

Giải Unit 2 lớp 10 Speaking - Task 1 trang 20 mới

Which of the following habits are good and which are bad for you?(Thói quen nào sau đây là tốt và xấu cho bạn?)

Good habits (Các thói quen tốt)

being thankful (thể hiện lòng biết ơn)

keeping a routine (duy trì đều đặn những công việc thường làm mỗi ngày)

doing regular exercise (tập thể dục đều đặn)

never giving up (không bao giờ từ bỏ)

saving money (tiết kiệm tiền)

reading regularly (chăm đọc sách)

arriving just in time (đến đúng giờ)

Bad habits (Các thói quen xấu)

leaving things until the last minute (để mặc mọi thứ đến những giây phút cuối cùng)

eating what you like (ăn những gì mà bạn thích)

watching TV all day (xem ti vi cả ngày)

staying up late (thức khuya)

littering (vứt rác bừa bãi)

Giải Unit 2 lớp 10 Speaking - Task 2 trang 20 mới

Work in pairs or groups and discuss why some of the habits above are good for you and why some are bad for you.(Làm việc theo cặp hoặc theo nhóm và thảo luận tại sao một vài thói quen trên tốt hoặc xấu cho bạn.)

Hướng dẫn dịch:

Sử dụng mẫu bên dưới:

Tôi nghĩ thức khuya không tốt vì nó làm cho tôi mệt mỏi vào sáng hôm sau.

Tôi nghĩ việc không bao giờ từ bỏ là tốt vì nó tạo cho tôi tính quả quyết và dũng khí.

Giải Unit 2 lớp 10 Speaking - Task 3 trang 20 mới

Look at the following text and read the advice. Do you think you could follow it? Why or why not?(Nhìn vào bài viết sau và đọc lời khuyên. Bạn có nghĩ bạn có thể làm theo không? Tại sao?)

Hướng dẫn dịch:

Điều may mắn ở các thói quen xấu là bạn có thể đánh bật nó!

Có 5 mẹo để từ bỏ các thói quen xấu và thay thế bằng điều bổ ích hơn.

1. Tạo một danh sách.

Viết ra tất cả các thói xấu của bạn. Sau đó, viết một danh sách khác về các thói quen tốt - những thói quen mà bạn có thể thay thế cho các thói hư kia.

2. Xáo trộn thời gian biểu hằng ngày của bạn.

Thói quen dựa trên nền tảng những hành động được lặp đi lặp lại mỗi ngày, vì vậy thay đổi một chút các công việc hằng ngày của bạn đôi khi cũng đủ để đưa bản thân bạn ra khỏi các thói xấu.

3. Giả định các thói quen thuộc về một người khác.

Chúng ta thường giỏi đưa ra lời khuyên hơn là thực hiện chúng.

4. Tự hòa nhập mình với những người đã đẩy xa các thói quen tương tự.

Kết thân với những người đã từ bỏ được các thói quen xấu của họ. Họ sẽ truyền cho bạn các thói quen tốt.

5. Suy nghĩ xem bạn sẽ cảm thấy thế nào khi đẩy lùi được các thói quen xấu.

Tưởng tượng các lợi ích mà bạn đạt được khi từ bỏ các thói quen xấu.

Chúc may mắn!

Giải Unit 2 lớp 10 Speaking - Task 4 trang 20 mới

Work in pairs or groups to choose one bad habit. Make a list of Dos and Don'ts in order to kick that habit. Share the list with others and report to the class. (Làm việc theo cặp hoặc theo nhóm để chọn ra một thói quen xấu. Lập một danh sách của những việc nên làm và không nên làm để xóa bỏ thói quen đó. Chia sẻ danh sách đó với những bạn trong nhóm và trình bày trước cả lớp.)

How to kick 'Staying up late'? (Làm thế nào để bỏ thói quen “Thức khuya”.)

Dos	Don'ts
Plan things carefully;	Watch horror films or
Finish work early;	frightening TV programmes;
Eat just enough at	Drink coffee or strong tea;
dinner;	Take naps during the day;
Wake up early;	Get up late;
Do exercise;	...
...	

Hướng dẫn dịch:

Làm

Không làm

- Lên kế hoạch mọi thứ một cách cẩn thận;
- Hoàn tất công việc sớm;
- Ăn tối trình ti vi gay cần;
- Uống nhiều cà phê vừa đủ no;
- Dậy sớm;
- Tập thể dục; hoặc trà đặc;
- Ngủ cả ngày;
- Dậy trễ;

.....

.....