



## Section B: Reading and Writing

Recommended time for Section B: 1 hour 30 minutes.

## تمرین ۵ درک خواندن

## غذا خوردن، لذت یا رفع نیاز بدن

- (۱) برای بشر در قرن حاضر لذت بردن از غذا کم‌ارزش‌تر از رفع نیاز برای زنده ماندن نیست. با توجه به فشارهای زندگی در جوامع امروزی و تنوع خوراکی‌هایی که در اختیار مردم است، خوردن غذای دلخواه یکی از خوشی‌های زندگی شده است.
- (۲) گسترش زنجیره‌ای غذاهای آماده‌ی خوش‌خوراک به خاطر روی آوردن مردم به آن‌ها، همراه با کم‌توجهی به کیفیت مواد اولیه، باعث افزایش روزافزون محصولات غذایی ناسالم شده است. هم‌زمان، تولیدکنندگان صنایع غذایی، با تبلیغ و تشویق بیشتر مردم به مصرف تولیدات خود، به راحتی و بدون مشکل به سودهای کلان دست یافته‌اند.
- (۳) در دهه‌های گذشته روی آوردن بسیاری از مردم به غذاهای مناسب برای کسب لذت‌های آنی و نه رفع گرسنگی، موجب افزایش بیماری‌های گوناگون شده است. همچنین عده‌ای تحت فشار مشکلات به خوراکی‌های دلخواهشان پناه می‌برند و با زیاده‌روی در این کار به دنبال لذت آنی هستند، در حالی که این عادت موجب چاقی می‌شود.
- (۴) بحران‌های روانی انسان را در معرض انواع بیماری‌های جسمی قرار می‌دهد. از طرف دیگر، افرادی که به اضطراب و افسردگی مبتلا می‌شوند، اگر جسمی سالم داشته باشند آسیب کمتری می‌بینند.
- (۵) اخیراً تولیدکنندگان مواد غذایی مجبور شده‌اند که به کیفیت تولیداتشان تا حدی اهمیت دهند و بعضی مواد غذایی سالم را هم به تولیدات خود افزوده‌اند. همچنین با بالا رفتن آگاهی مردم در باره‌ی تغذیه‌ی سالم، بازار جدیدی برای این نوع خوراکی‌ها به وجود آمده است.
- (۶) گرایش مردم به لذت بردن از غذا باعث شد که این شرکت‌ها، در حین اهمیت دادن به سالم بودن مواد، به خوشمزه بودن تولیدات خود هم توجه نمایند. دولت‌ها نیز برای پیشگیری از بیماری‌های ناشی از تغذیه‌ی ناسالم و کاهش هزینه‌های معالجه و دارو و فشار مالی آن بر کشورها، این کار تولیدکنندگان را تشویق می‌کنند. دولت‌ها همچنین در این ارتباط قوانین سخت‌تری را تدوین کرده‌اند تا این هزینه‌ها کم‌تر شود.
- (۷) بر اساس بعضی پژوهش‌ها، تغذیه‌ی درست نقش مهم‌تری از ژنتیک دارد. اما نمونه‌های زیادی نشان می‌دهد که اگر زن ناسالم در بدن باشد، حتی با تغذیه‌ی خوب نمی‌توان جلوی رشد بیماری را گرفت. به نظر می‌رسد که تا یافتن جواب درست راه درازی در پیش است. امروزه مسئولان بیشتر نگران بیماری‌های ناشی از عادت‌های غذایی نادرست هستند تا اثری.

### نظریات مینا یکی از اولین وبلاگ‌نویسان ایران

وبلاگ گوشه‌هایی از افکار یک وبلاگ‌نویس، نظریات او درباره‌ی مسائل روز و شرح رویدادها است. وبلاگ‌ها معمولاً به طور پیوسته به روز می‌شوند. در وبلاگ معمولاً تعدادی «لینک» یا پیوند وجود دارد که بیانگر نظریات مشابه کسانی است که با وبلاگ‌نویس همفکر هستند. وبلاگ یا وب‌نوشت با داشتن خصوصیتی چون رایگان بودن و انتشار سریع و نیاز نداشتن به محل کار، یک وسیله‌ی مدرن برای انتقال اطلاعات است. رسانه‌های نوشتاری به طور یک‌طرفه اطلاعات را به خوانندگان می‌رسانند، اما در وبلاگ، مردم با نوشتن نظریات خود در یک صفحه‌ی مخصوص، نوعی گفت‌وگوی دوطرفه به وجود می‌آورند.

این بحث وجود دارد که وبلاگ‌نویس‌ها در دنیای مجازی بیشتر خودشان هستند یا در دنیای واقعی. به عقیده‌ی این وبلاگ‌نویس، برخلاف بسیاری دیگر، افراد در دنیای واقعی بخش‌هایی از شخصیت اصلی خود را پنهان می‌کنند اما در اینترنت راحت‌تر هستند. مثلاً شخصی که خجالتی است، ممکن است در اینترنت خجالتی نباشد. وبلاگ به کسانی که در جاهای دیگر نمی‌توانند بی‌پرده نظریات شخصی‌شان را بگویند، این امکان را می‌دهد تا درباره‌ی چیزهایی صحبت کنند که ممکن است در جامعه کمتر مطرح شود. وقتی که افراد با خواندن نوشته‌های یک شخص در وبلاگش او را می‌شناسند، به طور مرتب به وبلاگ او سر می‌زنند و نظریات خود را اضافه می‌کنند و بحث ایجاد می‌کنند. هنگامی که آزادی بیان محدود است، خواندن نوشته‌های اهل قلم در وبلاگ‌هایشان با ارزش‌تر می‌شود و می‌تواند به بالا بردن معلومات خواننده‌ها کمک کند.

وبلاگ‌ها هم مانند شبکه‌های اجتماعی اینترنتی دیگر از جمله «فیس‌بوک» رشد سریع و بی‌سابقه‌ای داشته‌اند. ولی به نظر می‌رسد که نوجوانان به وبلاگ‌ها توجه و علاقه‌ی زیادی نشان نمی‌دهند، شاید علت این باشد که به دلیل سنشان به گسترش روابط دوستانه‌ی خود بیشتر اهمیت می‌دهند تا خواندن مطالب روز و نظر دادن درباره‌ی آنها.

### نقش رویدادهای ورزشی در روابط بین ملتها

ورزش فعالیتی جذاب و مورد علاقه‌ی مردم جهان است. تماشای مسابقات ورزشی به صورت یک فعالیت تفریحی رایج در بین مردم تمام قاره‌ها از اروپا تا آسیا درآمده است. شرکت ورزشکاران در رقابت‌های بین‌المللی، امکان آشنا شدن با فرهنگ‌های دیگر را به وجود می‌آورد و می‌تواند به عنوان یک ابزار صلح‌آمیز در بهبود روابط بین‌المللی به کار رود.

حضور ورزشکاران ایرانی در باشگاه‌های ورزشی اروپایی یا بازیکنان بسکتبال آمریکایی در ایران مورد توجه سیاست‌مداران و مردم قرار می‌گیرد. این امر می‌تواند نقش بسیار مثبتی در روابط بین ملتها داشته باشد. ورزشکاران هنگام سفر به کشورهای خارجی می‌توانند فرهنگ خود را به مردم کشور میزبان نشان دهند.

المپیک مهمترین نمونه‌ی یک رویداد ورزشی است که با گرد آوردن همه‌ی ملتهای جهان در یک مکان، همکاری‌های بین‌المللی را افزایش می‌دهد.

اما امروزه رسانه‌های گروهی و آگهی‌های تجاری کنترل روزافزونی بر رویدادهای ورزشی دارند و انگیزه‌ی فعالیت‌های ورزشی بیشتر به دست آوردن سود شده است.

#### Copyright Information

OCR is committed to seeking permission to reproduce all third-party content that it uses in its assessment materials. OCR has attempted to identify and contact all copyright holders whose work is used in this paper. To avoid the issue of disclosure of answer-related information to candidates, all copyright acknowledgements are reproduced in the OCR Copyright Acknowledgements Booklet. This is produced for each series of examinations and is freely available to download from our public website ([www.ocr.org.uk](http://www.ocr.org.uk)) after the live examination series.

If OCR has unwittingly failed to correctly acknowledge or clear any third-party content in this assessment material, OCR will be happy to correct its mistake at the earliest possible opportunity.

For queries or further information please contact the Copyright Team, First Floor, 9 Hills Road, Cambridge CB2 1GE.

OCR is part of the Cambridge Assessment Group; Cambridge Assessment is the brand name of University of Cambridge Local Examinations Syndicate (UCLES), which is itself a department of the University of Cambridge.