

Nội dung bài viết

1. [Soan Unit 8 Worksheet lớp 7 Explore English](#)

Soan Unit 8 Worksheet lớp 7 Explore English

1. (trang 146 Tiếng Anh 7 Explore English): Write advice with should or shouldn't. Use the words in parentheses in each sentence. (Viết các lời khuyên với should hoặc shouldn't. Sử dụng các từ trong ngoặc đối với mẫu câu)

- a. Tom has a headache. He (see a doctor) _____
- b. Mary is sleeping. You (make noise) _____
- c. Peter is tired. He (take a rest) _____
- d. Sofia hurt her leg. She (rest for a week) _____
- e. It's raining outside. You (go out) _____

Hướng dẫn làm bài

- a. He should see a doctor
- b. You shouldn't make noise
- c. He should take a rest
- d. She should rest for a week
- e. You shouldn't go out

Hướng dẫn dịch

- a. Anh ấy nên đến gặp bác sĩ
- b. Bạn không nên làm ồn
- C. Anh ấy nên nghỉ ngơi đi
- d. Cô ấy nên nghỉ ngơi trong một tuần

e. Bạn không nên đi ra ngoài

2. (trang 146 Tiếng Anh 7 Explore English): Complete the notes below with your own answers. Write phrases or full sentences. (Hoàn thành các ghi chú với câu trả lời của riêng bạn. Viết cụm từ hoặc các câu hoàn chỉnh)

A. Write the name of a healthy habit:

B. Some benefits of this habit: _____

C. Write more details about the first main benefits: _____

1. What is it? _____

2. Explain the idea with more details.

a. _____

b. _____

D. Write more details about the second main benefits

1. What is it? _____

2. Explain the idea with more details

a. _____

b. _____

Hướng dẫn làm bài

A. Write the name of a healthy habit: **Do exercise**

B. Some benefits of this habit: control weight and reduce our risk of high blood pressure

C. Write more details about the first main benefits:

1. What is it? control weight

2. Explain the idea with more details.

a. Strong scientific evidence shows that physical activity can help you maintain your weight over time.

b. You can do exercise such as: go jogging, go swimming, cycle

D. Write more details about the second main benefits

1. What is it? Reduce our risk of high blood pressure

2. Explain the idea with more details

a. People who exercised more than four hours per week in their leisure time had a 19 percent lower risk of high blood pressure than people who didn't exercise much.

Hướng dẫn dịch

A. Viết tên một thói quen lành mạnh: Tập thể dục

B. Một số lợi ích của thói quen này: Kiểm soát cân nặng và giảm nguy cơ cao huyết áp

C. Viết thêm chi tiết về những lợi ích chính đầu tiên:

1. Nó là gì? Kiểm soát cân nặng

2. Giải thích ý tưởng với nhiều chi tiết hơn.

a. Bằng chứng khoa học mạnh mẽ cho thấy hoạt động thể chất có thể giúp bạn duy trì cân nặng theo thời gian.

b. Bạn có thể tập thể dục như: chạy bộ, bơi lội, đạp xe

D. Viết thêm chi tiết về những lợi ích chính thứ hai

1. Nó là gì? Giảm nguy cơ huyết áp cao

2. Giải thích ý tưởng với nhiều chi tiết hơn

a. Những người tập thể dục hơn bốn giờ mỗi tuần trong thời gian rảnh rỗi có nguy cơ cao huyết áp thấp hơn 19% so với những người không tập thể dục nhiều.

3. (trang 146 Tiếng Anh 7 Explore English): Now write a short article on a separate sheet of paper. Describe a healthy habit and give some advice. Write 60-80 words.

(Bây giờ hãy viết một đoạn ngắn trên một tờ giấy riêng. Mô tả một thói quen lành mạnh và đưa ra một số lời khuyên. Viết 60-80 từ.)

Hướng dẫn làm bài

Running has several health benefits. It helps to build muscles, changes mood and helps bring shape my body. Moreover, it strengthens the bones. Though many of the people argue that it helps to damage bones, they are in fact unaware of the benefits. So, I like to run in the morning. Mostly running helps to build inner muscles and breathing becomes easier. It also helps to prevent cardiovascular diseases and simultaneously burns calories. Running also helps to make a balanced weight. Sitting all day makes the body filled with calories and if anyone does not burn them, the chances to get affected with diseases increase.

Hướng dẫn dịch

Chạy bộ có một số lợi ích cho sức khỏe. Nó giúp xây dựng cơ bắp, thay đổi tâm trạng và giúp mang lại vóc dáng cho tôi. Hơn nữa, nó tăng cường sức mạnh của xương. Mặc dù nhiều người cho rằng nó giúp làm tổn thương xương, nhưng trên thực tế, họ không biết về lợi ích của nó. Vì vậy, tôi thích chạy vào buổi sáng. Chủ yếu là chạy giúp xây dựng cơ bắp bên trong và việc hít thở trở nên dễ dàng hơn. Nó cũng giúp ngăn ngừa các bệnh tim mạch và đồng thời đốt cháy calo. Chạy cũng giúp cân bằng trọng lượng cơ thể. Nếu cả ngày khiến cơ thể chứa đầy calo và nếu ai không đốt cháy chúng thì khả năng mắc bệnh sẽ tăng lên.