

**Прочитайте текст и выполните задание.**

**Коррекция фигуры** — это комплекс укрепляющих, оздоровительных, развивающих методов изменения пропорций тела, заключающийся в изменении объёма жировых отложений, нарушающих общий **вид** фигуры.

Рассмотрим такой способ коррекции фигуры, как шейпинг. Слово «*shaping*» происходит от английского «*shape*», что означает «формировать». Шейпинг — это комплекс упражнений для коррекции и развития пропорций силуэта, формирования осанки и пластики тела. Шейпингом рекомендуется заниматься девушкам и женщинам в возрасте от 14 до 50 лет.

<...> коррекция фигуры всегда **включает** не только упражнения, но и правильное питание, то специалисты, контролирующие изменения фигуры, должны обладать соответствующими знаниями, чтобы **составить** ежедневное меню, в которое входят продукты, содержащие всё необходимое для дополнительных эффективных, корректирующих и моделирующих программных мероприятий.

**Выделяют** два типа шейпинга: анаболический и катаболический. Анаболический шейпинг направлен на укрепление и увеличение мышечной массы. Катаболический направлен на избавление от лишнего веса и уменьшение мышечной массы. Таким образом, можно видеть, что физические упражнения, направленные именно на формирование контуров тела, относятся к катаболическому моделированию.

(По Е. В. Карпиной)

Укажите варианты ответов, в которых даны верные характеристики фрагмента текста. Запишите номера этих ответов.

- 1) Во фрагменте представлена классификация типов шейпинга, что характерно для текста официально-делового стиля.
- 2) Основная задача текста — дать практические рекомендации девушкам и женщинам от 14 до 50 лет, которые хотят скорректировать фигуру при помощи комплекса упражнений.
- 3) В последнем абзаце сделан вывод, не содержащий авторской эмоциональной оценки описываемого явления.
- 4) Текст относится к научному стилю, о чём свидетельствует использование терминов (*коррекция фигуры, анаболический шейпинг, катаболический шейпинг*) и их определений.
- 5) Текст содержит большое количество отглагольных существительных (*коррекция, развитие, укрепление, увеличение, избавление* и др.).