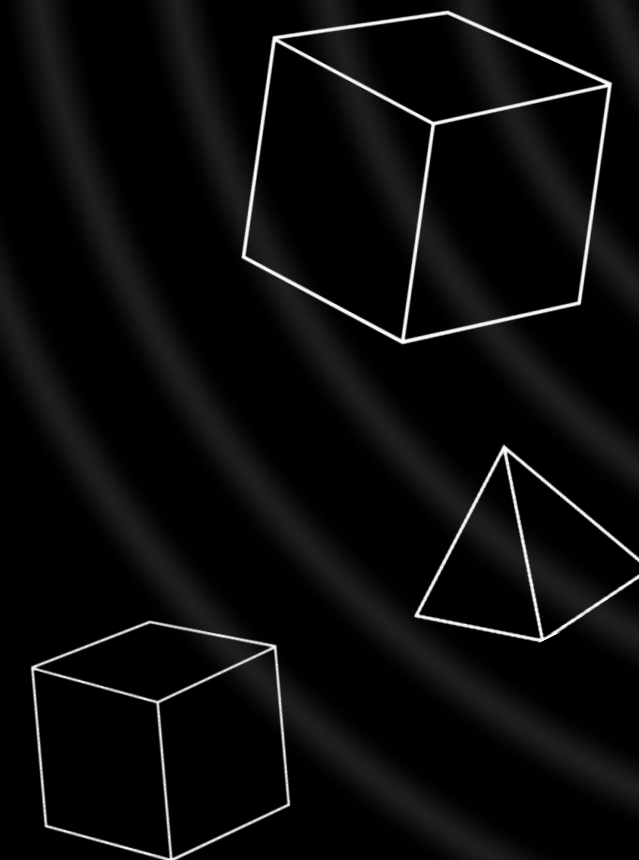


Phobias & Fears: тема урока английского языка в 7 классе

Изучаем страхи, эмоции и способы говорить о них по-английски.



Почему страхи и фобии нужны в английском

Эта тема помогает говорить о чувствах, понимать тексты и уверенно отвечать в диалоге. Ученики учатся сравнивать эмоции, использовать точные слова и описывать личный опыт в понятной форме.



Ключевая лексика темы: fear, afraid, scared, frightened, anxious

Fear

Fear обозначает страх как чувство или опасение. Это существительное, поэтому оно часто описывает саму эмоцию, а не конкретный предмет: a fear of dogs, a fear of the dark.

Afraid

Afraid обычно используется в конструкции be afraid of. Она помогает сказать, чего именно человек боится: I'm afraid of spiders, I'm afraid of speaking in class.

Scared

Scared передаёт сильный испуг и чаще звучит в разговорной речи. Это слово удобно для описания живой реакции на ситуацию, например: I'm scared of the noise at night.

Frightened

Frightened тоже означает сильный страх, но звучит чуть более формально. Его используют, когда хотят подчеркнуть серьёзность переживания: She was frightened by the sudden sound.

Anxious

Anxious связано не столько с испугом, сколько с тревогой и ожиданием неприятного события. Это слово полезно, когда речь идёт о волнении перед тестом или выступлением.

Слова темы и их смысловые связи

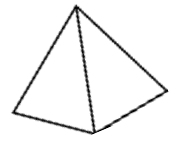
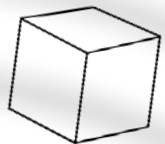
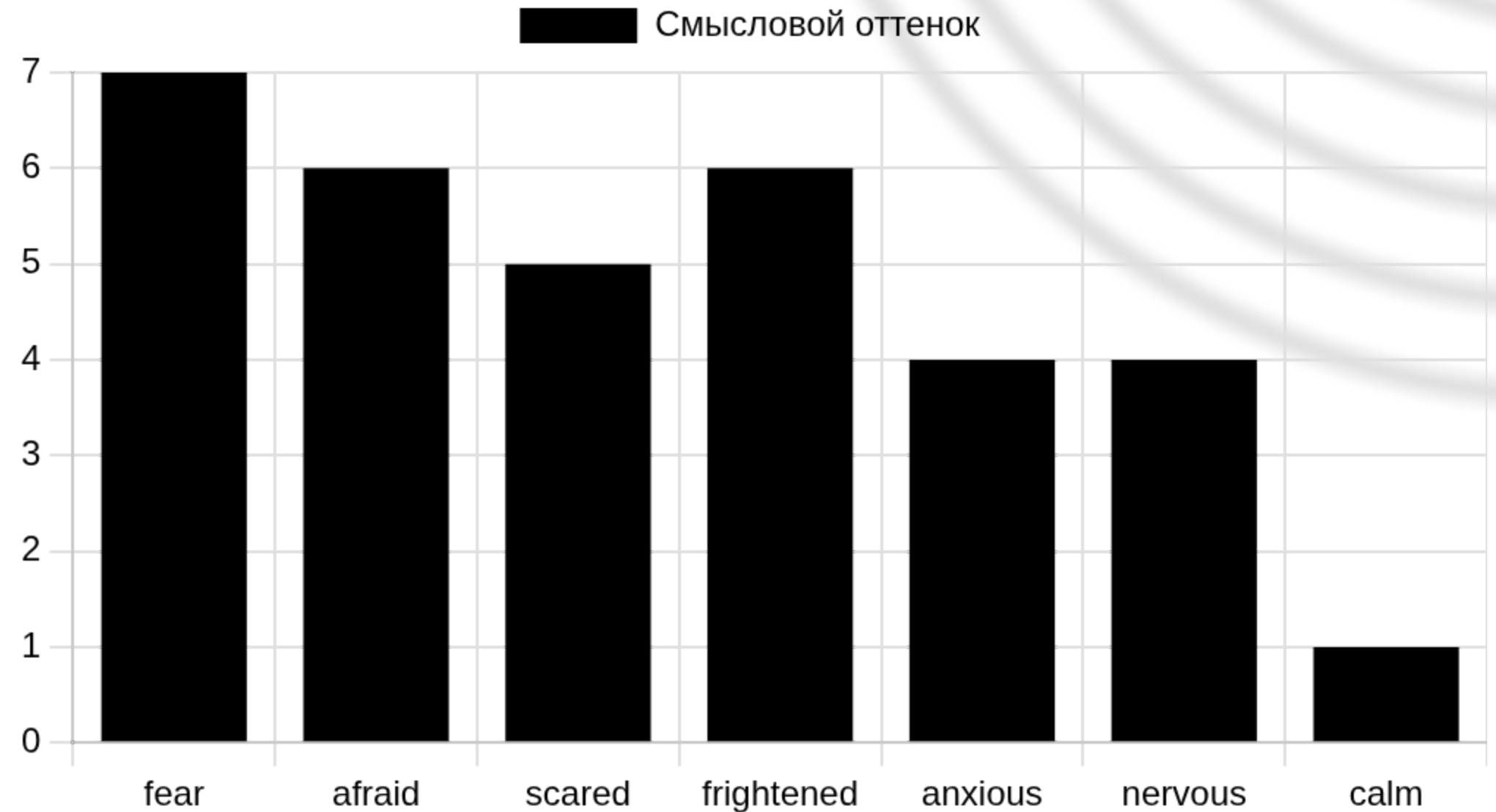


Диаграмма показывает, как слова различаются по значению, а не только по переводу. Это помогает выбирать нужное слово в зависимости от ситуации и силы эмоции.



Fear и afraid связаны с самим страхом, scared и frightened — с реакцией, anxious и nervous — с тревогой.



Как выглядят эмоции страха в речи и на картинке

Короткие ответы

Когда человек волнуется, он часто отвечает короче обычного. Речь становится менее связной, появляются паузы, а смысл передаётся простыми словами без длинных объяснений.

Повторы и усиление

При страхе люди нередко повторяют слова или используют *very, really* и *so*. Такие усилители помогают передать сильное чувство: *I'm very nervous, I'm really scared*.

Тело и голос

Страх слышен в интонации и заметен по поведению: голос становится тише, речь замедляется, человек держится за вещи и старается выглядеть спокойнее.



Конструкция be afraid of и типичные примеры

1

Основная модель

Конструкция be afraid of помогает сказать, чего именно человек боится. После of обычно стоит существительное или форма -ing: afraid of dogs, afraid of flying.

2

Примеры из школы

Эта модель особенно полезна в школьных ситуациях: I'm afraid of speaking in public, He is afraid of making mistakes, They are afraid of tests.

3

Что важно помнить

Afraid не употребляется без предлога of, если за ним идёт объект страха. Поэтому правильно говорить I'm afraid of spiders, а не I'm afraid spiders.

4

Связь со словом fear

Fear как существительное тоже выражает страх, но строится иначе: a fear of heights, a fear of the dark. Это помогает не путать форму и значение.

Сравнение выражений страха и волнения в английском

Слово	Значение	Пример	Уровень
fear	страх	a fear of tests	сильный
afraid	боится	afraid of spiders	сильный
nervous	волнуется	nervous before a test	средний

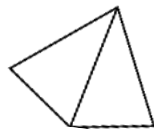
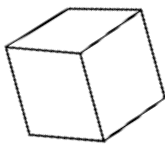


Таблица помогает увидеть, как меняется смысл в зависимости от слова и ситуации.

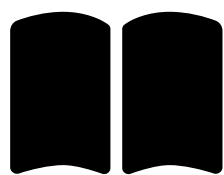


Не все слова обозначают одинаковую эмоцию: fear и afraid описывают страх, nervous — волнение, calm — противоположное состояние.

Как построить ответ о своих страхах

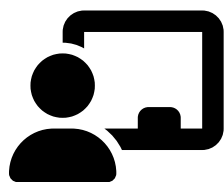
Последовательность для короткого устного ответа в 4–5 предложений

Школьные ситуации, в которых появляется страх



Чтение вслух

На уроке английского ученики часто волнуются, когда нужно читать перед классом. Страх связан с ошибками, незнакомыми словами и вниманием одноклассников.



Ответ у доски

Выход к доске может вызывать напряжение, особенно если нужно быстро говорить по-английски. В такой ситуации ученику важно вспомнить знакомые фразы и говорить спокойно.



Контрольная работа

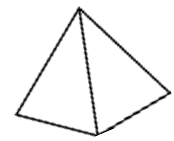
Перед проверочной работой страх часто связан с ожиданием оценки. Ученики переживают из-за времени, заданий и возможных ошибок, поэтому им нужны простые слова для описания состояния.



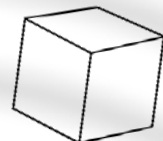
Выступление перед классом

Короткая презентация или диалог у доски могут пугать не меньше, чем тест. Здесь особенно полезны выражения nervous, afraid of and scared of, чтобы рассказать о своих чувствах.

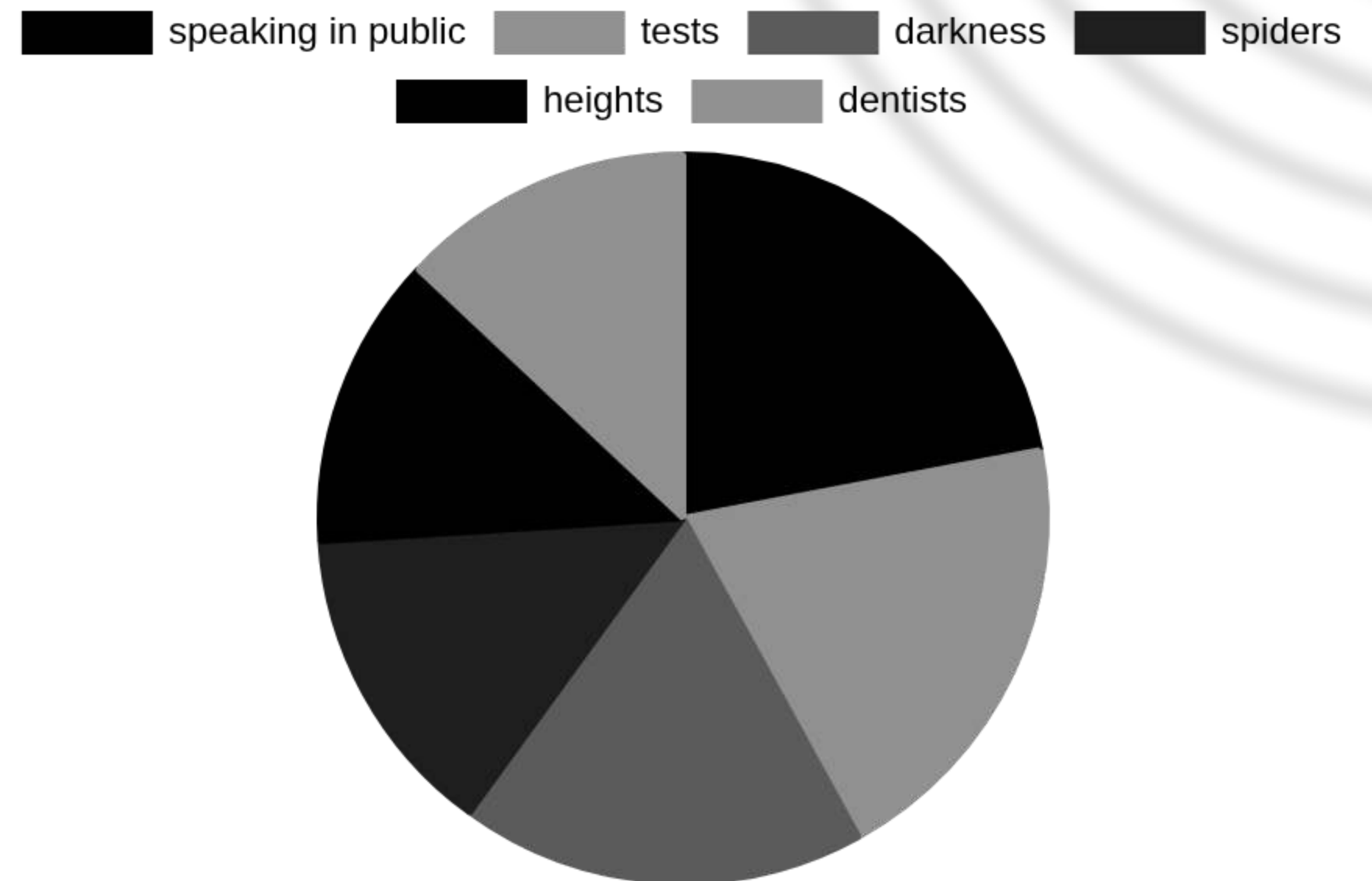
Самые распространённые страхи у подростков



Круговая диаграмма показывает знакомые школьникам ситуации и личные страхи. Такой формат помогает быстро увидеть, что волнует подростков чаще всего.



Лидируют страхи, связанные с выступлением и учёбой; далее идут бытовые и личные страхи, которые легко обсудить в классе.



Физические признаки страха и тревоги

Сердцебиение

Когда человек пугается, сердце начинает биться чаще, дыхание становится неровным, а тело напрягается. По-английски это можно описать как fast heartbeat и short breaths.

Потливость и дрожь

Страх часто вызывает sweating и shaking: ладони становятся влажными, а руки могут слегка дрожать. Такие признаки легко заметить и назвать простыми словами в устном ответе.

Сухость во рту

При сильном волнении человеку бывает трудно говорить: появляется dry mouth, голос звучит тише, а паузы становятся длиннее. Это помогает показать связь эмоции и речи.

Напряжение в теле

Нервозность отражается в плечах, позе и движениях. Ученик может зажаться, опустить взгляд или сжимать руки. Такие детали делают описание чувства более точным.

Неловкость речи

Когда человек frightened или anxious, ему сложнее подбирать слова и строить длинные фразы. Поэтому в теме важно учиться говорить коротко, ясно и без лишнего стресса.

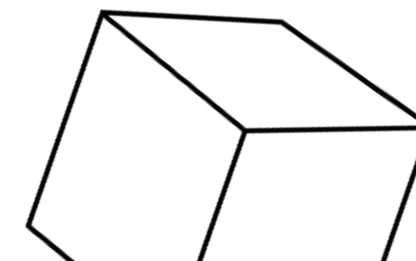
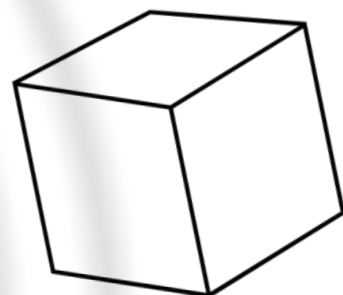


3

**ярких примера помогают сразу увидеть,
что фобия — это не просто страх,
а конкретный и устойчивый вид боязни.**

Три базовых примера — arachnophobia, claustrophobia и acrophobia — показывают, как английский язык называет очень определённые страхи через словообразование.

Материал урока по теме Phobias & Fears



Примеры распространённых фобий на английском

Фобия	Объект	Пример
arachnophobia	spiders	He has a fear of spiders.
claustrophobia	small spaces	She is afraid of small spaces.
acrophobia	heights	He is afraid of heights.
hydrophobia	water	She has a fear of water.
trypanophobia	needles	He is afraid of needles.

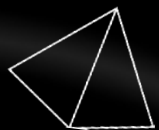
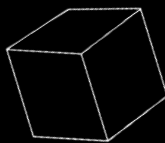


Таблица показывает, как называются фобии, чего именно человек боится и как это сказать простым английским предложением.

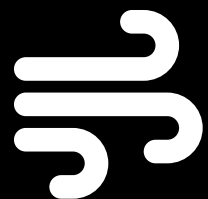


Все примеры строятся по одной модели, поэтому ученикам легко подставлять новое слово и говорить о страхах без сложной грамматики.

Как страх закрепляется через избегание

Схема показывает типичный цикл реакции: пугающая ситуация сначала вызывает страх, а затем избегание временно снижает напряжение.

Как говорить о способах справиться со страхом



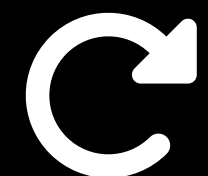
Дышать спокойно

Фраза *breathe slowly* помогает описать первый шаг к успокоению. Она показывает, что человек контролирует дыхание и старается снизить напряжение перед трудной ситуацией.



Поговорить с кем-то

Выражение *talk to someone* подходит, когда поддержка другого человека помогает почувствовать себя увереннее. В школьных ситуациях это может быть друг, учитель или родитель.



Сделать паузу

Фраза *take a break* полезна, когда нужно немного отойти от стресса и собраться с мыслями. Она звучит естественно в разговоре о школьных делах.



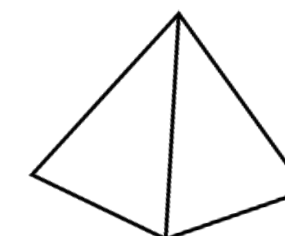
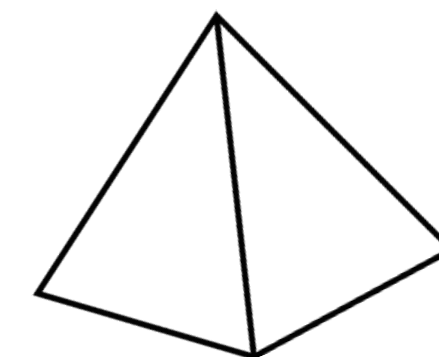
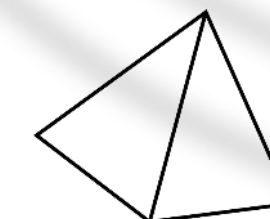
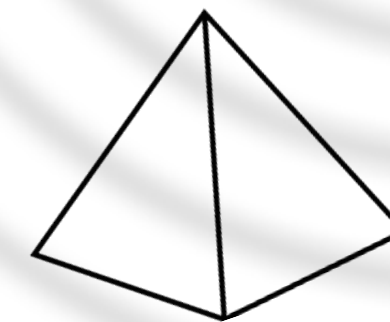
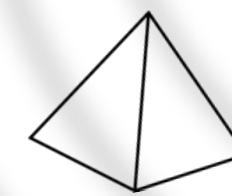
Снять напряжение

Выражение *listen to music* подходит для описания спокойного способа отвлечься. Оно показывает, что ученику помогает привычное и приятное действие после волнения.

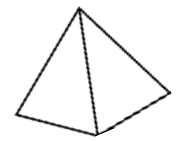


Попросить помощи

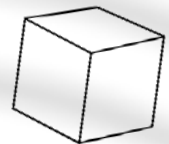
Фраза *ask for help* особенно важна, когда страх мешает справиться самостоятельно. Она учит говорить о поддержке просто и вежливо, без лишних объяснений.



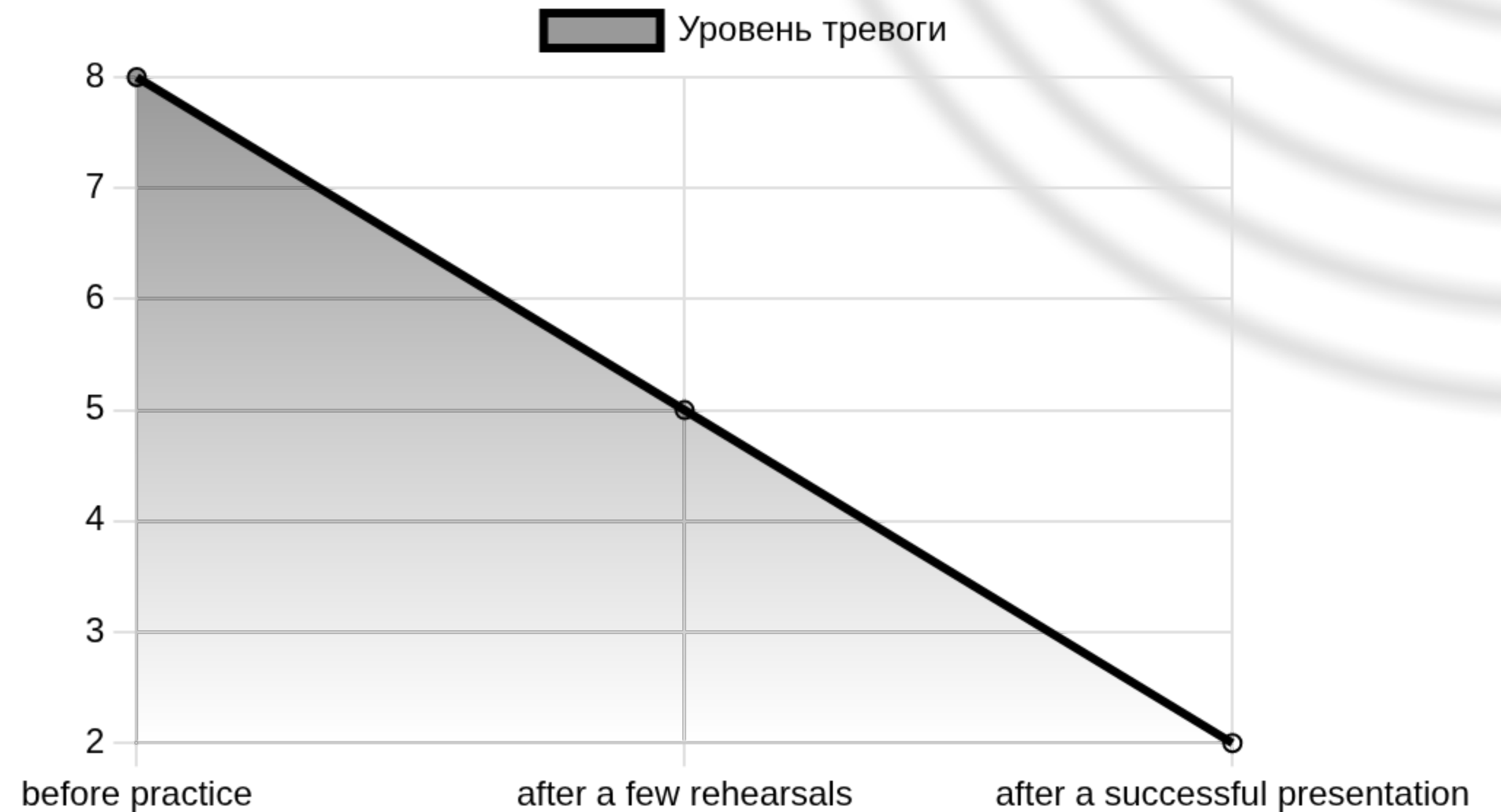
Страх перед выступлением: от сильного волнения к уверенности

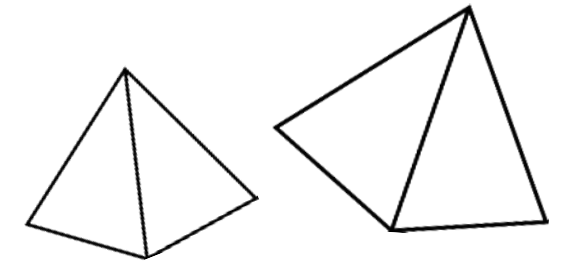
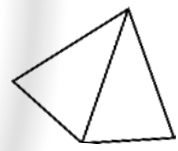


Перед выступлением тревога часто связана не только с языком, но и с вниманием одноклассников. Регулярная подготовка помогает снизить страх говорить вслух.



Чем больше повторений и практики, тем ниже уровень тревоги и тем увереннее становится ответ у доски.





Мини-диалог о страхах на уроке английского

Вопрос о страхе

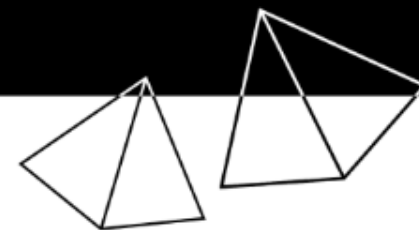
Диалог можно начать с простого вопроса What are you afraid of? Он помогает быстро перейти к теме и назвать конкретный объект, ситуацию или действие без длинного вступления.

Короткий ответ

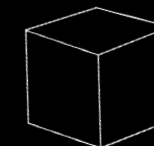
Ученик отвечает кратко: I'm afraid of speaking in public или I'm nervous before tests. Такие фразы звучат естественно и подходят для устного упражнения в 7 классе.

Продолжение разговора

Дальше можно спросить Are you scared of insects? и дать уточнение I'm not scared of them, but I dislike them. Это тренирует точность и вежливый разговор.



Типичные ошибки при употреблении слов темы



1

Пропуск предлога of

После afraid почти всегда нужен предлог of: I'm afraid of dogs. Неполный вариант I'm afraid dogs звучит неправильно и мешает передать точный смысл страха.

2

Неверный предлог с nervous

Слово nervous обычно употребляется с about: I'm nervous about the test. Предлог from в этой конструкции не используется, поэтому его важно запомнить отдельно.

3

Путаница scared и scary

Scared описывает чувство человека, а scary — то, что вызывает это чувство. Поэтому правильно сказать I'm scared of the dog, но The dog is scary.

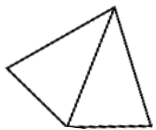
4

Смешение похожих выражений

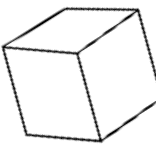
Фразы be afraid of, be scared of и be nervous about не означают одно и то же. Различие между ними помогает сделать речь естественной и точной.

Проверка лексики и грамматических моделей темы

Элемент	Форма	Пример
afraid of	be afraid of	I'm afraid of mice.
nervous about	be nervous about	She is nervous about the test.
fear	noun	Fear makes him quiet.



Краткая таблица помогает быстро проверить, как правильно использовать ключевые слова и конструкции в предложении.



Точность предлога и формы слова важнее длины ответа: именно она делает высказывание понятным и естественным.

Итоги урока: страхи и фобии на английском языке

На уроке ученики научились различать fear, afraid, scared, frightened, nervous и anxious, говорить о своих чувствах и описывать способы успокоиться. Теперь тема звучит просто и по-английски естественно.