

Sport in Our Life

Sport helps school life stay active, healthy, and interesting.



Sport in Everyday Life



This unit connects sport with everyday school life: lessons, clubs, safety, favorite activities, and simple English phrases for talking about training.

3

главные группы спорта удобно изучать
по разным признакам.

Материал UNIT 8 Sport in Our Life

Три основные группы помогают быстрее
сравнивать виды спорта и выбирать
подходящий пример.

Командные и индивидуальные виды



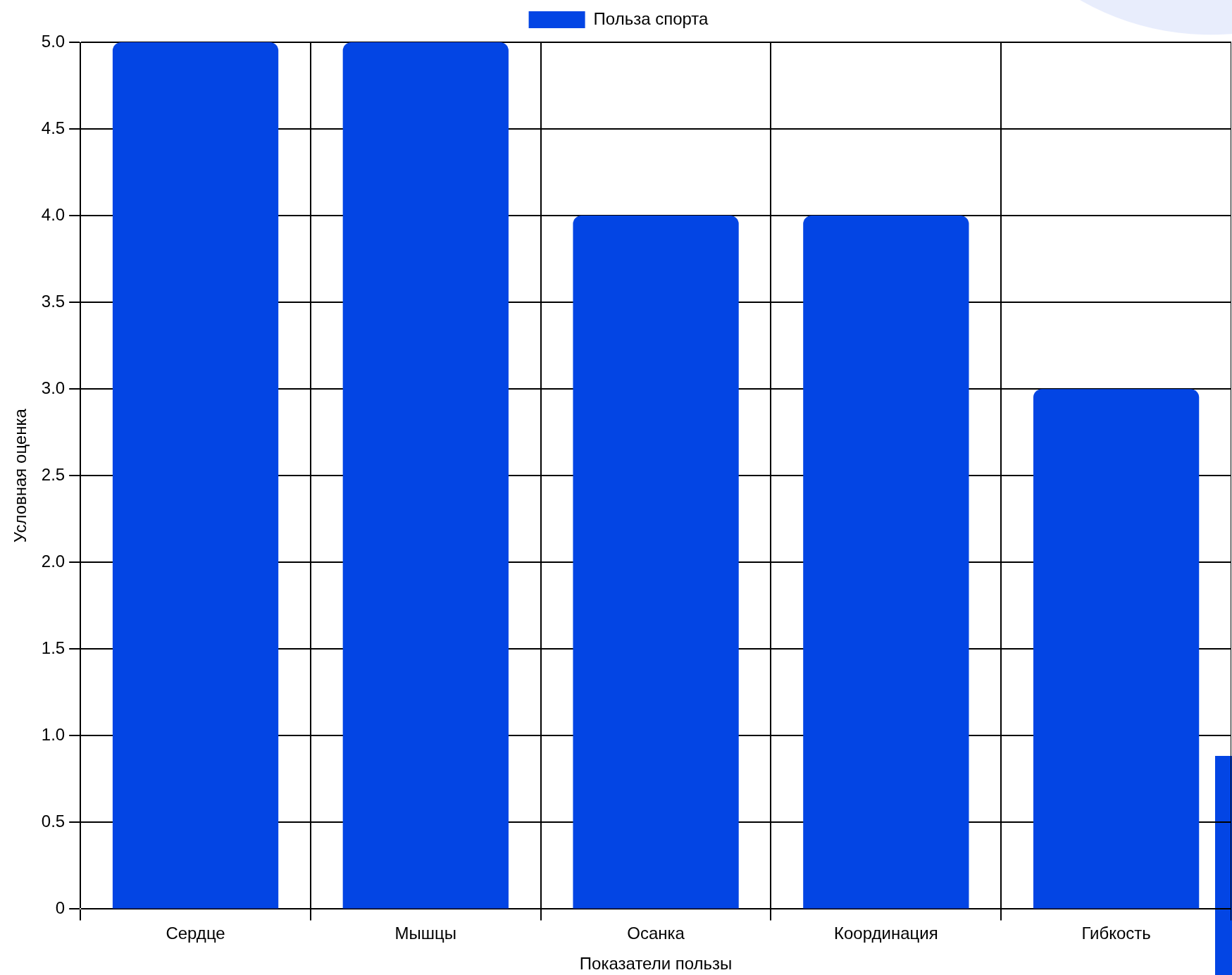
- **Командная игра**
Командные игры строятся на общем результате: важно понимать партнёров, соблюдать правила и помогать друг другу. Победа зависит не только от одного игрока, а от согласованных действий всей команды.
- **Личный результат**
Индивидуальные виды спорта требуют личной ответственности и точной техники. Здесь особенно важны выносливость, внимание и самоконтроль, потому что результат показывает именно один спортсмен.
- **Свои особенности**
У каждой группы есть свои особенности: форма, инвентарь и правила отличаются в зависимости от вида спорта. Поэтому футбол, теннис или лёгкая атлетика учат разным навыкам.



Польза для тела

Разные виды активности по-своему полезны: одни развивают выносливость, другие — гибкость и координацию.

Самыми заметными результатами регулярных занятий становятся более сильное тело, лучшая осанка и большая выносливость.



Учебная схема для UNIT 8 Sport in Our Life



Польза для ума и характера



Режим

Тренировки помогают вырабатывать привычку заниматься регулярно. Ребёнок учится планировать время, не пропускать занятия и постепенно выполнять задачи, даже если сначала они кажутся трудными.



Цели

Спорт учит добиваться результата шаг за шагом. Когда есть цель, проще концентрироваться на упражнениях, отслеживать прогресс и не бросать начатое после первой неудачи.



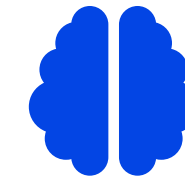
Терпение

Во время тренировок развивается терпение: хорошие навыки не появляются сразу. Регулярная практика помогает спокойно относиться к ошибкам и исправлять их без лишнего раздражения.



Поддержка

Командные игры формируют уважение к другим людям. Игроки учатся слушать партнёров, поддерживать их в сложный момент и понимать, что общий результат важнее личной обиды.



Самоконтроль

После спорта легче держать себя в руках и работать аккуратно. Это помогает и на уроках: ученик спокойнее реагирует на замечания и доводит дело до конца.

Популярные виды спорта

Футбол

Футбол часто выбирают из-за динамики и простых правил. Эта игра помогает развивать реакцию, выносливость и умение действовать вместе, когда результат зависит от всей команды.

Баскетбол

Баскетбол требует скорости, точности и хорошего взаимодействия между игроками. Он особенно полезен, когда нужно быстро принимать решения и сохранять внимание на площадке.

Волейбол

Волейбол учит координации и точным передачам. В этой игре важно видеть партнёров, правильно рассчитывать движение мяча и не терять концентрацию в течение всей партии.

Плавание

Плавание подходит тем, кто любит работать над собой и постепенно улучшать результат. Оно развивает дыхание, выносливость и укрепляет многие группы мышц.

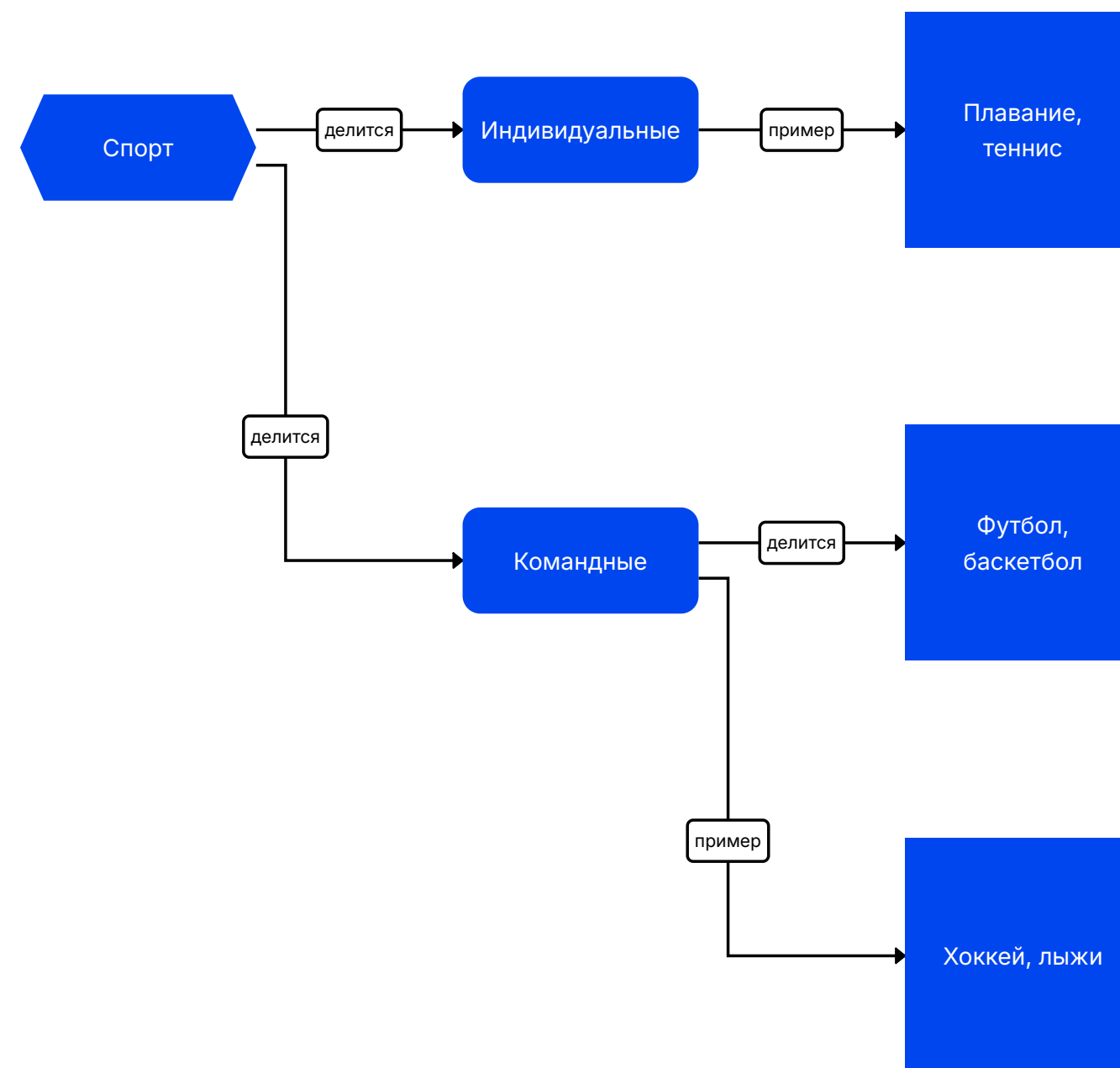
Бег

Бег доступен почти каждому и помогает поддерживать хорошую физическую форму. Он развивает скорость, выносливость и дисциплину, потому что результат зависит от регулярных тренировок.



Мини-карта видов спорта

Схема показывает основные группы спорта и примеры для запоминания лексики.



Спортивное оборудование



- **Для игр с мячом**
Для игр с мячом обычно нужны кроссовки, удобная форма и сам мяч. Инвентарь подбирают так, чтобы он подходил к виду спорта и не мешал движению.
- **Для ракеток**
Для ракеточных видов спорта важны ракетка и подходящая площадка. Такая экипировка помогает лучше контролировать удар, а также безопасно и точно выполнять движения.
- **Для зимы**
Для зимних занятий нужны специальные предметы: коньки, шлем или тёплая одежда. Они защищают спортсмена и помогают чувствовать себя уверенно на льду или снегу.
- **Для тренировки**
Для прыжков и домашних тренировок часто используют скакалку. Она занимает мало места, но помогает развивать координацию, ритм и общую физическую активность.



Спортивная одежда

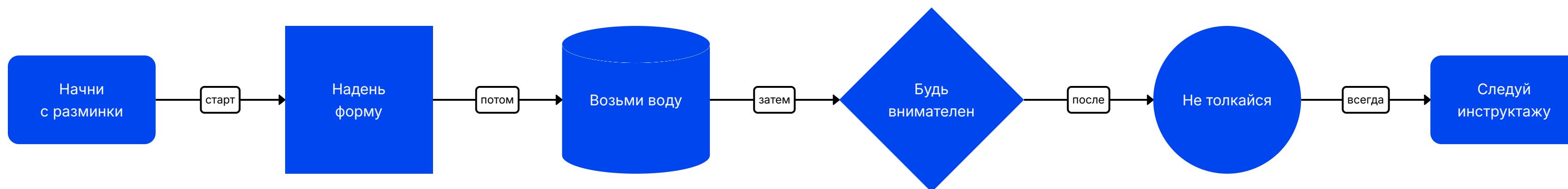
Сравните одежду для разных занятий: главное — удобство, безопасность и соответствие погоде.

Одежда всегда зависит от места и условий: она должна не мешать движению и защищать во время занятия.

Вид спорта	Одежда	Дополнительно
Зал	футболка и шорты	кроссовки
Бассейн	купальник и шапочка	очки
Зима	тёплая форма	шапка и перчатки

Безопасный спорт: что делать сначала

Правила безопасности на уроке и тренировке: подготовка, поведение на площадке и основные фразы must / should.



5

мест чаще всего называют, когда говорят
о спортивных занятиях в школе.

Материал UNIT 8 «Sport in Our Life»

Пять основных мест помогают понять, где
проходят тренировки школьников: от зала
до двора.

6

слов и выражений достаточно, чтобы
описывать, как часто ты занимаешься спортом.

Материал UNIT 8 «Sport in Our Life»

Шесть слов и выражений помогают
рассказать о частоте тренировок и легко
строить короткие ответы в классе.

Словарь и шаблоны о любимом спорте

Фраза	Смысл
I like football.	нравится футбол
I train on Mondays.	тренируюсь по понедельникам
My favourite sport is swimming.	мой любимый спорт — плавание
coach / team / goal	словарь темы

Короткие модели фраз помогают говорить о любимом спорте, тренировках и личном отношении без длинных объяснений.

Модели I like... I train... My favourite sport is... помогают быстро составлять собственный рассказ о спорте.

4

примера достаточно, чтобы начать
рассказывать о своих спортивных умениях.

Материал UNIT 8 «Sport in Our Life»

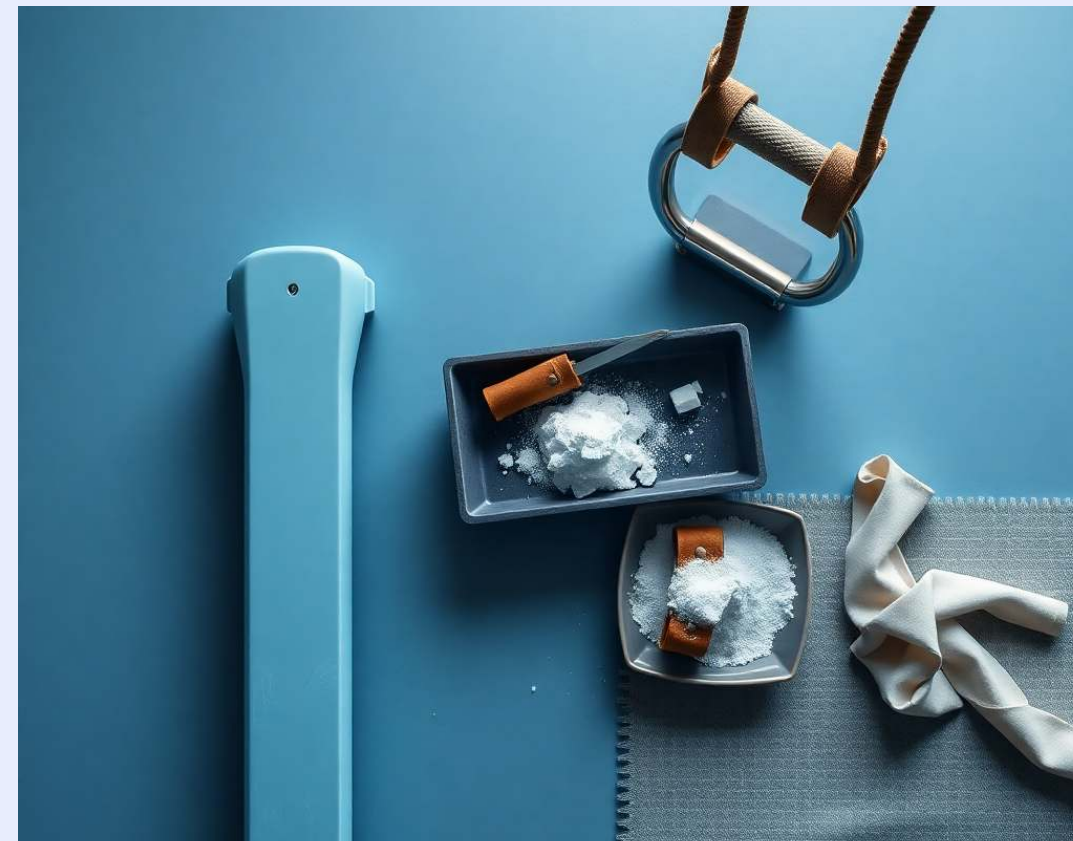
Четыре простых примера показывают,
как can и can't помогают говорить
об умениях, успехах и том, что пока
требуется тренировки.

Короткие истории о спортсменах



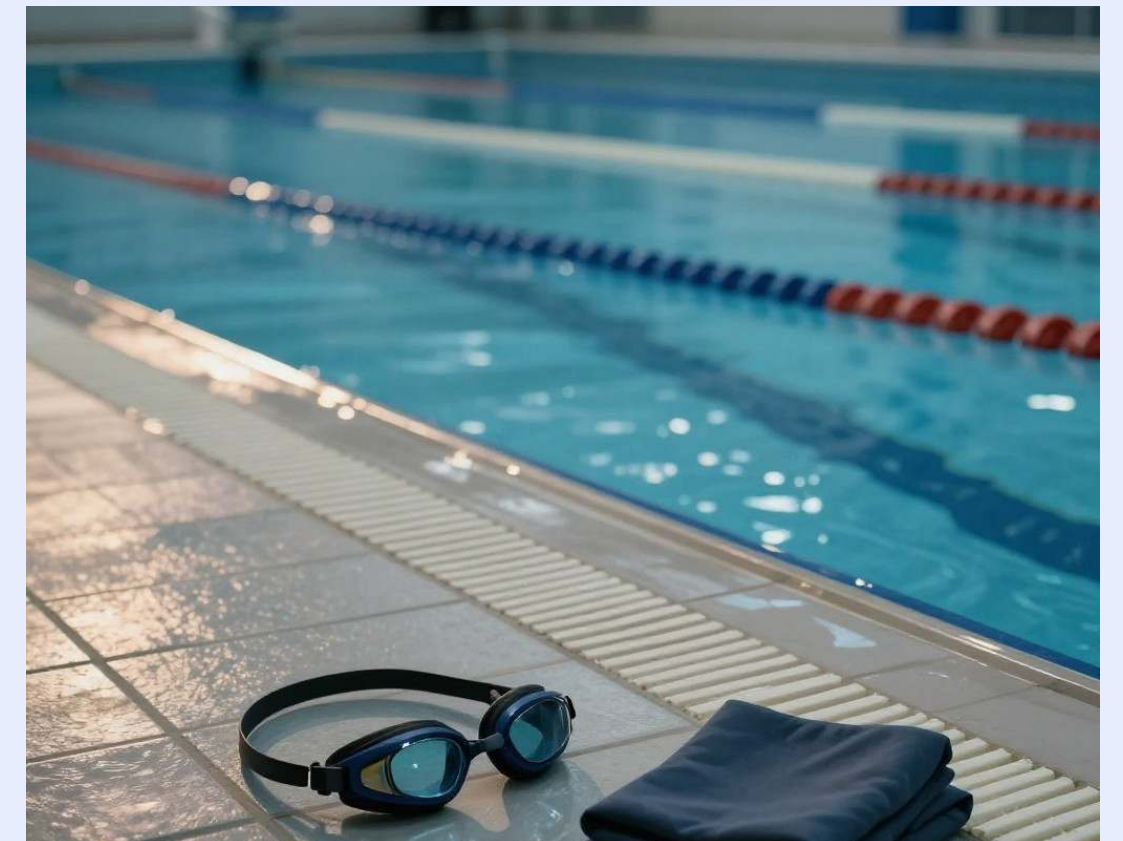
Скорость и дисциплина

Усэйн Болт известен как один из самых быстрых спринтеров в истории лёгкой атлетики. Его выступления показывают, что скорость — это не только талант, но и годы регулярных тренировок, дисциплина и умение сохранять концентрацию на старте.



Точность и уверенность

Симона Байлз стала символом силы, точности и смелости в спортивной гимнастике. Её успех напоминает, что сложные элементы требуют терпения, повторения и уверенности в себе даже после ошибок и напряжённых выступлений.



Режим и упорство

Криштиану Роналду и Майкл Фелпс показывают разные пути к вершине, но у них есть общее: режим, упорная работа и стремление улучшить результат каждый день. Их истории вдохновляют школьников не сдаваться после первых трудностей.

4

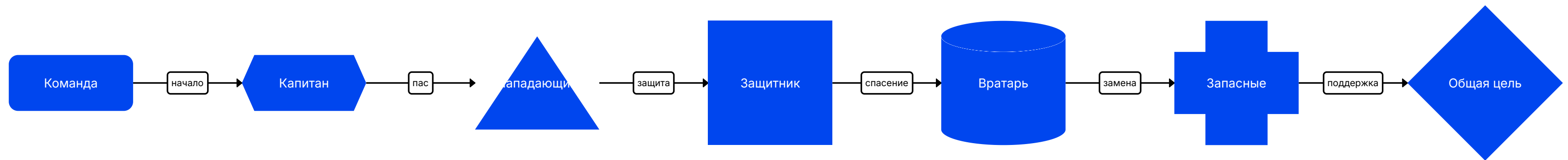
основные формы школьного спорта помогают
сделать занятия разнообразными
и интересными.

Материал UNIT 8 «Sport in Our Life»

Четыре формы школьного спорта — урок, секция, соревнование и День здоровья — дают каждому возможность попробовать себя в движении и команде.

Как работает команда

Роли игроков и взаимодействие в команде: поддержка, слушание, честная игра и общая цель.



Вопросы 5W1H для мини-чтения

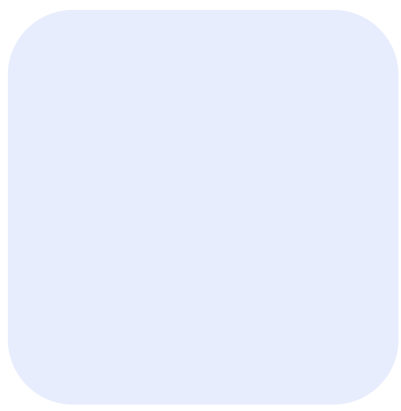
Шаг 1: читаем

Короткий текст помогает ответить на вопросы Who? What? Where? When? Why? и How?.
Ученики ищут в нём главное и отвечают одним полным предложением, не теряя смысл.

Шаг 2: отвечаем

Картинка или мини-диалог делают проверку похожей на реальную ситуацию. Можно спросить, кто играет, где проходит матч и почему команда выигрывает, а затем обсудить ответ с классом.





Спорт начинается с привычки

UNIT 8 показывает, что спорт развивает тело, характер и умение работать вместе. Повторите ключевые слова и напишите 6–8 предложений о своём любимом виде спорта по образцу.

