

Проф. Московского
государственного
педагогического
института
им. В. И. Ленина

Л. А. Дерибас

Безличные предложения

Статья
вторая

БЕЗЛИЧНЫЕ ПРЕДЛОЖЕНИЯ ГЛАГОЛЬНОГО ТИПА

Безличные предложения глагольного типа не однородны по выражаемому значению и имеют несколько структурных разновидностей.

I. Безличные предложения, главный член которых выражен безлично-отрицательной формой *нет* (*не было, не будет*), указывают на отсутствие лица или предмета, выраженного именем существительным в форме родительного падежа: *Людей не интересных в мире нет.* (Евтушенко) Безлично-отрицательные предложения с глагольной формой *нет* обычно строятся по модели: *у кого (где) нет кого (чего).* Например: *У меня нет свободного времени. В природе нет ничего случайного. Было поздно, на улице не было никого.*

Безлично-отрицательные предложения могут иметь соотносительную утвердительную конструкцию, которая представляет собой двусоставное предложение. Сравните: *У меня нет свежей газеты. — У меня есть свежая газета. На свете счастья нет, но есть покой и воля.* (Пушкин)

В безлично-отрицательных предложениях отрицательное слово *нет* может опускаться. В таких случаях перед родительным падежом существительного употребляется частица *ни*, которая усиливает отрицательное значение предложения. Например: *На небе ни облачка.* (Чехов) *На улице ни души.*

Своеобразные фразеологические обороты представляют собой безличные конструкции, главный член которых выражен именем существительным или местоимением в родительном падеже с предлогом *до* и препозитивной частицей *не*. Например: *Сергей занят, ему не до шуток.* Такие безличные предложения указывают на состояние нерасположенности лица к чему-либо (кому-либо). Для выражения прошедшего и будущего времени в этих предложениях употребляются соответствующие формы глагола *быть*: *Иван Петрович очень торопился, ему было не до нас* (то есть 'у него не было времени для общения с нами'). *На следующей неделе я сдаю экзамены. Мне будет не до прогулок* (то есть 'у меня не будет времени гулять').

Задание 1

Ответьте на вопросы отрицательно.

Образец:

У вас есть англо-русский словарь? — К сожалению, у меня нет англо-русского словаря.

а. 1) У вас есть брат? 2) У него есть сестра?
3) У Ирины есть дети? 4) У ваших родителей есть внуки?

б. 1) Сегодня у вас будет лекция по литерату-

ре? 2) У вас уже была контрольная работа по русскому языку? 3) Завтра у вас будет зачёт? 4) В вашей школе есть лингафонный кабинет? 5) В кассе были билеты на этот спектакль? 6) В апреле у вас будут каникулы? 7) В вашем городе есть консерватория? 8) На следующей неделе будет семинар по грамматике?

Задание 2

Скажите, какие из названных предметов у вас есть в данный момент и каких нет.

Образец:

У меня есть учебник русского языка, но нет словаря.

карандаш, ручка, чистая тетрадь, новый учебник русского языка, русско-немецкий словарь, записная книжка, портфель, сумка, чемодан

Задание 3

Скажите, есть ли у вас:

старшая сестра, младший брат, дети (дочь или сын), товарищи по институту, школьные друзья

Задание 4

Скажите, есть ли в вашем городе:

университет, библиотека иностранной литературы, оперный театр, драматический театр, бассейн, стадион, ипподром

Задание 5

Закончите диалоги. В ответной реплике используйте конструкцию *нет (чего)*.

Образец:

— Виктор, ты пойдёшь в кино? (время)

— К сожалению, у меня нет времени.

1) — Андрей, пойдём в театр. (билет)

— С удовольствием бы, но ...

2) — Вера, я советую тебе прочитать статью из журнала «Квант». (журнал)

— К сожалению, но ...

3) — Я не знаю значения этого слова. Надо посмотреть в словаре. (словарь)

— Конечно, но ...

4) — Сергею можно позвонить по телефону? (номер)

— Можно, но ...

5) — Хотите пойти на концерт? (время)

— С удовольствием, но ...

Задание 6

Продолжите диалоги. В ответной реплике уточните, правильно ли вы поняли вопрос, и ответьте на него отрицательно.

Образец:

— Андрей, у тебя, случайно, нет плана Москвы?

— Плана Москвы? К сожалению, нет.

1) Виктор, у тебя, случайно, нет телефона кафедры? 2) Игорь, у тебя нет сегодняшней

газеты? 3) Саша, а у тебя нет лишнего билета в театр? 4) Сергей Иванович, у вас, случайно, нет с собой учебника русского языка? 5) Ирина, у тебя нет англо-русского словаря?

6) Наташа, у тебя, случайно, нет адреса Андрея?

Задание 7

а. Ответьте на вопросы. Обратите внимание на то, что вопросительная конструкция у вас *нет чего* употребляется в подобных случаях для выражения просьбы.

а) Образец:

— У вас нет карандаша?

— Есть. Пожалуйста, возьмите. (или: Пожалуйста.)

— Спасибо. Я сейчас верну.

б) Образец:

— У вас нет карандаша?

— К сожалению, нет.

1) У вас нет сегодняшней газеты? 2) У вас нет двух копеек? Мне нужно позвонить по телефону. 3) У вас нет ручки? 4) У вас нет чистой тетради? 5) У вас нет лишнего билета? (в театр, на спектакль, в кино)

б. Составьте короткие диалоги по образцам, данным в пункте а.

Задание 8

а. В данных диалогах сравните предложения с глаголами *есть—нет* и *хватит — не хватает* (*хватает — не хватает*). Укажите их структурное различие.

1) Вчера у вас была экскурсия? — Вчера у нас не было экскурсии.

2) Завтра у вас будет свободное время? — Завтра у меня не будет свободного времени.

1) У Сергея хватает времени заниматься спортом? — Нет, на это у него, к сожалению, не хватает времени.

2) Вам хватит трёх дней, чтобы подготовиться к экзамену? — Нет, мне не хватит трёх дней, я смогла бы подготовиться за неделю.

б. Составьте предложения с глаголами *есть—нет* и *хватает — не хватает*.

Задание 9

Прочитайте вопросы, обращая внимание на интонацию (ИК-3 с центром на слове *есть*). Ответьте на них. В ответе выразите своё отношение к данному факту, употребляя слова *к сожалению, к счастью, наверное, пожалуй*.

1) У вас есть друзья в этом городе? 2) У Виктора есть наш адрес? 3) У вас есть наш номер телефона? 4) В библиотеке есть новые учебники русского языка? 5) Вам хватит двух

недель, чтобы написать статью? 6) Вам хватит трёх дней, чтобы съездить в Ленинград? 7) Вам достаточно недели, чтобы приготовить доклад?

Задание 10

Объясните, как вы понимаете значение следующих безличных предложений.

1) Ребёнок чувствует себя плохо. Ему не до игры. 2) «Вы прочли эту книгу?» — проговорил он [Лаврецкий]. — «Нет, мне теперь не до книг», — отвечала она [Лиза] и хотела уйти. (Тургенев) 3) Он молчал. Да и всем вообще было не до разговоров: идти было слишком тяжело. (Гаршин) 4) Виктор в самом деле очень торопился, и, по совести говоря, ему было не до нас. 5) Но человек этот молчал. Ему было не до шуток. (Погодин)

II. Безличные предложения, в которых главный член выражен безлично-возвратным глаголом, имеют модальное значение желания — нежелания или обозначают состояние живого существа. Например: *Мне очень хочется повидаться с вами.* (Чехов) *Не хотелось ни спать, ни читать, ни писать.* (Пришвин) *Не спится, няня, здесь так душно.* (Пушкин)

Безлично-возвратные глаголы образуются от некоторых личных глаголов 3-го лица единственного числа настоящего времени или глаголов прошедшего времени среднего рода путём прибавления возвратной частицы **-ся (-сь)**. Например: *хочет* (личный глагол) — *хочется, хотелось* (безлично-возвратный). Предложения с безлично-возвратными глаголами выражают такое состояние, которое возникает у субъекта непроизвольно, помимо его воли и стремления. В таких предложениях обычно употребляется форма дательного падежа существительного или местоимения со значением логического субъекта.

Задание 11

Замените личные предложения безлично-возвратными. Укажите структурные особенности безличных предложений.

Образец:

Я хочу заниматься спортом. — Мне хочется заниматься спортом.

1) Я хочу посмотреть эту картину. 2) Ты хочешь поехать в Крым? 3) Виктор не хочет читать эту книгу. 4) Туристы очень устали, они хотят отдохнуть. 5) Я хотел встретиться с вами. 6) Студенты хотели поехать в экспедицию. 7) Сегодня ночью я совсем не спал. 8) Сегодня он не работал, у него болела голова.

Задание 12

Ответьте на вопросы.

1) Сегодня вам хочется поехать на экскурсию

или погулять в парке? 2) Вам хочется отдыхать на море или в горах? 3) Вам хотелось бы послушать оперу или посмотреть балет? 4) Вам хочется пойти в театр или в кино?

Задание 13

Продолжите диалоги, употребляя безличные предложения типа *не хочется* + инфинитив.

- 1) — Антон, ты хочешь есть?
— Нет, мне...
- 2) — Дети, вам пора спать.
— А нам...
- 3) — Ольга, я хочу купить билеты в театр.
— Сегодня мне...
- 4) — Нина, ты будешь смотреть концерт по телевизору?
— Сейчас мне...
- 5) — Андрей, ты будешь играть в футбол?
— Нет, мне...

Задание 14

Переведите тексты на родной язык. Найдите в литературе на своём родном языке отрывки текста, при переводе которых на русский язык можно было бы употребить безличные предложения.

Я думал, будто я человек с очень сильной волей и твёрдым характером, а оказалось, что я человек безвольный, слабохарактерный. Я решил развивать сильную волю. Для этого я буду делать не то, что хочется, а то, чего вовсе не хочется. Не хочется утром делать зарядку, а я буду делать. Хочется идти играть в футбол, а я не пойду. Хочется прочитать интересную книжку, а я не стану. Начать решил сразу, со следующего дня.

Утром я встал — мне очень не хотелось делать зарядку, но я всё-таки сделал, потом пошёл принимать холодный душ, потому что принимать душ мне тоже не хотелось. (По Н. Носову)

Бабочки тогда только живут, когда им хорошо живётся. Чуть только им плохо: холодно, ветрено, сыро, они впадают в особый сон. И тогда ничего не видят, не слышат, не чувствуют, и всё плохое и неприятное проходит мимо, будто и вовсе его нет. Нет в жизни бабочек дней тяжёлых и пасмурных, только светлые, тёплые, солнечные. Потому-то так беззаботно и весело летают они над лугом. (Сладков)

III. Безличные предложения, главный член которых выражен безличными модальными глаголами *следует, стоит, приходится* + инфинитив, имеют значение долженствования. Например: *Следует позаботиться о пострадавших. Вам стоит подумать, как лучше организовать эту помощь. Сегодня придётся всем задержаться до вечера.* В предложениях этого типа также может употребляться дательный

падеж со значением логического субъекта.

Из безличных предложений со значением необходимости (*следовало, предстояло, пришлось*) значение реализованности действия присуще только глаголу *пришлось*. Сравните: *Мне следовало поехать на конференцию* — поездка была необходимой, но не известно, состоялась ли она. *Мне предстояло поехать на конгресс* — осуществление действия в плане будущего времени представляется реальным, но не известно, осуществилось ли оно действительно. *Чтобы встретиться с коллегами, мне пришлось поехать на конгресс на сутки раньше* — поездка осуществилась. Действие может быть реализовано и в плане будущего времени, например: *пришлось поехать в университет* — *придётся поехать в университет*¹.

Задание 15

Укажите безличные предложения, назовите главный член каждого из них. Обратите внимание на модальное значение безличных глаголов *сбит, следует, приходится*. Сделайте вывод о различиях в значении данных глаголов.

1) Этот фильм хороший, его стоит посмотреть ('надо посмотреть'). 2) Эта книга мне нужна, её следует купить (нужно, необходимо купить). 3) Я живу далеко от университета, мне приходится тратить на дорогу около 40 минут ('я должен тратить на дорогу около 40 минут'). 4) Вчера я вернулся домой поздно, мне пришлось задержаться в университете ('я должен был задержаться, мне необходимо было задержаться', я вынужден был задержаться'). 5) К сожалению, в этом году мне не придётся заниматься иностранным языком, у меня нет свободного времени ('я не смогу заниматься'). 6) Погода была плохая, туристам не удалось дойти до реки ('они хотели дойти, но не смогли'). 7) Вчера мне удалось купить билеты в Большой театр ('посчастливилось купить').

Задание 16

Вместо точек употребите один из данных ниже глаголов. Объясните свой выбор. Укажите, в каких предложениях возможно вариантное употребление данных глаголов.

стоит, следует, приходится, удаётся
1) Это интересная книга, её ... прочитать.
2) Это правило ... запомнить. 3) Студентам ... прочитать статью из журнала, они изучают эту проблему. 4) Выставка очень интересная, её ... посмотреть. 5) У Ивана болела рука, ему ...

¹ Чернова С. В. Предложения с безличной формой глагола и инфинитивом. — Русский язык в национальной школе, 1982, № 4.

остаться дома. 6) Задача была трудная, но мне ... её решить. 7) Ребёнка ... показать врачу. 8) Этот фильм очень хороший, ... посмотреть его.

Задание 17

В упражнении 16 замените, где это возможно, безличные глаголы предикативными наречиями *надо, нужно, необходимо*.

IV. Безличные предложения, в которых главный член выражен безличными глаголами *светает, рассветает, вечерет, смеркает, морозит* и др., обозначают состояние природы. Например: *Уже светало, когда мы вышли из деревни*. В отличие от безличных предложений с предикативными наречиями подобного значения, глагольные предложения указывают на процесс действия. Сравните: *На улице уже темно*. — *На улице уже было темно*.

Безличные предложения, в которых главный член выражен безличными глаголами *знобит, ломит, колет* и др., обозначают состояние лица. Например: *Больного знобит. Ночью у меня сильно ломило руку. Даша остановилась, — едва дышала, кололо сердце*. (А. Н. Толстой) — *Ох, как колет поясницу!* — *простонал Пётр Иванович*. (Гончаров)

Задание 18

а. Переведите предложения на родной язык, затем сделайте обратный перевод с родного языка на русский. Проверьте правильность перевода. 1) Июньские ночи короткие: вечером темнеет в 10 часов, а утром светает в 3 часа. 2) Пора вставать, уже совсем рассветло. 3) Вчера шёл дождь, а сегодня морозит. 4) В марте на улице потеплело, а в апреле снова похолодало. 5) Мне сегодня нездоровится, всю ночь знобило, а сейчас колет сердце.
б. Расскажите о климате своей страны, употребляя безличные предложения.

Задание 19

Ответьте на вопросы. С выделенными словами составьте предложения.

1) Когда **темнеет** в вашем городе зимой? 2) Когда у вас **рассветает** зимой? 3) Когда у вас **рассветает** летом? 4) Где раньше **темнеет** зимой: на юге или на севере? 5) На улице **потеплело** или **морозит**? 6) Как вы себя чувствуете? Вам **нездоровится**?

Задание 20

Составьте предложения со следующими словами.

темнеет—темно, рассветает—светло, потеплело—тепло, похолодало—холодно—морозит

V. В роли главного члена безличного предложения могут употребляться личные глаго-

лы. В одних случаях они почти не изменяют своего лексического значения. Сравните: *Уж таёт снег, бегут ручьи.* (Тютчев) — *На улице уже таёт.* В других случаях, наоборот, проявляется различие в значении глагола в личном и безличном употреблении. Сравните: *Кто-то потянул Ольгу за руку.* — *Меня на езду не тянет.* (А. Островский)

Задание 21



Сравните личные предложения и безличные. Определите структурные особенности безличных предложений.

Личные предложения

- а. 1) Ветер дует в окно.
- 2) За окном всю ночь шумел ветер.
- 3) Лес нам очень понравился.
- 4) Подул ветер, в саду зашумели деревья.
- б. 1) Вода залила дорогу.
- 2) Ветер сдул снег с дороги.
- в. 3) Эти цветы хорошо пахнут.

Безличные предложения

- Отойди от окна, там дует.
За окном всю ночь шумело.
В лесу нам очень понравилось.
Подул ветер, в саду зашумело.

- Водой залило дорогу.
Ветром сдуло снег с дороги.
В саду пахнет цветами.

Задание 22

Замените личные предложения безличными. Обратите внимание, что творительный падеж в данном типе безличных предложений указывает на то, при помощи чего совершается действие.

Образец:

- Ветер сорвал крышу дома. — Ветром сорвало крышу дома.
1) Дождь размыл дорогу. 2) Ветер сдул газету со стола.
3) Вода залила поля.
4) Ветер сдул снег с дороги. 5) Дождь освежил зелень.

Задание 23

Закончите безличные предложения, употребляя существительные из скобок в нужной форме.

- 1) Все небо заволочло (тучи).
- 2) Лодку разбило (волна).
- 3) Дерево сломало (ветер).
- 4) Пахнет (дым).
- 5) От болота тянет (сырость).
- 6) В лесу уже пахло (осень).
- 7) В окно повеяло (прохлада).
- 8) В сухом и чистом воздухе пахнет (сжатая рожь).

Образец: В окно повеяло (весна). — В окно повеяло весною.

VI. Безличные предложения, главный член которых выражен независимым инфинитивом, обозначают действия, которые совершаются как неизбежные или необходимые, желаемые или нежелательные, возможные или невозможные. Например: *Хоть и будет дождь, но уж не зеленеть траве.* (не придётся зеленеть). *Ты веришь, что всё это было?* — *Как же не верить* (как же можно не верить, нужно верить). *Кому мне сказать об этом?* (кому мне нужно сказать, кому я должен сказать).

При главном члене—инфинитиве — для отрицания объекта, места, времени и цели действия могут употребляться отрицательные местоимения и наречия. Например: *Мне некогда отдыхать.* *Жаловаться мне не на кого и не на что: виноват я сам.* (Л. Толстой)

В состав безлично-инфинитивных предложений обычно входит имя существительное в дательном падеже со значением логического субъекта. При отсутствии формы дательного

падежа появляется, как отмечалось, значение обобщённости. Сравните: *Когда мне приходится на работу?* — *Когда приходится на работу?*

Задание 24

Ответьте на вопросы отрицательно, используя безлично-инфинитивные конструкции. Обратите внимание, что инфинитив в данных предложениях употребляется в форме совершенного вида.

Образец:

Вы можете (сможете) перевести этот текст? — Нет, мне не перевести этот текст ('Нет, я не смогу перевести этот текст').

- 1) Вы сможете закончить эту работу завтра?
- 2) Ты можешь правильно написать это слово?
- 3) Дети могут нарисовать этот пейзаж?
- 4) Студенты смогут решить эту задачу?
- 5) Аспирант сможет прочитать эту лекцию?
- 6) Как ты думаешь, он сможет сдать экзамен по иностранному языку?
- 7) Вы можете перевести это письмо с русского языка на немецкий?
- 8) Ты сможешь прочитать эту книгу сегодня?

Задание 25

а. Сравните синонимичные безлично-инфинитивные вопросительные предложения. Обратите внимание, что с помощью частицы *не* передаётся значение сомнения, неуверенности.

Субъекты, испытывающие это состояние, выражаются формой дательного падежа.

- 1) Не пойти ли нам сегодня в театр? Может быть, нам пойти сегодня в театр?
- 2) Не поехать ли мне вечером в библиотеку? Может быть, мне вечером поехать в библиотеку?
- 3) Не послать ли мне домой телеграмму? Может быть, мне послать домой телеграмму?

б. Трансформируйте предложения по образцу.
Образец:

Не взять ли мне билет на самолёт? — Может быть, мне взять билет на самолёт?

- 1) Не позвонить ли мне сейчас домой? 2) Не включить ли нам телевизор? 3) Не спросить ли у Виктора, как решать эту задачу? 4) Не поехать ли мне летом в экспедицию? 5) Не надеть ли мне сегодня тёплое пальто?
в. Составьте микродиалоги, употребляя безличные вопросительные предложения.

Задание 26

Ответьте отрицательно на вопросы, употребляя сочетания слов *не надо* + инфинитив. Аргументируйте ваш ответ. Обратите внимание, что инфинитив после наречия *не надо* употребляется в форме несовершенного вида.

Образец:

Открыть окно?

— Не надо открывать, в комнате холодно.

- 1) Включить телевизор? 2) Купить словарь? 3) Позвонить Андрею? 4) Послать ему телеграмму? 5) Спросить у Виктора расписание занятий? 6) Рассказать ему о нашей встрече? 7) Записать тебе мой телефон? 8) Проводить тебя на вокзал?

Задание 27

Прочитайте предложения. Обратите внимание на структуру безличных предложений с отрицательными наречиями и местоимениями. Запомните, что в отрицательных местоимениях и наречиях с частицей *не* ударение падает на частицу.

- 1) Когда мы будем слушать пластинки? — Нам некогда слушать пластинки. У нас нет времени.
2) Куда вы пойдёте вечером? — Не знаю, мне некуда идти. В этом городе я никого не знаю.
3) Вы будете покупать цветы? — Нет, мне некому дарить цветы.
4) Что вы будете сегодня делать? — Я свободен. Мне нечего сегодня делать.

Задание 28

Закончите диалоги. Используйте в ответной реплике безличные предложения со словами *некогда, некуда, негде, никого* и др.

Образец:

— Борис, когда ты будешь отдыхать?

— Не знаю. Сейчас мне некогда отдыхать.

1) — Где здесь можно поставить машину?

— Не знаю. Здесь ...

2) — Кого вы ждёте?

— Я никого не жду. Мне ...

3) — Кому можно поручить написать объявление?

— Уже некому поручать, все разошлись.

4) — Саша, ты будешь смотреть концерт по телевизору?

— У меня нет времени. Мне ...

5) — Куда ты пойдёшь сегодня вечером?

— Сегодня мне ... Я буду дома.

6) — Миша, ты будешь играть в футбол?

— Сейчас мне ... Я должен учить уроки.

7) — Андрей, от кого ты ждёшь письмо?

— Мне ..., никто не знает моего нового адреса.

VII. Безличные предложения, будучи разнообразными по структуре и по значению, широко используются в разных стилях речи. Некоторые типы безличных предложений закреплены за определёнными речевыми стилями, употребление других стилистически не ограничено. Так, в разговорной речи и в языке художественной литературы чаще используются безлично-отрицательные предложения, безлично-возвратные, безлично-оценочные, безличные предложения, обозначающие состояние лица и природы, а также различные типы безлично-инфинитивных предложений. Например: *Уже совсем стемнело и начинало холодать.* (Тургенев) *Мне стало легко, сомнений уже не было. Я знал, что теперь делать.*

Менее ограничена в стилистическом отношении сфера употребления безличных предложений, выражающих модальные значения необходимости, возможности, невозможности или долженствования. Они функционируют не только в художественной литературе, но также в публицистическом, деловом и научном стилях речи. Например: *Во время работы надо забывать обо всём.* (Паустовский) *Если вилочковая железа очень большая, причину надо искать в надпочечнике. Следует подчеркнуть: её состояние во многом определяет особенности конституции детей.*

Задание 29

Прочитайте тексты. Определите, к какому стилю речи они относятся. Найдите в текстах безличные предложения и проанализируйте их структурно-семантические типы. Скажите а) какие структуры безличных предложений являются общими для обоих текстов; б) какие структуры типичны для каждого из текстов.



Игра продолжалась до вечера. Мы забили шестнадцать голов, а нам забили один. Нам хотелось ещё поиграть, но стало темно, и пришлось разойтись по домам.

Домой я вернулся в девятом часу. Мама стала бранить меня за то, что я опять пришёл поздно. Но я сказал, что ещё не поздно, потому что теперь уже осень, а осенью всегда темнеет раньше, чем летом. Летом в это время ещё светло, и всем казалось бы, что ещё рано.

Мама сказала, чтобы я учил уроки. Я стал учить уроки не сразу, так как я очень устал, когда бегал по футбольному полю, и мне хотелось немного отдохнуть.

— Что же ты не делаешь уроки? — спросила сестра. — Ведь, твоя голова, наверное, давно отдохнула.

— Я сам знаю, сколько нужно моей голове отдыхать! — ответил я.

— Довольно тебе сидеть, — сказала мама, — пора спать ложиться.

— Мне надо решать задачу, — сказал я.

— Днём надо заниматься, — ответила мама. — Нечего ночью сидеть! От таких занятий никакого толку не будет. Ты всё равно уже ничего не соображаешь.

— Вот и пусть сидит, — сказал папа. — Будет знать в другой раз, когда надо учить уроки. (Н. Носов)

Профессору Маслову и его сотрудникам удалось выяснить, что ферментная активность крови и пищеварительных соков меняется при отдельных видах аномалии конституции. При экссудативной аномалии в крови ребёнка снижена активность фермента амилазы. У таких детей работа систем несколько ослаблена. Они не в состоянии переносить физические перегрузки. Их приходится постепенно и очень осторожно приучать к смене температуры: их нельзя ни перегревать, ни переохлаждать. Раз они быстро утомляются и переохлаждаются, им лучше понемногу гулять два-три раза в день, чем один раз, но долго. Им нельзя сразу давать новую пищу. Всякого рода новшества приходится вводить постепенно. Разумеется, таким детям вовсе не писано на роду быть непременно болезненными и слабыми. Просто они не рождены для сверхусилий. (По В. А. Таболину)