

Hướng dẫn soạn SBT Tiếng Anh 7 Unit 2: Health giúp các em tổng hợp và nắm được trọng tâm bài mới hiệu quả. Mời các em học sinh và quý thầy cô tham khảo chi tiết dưới đây.

**Giải Tiếng Anh 7 SBT Phonetics trang 10 sách mới**

**1. Put the words...**

(Đặt những từ bên trái vào cột đúng của chúng.)

/f/: breakfast, fried, soft, affect, fit, fresh, cough, farm, laughter, fruit, fly, harmful
/v/: vacation, village, activities, vitamin, avoid, vegetable, believe

**2. Listen and underline the word ...**

(Nghe và gạch dưới từ mà em nghe được trong mỗi câu.)

1. fan	2. laughing	3. Refer	4. Have	5. Ferry
--------	-------------	----------	---------	----------

**Hướng dẫn dịch:**

1. Quạt đang chạy nhanh.
2. Cười tốt cho sức khỏe.
3. Xem bài tập số 3, trang 24 của sách giáo khoa của em.
4. Have là một động từ.
5. Mỗi ngày chúng tôi đều đi phà đến trường.

**3. Tongue Twister ...**

(Câu nói gây lú lờ. Lặp lại câu này 5 lần. Đọc nhanh như bạn có thể.)

Fat frogs fly fast in the very vast velvet vault.

**Giải SBT Anh 7 mới Vocabulary - Grammar trang 10-12**

**1. Underline the odd word/phrase in each group.**

(Gạch dưới từ thừa trong mỗi nhóm.)

1. D	2. A	3. D	4. C	5. C
------	------	------	------	------

**Giải thích:**

1. Chọn D. reading, vì những từ còn lại chỉ những môn thể thao.
2. Chọn A. junk food, vì những từ còn lại chỉ thực phẩm chưa chế biến.
3. Chọn D. watch food ads on TV, vì những từ còn lại chỉ sức khỏe.
4. Chọn C. singing, vì những từ còn lại chỉ việc lau chùi vệ sinh.
5. Chọn C. water, vì những từ còn lại chỉ nước đã qua chế biến

**2. Put the words/phrases in the box into the correct column.**

(Đặt những từ / cụm từ trong khung vào cột chính xác.)

Healthy	Unhealthy	
Food and drinks	low-fat food, fresh milk	junk food
Activities	exercising, cleaning teeth	spitting, littering, eating fast, sitting close to TV
Environment	clean water, parks, tree	rubbish, dusty area, making noise

**3. Use the words/phrases...**

(Sử dụng những từ / cụm từ trong phần 2 để hoàn thành câu.)

1. GINGER FOR ARTHRITIS >
2. BEST VITAMINS FOR WOMEN >
3. BEST PROBIOTICS FOR WOMEN >
4. MBA ONLINE COURSES >
5. CORPORATION NAME SEARCH >

Ad | Business Focus

1. littering	2. junk food	3. exercising
4. rubbish	5. low-fat food	6. dusty area

**Hướng dẫn dịch:**

1. Vài người có thói quen xấu là xả rác nơi công cộng. Họ ném những thứ đã dùng ở bất kỳ đâu.
2. Thật có hại cho cơ thể nếu bạn ăn nhiều thức ăn vặt.
3. Luyện tập như chạy, chơi bóng bàn có thể giúp bạn giữ vóc dáng.
4. Nơi công cộng nên có một thùng rác cho người ta bỏ rác vào.
5. Một chế độ ăn kiêng tốt chứa thức ăn ít béo.
6. Người sống trong những khu vực bụi bặm thường bị bệnh.

**4. Look at the keywords...**

*(Nhìn vào những từ khóa và viết những điều tương ứng hay hoạt động trong cột bên phải. Điều đầu tiên được thực hiện như một ví dụ.)*

1. washing hands (rửa tay)
2. obesity (béo phì)
3. junk food (thức ăn vặt)
4. cleaning teeth (đánh răng)
5. soft drinks (nước ngọt)
6. smog (sương khói)

**5. Use the words...**

*(Sử dụng những từ trong khung để điền vào đoạn văn. Em có thể sử dụng một từ hơn một lần.)*

(1) a lot of	(2) a lot of	(3) much	(4) many
(5) less	(6) more	(7) little	(8) more

Tại sao người Nhật lại sống thọ hơn?

Tuổi thọ trung bình của người Nhật là 78 đối với nam và 85 đối với nữ, thọ nhất trên thế giới.

Bí mật nằm ở chính thức ăn của họ. Người Nhật ăn nhiều đậu hũ, là thứ được làm từ đậu nành. Đậu hũ chứa nhiều protein rau quả, canxi và vitamin B. Nó không chứa nhiều chất béo và nó không cung cấp nhiều calo.

Hải sản như cá và rau đóng một vai trò quan trọng trong việc ăn kiêng. Họ nấu hải sản với ít dầu ăn và ít thời gian hơn. Vào mỗi bữa ăn, họ ăn nhiều món trên bàn hơn chúng ta nhưng họ chỉ ăn mỗi thứ một ít, và không bao giờ nhồi nhét thức ăn.

Người Nhật cũng làm việc chăm chỉ và tập luyện thể dục nhiều hơn. Điều này giúp họ đốt cháy calo dễ dàng.

### **6. Match the beginnings...**

*(Nối phần đầu trong phần A với phần cuối trong phần B.)*

1-b. Wear a hat, or you'll get sun burnt.

2-d. I have oily skin, so I wash my face regularly.

3-a. He keeps sneezing, and his nose is running. It's flu.

4-e. I do not have a temperature, but my face is red.

5-c. To stay healthy, you eat more vegetables, and you eat less high-fat food.

1. Đội nón vào, không thì bạn sẽ bị cháy nắng đấy.

2. Tôi có da dầu, nên tôi rửa mặt đều đặn.

3. Anh ấy cứ nhảy mũi và mũi anh ta đang chảy. Đó là cảm cúm.

4. Tôi không bị sốt nhưng mặt tôi đỏ.

5. Để giữ cơ thể khỏe mạnh, bạn hãy ăn thêm rau và ăn ít thức ăn có chất béo cao.

### **7. Combine one independent clause 1 ...**

*(Kết hợp một mệnh đề độc lập 1 với một mệnh đề độc lập trái ngược 2 bằng cách sử dụng liên từ hỗ trợ thích hợp.)*

1. or	2. but	3. so	4. and	5. so
-------	--------	-------	--------	-------

**Hướng dẫn dịch:**

1. Trưa nay bạn có thể đi bơi hoặc bạn có thể đạp xe trên đường xuyên qua rừng.
2. Chế độ ăn kiêng ở châu Á ít calo, nhưng chế độ ăn kiêng ở châu Âu lại nhiều calo.
3. Thị trấn có dân số ít với ít xe cộ và nhiều cây, vì vậy nó yên tĩnh và yên bình.
4. Để ngăn cảm cúm, chúng tôi ăn nhiều tỏi và chúng tôi giữ ấm cơ thể, đặc biệt là chân.
5. Người ở miền quê ít căng thẳng hơn, vì thế họ thường sống thọ hơn.

**Giải sách bài tập Anh 7 Speaking trang 13 sách mới**

**1.Look at some sentences ...**

*(Nhìn vào một số câu về cách giữ cơ thể khỏe mạnh và vui vẻ. Chọn (v) những câu bạn đồng ý và gạch chéo (x) những câu em không đồng ý.)*

1. Don't hate people. It makes you tired. (x)
  2. The more you laugh, the happier you are, and the longer you live. (v)
  3. Never play in the sun. It harms your skin. (x)
  4. Don't drink fresh milk. You will get fat. (x)
  5. The more calories you take, the better it is. (v)
  6. Clean water, fresh air, and a balanced diet are the causes of a long life. (v)
1. Không ghét người khác. Nó làm bạn mệt mỏi thôi.
  2. Bạn càng cười nhiều, bạn càng vui vẻ, và bạn càng sống lâu hơn.
  3. Đừng bao giờ chơi dưới mặt trời, nó làm hại da bạn.
  4. Đừng uống sữa tươi. Bạn sẽ bị mập.
  5. Bạn càng hấp thụ nhiều calo bao nhiêu, nó sẽ càng tốt hơn.
  6. Nước sạch, không khí trong lành, và chế độ ăn kiêng cân bằng là nguyên nhân của cuộc sống thọ.

**2. Share your ideas...**

*(Chia sẻ ý kiến của bạn với bạn bè và bắt đầu cuộc hội thoại.)*

**A:** I don't agree with sentence one.

**B:** Why not?

**A:** Because there are bad people and I cannot stop hating them.

**Hướng dẫn dịch:**

**A:** Mình không đồng ý với câu 1.

**B:** Tại sao không?

**A:** Bởi vì có những người xấu và mình không thể không ghét họ.

**3. Two people are talking about...**

*(Hai người đang nói về một vài thực tế phổ biến ở Việt Nam. Điền thứ tự các câu sao cho đúng.)*

**A:** The fishermen in my village drink fish sauce before they get down to the sea.

**B:** Why do they do that?

**A:** The sauce gives them strength to stand the cold in water.

**B:** Interesting. In my area we drink a lot of green tea.

**A:** Why green tea?

**B:** It can prevent people from getting cancer.

**Hướng dẫn dịch:**

**A:** Ngư dân ở làng tôi uống nước mắm trước khi họ xuống biển.

**B:** Tại sao họ làm thế?

**A:** Nước mắm cho họ sức mạnh để chịu lạnh trong nước.

**B:** Thú vị đó. Ở khu vực tôi, chúng tôi uống nhiều trà xanh.

**A:** Tại sao lại là trà xanh?

**B:** Nó có thể người ta tránh bị bệnh ung thư.

**Giải sách bài tập Tiếng Anh lớp 7 Reading trang 13-15 sách mới**

**1. Here are some pieces ...**

*(Đây là vài lời khuyên dành cho em. Đặt chúng vào loại chính xác.)*

How to keep fit: 2, 5, 6

How to keep your eyes healthy: 1, 3, 4

1. Ăn nhiều trái cây có màu đỏ và rau.
2. Ở bên ngoài nhiều hơn và tham gia những hoạt động thể chất nhiều hơn.
3. Sử dụng thuốc nhỏ mắt khi ngồi lâu và khi bạn trở về từ khu vực bụi bặm.
4. Đừng đọc hoặc học khi không có đủ ánh sáng.
5. Ăn ít thức ăn có hàm lượng chất béo cao.
6. Ăn đủ calo.

**2. Here are the reasons...**

*(Dưới đây là các lý do cho lời khuyên ở bài 1. Hãy nối chúng lại.)*

1-d	2-a	3-e	4-f	5-b	6-c
-----	-----	-----	-----	-----	-----

**Hướng dẫn dịch:**

1. Ăn nhiều trái cây đỏ và rau quả bởi vì chúng cung cấp vitamin A, tốt cho mắt.
2. Ở ngoài nhiều hơn và làm nhiều hoạt động thể chất hơn bởi vì nó giúp cho bạn vừa vận và năng động hơn.
3. Sử dụng thuốc nhỏ mắt khi ngồi lâu hoặc khi bạn trở lại từ khu vực bụi bặm, để ngăn mắt khỏi bị khô.
4. Đừng đọc hoặc học khi không có đủ ánh sáng bởi vì nó có hại cho mắt bạn.
5. Ăn ít thức ăn nhiều chất béo, để giữ cho bạn khỏi bị béo phì.
6. Ăn đủ calo, không thì bạn sẽ trở nên yếu ớt và mệt mỏi.

**3a. Read the passages ...**

*(Đọc những đoạn văn và nối chúng với hình ảnh.)*

1. B	2. C	3. A
------	------	------

**Hướng dẫn dịch:**

1. Reykjavik ở Iceland là một trong những thành phố khỏe nhất thế giới. Con người ở đó thường hoạt động ngoài trời, mặc dù trời rất lạnh. Họ leo núi và bơi lội bên ngoài! Người dân Iceland cũng ăn nhiều thức ăn tốt cho sức khỏe hơn, như là cá tươi - xét cho cùng nó là một hòn đảo.

2. Tehran, thủ đô của Iran, không phải là một nơi khỏe mạnh để sống. Ô nhiễm không khí rất nặng, vì thế người ta ở trong nhà vào những ngày sương khói - khi không khí đầy khói và không tốt cho sức khỏe khi đi ra ngoài.

3. Glasgow ở Scotland có những vấn đề về béo phì. Gần 40% dân số ở thành phố này béo phì. Scotland thì lạnh. Có nghĩa là người ta xem ti vi nhiều hơn, chơi trò chơi vi tính (game) nhiều hơn và ít tập thể dục hơn ở những quốc gia khác. Họ cũng ăn nhiều thức ăn vặt hơn.

**3b. Read the passages ...**

*(Đọc lại những đoạn văn trên và chọn ( v ) ở nơi mà mỗi câu đề cập đến.)*

Reykjavik: 1, 5

Tehran: 3, 6

Scotland: 2, 4

**Hướng dẫn dịch:**

1. Nó là một nơi lạnh mạnh để sống.
2. Nhiều người ở thành phố này bị béo phì.
3. Người ở thành phố này có những ‘kỳ nghỉ sương khói’.
4. Người ở thành phố này không hoạt động ngoài trời nhiều.
5. Họ thường đi bơi ngoài trời khi trời lạnh.
6. Thành phố này chịu sự ô nhiễm môi trường.



**Giải SBT Tiếng Anh 7 mới Writing trang 16****1. Rearrange the words ...**

(Sắp xếp lại những từ để hình thành vài mẹo cho cuộc sống khỏe mạnh.)

1. An apple a day keeps the doctor away.
2. A good laugh and a long sleep are the best cures.
3. Eat to live, not live to eat.
4. Hygiene is two thirds of health.
5. To ensure good health, eat lightly and laugh cheerfully.

**Hướng dẫn dịch:**

1. Một quả táo mỗi ngày giúp bạn khỏi phải gặp bác sĩ khám bệnh.
2. Một nụ cười và giấc ngủ dài là những cách chữa bệnh tốt nhất.
3. Ăn để sống, không phải sống là để ăn.
4. Vệ sinh là 2/3 của sức khỏe.
5. Để đảm bảo sức khỏe tốt, ăn nhẹ nhàng và cười thật nhiều.

**2. Tick (v) the things you would like...**

(Đánh dấu (v) những thứ mà em muốn có ở nơi em sống.)

more open space (không gian mở hơn)

tall tree (cây cao)

clean streets (đường sạch)

walk path (đường đi bộ)

clean water (nước sạch)

a sports center (trung tâm thể thao)

four seasons (bốn mùa)

### 3. Basing on the things...

*(Dựa vào những điều bạn đã chọn trong bài 2, viết một đoạn văn ngắn về nơi sống lý tưởng của bạn. Bạn có thể sắp xếp các điều đó theo yêu cầu dưới đây: )*

I would like to have a wonderful living place. The weather is nice and cool. The living space is open with the windows. There are also many trees in my area so that I could enjoy the fresh air.

The area should have the walk-side for people to walk along safely. There is a park for people to do exercise. The water system is clean to help me have a healthy life.

#### **Hướng dẫn dịch:**

Tôi mong muốn có một nơi sinh sống tuyệt vời. Thời tiết đẹp và mát mẻ. Nơi sống thoáng đãng với nhiều cửa sổ. Cũng có nhiều cây trong không gian của tôi để tôi có thể tận hưởng không khí trong lành.

Khu vực sống cần có vỉa hè để người dân có thể đi lại an toàn. Có một công viên cho mọi người tập thể dục. Hệ thống nước sạch giúp cho tôi có được cuộc sống khỏe mạnh.