processes that occur regularly at about 24-hour intervals, even in the absence of periodicity in the environment циркадний, добовий
6. conductor [kənˈdʌktə] 1) кондуктор; провідник 2) диригент 3) керівник 4) провідник 5) провід, жила 6) громовідвід
7. clinician [klɪˈnɪʃn̩] a physician, psychiatrist, etc., who specializes in clinical work as opposed to one engaged in laboratory or experimental studies практикуючий лікар
8. prime I [praɪm] 1. 1) розквіт 2) найкраща частина, цвіт 3) початок; весна 4) утреня (в католиків) 5) перша позиція (у фехтуванні) 6) просте число 2. 1) головний 2) основний, найважливіший 3) чудовий, найкращий 4) початковий, первісний II 1) запалювати; вставляти запал (детонатор) 2) заправляти (двигун) ; заливати (помпу) перед пуском 3) нагодувати, напоїти 4) ґрунтувати 5) заздалегідь забезпечувати інформацією (інструкціями тощо); вишколювати, давати настанови
9. metabolize [məˈtæbəˌlaɪz] or metabolise to bring about or subject to metabolismзасвоювати
10. core [kɔː] 1. 1) серцевина; середина; осердя; ядро 2) суть 3) осердя, сердечник; стержень; шишка (ливарна) 4) жила кабелю 2. вирізати серцевину
11. alertness [əˈlɜːtnəs] 1) пильність, настороженість 2) спритність, жвавість
12. groggy [ˈɡrɒɡi] 1) п'яненький, напідпитку; нетвердий на ногах 2) нестійкий, хиткий
13. master clock головний генератор тактових імпульсів, синхронізатор
14. flip [flɪp] 1. щиголь, легенький удар 2. ляскати, злегка ударити
15. heredity [hɪˈredɪti] спадковість
16. adjustment [əˈdʒʌstmənt] 1) погодження, пристосування 2) регулювання, пристосування; установлення; складання (машини) 3) коректування 4) *adjustment fire* — пристрілка
17. jet lag розлад біоритмів через перетин кількох часових поясів
18. nuisance [ˈnjuːsns] 1) досада, прикрість, неприємність 2) докучлива людина 3) перешкода
19. undermine [ˌʌndəˈmaɪn] 1) підмивати (береги) 2) підкопувати(ся) 3) підривати, руйнувати 4) мінувати
20. [prediabetic](http://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/prediabetes/basics/definition/con-20024420) схильний до діабету
21. jar I [dʒɑː] 1. 1) деренчати; неприємно (різко) звучати 2) трясти 3) вібрувати 4) дратувати, обурювати, справляти неприємне враження 5) дисгармоніювати; мати розбіжності в поглядах 6) сперечатися, сваритися 7) бурити ударним буром 2. 1) різкий (неприємний) звук; деренчання 2) трясіння, дрижання, двигтіння 3) вібрація 4) шок; неприємне враження 5) дисгармонія 6) незлагода, суперечка, сварка
22. worrisome [ˈwʌrɪsəm] 1) неспокійний 2) що завдає турбот (клопоту)
23. pattern [ˈpætn̩] 1. 1) зразок, взірець 2) шаблон; модель 3) малюнок, візерунок (на тканині тощо) 4) система, структура 5) викрійка 6) стиль, характер 7) модель (для литва) 8) модель (для лиття) 9) відріз (купон) на плаття 10) зразковий, взірцевий 2. 1) виготовляти за зразком; копіювати (**after, on, upon**) 2) прикрашати візерунком
24. precursor [ˌpriːˈkɜːsə] 1) предтеча, попередник 2) провісник
25. HDL abbreviation for high-density lipoprotein ліпопротеїни високої щільності
26. triglyceride [traɪˈɡlɪsəˌraɪd] тригліцирид
27. circumference [sɜːˈkʌmfərəns] коло; периферія
28. BMI abbreviation for 1) body mass index 2) Broadcast Music Incorporated
29. rigorous [ˈrɪɡərəs] 1) суворий; невблаганний 2) точний 3) ретельний, скрупульозний
30. whammy [ˈwæmi] , -mies 1) something which has great, often negative, impact 2) an evil spell or curse
31. calcification [ˈkælsɪfaɪ] 1) обвапнування 2) затвердіння, закам'яніння; окостеніння
32. ghrelin ґрелі́н (пептид, що складається з 28 амінокислот, гормон, що стимулює відчуття голоду)
33. vigilance [ˈvɪdʒɪləns] 1) пильність 2) безсоння
34. over the counter без рецепта
35. revert [rɪˈvɜːt] 1) повертатися (до попереднього стану, думки) 2) переходити до попереднього власника (про майно) 3) повернути назад 4) виявляти атавістичні ознаки

UNIT 6

**Going places (holidays, travelling)**

***Active vocabulary***

1. departure lounge зал очікування
2. hike I 1. пішохідна екскурсія 2. подорожувати пішки II 1. підвищення (цін і т.ін.) 2. підвищувати, піднімати

**Guilt free Holidays**

1. litter 1. 1) ноші 2) підстилка (для худоби) 3) виводок (поросят тощо) 4) безладдя; розкидані речі; сміття 2. 1) підстилати 2) пороситися, щенитися 3) розкидати, робити розгардіяш; смітити
2. surroundings 1) околиці 2) оточення, середовище
3. deprive позбавляти (чогось - **of**) deprived незаможний
4. sink 1. (sank; sunk) 1) опускати(ся), знижувати(ся), падати 2) тонути; занурюватися; іти на дно 3) спадати (про воду) 4) осідати (про фундамент) 5) слабшати; гинути 6) опускатися, низько падати 7) впадати, западати (в душу тощо) 8) затопити (судно) 9) просочуватися, вбиратися (про рідину тощо) 10) віддавати, погашати (борг) 11) проходити (шахту); копати, рити (колодязь); прокладати (трубопровід) 12) вирізувати (штамп) 13) замовчувати (факт); приховувати; ігнорувати 2. 1) раковина (для стікання води) 2) стічна труба 3) низина 4) клоака
5. stocks товарна наявність; наявний запас; наявний товар; запаси; товарні запаси; товари у наявності
6. marine life морське життя
7. able-bodied 1) міцний, здоровий 2) придатний (до військової служби); працездатний
8. disabled неповносправний, покалічений; виведений з ладу *disabled worker* — інвалід праці
9. scheme 1. 1) схема; креслення 2) проект, план; програма 3) конспект; стислий виклад 4) система, побудова, розміщення 5) інтрига; махінація; підступи 2. 1) планувати, проектувати 2) замишляти; інтригувати
10. redundant 1) зайвий, надмірний 2) багатослівний 3) звільнений, скорочений
11. shoestring 1) шнурок для черевиків 2) невелика сума грошей on a shoestring — з невеликими коштами
12. better off заможніший
13. turn away 1) відвертати(ся) 2) проганяти, звільняти
14. up-market високоякісний, багатий
15. snub I 1. 1) осадити; обрізати 2) ставитися зневажливо, принижувати 3) , круто застопорити; погасити інерцію ходу 2. 1) різке (образливе) зауваження 2) зневажливе ставлення 3) раптова зупинка II кирпатий (про ніс)
16. remote 1) віддалений, далекий; усамітнений 2) що не має прямого відношення; несхожий 3) слабкий, незначний 4) байдужий (про людину) 5) дистанційний; що діє на відстані *remote control* — дистанційне управління, телеуправління
17. pristine 1) незіпсований 2) чистий, недоторканий 3) давній, первісний, первинний
18. trek 1. 1) переселятися 2) робити великий перехід; перетинати (гірську місцевість, пустелю тощо) 2. 1) переселення 2) перехід, подорож
19. sample 1. 1) зразок, взірець 2) проба 3) шаблон; модель 2. 1) брати зразки (проби) 2) підбирати; випробовувати
20. visible 1) видимий; видний 2) очевидний; явний
21. concern 1. 1) стосуватися, відноситися 2) цікавитися, займатися (чимсь - **with, in, about**) 3) турбуватися, тривожитися 2. 1) турбота, хвилювання 2) інтерес; участь 3) справа, відношення 4) концерн, підприємство
22. launch I 1. 1) кидати; метати 2) спускати судно на воду 3) починати; пускати в хід 4) запускати (супутник, ракету); катапультувати 5) з жаром висловити 2. 1) спуск судна на воду 2) запуск (супутника тощо) II 1) баркас 2) моторний човен, катер
23. encounter 1. 1) стикатися з 2) несподівано зустрічатися з 2. 1) сутичка 2) несподівана зустріч 3. Зустрічний
24. downturn зниження; падіння; спад; зменшення попиту; скорочення обороту
25. welfare добробут, достаток
26. healer 1) цілитель; хілер 2) цілющі ліки
27. encourage 1) підбадьорювати 2) заохочувати 3) підбивати (зробити щось)
28. repellent 1. засіб, що відлякує комах, репелент 2. 1) відразливий, огидний 2) водонепроникний, водотривкий
29. threaten погрожувати, загрожувати (чимсь - **with**) *to threaten punishment* — погрожувати покаранням

**pp. 102 – 105**

1. hold up 1) виставляти, показувати 2) підтримувати; піднімати 3) перестрівати 4) грабувати, нападати
2. traffic jam затор
3. en route по дорозі; в дорозі
4. see off проводжати
5. get going рухатися
6. pass through 1) перетинати; переходити 2) переживати 3) пропускати (просіювати, проціджувати) крізь щось 4) простромлювати
7. get off зійти, злізти
8. set off 1) відзначати 2) відкладати 3) відтіняти, виділяти 4) спонукати (до сміху, розмови) 5) вирушати 6) протиставляти
9. maiden voyage (nautical) the first voyage of a vessel
10. hairdrier фен (вентилятор)
11. first aid kit (outfit) аптечка portable medicine chest; (першої допомоги)
12. handbag 1) жіноча сумочка 2) саквояж
13. luggage 1) багаж 2) багажний *luggage space* — багажне відділення *luggage van* — багажний вагон *luggage office* — камера для зберігання багажу
14. dock I лава підсудних II 1. 1) док 2) верф 2. ставити судно в док III щавель IV 1. 1) тверда частина хвоста 2) обрубаний хвіст 2. 1) обрубувати (хвіст) 2) коротко стригти (волосся) 3) зменшувати, скорочувати, позбавляти частини (чогось) 4) швартуватися
15. route 1. маршрут, курс; шлях, дорога 2. направляти певним маршрутом; визначати маршрут
16. dual carriageway проїжджа частина з двостороннім рухом
17. lane 1) вузька дорога, стежка, між живоплотами 2) вузька вулиця, провулок *lanes and alleys* — закутки 3) прохід (між рядами) 4) розводдя між кригою; морський шлях 5) траса польоту 6) дорога з одностороннім рухом 7) горло (red lane, narrow lane)
18. bypass 1. 1) обхід 2) обвідний (обхідний) канал 3) обхідна дорога 4) шунт 2. 1) обходити 2) оточувати 3) зневажати, не брати до уваги
19. flyover = overpass естакада 2. 1) переходити, проходити, перетинати 2) переборювати, долати 3) перевершувати, перевищувати 4) залишати поза увагою; проходити повз
20. track 1. 1) слід 2) польова дорога; стежка 3) життєвий шлях 4) колія 5) напрямний пристрій 6) лижня; бігова доріжка; трек 7) легка атлетика 8) гусениця (трактора, танка) 9) шлях (траса, маршрут) польоту 10) звукова доріжка (фонограми) 2. 1) слідкувати, стежити; вистежувати; просліджувати (*track out, track up, track down*) 2) залишати сліди; наслідити, набруднити
21. sightseer той, хто оглядає визначні місця, турист
22. pilgrim пілігрим, прочанин; паломник
23. backpacker піший турист
24. rambler 1) гультяй 2) повзуча (витка) рослина, витка троянда
25. globe-trotter людина, що багато мандрує, завзятий мандрівник
26. a flying visit (call) короткий візит
27. stopover 1) зупинка в дорозі (з правом використання того ж квитка) 2) квиток, що дозволяє робити зупинку в дорозі; транзитний квиток
28. rough 1) грубий 2) нерівний; шершавий; вибоїстий (про дорогу) 3) неотесаний; неввічливий; неделікатний 4) патлатий, кудлатий 5) різкий, поривчастий (про вітер) 6) бурхливий, буйний (про море) 7) шумливий 8) важкий, тяжкий 9) суворий, важкий (про життя) 10) терпкий 11) необроблений, неопрацьований; чорновий 12) приблизний 2. брутально, грубо тощо 3. 1) нерівність (місцевості) 2) (the rough) незакінченість, неопрацьованість 3) чорновий начерк 4) (the rough) неприємний бік; складний період 5) бешкетник; грубіян; хуліган 6) нерівне поле (в гольфі) 7) шип (у підкові) 4. 1) робити грубим (шершавим) 2) підковувати на гострі шипи 3) об'їжджати (коня) 4) припускатися грубості (у футболі) 5) куйовдити (волосся)
29. flowing 1) що тече (спадає) 2) що насувається (наростає) *flowing waters* — проточна вода 3) гладкий, плавний (про стиль); м'який (про лінії)
30. spectacular 1. 1) ефектний; імпозантний 2) захоплюючий 2. ефектне видовище
31. check in реєструватися
32. hit the road (slang) to start or resume travelling
33. wreck 1. 1) катастрофа, аварія 2) кістяк (рештки) розбитого судна (викинуті на берег); уламки (літака) 3) руїна 4) загибель, крах (надій тощо) 5) аварійний 2. 1) спричинити аварію (руйнування); потопити (судно) 2) зазнати аварії 3) зазнати краху, зруйнуватися, загинути (про плани, надії) 4) руйнувати, занапащати (здоров'я тощо) 5) зносити (будинок)
34. remnant 1) залишок, рештка (їжі) 2) відріз, решта (тканини) 3) слід, пережиток
35. postponement відстрочення; відкладання
36. leaflet 1) листочок 2) листівка
37. pamphlet 1) брошура 2) памфлет 3) технічний проспект
38. busy to do things in a rush пороти гарячку
39. package holiday турпутівка «все включено»
40. toiletry предмети туалету; парфумерія; косметика
41. self-adhesive (of a letter, label, etc.) який сам клеїться
42. bulky великий, об'ємистий; громіздкий; важкий
43. fan віяло *to fan (oneself)* — обмахуватися віялом
44. sombrero сомбреро
45. paraffin (kerosene) oil lamp гасова лампа
46. chopstick палички (замість виделки у китайців)

**The Moon and Sixpence**

1. hazard 1. 1) шанс 2) ризик; небезпека *at all hazards* — що б там не було, за всяку ціну 2. 1) ризикувати 2) насмілитися, наважитися
2. revive 1) відновлювати (сили, енергію) 2) відроджувати, воскрешати (моду тощо) 3) оживати, воскресати (про надії тощо) 4) приводити до пам'яті 5) опритомніти
3. engaged 1) зайнятий 2) заручений 3) зайнято
4. stirring 1. помішування, збовтування 2. 1) діяльний; активний; зайнятий 2) хвилюючий *stirring times* — часи, сповнені подій
5. waterproof 1. водонепроникний, непромокальний 2. непромокальний плащ 3. надавати водонепроникності
6. splendour 1) розкіш, пишнота 2) блиск, сліпуча яскравість 3) слава, шляхетність
7. mysterious таємничий; незбагненний
8. gaze 1. пильно дивитися (на - **at, on**); вдивлятися 2. пильний погляд
9. lofty 1) дуже високий (не про людей) 2) піднесений (про ідеали тощо) 3) величний; ставний 4) зарозумілий, гордовитий
10. murmur 1. 1) дзюрчання 2) шелест (листя) 3) шепіт 4) дзижчання (бджіл) 5) ремство 6) гомін 7) шум (у серці) 2. 1) дзюрчати 2) шелестіти 3) шепотіти 4) дзижчати 5) ремствувати (на когось, щось - at, against)
11. splash 1. 1) плескати(ся); хлюпати(ся) 2) бризкати(ся); забризкувати 3) шльопати (по грязюці) 4) шубовснути (**into**) 5) усівати, розцвічувати, цяткувати *fields splashed with poppies* — поля, усіяні маками 6) смітити (грішми), тринькати 2. 1) плеск, плескіт 2) бризки 3) пляма 4) кольорова пляма 5) сенсаційна стаття в газеті 6) небагато, невелика кількість 7) показ, можливість показати себе •• *to make a splash* — викликати сенсацію
12. harbour 1. 1) гавань, порт 2) притулок, пристановище 2. 1) стати на якір (у гавані) 2) давати (знаходити) притулок 3) затаїти, мати (злобу)
13. flamboyant барвистий, квітчастий, пишнобарвний
14. blaze I 1. 1) полум'я 2) яскраве світло 3) блиск, сяяння; пишнота 4) спалах (вогню, пристрасті) 5) пекло 2. 1) горіти яскравим полум'ям; палати, палахкотіти 2) сяяти, блискати, виблискувати 3) кипіти II оповіщати, широко розголошувати (about, abroad) III 1. 1) біла пляма на лобі тварини 2) позначка (зарубка) на дереві 2. робити позначки на деревах (відмічати шлях зарубками); прокладати шлях
15. scarlet 1. 1) яскраво-червоний колір 2) тканина (одяг) яскраво-червоного кольору 2. яскраво-червоний
16. dazzle 1. 1) засліплювати, зачаровувати; вражати 2) маскувати, робити камуфляж 2. 1) блиск, засліплення 2) захисне забарвлення, камуфляж
17. trim 1. 1) акуратний, чепурний, охайний; прибраний 2) вишуканий, елегантний 2. 1) упорядковувати, доводити до ладу 2) підрізувати (ґніт лампи тощо) ; підстригати; обрізати краї; обтісувати, торцювати (дошки) 3) оздоблювати (плаття); прикрашати (страву гарніром тощо) 4) пристосовуватися; балансувати між протилежними партіями 5) вичитувати, виносити догану; побити 6) обманювати; вимагати гроші 7) урівноважувати 8) знімати задирки 3. 1) порядок, готовність; стан готовності *in fighting trim* — у бойовій готовності *in good trim* — 1) у хорошому стані 2) у хорошій формі (про спортсмена) 2) підрізування, підстригання 3) наряд; прикраса; оздоблення 4) оздоблення вітрини 5) правильне розміщення вантажу (баласту тощо) на судні 6) диферент, поздовжній нахил
18. animated 1) пожвавлений, жвавий *an animated discussion* — жвава дискусія 2) натхненний, збуджений 3) мультиплікаційний *animated cartoon* — мультиплікаційний фільм
19. quay [ki:] причал, набережна (для причалювання суден)

**pp. 108-109**

1. cabin crew бригада бортпровідників
2. seat belt пас безпеки
3. detract 1) принижувати, применшувати (**from**) 2) порочити, обмовляти 3) відволікати
4. bustling 1. метушливий, галасливий 2. 1) суєта 2) метушня
5. chessboard шахівниця
6. spread the word (spread the word (about)) розпускати чутки
7. publicity 1) публічність; гласність 2) реклама
8. bitterly 1) гірко 2) розлючено, люто 3) гостро
9. distress 1. 1) горе, страждання; біда, лихо *distress signal [SOS]* — сигнал біди (небезпеки, катастрофи) 2) нужда, злидні 3) нездужання; втома; виснаження 2. 1) завдавати горя (жалю) 2) виснажувати *to distress oneself* — непокоїтися, мучитися
10. mutiny 1. заколот; повстання 2. здіймати заколот; збунтуватися; повставати

**Writing: Narratives (1)**

1. climax найвища точка, кульмінаційний пункт
2. twist 1. 1) крутити, скручувати; сукати, сплітати 2) витися, звиватися; згинати(ся) 3) скручувати (руки); викручувати (білизну) 4) вертіти; повертати(ся) 5) спотворювати, перекручувати 6) обдурювати 7) танцювати твіст 2. 1) вигин, згин, поворот 2) мотузка; шнурок 3) крутіння, скручування; сукання 4) твіст (танець) 5) кручений хліб 6) перекручення, викривлення, спотворення *twist of the tongue* — недорікуватість 7) вивих 8) особливість (розуму, характеру тощо) 9) змішаний напій 10) обман 11) добрий апетит 12) хід (витка) •• *twist of the wrist* — вправність рук; спритність, умілість
3. catchy 1) привабливий, захоплюючий 2) причепливий; що запам'ятовується (про мелодію) 3) важкий; хитромудрий, закрутистий 4) поривчастий, рвучкий (про вітер)
4. marvellous чудовий; дивовижний
5. pull up 1) стримуватися 2) йти попереду (нарівні з іншими) 3) зупиняти(ся) 4) оголосити догану
6. rundown 1. 1) скорочення кількості 2) короткий виклад 2. 1) занепалий; жалюгідний 2) стомлений, знесилений, виснажений
7. crawl 1. повзати; плентатися; плазувати 2. 1) повзання; плазування 2) плавання стилем "кроль"
8. cockroach тарган
9. turquoise 1) бірюза 2) бірюзовий колір
10. sparkle 1. 1) блискати, виблискувати 2) іскритися 2. 1) виблискування, блиск, блискотіння 2) іскорка
11. anxiously 1) занепокоєно, стурбовано, схвильовано 2) дуже, сильно
12. on the house (usually of drinks) paid for by the management of the hotel, bar, etc за рахунок закладу
13. dim 1. 1) тьмяний, неясний; матовий *a dim room* — темна кімната 2) невиразний, туманний *the inscription is dim* — невиразний (нерозбірливий) надпис 3) слабкий (про зір; про інтелект) 2. потьмяніти; робитися невиразним, туманним *dim out* — затемнювати
14. blankly 1) байдуже; тупо, невиразно *to stare blankly* — дивитись безтямним поглядом 2) безпорадно 3) прямо, рішуче 4) надзвичайно, надто, вельми
15. toss 1. (і tossed, tost) 1) кидати; метати; підкидати 2) закидати, задирати (голову) 3) піднімати на роги (про бугая) 4) скидати (вершника) 5) відкидати, шпурляти 6) носитися (по хвилях); підніматися і опускатися (про судно) 7) тривожно кидатися (про хворого; часто toss about) 8) промивати (руду) 2. 1) кидання; метання; підкидання, відкидання 2) поштовх; коливання 3) падіння (з коня)
16. howling 1) що виє; виючий 2) похмурий 3) величезний (успіх і т.п.) 4) кричущий *howling wilderness* — дика пустеля *howling shame* — 1) сором і ганьба 2) кричуща несправедливість
17. speedboat швидкохідний катер

**WORKBOOK**

1. brochure брошура
2. companion 1. 1) товариш 2) супутник 3) компаньйон 2. супроводити; бути супутником
3. departure lounge зал очікування
4. level crossing переїзд з шлагбаумом
5. diversion 1) відхід, відхилення 2) відвертання (уваги) 3) розвага 4) удавана атака 5) обхід, відведення 6) *diversion dum* — відвідна гребля
6. blast 1. 1) сильний порив вітру 2) потік повітря 3) вибух 4) заряд (для вибуху) 5) звук (духового інструмента) 6) згубний вплив 7) шкідник; хвороба (рослин) 8) дуття; форсована тяга 9) повітродувка 2. 1) висаджувати в повітря 2) шкодити, знищувати (рослини, посіви) 3) руйнувати (плани, надії) 4) дути, продувати 5) проклинати
7. check-in desk стійка реєстрації
8. piste лижня
9. grounds 1) сад, парк біля дому 2) осадок, осад, гуща
10. scale 1) вилазити, видиратися, підніматися (по драбині тощо) 2) зводити до певного масштабу, визначати масштаб *to scale up wages* — підвищувати заробітну плату *to scale down prices* — знижувати ціни 3) бути порівнянним
11. junkie наркоман
12. on call на вимогу
13. blue-green algae синьо-зелені водорості, ціанобактерії
14. silica кремнезем, кварц
15. sweater 1) потогінний засіб 2) светр
16. warden 1) наглядач 2) начальник; директор; ректор (у деяких англійських коледжах) 3) губернатор 4) начальник в'язниці 5) церковний староста
17. thud 1. глухий звук (від падіння чогось важкого) 2. гепнути, упасти з глухим стуком

***Text for translation practice***

[**Two Key Things Astronaut Scott Kelly's Body Will Teach Us About Living in Space**](http://gizmodo.com/two-key-things-scott-kellys-body-will-teach-us-about-li-1761543707)

[Maddie Stone](http://kinja.com/maddiestone)

[2/29/16 1:31pm](http://gizmodo.com/two-key-things-scott-kellys-body-will-teach-us-about-li-1761543707)

We’re all looking forward to [interstellar travel](http://gizmodo.com/the-most-important-thing-we-will-need-to-survive-in-spa-1711572517) and [colonizing Mars](http://io9.gizmodo.com/5932713/six-earth-cities-that-will-provide-blueprints-for-martian-settlers#_ga=1.219844633.1031241721.1425068057), but first, we’ve got a lot to learn about how the human body responds to the cold dark void of outer space. Scott Kelly’s stint on the ISS, which ends tomorrow, is helping us answer some critical questions—including what weightlessness does to our vision, and whether all that extra radiation messes up our DNA.

When Kelly lands at the Baikonur Cosmodrome in Kashakstan tomorrow night, he’ll have spent 340 consecutive days in space—an American record. That’s about as long as astronauts will have to spend on a spacecraft to travel to Mars and back. Kelly’s graciously-donated body has thus offered NASA an invaluable opportunity to understand what our future Martian explorers will go through along the way. Throughout the one-year mission, a small army of medical researchers has been monitoring Kelly’s bodily functions and comparing the astronaut with his Earth-bound twin brother, retired astronaut Mark Kelly.

In addition to the routine battery of blood tests, physicals, and cognitive assessments, there are two broad questions that Kelly’s mission is uniquely able to help NASA answer. The first one is how the redistribution of bodily fluids in zero-g impacts our health, and chiefly, our vision.

“I like to call this the most complex biomedical investigation ever done on the space station,” John Charles, Chief Scientist at NASA’s Human Research Program told Gizmodo.

Tethered to the Earth, the force of gravity is constantly pulling our bodily juices down, but in space, everything from our blood and urine to the interstitial fluid surrounding our cells is free to redistribute evenly from head to toe. As NASA points out in the informative graphic below, a two-liter soda bottle’s worth of fluid has shifted out of Scott Kelly’s legs and toward his head during his year in space.

The most obvious effect of fluid redistribution is so-called “moon face”—that puffy-cheeked look that astronauts get after a short period of weightlessness. But there are potentially more sinister effects, including vision deterioration. As former HRP Chief Scientist [Mark Shelhamer explained](http://gizmodo.com/here-are-the-biggest-health-risks-to-humans-in-space-1732733392#_ga=1.19437496.1031241721.1425068057) to Gizmodo last fall, astronauts who go to space with perfect vision often come back to Earth slightly nearsighted. NASA thinks this is caused by an increase in the amount of fluid surrounding the brain, which exerts additional pressure on the optic nerve, deforming the astronaut’s eyeballs. But how long the vision impairment lasts, and how bad it can get, are not well understood.



During the Kelly’s mission, NASA’s aptly-named [Fluid Shift study](http://www.nasa.gov/content/fluid-shifts-study-advances-journey-to-mars) has been [investigating](https://blogs.nasa.gov/ISS_Science_Blog/2015/06/02/rubber-vacuum-pants-that-suck/) this using the Russian Chibis suit—a pair of bulky rubber trousers that act like a vacuum cleaner, sucking out air around the wearers’ legs to mimic the effects of gravity. The suit, which has lived on the Russian side of the ISS for years, was built to help cosmonauts re-adjust to gravity before they return to Earth.

Several times throughout the year, Kelly and Russian cosmonaut Mikhail Kornienko have donned the suit and felt the blood drain out of their faces as American and Russian scientists monitored each astronaut’s heart rate, vision, and body fluid distribution. “By restoring normal fluid distribution, we want to see if the eye responds quickly,” Charles told Gizmodo, adding that while “it looks like the experiment did something,” his team needs more time to analyze the data.

Meanwhile, another study is investigating whether the additional radiation in outer space is damaging Kelly’s DNA. This is an issue that we need to worry about a lot when we consider sending people to Mars: all the way, they’ll be exposed to a level of UV radiation hundreds of times greater than the Earth’s surface, as well as even more dangerous cosmic rays.

Exactly how much outer space twists and mutates our DNA is a subject Kelly can help us understand, because he has a twin brother with exactly the same genetic code. “I think the genetic aspect will prove to be one of the important outcomes of this mission,” Charles said.

By comparing Kelly’s DNA with that of his brother, NASA hopes to learn whether an extra-long stint in space leads to any significant changes. These include changes to the Kelly brothers’ telomeres, caps at the ends of our DNA that protect our chromosomes from damage. Our telomeres naturally shorten throughout our lives, resulting in cellular aging. But the stresses of spaceflight may cause them to shorten more quickly, speeding up an astronaut’s biological clock.

The major results from Scott Kelly’s grand experiment are yet to come. But as he prepares to return to terra firma, NASA is already thinking about future One Year missions. Putting a single human in space for a year is a remarkable achievement, but hopefully, more men and women will get to follow in Kelly’s footsteps—[growing space lettuce](http://gizmodo.com/astronauts-will-eat-space-lettuce-for-the-first-time-ne-1722798340), [drinking their own pee](http://gizmodo.com/so-this-is-what-space-coffee-brewed-with-pee-looks-like-1699451643), and preparing us for the biggest endeavor our species has ever embarked on.

<http://gizmodo.com/two-key-things-scott-kellys-body-will-teach-us-about-li-1761543707>

***Vocabulary for the text***

1. void [vɔɪd] 1. 1) пустий, порожній, вільний 2) позбавлений (чогось - of) 3) недійсний; не чинний 2. пустота, порожнеча; вакуум 3. 1) спорожняти (кишки, сечовий міхур) 2) залишати, покидати (місце); звільняти (приміщення) 3) позбавляти чинності; анулювати
2. stint [stɪnt] 1. скупитися; обмежувати; урізувати 2. 1) обмеження; межа 2) нормована праця; визначена норма роботи
3. The **International Space Station** (**ISS**) Міжнародна космічна станція — пілотована космічна станція на орбіті Землі, створена для наукових досліджень у космосі.
4. DNA deoxyribonucleic acid дезоксирибонуклеїнова кислота ДНК
5. gracious [ˈɡreɪʃəs] 1. 1) ласкавий, милостивий 2) поблажливий, вибачливий; люб'язний
6. zero-gravity [ˈzɪərəʊˌɡrævɪtɪ] невагомість
7. tether [ˈteðə] 1. 1) прив'язь (для тварини, що пасеться) 2) межа; кордон 2. 1) прив'язувати, припинати (тварину, що пасеться) 2) обмежувати
8. interstitial [ˌɪntəˈstɪʃl̩] 1) of or relating to an interstice or interstices 2) physics forming or occurring in an interstice 3) chemistry containing interstitial atoms or ions 4) anatomy, zoology occurring in the spaces between organs, tissues, etc 5) chemistry an atom or ion situated in the interstices of a crystal lattice внутрішньотканинний
9. treadmill [ˈtredmɪl] 1) тупчак, бігова доріжка 2) одноманітна механічна праця
10. feces /faeces [ˈfiːsiːz] 1) осад 2) кал; фекалії
11. puffy [ˈpʌfi] 1) одутлий; товстий; набряклий 2) що страждає від задишки; захеканий 3) поривчастий (про вітер) 4) пихатий; пишномовний
12. sinister [ˈsɪnɪstə] 1) злий, поганий 2) зловісний 3) лівий
13. deterioration [dɪˌtɪərɪəˈreɪʃn̩] 1) погіршення; псування 2) ушкодження; спрацювання
14. nearsighted [ˌnɪəˈsaɪtɪd] короткозорий
15. exert [ɪɡˈzɜːt] 1) напружувати (сили); здійснювати 2) робити (вплив); впливати 3) викликати (напруження)
16. eyeball [ˈaɪbɔːl] очне яблуко
17. impairment [ɪmˈpeəmənt] 1) погіршення; пошкодження 2) порушення
18. apt [æpt] 1) підхожий, придатний; відповідний; доречний 2) схильний 3) здібний (до - **at**) 4) ймовірний; можливий
19. Russian Chibis Російська чайка
20. bulky [ˈbʌlki] великий, об'ємистий; громіздкий; важкий
21. readjust [ˌriːəˈdʒʌst] 1) переробляти, виправляти наново, змінювати; знову приводити до ладу 2) наново пристосовувати, припасовувати 3) підрегулювати
22. don [dɒn] одягати (одяг)
23. twist [twɪst] 1. 1) крутити, скручувати; сукати, сплітати 2) витися, звиватися; згинати(ся) 3) скручувати (руки) ; викручувати (білизну) 4) вертіти; повертати(ся) 5) спотворювати, перекручувати 6) обдурювати 7) танцювати твіст
24. telomere [‘tɛlə,mıə] genetics either of the ends of a chromosome теломір
25. terra firma [ˈterə ˈfɜːmə] the solid earth; firm ground
26. lettuce [ˈletɪs] салат-латук
27. endeavour [ɪnˈdevə] 1. намагатися; докладати зусиль 2. намагання; зусилля
28. embark [ɪmˈbɑːk] 1) вантажити на пароплав (корабель) 2) сідати на пароплав 3) починати, братися (за якусь справу - **in, on**)

UNIT 7

**History (history, historical figures)**

***Active vocabulary***

1. assassinate 1) чинити вбивство з політичних мотивів 2) підступно вбивати; чинити зрадницьке вбивство

**HISTORY LESSONS**

1. brutal 1) брутальний; жорстокий 2) огидний, гидкий
2. arrangement 1) приведення (доведення) до ладу; впорядкування 2) розташування; класифікація 3) улаштування 4) угода; домовленість 5) приготування, заходи, накреслення, плани 6) пристосування; переробка (для сцени і т.п.) 7) пристрій, механізм (для полегшення роботи) 8) аранжування 9) монтаж, установлення
3. draft 1) креслення, ескіз, рисунок; малюнок; план 2) проект, начерк, нарис; чернетка (документа і т.п.) 3) чек, тратта, переказний вексель; сума, одержана за чеком (векселем) 4) знижка на недовагу 5) протяг 6) дуття, тяга; стік 7) тягло; упряж 8) відбирання (відбір) (солдатів) для спеціальних завдань; загін; підкріплення 9) поповнення, набір, призов
4. treaty 1) договір, угода 2) переговори 3) договірний; що існує на основі договору
5. credit 1. 1) віра, довіра 2) вплив, значення, пошана; добра репутація 3) хвала, честь *your pupils do you credit* — ваші учні роблять вам честь 4) кредит; борг *letter of credit* — акредитив *on credit* — у борг, у кредит 2. 1) довіряти 2) кредитувати (когось - **to**) 3) приписувати *to credit smb. with good intentions* — приписувати комусь добрі наміри
6. cut and dried (informal) 1) шаблонний 2) однозначний, прямолінійний
7. messy 1) неохайний; брудний 2) безладний
8. lengthy 1) дуже довгий (розтягнутий); багатослівний 2) високий (про людину)
9. affair 1) справа, діло *an affair of honour* — справа честі it is an affair of a few days — це питання кількох днів *it is my affair* — це моя справа *mind your own affairs* — не лізьте не в свою справу 2) справи; заняття public affairs — громадські справи a man of affairs — ділова людина 3) любовний зв'язок *a love affair* — любовна інтрига; пригода 4) сутичка
10. grain 1. 1) зерно 2) хлібні злаки 3) зернина; крупинка 4) крупи 5) волокно, нитка 6) гран (одиниця ваги) 7) найдрібніша частка (чогось) •• *against the grain* — проти шерсті; проти бажання *to take smth. with a grain of salt* — ставитися до чогось з недовір'ям 2. 1) роздрібнювати 2) очищати від шерсті
11. large-scale 1) великомасштабний 2) широкий, масовий *to do smth. on a large-scale* — робити що-небудь з великим розмахом
12. indigenous тубільний; місцевий
13. biased упереджений, тенденційний
14. conqueror завойовник; переможець

**pp. 124 – 127**

1. ally I 1. союзник *ally of moment* — тимчасовий союзник 2. з'єднувати *to ally oneself* — вступати в союз, єднатися, з'єднуватися (з - **to, with**) *to be allied to* — бути тісно зв'язаним з; бути близьким (спорідненим); мати спільні риси з II мармурова кулька (для дитячої гри) •• *to give smb. a fair show for an ally* — чесно ставитися до когось; дати комусь можливість відігратися
2. surrender 1. 1) здавати(ся) 2) поступатися, підкорятися 3) піддаватися, віддаватися (почуттю тощо) 4) відмовлятися 2. 1) здача, капітуляція 2) відмова (від чогось) 3) *surrender value* — сума, що належить особі, яка відмовилася від страхового поліса *surrender document* — акт про капітуляцію
3. retreat 1. відходити; відступати; виходити 2. 1) відступ *to make good one's retreat* — благополучно відступити, завершити відхід; щасливо здихатися *to intercept the retreat of* — відрізати шлях для відступу 2) сигнал до відступу, відбій *to sound the retreat* — сурмити відбій *to beat a retreat* — бити відбій; відступатися 3) вечірня зоря; спуск прапора 4) самота 5) сховище, притулок 6) психіатрична лікарня; лікарня для наркоманів (алкоголіків тощо)
4. conquer 1) завойовувати; підкоряти 2) перемагати; переборювати
5. navy 1) військово-морський флот *the Royal Navy* — британський флот 2) ескадра, флотилія 3) морське відомство, адміралтейство 4) військово-морський *Navy Department, Navy Office* — міністерство військово-морських сил
6. private 1. 1) приватний, особистий *private property* — приватна власність *private view* — закритий перегляд (кінофільму, виставки тощо) 2) самотній, відлюдний *we are quite private here* — ми тут одні 3) що не є державним службовцем, що не обіймає офіційної посади; неофіційний 4) таємний, конфіденційний 5) рядовий (про солдата) 2. 1) рядовий 2) статеві органи 3) *in private* — 1) на самоті 2) у приватному житті 3) в глибині душі
7. colonel [ˈkə:nl] полковник
8. disarmament роззброєння
9. to conclude a peace treaty укладати мирний договір
10. truce 1) перемир'я 2) *truce to jesting!* — досить жартів!, годі жартувати! 3) перепочинок, затишшя
11. classic 1. 1) класичний 2) зразковий 1) of the highest class, esp in art or literature 2) serving as a standard or model of its kind; definitive 3) adhering to an established set of rules or principles in the arts or sciences a classic proof 4) characterized by simplicity, balance, regularity, and purity of form;
12. classical класичний 1) of, relating to, or characteristic of the ancient Greeks and Romans or their civilization, esp in the period of their ascendancy 2) designating, following, or influenced by the art or culture of ancient Greece or Rome 3) music a) of, relating to, or denoting any music or its period of composition marked by stability of form, intellectualism, and restraint 5) b) accepted as a standard c) denoting serious art music in general 2) 4) music of or relating to a style of music composed, esp at Vienna, during the late 18th and early 19th centuries. This period is marked by the establishment, esp by Haydn and Mozart, of sonata form 5) denoting or relating to a style in any of the arts characterized by emotional restraint and conservatism See: classicism 1) 6) well versed in the art and literature of ancient Greece and Rome 7) (of an education) based on the humanities and the study of Latin and Greek
13. historic 1) історичний; що має історичне значення 2) historic present — теперішній час, вжитий замість минулого
14. historical історичний; що стосується історії
15. sheer I 1. 1) справжній, сущий, щирий 2) чистий, нерозведений (про спирт і т.п.) 3) абсолютний, цілковитий 4) прямовисний, перпендикулярний 5) прозорий, легкий (про тканину) 2. 1) прямовисно; перпендикулярно 2) повністю, цілком, абсолютно II 1. ухилятися від курсу 2. 1) відхилення від курсу 2) кривизна, вигин
16. take over 1) приймати від когось (посаду тощо) 2) перевозити на інший берег
17. blow up 1) роздувати 2) висаджувати в повітря 3) злітати в повітря (від вибуху) 4) збільшувати 5) лаяти
18. refugee 1) емігрант 2) біженець
19. coup вдалий хід; удар coup d'état [ˈku:deɪˈtɑ:] державний переворот
20. tidy away прибирати, ставити на місце
21. belongings 1) речі; приладдя; пожитки 2) прибудови, допоміжні приміщення
22. check-out 1) перевірка; контроль, ревізія 2) контрольно-касовий пункт (в магазине самообслуговування)

**AMELIA WHERE ARE YOU?**

1. stunt I 1. зупиняти ріст (зростання) 2. зупинка в зростанні, затримка росту II 1. 1) виступ (на спортивних змаганнях) 2) трюк, фокус, штука 3) фігура вищого пілотажу 2. 1) демонструвати сміливість (спритність) 2) показувати фокуси 3) виконувати фігурні польоти
2. unsettled 1) нестійкий; неусталений 2) неспокійний, неврівноважений 3) невирішений, неврегульований 4) неоплачений 5) незаселений 6) невідстояний
3. nursing сестринська справа *medical-surgical nursing* — до- і післяопераційний догляд *obstetric nursing* — акушерська справа *pediatric nursing* — догляд за хворими дітьми *professional nursing* — професійний медичний догляд
4. odd 1) чудний, дивний, чудернацький 2) непарний (про число) 3) зайвий, додатковий 4) непарний, розрізнений 5) незайнятий, вільний 6) випадковий
5. defy 1) відмовлятися коритися (слухатися); ігнорувати; зневажати 2) не піддаватися *the problem defies solution* — проблема не піддається розв'язанню 3) кидати виклик; викликати
6. feat 1. 1) подвиг *feat of arms* — бойовий подвиг 2) майстерність, спритність; мистецтво 3) справа; фах, професія 2. 1) підхожий, придатний (до чогось - **for, to**) 2) спритний; вправний 3) охайний, чепурний; вишуканий
7. port of call порт заходу (судна), пункт призначення
8. wreckage уламки корабля (літака)

**pp. 130-131**

1. smallpox віспа
2. milkmaid 1) молочниця 2) доярка
3. compulsory 1) примусовий *compulsory labour* — примусова праця 2) обов'язковий *compulsory education* — обов'язкове навчання
4. eradicate 1) виривати з коренем 2) викорінювати; знищувати
5. enrage розлютовувати, дратувати
6. remains 1) залишок, рештки 2) руїни 3) пережитки 4) останки, тлін 5) посмертні твори
7. tempt 1) спокушати, зваблювати 2) випробовувати, перевіряти
8. pile 1. 1) купа, стос; пачка, в'язка, пакунок 2) величезна будівля 3) статок, багатство 4) безліч, велика кількість 5) батарея 6) ядерний реактор (*atomic pile*) 7) рушнична піраміда
9. dig 1. (і dug) 1) копати, рити *to dig oneself in* — окопуватися 2) відкопувати, розшукувати 2. 1) удар; штовхан 2) уїдлива насмішка 3) розкопки
10. falsehood брехня; віроломство; фальш
11. face value номінальна вартість; номінал
12. tomb 1) гробниця; склеп 2) могила 3) надгробний пам'ятник
13. baffle 1. дросель; відбивна перегородка; глушник, глушитель; уповільнювач тяги 2. 1) розстроювати, руйнувати (плани, розрахунки); перешкоджати, заважати 2) ставити в безвихідь; збивати з пуття 3) даремно боротися (намагатися) 4) відводити (зміняти) течію
14. plunge 1. 1) пірнання 2) занурення •• *to take the plunge* — зробити рішучий крок 2. 1) пірнати 2) поринати; занурювати(ся) 3) кидатися, вриватися (into) 4) кинутися вперед (про коня) 5) азартно грати; заборгувати

**WRITING: NARRATIVES (2)**

1. carve (carved, carved, carven) 1) різати, вирізувати (з дерева, кістки - **out, of, in, on**); гравірувати; витісувати, висікати (з каменю) 2) ділити, дробити (carve up) 3) різати; нарізувати (м'ясо за столом) 4) розрізати, розбирати (тушу) *to carve one's way* — пробивати собі шлях
2. shutter 1. 1) віконниця; жалюзі *to put up the shutters* — закрити підприємство 2) засувка, заслінка 3) затвор (фотооб'єктива) 2. зачиняти віконниці
3. hideous огидний, бридкий; потворний
4. wicked 1. 1) злий, недобрий; негарний; аморальний; зіпсований 2) грішний, нечестивий *the wicked one* — нечистий, диявол, сатана 3) пустотливий (про дитину) 4) злий, лютий (про звіра) 5) небезпечний, шкідливий (про удар, рану тощо) 6) неприємний, відразливий, гидкий (про запах тощо) 2. (the wickeds) нечестивці
5. I was scared stiff я злякався до смерті
6. downhearted занепалий духом
7. moody 1) що легко піддається змінам настрою 2) смутний, похмурий; в поганому настрої 3) поганої вдачі
8. elated у піднесеному настрої *elated by success* — натхнений (окрилений) успіхом
9. groan 1. стогін 2. стогнати *groan for* — прагнути, жадати (чогось)
10. mumble 1. мимрити, бурмотати, бубоніти 2. бурмотіння
11. peer I 1) пильно вдивлятися, придивлятися (**at, into, through**) *to peer into darkness* — вдивлятися в темряву 2) з'являтися, показуватися, проглядати, визирати (про сонце) *the sun peered through the clouds* — сонце визирнуло з-за хмар II 1. 1) пер, лорд 2) рівня; рівний without peer — незрівнянний 2. робити пером
12. pleased as punch дуже задоволений, радий
13. right as rain (informal) 1) здоровий, в порядку 2) точно
14. memory like a sieve пам’ять як решето

**WORKBOOK**

1. unearth 1) виривати (викопувати) із землі 2) виганяти з нори 3) викривати, розкривати, виявляти
2. lead [led] 1. 1) свинець 2) грифель; графіт 3) лот 4) грузило, висок 5) пломба 6) свинцеві листи для даху; плоский дах 7) шпони 8) свинцевий 2. 1) освинцьовувати, покривати свинцем 2) розділяти шпонами
3. rim 1. 1) обідок, край; обід (колеса) 2) оправа (окулярів) 3) бандаж (обода) 4) водна поверхня 2. служити ободом; облямовувати
4. lightweight 1. 1) людина нижче середньої ваги 2) легка вага 3) несерйозна (поверхова) людина 2. 1) легкий 2) несерйозний, поверховий
5. stagecoach поштова карета, диліжанс
6. knickerbockers бриджі
7. clock up відзначати (пройдений шлях, успіх)
8. hitch 1. 1) посувати, підштовхувати 2) причіплювати(ся) 3) підтягати (часто hitch to, hitch up) 4) прив'язувати, запрягати (коня) 5) шкандибати, кульгати 6) одружуватися 2. 1) поштовх, ривок 2) перешкода, затримка
9. stocking 1) панчоха 2) *stocking cap* — дитяча (спортивна) плетена шапочка
10. badge 1) значок, позначка; кокарда 2) символ, ознака
11. handlebar кермо (велосипеда)
12. crossbar 1) поперечина, розпірка; бугель, хомут 2) планка (для стрибків) , штанга (у футболі)
13. chain 1. 1) ланцюг, ланцюжок; цеп 2) кайдани; пута; узи 3) ланцюговий 2. 1) скріпляти ланцюгом 2) сковувати, заковувати; тримати в кайданах; прив'язувати
14. stand 1) стійка; підставка; підпірка; штатив; консоль 2) столик (журнальний) 3) ларьок, кіоск; прилавок 4) стенд; установка для випробування 5) естрада 6) трибуна (на стадіоні) 7) кафедра 8) місце свідка в суді 9) місце, позиція 10) точка зору 11) стоянка (автомобілів тощо) 12) пост 13) зупинка, пауза 14) місце гастрольних виступів 15) здивування, зніяковіння 16) відстоювання 17) урожай на корені 18) станина
15. spoke 1. 1) спиця (колеса) 2) щабель, східець, сходинка •• *to put a spoke in smb.'s wheel* — вставляти комусь палиці в колеса 2. 1) вставляти спиці (в колесо) 2) гальмувати
16. brake block гальмівна колодка
17. on good authority з достовірних джерел
18. cast 1) кидання, метання; кидок 2) литво 3) форма (для виливки) 4) гіпсовий зліпок 5) підрахунок 6) тип, зразок; *склад cast of mind* — склад розуму 7) розподіл ролей 8) актори, що грають у спектаклі 9) відтінок 10) ризик, ставка, шанс *the last cast* — останній шанс
19. idly 1) ліниво, бездіяльно 2) марно, даремно
20. wearily втомлено
21. creep 1) повзати; плазувати 2) стелитися, витися (про рослини) 3) крастися, підкрадатися (часто з in, into, up) 4) втиратися (в довір'я) 5) здригатися *to make smb.'s flesh creep* — сповнювати когось жахом
22. blaze I 1. 1) полум'я *in a blaze* — у вогні 2) яскраве світло 3) блиск, сяяння; пишнота 4) спалах (вогню, пристрасті) 5) пекло *go to blazes!* — іди до біса! *like blazes* — шалено, нестямно, несамовито 2. 1) горіти яскравим полум'ям; палати, палахкотіти 2) сяяти, блискати, виблискувати 3) кипіти *he was blazing with fury* — він скипів від гніву II оповіщати, широко розголошувати (**about**, **abroad**) III 1. 1) біла пляма на лобі тварини 2) позначка (зарубка) на дереві 2. робити позначки на деревах (відмічати шлях зарубками); прокладати шлях
23. seaweed морська водорість

***Text for translation practice***

**6 Fascinating Periods in Music History**

*In* [*JUST FOR FUN*](https://www.joytunes.com/blog/category/music-fun/)*, January 4, 2016*

Music encompasses culture, art, emotion, and ideology. As society evolves, so does the style and sound of the music, and what emerges is a diverse tapestry that represents the time period in which the music was created as well as the people who created it. Here’s a glance back at some of the most fascinating periods in music history, and how they influenced the music of today.

**Medieval (approx. 400-1400)**

Music at this time was heavily influenced by the growing power the Church began to wield, and notation was reintroduced into the musical repertory, a major distinction from earlier songs. Unfortunately, much of the music of this time was destroyed. We do have several medieval liturgical pieces from Roman Catholic Church. [The Gregorian Chant](https://en.wikipedia.org/wiki/Gregorian_chant) is one of the most famous pieces from this era.Renaissance (approx. 1400-1600)

**Renaissance (approx. 1400-1600)**

The Renaissance era of music introduced a clearer, more voice-centric melody. These songs joined balanced polyphony, and created pieces that people could sing with ease. Chords became more flexible, making pieces easy to adapt according to the style of the artist. Finally, the advent of the printing press made the most significant contribution of all, giving artists and people who were just beginning to learn music new resources to expand their talents and passions.

[Fun fact](http://www.classicfm.com/discover/music/bizarre-composer-facts/bach-and-handel/): John Taylor, an ocular surgeon, botched up the vision of two giant composers, Bach and Handel. Despite this ocular error, both were still musical visionaries!

**Baroque (approx. 1600-1700)**

The Baroque period ushered in a surge of instrumental musical revelry, and secular music became more prevalent than ever before. [Counterpoint](https://www.youtube.com/watch?v=h8BQlvQwLAo) (the use independent, polyphonic melodies) was a strong influencer on the music of this era, giving pieces a richer flavor. Composers also introduced improvisation into their design, and the bass and keyboard allowed for the expansion of possibilities to stretch across all keys.

[Fun fact](http://www.classicfm.com/discover/music/bizarre-composer-facts/wolfgang-amadeus-mozart/): Mozart created some of his most outstanding work on the fly…and hungover!

**Classical (approx. 1700-1810s)**

Harmony really defines the Classical era (aka Western Art Era). Composers brought components together in harmony, creating distinct chords with a melody and accompaniment. Some unforgettable pieces emerged during this era that aren’t comparable with anything that came prior, like Beethoven’s Fifth Symphony, for example. Mozart was notably one of the most influential composers of the time, along with Beethoven and Richter.

[Fun fact](http://www.classicfm.com/discover/music/bizarre-composer-facts/ludwig-van-beethoven/): Beethoven would count out the beans before having a cup of coffee each day.

**Romantic (approx. 1810s-1900)**

As you can imagine, the Romantic period brought an increase of emotion and meaning into the musical art form. From Schumann to Chopin to Wagner, compositions became ever-more complex, as is symbolized by some dramatic pieces like Siegfried by Wagner.

**20th Century (approx. 1900-2000)**

Once the radio was invented, music as we know it changed forever. Other technologies such as recording and reproduction devices, not to mention the television and music videos also influenced the era, bringing music to the masses. With these revolutionary advancements permeating the culture, music flavor, tempo, and form also dramatically transformed and evolved. This is evident by the fact that every decade of the 20th century ushered in a new sound and a new hunger for something different.

Here’s a fabulous medley of the last century in music:

*Music existed since the dawn of time, and it will continue to enrich the lives of humanity forever. Join centuries of musical history by learning to play piano today, and make your own mark on the sands of time.*

<https://www.joytunes.com/blog/music-fun/6-fascinating-periods-in-music-history-and-how-theyve-influenced-the-music-of-today/>

***Vocabulary for the text***

1. encompass [ɪnˈkʌmpəs] 1) оточувати (напр., піклуванням) 2) містити в собі
2. tapestry [ˈtæpɪstri] 1) тканина ручної роботи; гобелен 2) тканина, що імітує гобелен
3. wield [wiːld] володіти, тримати в руках *to wield a formidable pen* — володіти гострим пером (про журналіста, письменника тощо)
4. notation [nəʊˈteɪʃn̩] 1) зображення умовними знаками, нотація *scale of notation* — система числення 2) система позначення 3) запис; примітка
5. chord [kɔːd] 1) струна 2) зв'язка *spinal chord* — спинний мозок 3) хорда 4) акорд 5) гама кольорів
6. advent [ˈædvent] 1) прихід, прибуття 2) (Advent) пришестя 3) (Advent) різдвяний піст
7. ocular [ˈɒkjʊlə] 1. окуляр 2. 1) очний; окулярний 2) наочний *ocular proof* — наочний доказ
8. botch up зіпсувати, напартачити
9. visionary [ˈvɪʒənri] 1. 1) примарний, уявлюваний, уявний; фантастичний 2) схильний до галюцинацій 3) мрійний, мрійливий 4) непрактичний 5) нездійсненний 2. 1) містик; ясновидець; провидець 2) мрійник; фантазер 3) непрактична людина
10. usher [ˈʌʃə] 1. 1) швейцар 2) білетер 3) судовий пристав 4) церемоніймейстер 5) шафер 2. 1) проводити, супроводжувати; вводити 2) оголошувати (про прихід тощо)
11. revelry [ˈrevəlri] 1) гулянка, бенкет 2) гучні веселощі
12. secular [ˈsekjʊlə] 1. 1) мирський, світський *secular interests* — світські інтереси (на противагу церковним) *the secular arm* — цивільна влада, що виконує вироки церковних судів 2) , віковий 3) що відбувається раз на сто років 2. 1) мирянин 2) служитель, що належить до білого духовенства
13. prevalent [ˈprevələnt] 1) поширений 2) переважний
14. counterpoint [ˈkaʊntəpɔɪnt] контрапункт
15. flavor [ˈfleɪvə] 1. = flavour 1) аромат; запах 2) приємний смак; присмак 2. надавати запаху (смаку) (чомусь); приправляти їжу
16. on the fly на льоту
17. hangover [ˈhæŋəʊvə] 1) похмілля 2) пережиток; (минулого)
18. permeate [ˈpɜːmɪeɪt] 1) проникати, проходити крізь, просочувати 2) поширюватися (among, through, into)

UNIT 8

**Learning Lessons (education)**

***Active vocabulary***

**p. 137**

1. alertness 1) пильність, настороженість 2) спритність, жвавість

**The Cyber School**

1. OHP = overhead projector діаскопічний проектор
2. puzzle 1. 1) збентеження; здивування; утруднення 2) питання, що ставить у глухий кут; загадка, головоломка 2. 1) ставити в глухий кут; бентежити; спантеличувати 2) заплутувати, ускладнювати
3. curriculum (curricula) курс навчання, навчальний план, програма (інституту, університету)
4. explore 1) досліджувати, вивчати 2) визначати, з'ясовувати 3) обстежувати; зондувати (рану) 4) розвідувати
5. software 1) засоби програмування 2) програмне забезпечення; комплекс програм *business software* — комерційне програмне забезпечення
6. playground 1) an outdoor area for children's play, esp one having swings, slides, etc., or adjoining a school 2) a place or region particularly popular as a sports or holiday resort 3) a sphere of activity майданчик для гри; спортивний майданчик

**pp. 140-141**

1. climbing frame конструкція для лазання, лазанка
2. tutorial 1. 1) опікунський 2) наставницький 2. 1) консультація, зустріч із керівником 2) період навчання в коледжі
3. sandpit піщаний кар'єр
4. colouring 1) фарбування 2) барвник (*colouring matter*) 3) колорит 4) забарвлення *protective colouring* — захисне забарвлення 5) колір (обличчя, волосся тощо)
5. modeling [molding] clay пластилін
6. detention 1) затримання, арешт *in detention* — під арештом 2) затримка (виплати тощо)
7. PE abbreviation for physical education
8. locker 1) шафка (шухляда) з замком *locker room* — роздягальня (на заводі, стадіоні тощо) 2) рундук 3) відділення холодильника (для зберігання свіжозаморожених продуктів) •• *not a shot in the locker* — ні копійки в кишені
9. boarding school 1) пансіон (закритий навчальний заклад) 2) школа-інтернат
10. public school 1) привілейована приватна середня школа для хлопчиків (в Англії) 2) безплатна середня школа (в США, Австралії, Шотландії)
11. GCSE (in Britain) abbreviation for General Certificate of Secondary Education: a public examination in specified subjects for 16-year-old schoolchildren. It replaced the GCE O-level and CSE атестат про загальну середню освіту
12. NVQ (in Britain) abbreviation for national vocational qualification: a qualification that rewards competence in a specified type of employment державний сертифікат про професійну відповідальність
13. A Level = Advanced Level екзамен по програмі середньої школи другого рівня складності
14. HND (in Britain) abbreviation for Higher National Diploma; a qualification in technical subjects equivalent to an ordinary degree
15. BA abbreviation for 1) Bachelor of Arts 2) British Academy 3) British Airways 4) British Association (for the Advancement of Science)
16. BSc abbreviation for Bachelor of Science
17. with flying colours переможно
18. resit 1) to sit (an examination) again 2) an examination taken again by a person who has not been successful in a previous attempt перездача
19. dismiss відпускати, звільняти; гнати, проганяти; розпускати (збори) *to dismiss the subject* — припиняти обговорення питання to dismiss a thought — відмовлятися від думки *dismissed*! — розійдись! (команда)
20. enrol = enroll 1) вносити до списку; реєструвати 2) приймати (у члени товариства, до інституту тощо) 3) вербувати (на військову службу)
21. catch up підхопити, схопити, догнати
22. fall behind відставати
23. go over 1) переходити (на другий бік) 2) переходити з однієї партії в іншу 3) перечитувати, повторювати
24. keep up підтримувати; продовжувати *keep it up!* — не зупиняйтеся!
25. field trip навчальна екскурсія, практика
26. to get (to learn) by heart вивчити напам'ять
27. make the grade (informal) a) to reach the required standard b) to succeed досягнути успіху
28. in a class of its own unequalled; unparalleled неперевершений, єдиний у своєму роді
29. studious 1) зайнятий наукою 2) старанний, ретельний, дбайливий 3) обдуманий; навмисний 4) удаваний
30. teacher's pet улюбленець вчителя

**p. 142-143**

1. truancy нехтування службою (школою); прогул
2. console I утішати II 1) консоль, кронштейн 2) пульт оператора комп'ютера

**Tom Brown’s Schooldays**

1. corporal punishment тілесне покарання
2. bully I 1. 1) задирака, причепа; хвалько 2) хуліган *a bully is always a coward* — хуліган завжди боягуз 3) сутенер 2. задиратися, чіплятися; залякувати II першорядний, чудовий *bully for you!* — молодець! браво!
3. expend витрачати (на - **on**, **in**)
4. unfortunate 1. 1) нещасний; нещасливий 2) невдалий 2. бідолаха, сіромаха; невдаха
5. amusement розвага, забава
6. mischievous 1) злий, злісний; зловмисний 2) пустотливий, неслухняний (про дитину) 3) шкідливий
7. reckless 1) нерозсудливий, необачний 2) що нехтує (чимсь) 3) сміливий, відчайдушний
8. specimen 1) зразок, взірець; екземпляр 2) суб'єкт, тип *a queer specimen* — дивак 3) пробний *specimen page* — пробна сторінка
9. shove 1) штовхати(ся) 2) совати, засовувати 3) усучити, накинути (комусь - **onto**)
10. fall away кидати, відступатися (про прихильників, друзів)
11. cease 1. 1) переставати; припиняти(ся) 2) зупиняти, припиняти (часто з герундієм) *to cease talking* — замовкнути *cease fire!* — припинити стрілянину! *to cease payment* — припинити платежі; збанкрутувати 2. припинення; перерва *without cease* — безперестанку, невпинно, безупинно *to work without cease* — працювати, не покладаючи рук
12. shudder здригатися, труситися
13. wrath гнів, лють; глибоке обурення
14. boil over перекипати, збігати через край; скипіти від обурення
15. blow 1) удар, стусан *at a blow, at one blow* — одним ударом, відразу *to come to blows* — вступити у бій (у бійку), дійти до рукопашної *to deal [to strike, to deliver] a blow* — завдати удару *to strike a blow for* — допомагати *to strike a blow against* — протидіяти 2) лихо, нещастя, удар
16. provocation 1) виклик; спонука; підбурювання 2) провокація 3) роздратування

**p. 146-147**

1. mow I 1. (mowed; mowed, mown) 1) косити; жати 2) скиртувати 2. 1) скирта, стіг 2) сінник II 1. гримаса; кривляння 2. кривлятися
2. acknowledgement = acknowledgment 1) визнання 2) підтвердження; повідомлення про одержання; розписка 3) вдячність 4) офіційна заява
3. unacceptable 1) неприйнятний; неприпустимий 2) неприємний, небажаний
4. batch 1) кількість хліба, що випікається за один раз, повна піч хліба 2) група, купа, купка 3) пачка, пака *batch of books* — пачка книг *batch of workmen* — група робітників *of the same batch* — того ж ґатунку
5. unmerited незаслужений
6. recital 1) переказ, виклад 2) сольний концерт; концерт із творів одного композитора 3) докладний перелік фактів; розповідь, опис 4) декларативна частина (документа)

**Writing**

1. sorely 1) глибоко, тяжко 2) дуже
2. greenery 1) зелень, рослинність 2) оранжерея
3. conserve 1. зберігати; консервувати 2. консервовані зацукровані фрукти; варення, джем

**Workbook**

1. bucket 1. 1) відро; цебер 2) черпак, ківш (землечерпалки тощо); грейфер 3) підйомна кліть, колиска 4) поршень насоса *to give the bucket* — звільняти з роботи *to kick the bucket* — вмерти, дуба дати 2. 1) черпати 2) гнати коня з усієї сили 3) нести, скакати, басувати (про коня) 4) погано веслуватиу
2. spade I 1. 1) лопата, заступ 2) сошник гармати •• *to call a spade a spade* — називати речі своїми іменами 2. копати лопатою II вино, піки *ace of spades* — виновий (піковий) туз
3. commend 1) хвалити; рекомендувати 2) приваблювати 3) доручати 4) передавати привіт
4. eligible 1) підхожий, придатний, бажаний 2) що може бути обраний (*for) eligible for membership* — що має право бути членом
5. heir спадкоємець; наступник
6. cater for постачати
7. trustworthiness достовірність, надійність
8. enquiry = inquiry 1) довідка *to make inquiries* — запитувати, довідуватися *inquiry office* — довідкове бюро 2) питання; запитання; запит 3) розслідування 4) попит (на товари) 5) дослідження
9. resent обурюватися, ображатися
10. dump I 1. 1) скидати, звалювати 2) вивантажувати; перекидати (вагонетку) 3) складати (в купу) 4) упускати з шумом 5) збувати товари за демпінговими цінами 2. 1) звалище, купа мотлоху; смітник 2) тимчасовий польовий склад 3) насип; штабель вугілля (руди) 4) відвал; купа шлаку 5) глухий звук падіння II 1) свинцевий кружок; фішка 2) дрібна монета; гроші *not worth a dump* — ламаного гроша (шеляга) не вартий
11. nursery school дитячий садок

**Self-Assessment Module 4**

1. tonsil мигдалеподібна залоза
2. roughly 1) грубо 2) зневажливо; неввічливо 3) нерівно 4) бурхливо, різко 5) приблизно
3. spear 1. 1) спис; дротик 2) гарпун; остень 3) паросток, пагонець; стрілка *spear side* — чоловіча лінія (роду) 2. 1) проколювати списом 2) бити остенем (рибу) 3) піти в (викидати) стрілку
4. bow I 1. 1) кланятися 2) гнути(ся), згинати(ся), загинати(ся) 3) підкорятися 4) схилятися 2. поклін, уклін II 1) дуга 2) лук 3) смичок 4) бант 5) райдуга, веселка 6) арка III ніс (корабля тощо)
5. charcoal 1. 1) деревне вугілля 2) рашкуль, вугільний олівець 3) малюнок вугільним олівцем 2. 1) відмічати 2) малювати вугільним олівцем
6. outline 1. 1) обрис, контур; абрис 2) нарис; ескіз 3) схема, план; конспект 4) основи; основні принципи 5) контурний *an outline map* — контурна мапа (карта)
7. vigorous сильний, енергійний *vigorous protest* — енергійний протест
8. pelt I 1. 1) кидати (у когось); закидати (камінням, брудом); обстрілювати 2) стукати, барабанити (про дощ, град); лити (про дощ) 3) поспішати; кинутися, ринутися 2. 1) кидання, шпурляння 2) сильний удар *at full pelt* — на повний хід II 1) шкура; шкіра 2) людська шкіра
9. protrusion 1) висовування, випинання 2) виступ
10. constellation 1) сузір'я 2) плеяда
11. solstice сонцестояння
12. alter змінювати(ся), переробляти *to alter one's mind* — передумати, прийняти інше рішення
13. brush 1. 1) щітка 2) пензель 3) чагарник, кущі 4) хвіст (лисиці) 5) садно 6) сутичка 2. 1) чистити щіткою 2) зачісувати (волосся) 3) зачіпати мимохідь

***Text for translation practice***

**THE MYSTERIOUS ORIGINS OF PUNCTUATION**

Commas, semicolons and question marks are so commonplace it seems as if they were always there – but that’s not the case. Keith Houston explains their history.

*By Keith Houston 2 September 2015*

As readers and writers, we’re intimately familiar with the dots, strokes and dashes that punctuate the written word. The comma, colon, semicolon and their siblings are integral parts of writing, pointing out grammatical structures and helping us transform letters into spoken words or mental images. We would be lost without them (or, at the very least, extremely confused), and yet the earliest readers and writers managed without it for thousands of years. What changed their minds?

In the 3rd Century BCE, in the Hellenic Egyptian city of Alexandria, a librarian named Aristophanes had had enough. He was chief of staff at the city’s famous library, home to hundreds of thousands of scrolls, which were all frustratingly time-consuming to read. For as long as anyone could remember, the Greeks had written their texts so that their letters ran together withnospacesorpunctuation and without any distinction between lowercase and capitals. It was up to the reader to pick their way through this unforgiving mass of letters to discover where each word or sentence ended and the next began.

Yet the lack of punctuation and word spaces was not seen as a problem. In early democracies such as Greece and Rome, where elected officials debated to promote their points of view, eloquent and persuasive speech was considered more important than written language and readers fully expected that they would have to pore over a scroll before reciting it in public. To be able to understand a text on a first reading was unheard of: when asked to read aloud from an unfamiliar document, a 2nd Century writer named Aulus Gellius protested that he would mangle its meaning and emphasise its words incorrectly. (When a bystander stepped in to read the document instead, he did just that.)

**Joining the dots**

Aristophanes’ breakthrough was to suggest that readers could annotate their documents, relieving the unbroken stream of text with dots of ink aligned with the middle (·), bottom (.) or top (·) of each line. His ‘subordinate’, ‘intermediate’ and ‘full’ points corresponded to the pauses of increasing length that a practised reader would habitually insert between formal units of speech called the comma, colon and periodos. This was not quite punctuation as we know it – Aristophanes saw his marks as representing simple pauses rather than grammatical boundaries – but the seed had been planted.

Unfortunately, not everyone was convinced of the value of this new invention. When the Romans overtook the Greeks as the preeminent empire-builders of the ancient world, they abandoned Aristophanes’ system of dots without a second thought. Cicero, for example, one of Rome’s most famous public speakers, told his rapt audiences that the end of a sentence “ought to be determined not by the speaker’s pausing for breath, or by a stroke interposed by a copyist, but by the constraint of the rhythm”.

And though the Romans had experimented for a while with separating·words·with·dots, by the second century CE they had abandoned that too. The cult of public speaking was a strong one, to the extent that all reading was done aloud: most scholars agree that the Greeks and Romans got round their lack of punctuation by murmuring aloud as they read through texts of all kinds.

**Writing comes of age**

It was the rise of a quite different kind of cult that resuscitated Aristophanes’ foray into punctuation. As the Roman Empire crumbled in the 4th and 5th Centuries, Rome’s pagans found themselves fighting a losing battle against a new religion called Christianity. Whereas pagans had always passed along their traditions and culture by word of mouth, Christians preferred to write down their psalms and gospels to better spread the word of God. Books became an integral part of the Christian identity, acquiring decorative letters and paragraph marks (Γ, ¢, 7, ¶ and others), and many were lavishly illustrated with gold leaf and intricate paintings.

As it spread across Europe, Christianity embraced writing and rejuvenated punctuation. In the 6th Century, Christian writers began to punctuate their own works long before readers got their hands on them in order to protect their original meaning. Later, in the 7th Century, Isidore of Seville (first an archbishop and later beatified to become a saint, though sadly not for his services to punctuation) described an updated version of Aristophanes’ system in which he rearranged the dots in order of height to indicate short (.), medium (·) and long (·) pauses respectively.

Moreover, Isidore explicitly connected punctuation with meaning for the first time: the re-christened subdistinctio, or low point (.), no longer marked a simple pause but was rather the signpost of a grammatical comma, while the high point, or distinctio finalis (·), stood for the end of a sentence. Spaces between words appeared soon after this, an invention of Irish and Scottish monks tired of prying apart unfamiliar Latin words. And towards the end of the 8th Century, in the nascent country of Germany, the famed king Charlemagne ordered a monk named Alcuin to devise a unified alphabet of letters that could be read by all his far-flung subjects, thus creating what we now know as lowercase letters. Writing had come of age, and punctuation was an indispensable part of it.

**Cutting a dash**

With Aristophanes’ little dots now commonplace, writers began to expand on them. Some borrowed from musical notation, inspired by Gregorian chants to create new marks like the punctus versus (a medieval ringer for the semicolon used to terminate a sentence) and the punctus elevatus (an upside-down ‘;’ that evolved into the modern colon) that suggested changes in tone as well as grammatical meaning. Another new mark, an ancestor of the question mark called the punctus interrogativus, was used to punctuate questions and to convey a rising inflection at the same time (The related exclamation mark came later, during the 15th Century.)

The three dots that had spawned punctuation in the first place inevitably suffered as a result. As other, more specific symbols were created, the distinction between low, medium and high points grew indistinct until all that was left was a simple point that could be placed anywhere on the line to indicate a pause of indeterminate length – a muddied mixture of the comma, colon and full stop. The humble dot was put under pressure on another front, too, when a 12th Century Italian writer named Boncompagno da Signa proposed an entirely new system of punctuation comprising only two marks: a slash (/) represented a pause while a dash (—) terminated sentences. The fate of da Signa’s dash is murky – it may or may not be the ancestor of the parenthetical dash, like those that surround these words – but the slash, or virgula suspensiva, was an unequivocal success. It was compact and visually distinctive, and it soon began to edge out the last holdouts of Aristophanes’s system as a general-purpose comma or pause.

This, then, was the state of punctuation at the height of the Renaissance: a mixture of ancient Greek dots; colons, question marks, and other marks descended from medieval symbols; and a few latecomers such as the slash and dash. By now writers were pretty comfortable with the way things stood, which was fortunate, really, because when printing arrived in the mid-1450s, with the publication of Johannes Gutenberg’s 42-line Bible, punctuation found itself unexpectedly frozen in time. Within 50 years, the majority of the symbols we use today were cast firmly in lead, never to change again: Boncompagno da Signa’s slash dropped to the baseline and gained a slight curve to become the modern comma, inheriting its old Greek name as it did so; the semicolon and the exclamation mark joined the colon and the question mark; and Aristophanes’s dot got one last hurrah as the full stop. After that the evolution of punctuation marks stopped dead, stymied by the standardisation imposed by the printing press.

It is only now, with computers more widespread than printing presses ever were, that punctuation is again showing signs of life. The average 15th Century writer would have little difficulty in identifying the marks of punctuation that grace the computer keyboard, but they might be a little more surprised by the emoticons and emoji that have joined them on our screens. Punctuation, it turns out, is not dead; it was just waiting for the next technological bandwagon on which to leap. Now we’ve found it, it’s up to us readers and writers once more to decide how we’re going to punctuate our words for the next 2,000 years.

<http://www.bbc.com/culture/story/20150902-the-mysterious-origins-of-punctuation>

***Vocabulary for the text***

1. semicolons [ˌsemɪˈkəʊlənz] крапка з комою
2. commonplace [ˈkɒmənpleɪs] 1. загальне місце; банальність 2. банальний, заяложений
3. intimate I [ˈɪntɪmeɪt] 1. 1) внутрішній; потаємний 2) інтимний; особистий 3) близький, тісний
4. punctuate [ˈpʌŋktʃʊeɪt] 1) ставити розділові знаки 2) переривати, перемежовувати 3) підкреслювати, акцентувати
5. colon [ˈkəʊlən] двокрапка
6. BCE abbreviation for Before Common Era (used, esp by non-Christians, in numbering years BC)
7. scroll [skrəʊl] 1. 1) сувій (пергаменту)
8. frustration [frʌˈstreɪʃn̩] 1) розлад (планів), крах (надій) 2) розчарування; фрустрація; невіра у свої сили
9. lower case a compositor's type case, in which the small letters are kept малі літери
10. eloquent [ˈeləkwənt] 1) красномовний, промовистий 2) виразний
11. зариватися в свої книги — to pore over one's books
12. mangle [ˈmæŋɡl̩] 1) рубати, шматувати 2) калічити 3) спотворювати, перекручувати (текст тощо)
13. bystander [ˈbaɪstændə] свідок, глядач, очевидець
14. align [əˈlaɪn] 1) вишиковувати(ся); шикувати(ся); ставити в ряд, вирівнювати 2) націлювати, наводити 3) випрямляти
15. boundary [ˈbaʊndri] 1) границя, межа; кордон 2) прикордонний
16. preeminent [priˈemənənt] видатний; що перевершує інших
17. abandon [əˈbændən] 1. 1) відмовлятися від 2) кидати, залишати
18. rapt [ræpt] 1) захоплений 2) занурений (у думки тощо); зосереджений 3) викрадений 4) взятий живим на небо
19. constraint [kənˈstreɪnt] 1) примус 2) ніяковість; незручність 3) скованість, напруженість
20. cult [kʌlt] 1) культ, поклоніння 2) віросповідання
21. murmur [ˈmɜːmə]. 1) дзюрчати 2) шелестіти 3) шепотіти 4) дзижчати 5) ремствувати (на когось, щось - at, against)
22. resuscitate [rɪˈsʌsɪteɪt] 1) воскрешати, оживляти; приводити до пам'яті 2) воскресати, оживати; приходити до пам'яті
23. foray [ˈfɒreɪ] 1. наскок; напад
24. crumble [ˈkrʌmbl̩] кришити(ся); роздроблювати(ся); розвалюватися, розпадатися; обсипатися
25. pagan [ˈpeɪɡən] 1. язичницький 2. 1) язичник 2) атеїст, невіруючий
26. gospel [ˈɡɒspl̩] Євангеліє, вчення
27. lavish [ˈlævɪʃ] 1. 1) марнотратний; щедрий (**of, in**) 2) рясний, багатий, буйний 2. бути щедрим, щедро сипати (розсипати)
28. intricate [ˈɪntrɪkət] заплутаний, складний; скрутний
29. rejuvenate [riːˈdʒuːvəneɪt] омолоджувати(ся)
30. beatify [biˈætɪfaɪ] 1) робити щасливим 2) канонізувати
31. respectively [rɪˈspektɪvli] 1) стосовно кожного зокрема 2) відповідно, у вказаному порядку
32. explicit [ɪkˈsplɪsɪt] 1) точний; ясний; детальний 2) певний; чітко висловлений
33. signpost [ˈsaɪnpəʊst] дороговказ
34. pry I [praɪ] 1. цікавість, допитливість 2. цікавий, допитливий 3. 1) підглядати 2) оглядати з надмірною цікавістю; цікавитися 3) совати носа (в чужі справи; pry **into**)
35. nascent [næsnt] 1) що народжується (виникає) 2) незрілий, недостиглий 3) що перебуває у стадії виникнення
36. famed [feɪmd] відомий, знаменитий; славетний
37. far-flung [fɑː ˈflʌŋ] що широко простягнувся; просторий, широкий
38. subject 1. [sʌbˈdʒekt] 1) підкорений, залежний, підвладний 2) схильний до (to) 3) що підлягає (**to**) 2. 1) тема; предмет розмови; сюжет 2) привід (до чогось - **for**) 3) об'єкт, предмет (**of**) 4) предмет, дисципліна 5) підданий 6) суб'єкт, людина 7) підмет 8) суб'єкт 9) головна тема 10) труп (для розтину в анатомічному театрі)
39. indispensable [ˌɪndɪˈspensəbl̩] 1) необхідний, дуже потрібний (**to, for**) 2) обов'язковий, що не припускає ніяких винятків (про закон, правило)
40. to come of age — досягти повноліття
41. notation [nəʊˈteɪʃn̩] 1) зображення умовними знаками, нотація 2) система позначення 3) запис; примітка
42. chant [tʃɑːnt] 1. 1) пісня 2) монотонний спів
43. ringer [ˈrɪŋə] 1) той, хто дзвонить 2) чудова річ; знавець своєї справи 3) людина, яка незаконно голосує кілька разів 4) точна копія (когось)
44. terminate [ˈtɜːmɪneɪt] 1) завершити; покласти край 2) кінчати(ся), завершувати(ся) 3) обмежувати
45. tone [təʊn] 1. 1) тон 2) тон, вираз; характер, стиль 3) загальна атмосфера, оточення 4) інтонація, модуляція (голосу) 5) настрій 6) тонус 7) градація тонів
46. inflexion [ɪnˈflekʃn̩] 1) згинання, згин 2) флексія 3) модуляція
47. spawn [spɔːn] 1. 1) ікра (риб'яча) 2) породження, витвір; виродок 3) грибниця, міцелій 2. 1) метати ікру, нереститися 2) розмножуватися; плодитися (про людей) 3) породжувати, викликати (щось)
48. muddy [ˈmʌdi] 1. 1) брудний, забруднений 2) каламутний; мутний 3) нечистий (про шкіру) 4) хрипкий (про голос) 5) помутнілий (про розум)
49. humble [ˈhʌmbl̩] 1. 1) скромний 2) простий, бідний 3) покірливий; смирний
50. murky [ˈmɜːki] 1) темний, похмурий 2) хмарний; туманний
51. parenthetic [ˌpærənˈθetɪk] = parenthetical 1) вставний; взятий в дужки 2) багатий на вставні речення 3) вставлений мимохідь 4) клишоногий
52. unequivocal [ˌʌnɪˈkwɪvəkl̩] недвозначний, певний, ясний
53. descend [dɪˈsend] 1) спускатися; сходити (вниз); знижуватися 2) походити 3) діставати в спадщину, успадковувати 4) занепадати (морально) 5) нападати, накидатися
54. lead [liːd] 1. 1) керівництво; ініціатива 2) приклад 3) вказівка, директива 4) перше місце в змаганні 5) головна роль; виконавець (виконавиця) головної ролі 6) перший хід (у грі) 7) хід
55. baseline [ˈbeɪslaɪn] 1) основна лінія 2) задня лінія майданчика
56. hurrah [hʊˈrɑː] ура
57. stymie [ˈstaɪmi] ставити в безвихідь, загнати в кут
58. grace [ɡreɪs]1) прикрашати 2) удостоювати; нагороджувати; надавати (титул тощо)
59. bandwagon [ˈbændˌwæɡən] a wagon, usually high and brightly coloured, for carrying the band in a parade

UNIT 9

**Planet Issues (environmental issues)**

***Active vocabulary***

**p. 159**

1. toxic waste токсичні відходи
2. recycling scheme схема утилізації

**The Antarctic: Key to Planet Earth**

1. fossil 1. скам'янілість; викопна тварина 2. 1) скам'янілий, викопний 2) старомодний, допотопний
2. ultimate 1) найвіддаленіший 2) останній, кінцевий 3) первинний, первісний; основний 4) максимальний; граничний *ultimate load* — максимальне навантаження
3. evolve 1) розвивати(ся); еволюціонувати 2) розгортати(ся) 3) виділяти (гази, запах)
4. crucial 1) вирішальний, критичний *crucial period* — критичний період 2) хрестоподібний
5. sediment 1) осад, гуща (на дні) 2) осадочна порода
6. whale I 1. 1) кит *bull whale* — кит-самець *cow whale* — самиця кита 2) *a whale of* — щось велетенське (численне, дуже хороше) *a whale of a story* — чудове оповідання 3) *a whale on [at]* — майстер своєї справи; знавець; мастак *he is a whale on [at] history* — він знавець історії •• *very like a whale* — ну звісно!, так і повірю! 2. бити китів II бити, шмагати
7. seal 1) тюлень 2) котикове хутро 2. полювати на тюленів (котиків)
8. regulation 1) регулювання 2) правило 3) статут; інструкція; обов'язкові постанови 4) встановлений *regulation speed* — дозволена швидкість *of the regulation size* — належного розміру
9. breed 1. (і bred) 1) породжувати *to breed dissensions* — породжувати незгоду 2) виводити; розводити (худобу, птицю тощо) 3) викохувати, вигодовувати 4) висиджувати (пташенят) 2. 1) порода; плем'я 2) виводок 3) покоління
10. delicacy 1) делікатність; ніжність (кольорів) ; чулість; витонченість; чутливість (приладів) ; такт, тактовність 2) делікатес, ласощі
11. squid кальмар
12. krill криль (маленькі рачки)
13. shrimp 1. 1) креветка 2) малятко, крихітка 3) нікчема 2. ловити креветок
14. entangle 1) вплутувати 2) заплутувати 3) піймати в пастку
15. dump. 1) скидати, звалювати 2) вивантажувати; перекидати (вагонетку) 3) складати (в купу) 4) упускати з шумом 5) збувати товари за демпінговими цінами
16. sewage стічні води
17. dispose 1) розташовувати, розміщувати, розставляти 2) схиляти (когось) *I am disposed to think* — я схильний гадати (думати) *to dispose of smth.* — розпоряджатися чимсь; збуватися чогось

**pp. 162-163**

1. fossil fuel викопне паливо
2. biodegradable (of waste products, packaging materials, etc.) capable of being decomposed chemically or biologically розкладається природнім шляхом
3. bottle bank пункт прийому пляшок
4. reserve 1) запас, резерв 2) застереження; умова *without reserve* — беззастережно, цілком 3) обмеження; стриманість; обережність 4) замовчування 5) заповідник 6) запасний гравець 7) резервний фонд 8) запасний, резервний
5. natural habitat природне середовище
6. drastic 1) сильнодійний (про ліки, засіб) 2) рішучий, крутий, суворий (про заходи) *drastic alterations, drastic changes* — докорінні зміни
7. humpback 1) горб 2) горбань
8. devastation 1) спустошення, розорення 2) розтрата майна особою, якій воно доручено
9. destruction 1) руйнування, знищення 2) причина загибелі
10. halt I 1) вагатися 2) затинатися, запинатися 3) кульгати II 1. 1) привал, відпочинок 2) зупинка *to come to a halt* — зупинитися 3) полустанок; платформа 2. робити привал; зупиняти(ся) 3. стій! (команда)
11. starvation 1) голод; голодування 2) голодна смерть
12. famine голод
13. residue 1) залишок 2) спадщина без боргів і податків 3) осад; речовина, що залишилася після згоряння (випарювання)
14. landfill сміття з ґрунтовою засипкою; звалище; санітарне звалище
15. contaminate 1) забруднювати; псувати 2) заражати 3) оскверняти; спотворювати
16. deposit 1. 1) відкладати(ся), давати осад 2) покласти в банк, депонувати 3) давати завдаток (заставу) 4) здавати на схов 2. 1) відстій; відклад; наліт; осад 2) вклад у банк *to place money on deposit* — вносити гроші в банк 3) завдаток; застава; внесок; депозит 4) поклад, родовище
17. discard 1. 1) відкидати; залишати; кидати *to discard a habit* — кидати звичку 2) звільняти 2. 1) щось непотрібне (непридатне) 2) брак *to throw into the discard* — викидати як непотрібне
18. take effect вступати в силу, ставати дійсним
19. in the wild – in nature (about animals and plants that are living in nature, rather than being kept "in captivity" by humans in a zoo, a garden, someone's home, etc)
20. in captivity в неволі

**p. 164-165**

1. biome – a major ecological community, extending over a large area and usually characterized by a dominant vegetation біом
2. dusty 1) запорошений, пильний, запилений 2) дуже дрібний; подрібнений 3) нецікавий; сухий •• *not so dusty* — непогано

**Save Our Seeds**

1. advance 1. 1) просуватися вперед; удосконалюватися, робити успіхи 2) рухати(ся) вперед; просувати 3) наступати 4) висувати, вносити (пропозицію) 5) авансувати; позичати 2. 1) просування; успіх; поліпшення; прогрес 2) позика, аванс *in advance* — наперед, заздалегідь *to make advances* — іти назустріч (у чомусь); робити аванси (комусь) 3) наступ 4) авансовий
2. flower 1. 1) квітка 2) цвітіння; розквіт *in flower* — в цвіту *in the flower of one's age* — в розквіті літ 3) цвіт; добірна частина (чогось) 2. 1) цвісти, квітнути 2) прикрашати квітами
3. set up 1) засновувати (допомогти комусь заснувати) підприємство 2) здіймати (галас, крик) 3) вилікувати; поставити на ноги 4) набирати
4. pod 1. 1) стручок 2) лушпиння, лузга, шкірка, шкірочка 3) кокон (шовкопряда) 4) верша (для в'юнів) 5) відокремлюваний вантажний відсік 2. 1) вкриватися стручками 2) лущити (горох і т.п.)
5. vault I 1. 1) склепіння *the vault of heaven* — небесне склепіння 2) підвал, льох, склеп *wine vault* — винний льох *family vault* — родинний склеп 2. будувати (надбудовувати) склепіння II 1. стрибок (через перешкоду, з жердиною тощо) 2. 1) стрибати, перестрибувати 2) вольтижувати
6. alter змінювати(ся), переробляти *to alter one's mind* — передумати, прийняти інше рішення

**p. 168-169**

1. poach 1) займатися браконьєрством, незаконно полювати; вдиратися в чужі володіння 2) втручатися *to poach in other people's business* — втручатися в чужі справи 3) переймати (чужі ідеї) 4) важко ступати; грузнути
2. put out 1) ви ганяти; усувати; прибирати 2) викладати (речі) 3) витягувати (руку); висовувати 4) давати паростки 5) вивихнути 6) гасити (вогонь) 7) заважати (комусь) 8) роздратовувати
3. choke 1. 1) душити 2) душитися (від кашлю); задихатися (від гніву тощо) 3) погасити (вогонь) 2. припадок ядухи
4. outweigh 1) переважати у вазі, бути важчим 2) переважати, бути впливовішим тощо
5. crested grebe чомга, поганка (водоплаваюча пташка)
6. shrub кущ, чагарник

**Writing**

1. attorney повірений; юрист; прокурор *attorney and counsellor-at-law* — адвокат *Attorney General* — генеральний прокурор; міністр юстиції (у США) *district attorney, circuit attorney* — районний прокурор *letter [warrant] of attorney* — доручення *power of attorney* — повноваження *by attorney* — за дорученням, через повіреного
2. cast акторський склад
3. box office hit касовий фільм
4. screenplay сценарій the script for a film, including instructions for sets and camera work
5. scenery 1) театральні декорації 2) пейзаж
6. smash hit супербойовик
7. mist туман; імла, мла; серпанок
8. affectionate ніжний, люблячий *an affectionate farewell* — тепле прощання
9. upbeat радісний, оптимістичний
10. hum 1) дзижчати, гудіти 2) говорити запинаючись, мимрити 3) наспівувати з закритим ротом, мугикати 4) розгортати бурхливу діяльність (в справах і т.п.)

**Workbook**

1. yolk жовток
2. bog 1. болото, трясовина 2. *to be bogged* — загрузнути в болоті
3. peatland торфовище
4. horticulture садівництво
5. nutrient 1. поживний 2. поживна речовина
6. bog moss (another name for peat moss) торф’яний мох, сфагнум
7. carnivorous м'ясоїдний
8. sundew росичка (рослина, що їсть комах)
9. dragonfly бабка (комаха)
10. span 1) п'ядь (= 22,8 см) 2) короткий відрізок (період) часу *life is but a span* — життя - коротка мить 3) коротка відстань 4) довжина моста; ширина ріки; розмах рук і т.п. 5) розмах (крил) 6) прогін (моста); відстань між опорами (арки, склепіння) 7) штаг-корнак; топреп 8) перегін 9) хорда
11. red deer благородний олень
12. otter 1) видра 2) хутро видри 3) риболовна снасть
13. badger 1. борсук 2. цькувати; дражнити
14. bog cotton (another name for cotton grass) пухівка
15. treasure trove знайденный клад
16. harvest 1. 1) жнива; збирання врожаю 2) врожай 2. 1) збирати врожай 2) жати
17. reservation 1) застереження 2) приховування; замовчування, утаєння 3) зберігання в запасі 4) застереження 5) резервування 6) резервація *Indian reservation* — індійська резервація 7) заздалегідь замовлене місце (в готелі, на пароплаві тощо) 8) збереження певного права 9) заповідник (у США і Канаді)
18. game reserve заповідник для полювання

appeal 1. 1) заклик, відозва, звернення (до - **to**) 2) прохання, благання (про - **for**) 3) апеляція; право на апеляцію 4) привабливість 5) потяг (до чогось - **to**)

***Text for translation practice***

**Why Can’t We Live On Mars? Blame The Sun**

Findings from the MAVEN spacecraft suggest solar eruptions helped to destroy Mars' atmosphere

*By* [*Sarah Fecht*](http://www.popsci.com/popsci-authors/sarah-fecht) *Posted November 5, 2015*

Billions of years ago, Mars might have looked a lot like Earth. It had [vast amounts of water on its surface](https://www.nasa.gov/press/2015/march/nasa-research-suggests-mars-once-had-more-water-than-earth-s-arctic-ocean), and it was wrapped in a nice thick atmosphere. Now, after losing 99 percent of its atmosphere, the red planet is cold, dry, and brutal. What kind of cataclysm could cause such a transformation?

To find out, NASA's MAVEN (Mars Atmosphere and Volatile Evolution mission) spacecraft is orbiting the red planet and studying the thin wisps of atmosphere that remain. MAVEN just got to Mars about a year ago, but the spacecraft is already teaching us a lot--enough to fill 49 scientific papers, in fact. Today, 4 MAVEN papers were released in Science, and the other 45 came out in Geophysical Research Letters.

The latest data support the hypothesis that charged particles from the sun--especially those burped out during coronal mass ejections-- helped to lay waste to Mars' atmosphere long ago.

Like a toddler, our young sun was very active and tumultuous. Back then, its roiling surface regularly blasted out huge bursts of gas and magnetic field in coronal mass ejections (CMEs). The charged particles erupting from those CMEs streamed outward toward the planets.

"We know younger stars are more active," David Brain, a space physicist on the MAVEN team, tells Popular Science. "Younger stars have more solar storms, and more intense storms. Mars was probably being bombarded by these storms early in its history."

Lucky for us, Earth's magnetic field repelled the brunt of those particles. Mars wasn't so lucky. Although the planet once had a protective magnetic field, it disintegrated at some point. As a result, the charged particles from the CMEs crashed into Mars' atmosphere like a tsunami wave.

Scientists have long suspected those crashing waves of CME particles might have played a role in degrading Mars' atmosphere. Now, thanks to MAVEN, they can finally estimate how large that role was.

When charged particles from the sun smack into the molecules in Mars' atmosphere, they energize the molecules enough that they can zip away from the planet.

"Mars was probably being bombarded by these storms early in its history."

"What we wanted to do is understand whether the solar storm really made a big dent in the atmosphere," says Brain.

By observing Mars' atmosphere before and after a CME in March, the MAVEN team found that the CME made Mars' atmosphere escape 10 times faster. And this wasn't even a particularly big solar storm.

Nevertheless, "today's solar storms are like windows into what Mars may have been subjected to billions of years ago," says Brain. "A long time ago, when these events were more intense, it might have been the dominant way that Mars was losing its atmosphere."

Meteorite impacts may have also blasted away parts of Mars' atmosphere, while solar wind--the charged particles that regularly stream from the sun--probably eroded the atmosphere more slowly. And it doesn't help that Mars doesn't have a whole lot of gravity to hold onto those atmospheric molecules. But so far, it's still not clear how important each factor was in the Martian cataclysm.

The loss of Mars' protective magnetic field was likely a key factor, but scientists aren't sure how that happened. Perhaps MAVEN, which is also measuring [the remnants of Mars' magnetosphere](http://www.hou.usra.edu/meetings/lpsc2015/pdf/2125.pdf), will turn up clues as to what happened.

Now that we have an estimate for how much damage the Martian atmosphere can suffer from a medium-sized solar storm, the team wants to learn how larger and smaller storms influence the escape rate.

"We want to know how those numbers go up or down as the sun gets more or less active," says Brain. "Once understand how numbers vary, we can really extrapolate back in time."

<http://www.popsci.com/how-did-mars-lose-its-atmosphere>

***Vocabulary for the text***

1. maven [ˈmeıvın] or mavin an expert or connoisseur
2. vast [vɑːst] 1. 1) широкий, безкраїй, просторий 2) численний 3) величезний
3. wrap [ræp] 1. (і wrapped, wrapt) 1) загортати; скручувати; обкутувати 2) огортати; закутувати
4. brutal [ˈbruːtl] 1) брутальний; жорстокий 2) огидний, гидкий
5. volatile [ˈvɒlətaıl] 1) леткий, летючий, що швидко випаровується 2) непостійний, мінливий; невловимий
6. orbit [ɔːbıt] 1. 1) орбіта 2) очна западина 3) розмах, сфера діяльності 2. 1) виводити на орбіту 2) виходити на орбіту 3) обертатися (рухатися) по орбіті
7. wisp [wısp] 1) жмуток, віхоть (соломи, сіна та ін.) 2) щось слабке (нерозвинене, скороминуще) 3) клаптик, обривок
8. coronal [ˈkɒrən(ə)l] 1. 1) корона, вінець 2) вінок 2. вінцевий; коронарний *coronal bone* — лобна кістка *coronal mass ejection* – викиди корональної речовини (на Сонці)
9. ejection [ıˈdʒekʃ(ə)n] 1) виселення; вигнання 2) викидання, виверження (лави тощо) 3) вивержена лава (після вибуху вулкана) 4) випорожнення 5) позбавлення посади 6) катапультування
10. lay [leı] 1. (і laid) 1) класти, покласти (on) ; покладати (надії тощо) 2) повалити; прим'яти (посіви) 3) накривати, стелити 4) накладати (фарбу) 5) класти яйця, нестися 6) приписувати (комусь щось); обвинувачувати 7) доводити до певного стану (становища) to lay a country waste — спустошити країну to lay open [bare] — відкривати, оголювати *to lay one's plans bare* — розкрити свої плани *to lay oneself open to suspicions* — викликати до себе підозру 8) заспокоювати 9) пропонувати парі, битися об заклад
11. toddler [ˈtɒdlə] 1) a young child, usually one between the ages of one and two and a half 2) (modifier) designed or suitable for a toddler
12. tumultuous [tjuːˈmʌltʃʋəs] 1) 1) безладний 2) шумний, буйний 3) недисциплінований 2) збуджений
13. roil [rɔıl] 1) каламутити (воду) ; збовтувати 2) докучати, сердити, роздратовувати
14. blast [blɑːst] 1. 1) сильний порив вітру 2) потік повітря 3) вибух 4) заряд (для вибуху) 5) звук (духового інструмента) 6) згубний вплив 7) шкідник; хвороба (рослин) 8) дуття; форсована тяга 9) повітродувка 2. 1) висаджувати в повітря 2) шкодити, знищувати (рослини, посіви) 3) руйнувати (плани, надії) 4) дути, продувати 5) проклинати
15. space physics астрофізика
16. brunt [brʌnt] 1) головний удар; атака 2) криза
17. repel [rıˈpel] 1) відштовхувати; відганяти; відбивати 2) відкидати; відхиляти 3) викликати відразу (ворожість) 4) перемогти
18. disintegrate [dısˈıntıgreıt] розкладати(ся), розпадатися на складові частини; дезінтегрувати; подрібнювати
19. smack [smæk]1. 1) смак, присмак; запах; домішка 2) трохи їжі; ковток пиття 2. мати домішку (чогось - **of**)
20. zip [zıp] 1. 1) свист кулі 2) тріск тканини (при розриванні) 3) енергія, темперамент 4) = zipper 1) 2. 1) застібати(ся) на блискавку 2) бути енергійним (повним завзяття) 3) промайнути, промчати
21. dent [dent] 1. виїмка, вибоїна; заглиблення; зуб, зубець (зубча(с)того колеса) 2. зазублювати, нарізувати, насікати
22. nevertheless [ˌnevəðəˈles] 1. незважаючи на, однак 2. проте, все-таки; як би там не було
23. erode [ıˈrəʋd] 1) роз'їдати, витравляти (кислотою і т.ін.) 2) поступово руйнувати, зношувати, стирати 3) розмивати, змивати; вивітрювати, еродувати
24. remnant [ˈremnənt] 1) залишок, рештка (їжі) 2) відріз, решта (тканини) 3) слід, пережиток
25. extrapolate [ıkˈstræpəleıt] 1) mathematics to estimate (a value of a function or measurement) beyond the values already known, by the extension of a curve Compare: interpolate 4) 2) to infer (something not known) by using but not strictly deducing from the known facts екстраполювати

UNIT 10

**The Cycle of Life (health, eating habits, stages in life)**

***Active vocabulary***

**p. 175**

1. adolescent 1. юнак; дівчина; підліток 2. юний; юнацький; молодий *adolescent river* — молода ріка
2. juvenile 1. юний, молодий; юнацький *juvenile books* — книжки для юнацтва *juvenile labour* — праця підлітків 2. юнак; підліток

**Living For A Century**

1. lifespan довговічність, тривалість життя
2. grey 1. 1) сірий 2) сивий *to turn grey* — посивіти 3) похмурий 2. 1) сірий колір 2) сивина 3) сутінки
3. exaggerate 1) перебільшувати 2) надмірно підкреслювати
4. longevity довговічність; довголіття
5. intake 1) поглинання, споживання 2) всисання, всмоктування 3) впускний (всисний) пристрій 4) вентиляційна виробка 5) набір, прийом (до навчального закладу, на роботу) 6) обдурювання; обманщик
6. centenarian 1. сторічний, столітній 2. людина ста (й більше) років
7. posture 1. 1) положення; поза; постава 2) стан, настрій 3) становище *the present posture of affairs* — сучасний стан справ 2. 1) позувати 2) ставити в позу

**pp. 178-179**

1. well-to-do багатий, заможний
2. carbohydrate [kɑːbəˈhʌɪdreɪt] вуглевод
3. savoury [ˈseɪv(ə)ri] 1. 1) смачний 2) гострий, пікантний 3) приємний, привабливий 2. гостра закуска
4. greasy [ˈɡriːsi], [ˈɡriːzi] 1) сальний, жирний 2) слизький 3) підлесливий
5. helping 1) допомога 2) порція, шматок (їжі)
6. appetizer 1) те, що збуджує апетит (надає смаку) 2) закуска (перед обідом), аператив
7. gassy [ˈɡæsi] 1) газоподібний 2) повний газу 3) балакучий, пустий
8. bubbly 1. 1) іскристий (про вино) 2) пухирчастий (про скло) 2. шампанське *a glass of [the] bubbly* — склянка шампанського
9. sweet tooth солодкоїжка
10. to be under age бути неповнолітнім
11. prodigy 1) диво, чудо 2) обдарована людина *an infant prodigy* — вундеркінд 3) надзвичайно обдарований *prodigy musician* — чудовий музикант

**p. 180-181**

1. show off 1) показувати у вигідному світлі 2) напускати туману
2. locker 1) шафка (шухляда) з замком *locker room* — роздягальня (на заводі, стадіоні тощо) 2) рундук 3) відділення холодильника (для зберігання свіжозаморожених продуктів) *not a shot in the locker* — ні копійки в кишені
3. compulsory 1) примусовий *compulsory labour* — примусова праця 2) обов'язковий *compulsory education* — обов'язкове навчання

**Little Women**

1. nestle up пригортатися, тулитися
2. inaudibly невиразно, нечутно
3. amiable 1) дружній; люб'язний; доброзичливий 2) милий, привабливий, приємний 3) добродушний
4. accomplishment 1) виконання, завершення, досягнення 2) освіта, освіченість; вихованість; гарні манери; зовнішній лоск 3) благоустрій; впорядкованість
5. wholesome 1) корисний; здоровий; розсудливий 2) безпечний
6. burden I 1. 1) вага; ноша *beast of burden* — в'ючна тварина 2) тягар burden of taxation — податковий тягар 3) тоннаж (судна) 4) накладні витрати 2. 1) обтяжувати 2) навантажувати II 1) приспів, рефрен 2) тема; основна думка, суть *the burden of these remarks* — суть цих зауважень
7. mischief 1) зло, лихо *to make mischief* — сіяти чвари, сварити 2) шкода, збиток 3) дитячі пустощі 4) пустун 5) дідько, біс *what the mischief do you want?* — якого дідька вам треба?
8. fuss 1. 1) суєта, метушня 2) нервовий (збуджений) стан 3) метушлива людина 2. 1) метушитися 2) надокучати 3) хвилюватися через дрібниці 4) сваритися; з'ясовувати
9. resolution 1) рішення; резолюція 2) рішучість, твердість 3) рішення, розв'язання (проблеми) 4) розкладання на складові частини (**into**); аналіз 5) розродження, розсмоктування; припинення запальних явищ 6) розчинення
10. buttonhole 1. 1) петля (для ґудзика) 2) квітка в петельці; бутоньєрка 2. 1) метати петлі 2) тримати за ґудзик, продовжуючи довго говорити *he buttonholed me a quarter of an hour —* він примусив мене слухати його аж чверть години

**p. 184-185**

1. coach I 1) автобус (міжміського сполучення) 2) пасажирський вагон 3) екіпаж, карета 4) поштова карета II 1. 1) репетитор 2) тренер, інструктор 2. 1) вчити, навчати; "натаскувати" перед іспитами 2) тренувати
2. short-cut скорочений, скорочення
3. hectic 1) гарячковий 2) сухотний
4. waistline талія, лінія талії *low waistline* — занижена талія
5. crunchy хрусткий
6. slump 1. 1) різке зниження цін (попиту, інтересу) 2) криза 3) зсув, оповзень 2. 1) різко падати (про ціни, інтерес) 2) важко опускатися (сідати) тощо 3) раптом переставати (ущухати) (про вітер) 4) жбурляти; з шумом зачиняти

**Writing**

1. snorkel 1) трубка (для плавання з маскою під водою) 2) шноркель
2. scuba diving дайвінг, плавання з аквалангом
3. information officer інформатор, представник по звˈязках з громадськістю
4. peanut 1) земляний горіх, арахіс 2) гроші, безцінь *to get smth. for peanuts* — купити щось за безцінь 3) арахісовий *peanut politician* — дрібний (продажний) політикан
5. refreshment 1) відпочинок; підкріплення; відновлення сил 2) закуска; освіжаючий напій 3) *refreshment room* — буфет (на вокзалі тощо)
6. leap 1. 1) стрибок *a leap in the dark* — стрибок у невідомість; ризикована справа *by leaps and bounds* — дуже швидко 2) дислокація 2. (і leapt, leaped) 1) стрибати, скакати; перестрибувати 2) забитися, закалатати (про серце) 3) з радістю погодитися *to leap at a proposal [opportunity, etc.]* — вхопитися за пропозицію (можливість тощо)
7. stumble1. 1) спотикатися 2) затинатися; помилятися *to stumble through a lesson* — відповідати урок затинаючись
8. undergrowth підлісок, памолодь
9. landmark 1) межовий знак, віха 2) береговий знак 3) орієнтир; помітний об'єкт місцевості 4) поворотний момент (в історії)

**Workbook**

1. mend 1. 1) виправляти; латати; лагодити; ремонтувати (дороги тощо) 2) поліпшувати(ся) (про здоров'я) *to mend one's pace* — прискорювати ходу *to mend one's ways* — виправитися 2. 1) заштопана дірка, замазана тріщина тощо 2) поліпшення (здоров'я тощо)
2. recipe [recipe] 1) рецепт 2) засіб; спосіб
3. receipt [rɪˈsiːt] 1. 1) одержання, отримання 2) розписка про одержання; квитанція 3) прибуток 4) рецепт (кулінарний) 5) засіб для лікування 6) спосіб досягнення мети 2. дати розписку про одержання
4. starter перша страва, яку подають, закуски
5. nibble закуска
6. sit up 1) підвестися (сісти) в ліжку 2) не лягати спати; засиджуватися до пізньої ночі 3) сидіти рівно *to make smb. sit up* — 1) загадати комусь важку роботу 2) дати комусь прочухана 3) (раптом) зацікавитися (to sit up and take notice)
7. clockwork 1. годинниковий механізм 2. Точний
8. overall 1. 1) повний, загальний, граничний 2) всеосяжний 2. 1) скрізь, всюди, повсюдно 2) повністю 3. 1) робочий халат; спецодяг 2) широкі робочі штани; комбінезон
9. hit it big досягнути успіху, зірвати куш
10. flare [flɛː] 1. 1) палахкотіти, горіти яскравим нерівним полум'ям 2) яскраво спалахувати (*flare up*) 2. 1) яскраве нерівне світло 2) спалахування; спалах 3) світловий сигнал; сигнальна ракета 4) *flare bomb* — освітлювальна бомба
11. gear 1. 1) механізм, апарат; прилад; пристрій 2) шестірня; привід; зубчаста передача *in gear* — діючий *out of gear* — недіючий, несправний 3) упряж 4) рухоме майно, начиння 5) одяг, вбрання 2. 1) направляти за визначеним планом 2) приводити в рух (механізм) 3) зчіплювати(ся) (про зубці коліс) 4) запрягати
12. Aussie – an informal word for Australian or (rare) Australia
13. bug 1) клоп; блощиця (*bed-bug*) 2) комаха, жук, жучок (невеликий) *big bug* — важна персона, велика цяця, велике цабе 3) технічний дефект 4) безумна ідея; божевілля *to go bugs* — збожеволіти
14. resignation 1) відмовлення від (полишення) посади; відставка 2) заява про відставку 3) покірність, смиренність
15. floating 1) плавальний; плавучий *floating cargo* — морський вантаж *floating light* — плавучий маяк; світловий буй *floating piston* — плаваючий, вільний поршень 2) мінливий, несталий *floating capital* — оборотний капітал *floating debt* — поточний борг *floating kidney* — блукальна нирка
16. hustle 1. 1) штовхати; тіснитися; протовплюватися, проштовхуватися 2) спонукати, примушувати; квапити 3) діяти швидко й енергійно (часто *hustle up*) 2. 1) штовханина 2) енергія; шалена діяльність
17. bustle 1. метушитися, поспішати 2. метушня, сум'яття 3. жвавіше!
18. paddle I 1. 1) байдаркове весло; весло для каное 2) лопать (гребного колеса) 3) затвор (шлюзу) 4) плавець; ласт; плавальна перетинка 2. 1) пливти на байдарці 2) повільно веслувати 3) пересуватися за допомогою гребних коліс II 1) ляпати по воді, хлюпати(ся) 2) перебирати руками (у воді) 3) тюпати (про дитину)
19. swerve [swəːv] 1. відхилятися від прямого шляху; звертати вбік; збочувати 2. відхилення, відхил

**Self-Assessment Module 5**

1. impose 1) оподатковувати; накладати; обкладати (податками, митом і т.п.) 2) нав'язувати щось комусь; обманювати (**on, upon**) 3) імпонувати; справляти сильне враження
2. swarm I 1. 1) рій; зграя; натовп 2) рій бджіл 3) маса, купа 2. 1) роїтися 2) товпитися; юрмитися to *swarm over the position* — масовано прорватися через позицію 3) кишіти (**with**) II лізти, дертися, видиратися (**up**)
3. prey 1. 1) здобич 2) жертва *to fall a prey to smth*. — стати жертвою чогось 2. (prey on, prey upon) 1) ловити здобич, полювати 2) обманювати; вимагати 3) гнітити; мучити *his misfortune preys on his mind* — його нещастя пригнічує його
4. confide 1) довіряти, покладатися (на - **in**) 2) звіряти, доручати 3) признаватися; розповідати по секрету
5. noteworthy вартий уваги, визначний
6. canopy 1. запона; завіса; покров 2. *поет*. небесний купол.
7. marshland болотиста місцевість
8. snout 1) рило; морда (тварини) 2) ніс 3) сопло, мундштук
9. wiggle 1. погойдування, похитування; крутіння, совання 2. погойдувати(ся), похитувати(ся); вертіти(ся), совати(ся)
10. gulp 1. (gulp down) 1) жадібно ковтати 2) давитися 3) стримувати (сльози, гнів) 2. великий ковток; ковтання
11. long-horned beetle жук-олень
12. bark I 1. 1) кора (дерева) 2) хіна (Jesuit's bark) 3) шкіра 2. обдирати кору II 1. 1) гавкати 2) гримати 3) кахикати 2. гавкання III барк (вітрильник)
13. jointed legs зчленовані ноги
14. larva [ˈlɑːvə] (larvae) 1) личинка 2) пуголовок
15. burrow [ˈbʌrəʊ] 1. 1) нора, хід 2) червоточина 3) пуста порода; відвали 2. 1) рити нору (хід) 2) ховатися в нору; жити в норі 3) ритися, копатися (у книжках, архівах; часто burrow into)
16. poison-arrow frog дереволаз
17. secrete 1) ховати 2) виділяти
18. webbed перетинчастий
19. moist 1) вогкий, вологий *moist colours* — акварельні фарби (у тюбиках) 2) дощовий
20. leaf toad чубата жаба
21. vein 1) вена; кровоносна судина 2) жилка (листка) 3) жилка, схильність, нахил 4) настрій *to be in the vein for smth*. — бути в настрої зробити щось *in the same vein* — у тому ж дусі 5) жила

***Text for translation practice***

**Habitual procrastination can lead to heart problems, study suggests**

Something to worry about… tomorrow.

A new study has found that people who are prone to procrastination have a heightened risk of cardiovascular disease and high blood pressure, suggesting that intervention and better awareness could minimise the effects.

A growing body of research has shown that personality traits can have an adverse effect on health, so a team led by psychologist Fuschia M. Sirois from Bishop's University in Quebec, Canada, wanted to see if procrastination could be bad for your health. [Previous studies](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25804373?dopt=Abstract) have already suggested that procrastination is linked to a range of stress-related health problems, including headaches, digestive issues, colds and flus, and insomnia, plus those who do it often self-report poor health, but they wanted to see if longer-term health effects were also associated with the trait.

[The team defined procrastination](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25804373?dopt=Abstract) as a personality trait - and not just an annoying habit - when unnecessary delay and avoidance becomes someone's frequent response to tough or tedious tasks that lack an immediate reward. "Supporting this view of procrastination as a relatively stable trait, behaviour-genetics research with over 300 same-sex twin pairs has demonstrated that procrastination, as measured with the General Procrastination Scale, has a moderate degree of heritability (46 percent), and is distinct at the phenotypic level from a related trait, impulsivity," [they write in the *Journal of Behavioural Medicine.*](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25804373?dopt=Abstract)

To test its effect, the researchers gathered 980 volunteers, splitting them into ‘healthy’ and those with hypertension and/or cardiovascular disease. After quizzing them on their basic demographics and medical history, they were asked to complete what’s known as Lay’s General Procrastination scale, which is a widely used measure of procrastination as a personality trait, that tests a person’s level of procrastination in a series of hypothetical scenarios. Responses such as "I am continually saying I’ll do it tomorrow" and "In preparing for some deadlines, I often waste time by doing other things" are scored to assess a person’s tendency to delay the completion of important tasks.

Having assessed the results, the team found a link between those who procrastinate habitually, and those who have been diagnosed with heart conditions. They say a better understanding of the link could help health practitioners work with those who have the trait, making them more self-aware of the behaviours that could lead to health risks and suggesting ways to mitigate their effects. "The question of causality aside, the present findings are the first to suggest that trait procrastination may be a vulnerability factor for hypertension and cardiovascular disease by demonstrating a link between trait procrastination,” they conclude.

The question of why this trait could be linked to health problems wasn’t discussed, [but Melissa Dahl at NYMag has some suggestions:](http://nymag.com/scienceofus/2015/03/procrastination-is-not-great-for-your-heart.html)

*"People who are habitual procrastinators may be likely to put off dreary chores like exercising or eating healthily, and the avoidance of these can of course lead to chronic health issues, like heart disease.*

*And, as anyone who's ever procrastinated on anything knows, people who put undesirable tasks off still, eventually, have to actually do those tasks - and when they do, they'll be under more stress than necessary, because they've allowed themselves less time to get the thing done. Stress, and its detrimental effect on the body's inflammatory responses, can also contribute to heart disease."*

As someone for whom all of the above sounds about right, I’m gonna rush straight to the gym… right after I do everything that’s more fun first.

<http://www.sciencealert.com/habitual-procrastination-can-lead-to-heart-problems-study-suggests>

***Vocabulary for the text***

1. habitual [həˈbɪtʃʊəl] 1) звичний, звичайний 2) що приохотився, затятий
2. procrastination [prəʊˌkræstɪˈneɪʃn̩] відкладання (із дня на день) ; зволікання
3. prone [prəʊn] 1) що лежить ниць; розпростертий 2) схильний 3) похилистий, пологий
4. trait [treɪt] 1) штрих 2) характерна риса, особливість
5. adverse [ˈædvɜːs] 1) ворожий; шкідливий; несприятливий; протилежний *it is adverse to our interests* — це суперечить нашим інтересам *adverse winds* — супротивні (лобові) вітри 2) що лежить, розташований навпроти
6. tedious [ˈtiːdɪəs] нудний, стомливий
7. hypertension [ˌhaɪpəˈtenʃn̩] підвищений кров'яний тиск, гіпертонія
8. mitigate [ˈmɪtɪɡeɪt] пом'якшувати; послабляти
9. causality [kɔːˈzælɪti] причинність, причинний зв'язок
10. dreary [ˈdrɪəri] 1) похмурий, понурий; нудний 2) сумний
11. detrimental [ˌdetrɪˈmentl̩] 1) збитковий 2) шкідливий
12. inflammatory [ɪnˈflæmətr̩i] 1) збудливий 2) запальний

**REFERENCES**

1. Abby Lingvo Live [Електронний ресурс] – Режим доступу до ресурсу: <https://www.lingvolive.com>
2. Collins Dictionary [Електронний ресурс] – Режим доступу до ресурсу: <https://www.collinsdictionary.com/dictionary/english/>
3. Longman Dictionary of Contemporary English [Електронний ресурс] – Режим доступу до ресурсу: <https://www.ldoceonline.com>
4. Merriam-Webster Dictionary [Електронний ресурс] – Режим доступу до ресурсу: <https://www.merriam-webster.com/dictionary>
5. Oxford Dictionary [Електронний ресурс] – Режим доступу до ресурсу: <https://en.oxforddictionaries.com>
6. Англо-український словник — English-Ukrainian Dictionary. Близько 120000 слів: у 2-х томах / Уклад. М. І. Балла. — Київ: Освіта, 1996. — 1464 с. Онлайн-версія.
7. Англо-український словник: більше 100 000 слів (350 000 варіантів перекладу) /за ред. проф. Гороть Є. І. — Вінниця: Нова Книга, 2006. — 1700 с.
8. Англо-український фразеологічний словник: близько 30 000 фразеологічних виразів / Уклад. К. Т. Баранцев. — Київ: Знання, 2005 . — 1056 с.
9. Українсько-англійський словник: близько 200 000 слів /за ред. проф. Гороть Є. І. — Вінниця: Нова Книга, 2009. — 1040 с.