

Unit 2. Be active! — английская лексика о движении и здоровом образе жизни

Учимся говорить об активности, спорте,
здоровье и привычках каждый день.



Где тема «Be active!» встречается каждый день

Мы слышим эту лексику на уроках, переменках, прогулках и в кружках. Когда слово сразу связано с действием и картинкой, его легче запомнить и использовать в коротких фразах: I play football, I go for a walk, I ride my bike.



Основные английские слова по теме движения



Вода и спорт

Глагол swim нужен, когда речь идёт о плавании, а play football — о командной игре. Такие сочетания легко использовать в устной речи, потому что они звучат коротко и ясно.



Полезные привычки

Выражение do exercise и слова active, healthy, strong, fun помогают говорить не только о спорте, но и о хорошем самочувствии. Это удобная лексика для описания образа жизни.



Бег и прыжки

Слова run и jump помогают назвать самые простые действия. Они часто встречаются в подписях к картинкам и в коротких предложениях, где важно быстро понять, что делает человек.



Движение в городе

Слова walk и ride a bike подходят для рассказа о дороге в школу, прогулке или поездке по парку. Они связаны с повседневной жизнью и легко запоминаются через личный опыт.



Активность и игра

Глагол dance часто сочетается с идеей движения и настроения. Вместе с другими словами темы он помогает ученикам составлять простые фразы и подписывать яркие картинки без лишних сложностей.

Лексика темы «Be active!» и примеры употребления

Слово	Перевод	Пример	Действие
run	бегать	I run	бег
swim	плавать	I swim	вода
ride a bike	ездить на велосипеде	I ride a bike	велосипед

Учебная лексика раздела Unit 2.

В таблице собраны слова из раздела Unit 2, их перевод и простые примеры употребления в коротких фразах.

Один и тот же глагол часто используется в очень коротком предложении с I, что делает тему удобной для устной речи.

Действия в картинках: как слово связано с движением



На спортивной площадке

Мальчик быстро бежит по дорожке, а рядом девочка высоко прыгает через линию. Подписи к таким картинкам могут быть очень простыми: He runs. She jumps. Слово и движение запоминаются одновременно, если ребёнок видит действие в знакомой школьной ситуации.



Игры с мячом и командой

На площадке дети играют в футбол и баскетбол, передают мяч и двигаются вместе. Для таких изображений подходят короткие фразы: They play football. They play basketball. Визуальная сцена помогает отличить командные игры от индивидуальных действий.



Прогулка и велосипед

В парке ребёнок идёт пешком или едет на велосипеде по дорожке. Здесь удобно использовать подписи He walks. She rides a bike. Такие картинки показывают повседневную активность и делают новые слова понятными без длинного объяснения.

Какие виды активности чаще встречаются у школьников

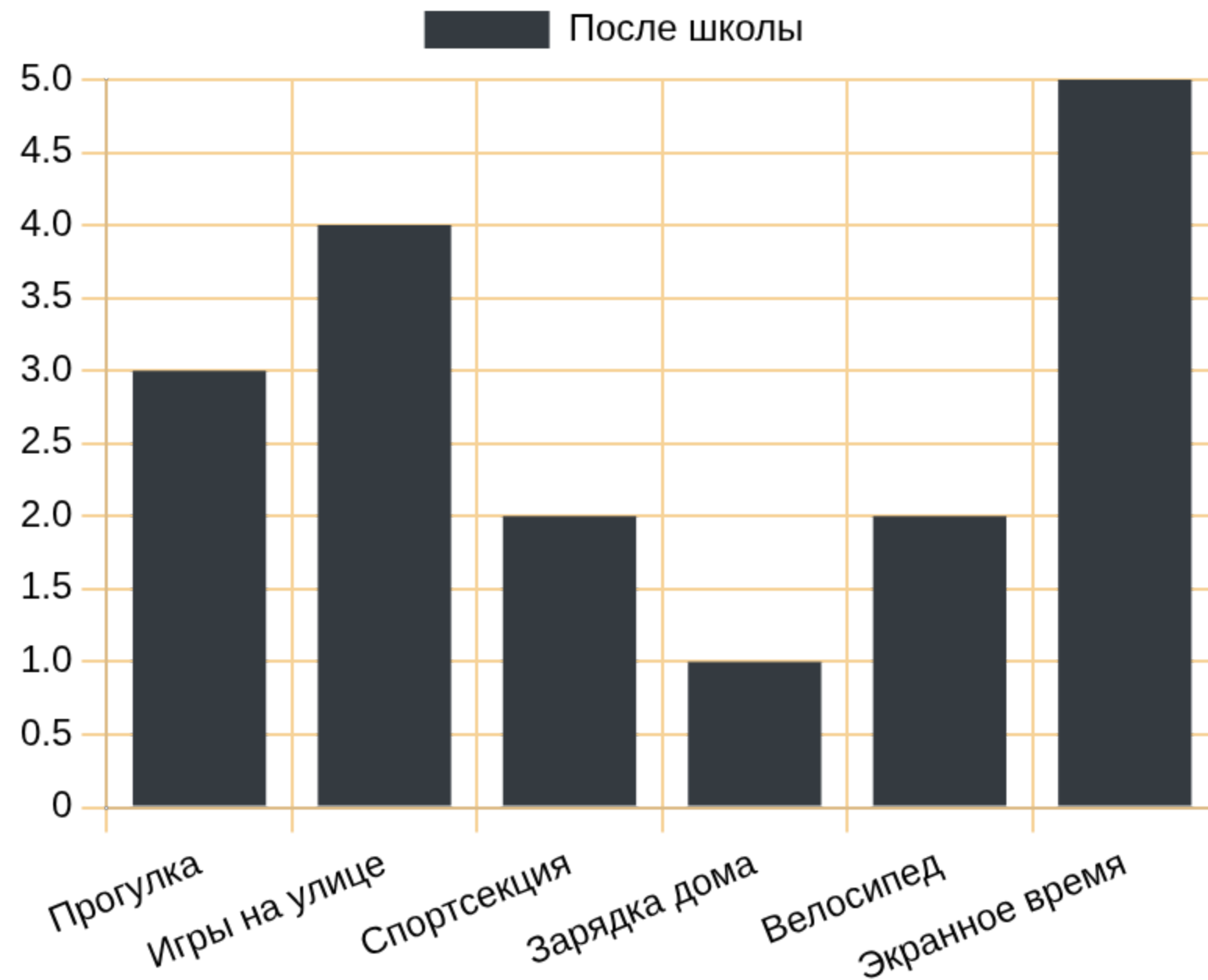


Диаграмма показывает, как дети обычно распределяют время после уроков и где можно добавить короткое движение.

Даже небольшая активность может заменить часть пассивного времени и закрепить лексику урока в реальной жизни.

Учебная иллюстративная диаграмма по теме Unit 2.

Present Simple в теме «Be active!»

Привычки каждый день

Present Simple нужен, когда мы говорим о регулярных действиях. В теме активности он помогает описать дорогу в школу, занятия после уроков и привычки на выходных без лишних сложностей.

1

Примеры с местоимениями

Часто используются короткие предложения: I walk to school. He plays football after school. She does exercise in the morning. We ride bikes on weekends. Они звучат естественно и легко запоминаются.

2

Окончание -s

В третьем лице единственного числа к глаголу обычно добавляется -s: plays, runs, jumps, swims. Это важное правило, потому что оно показывает, кто именно выполняет действие в предложении.

3

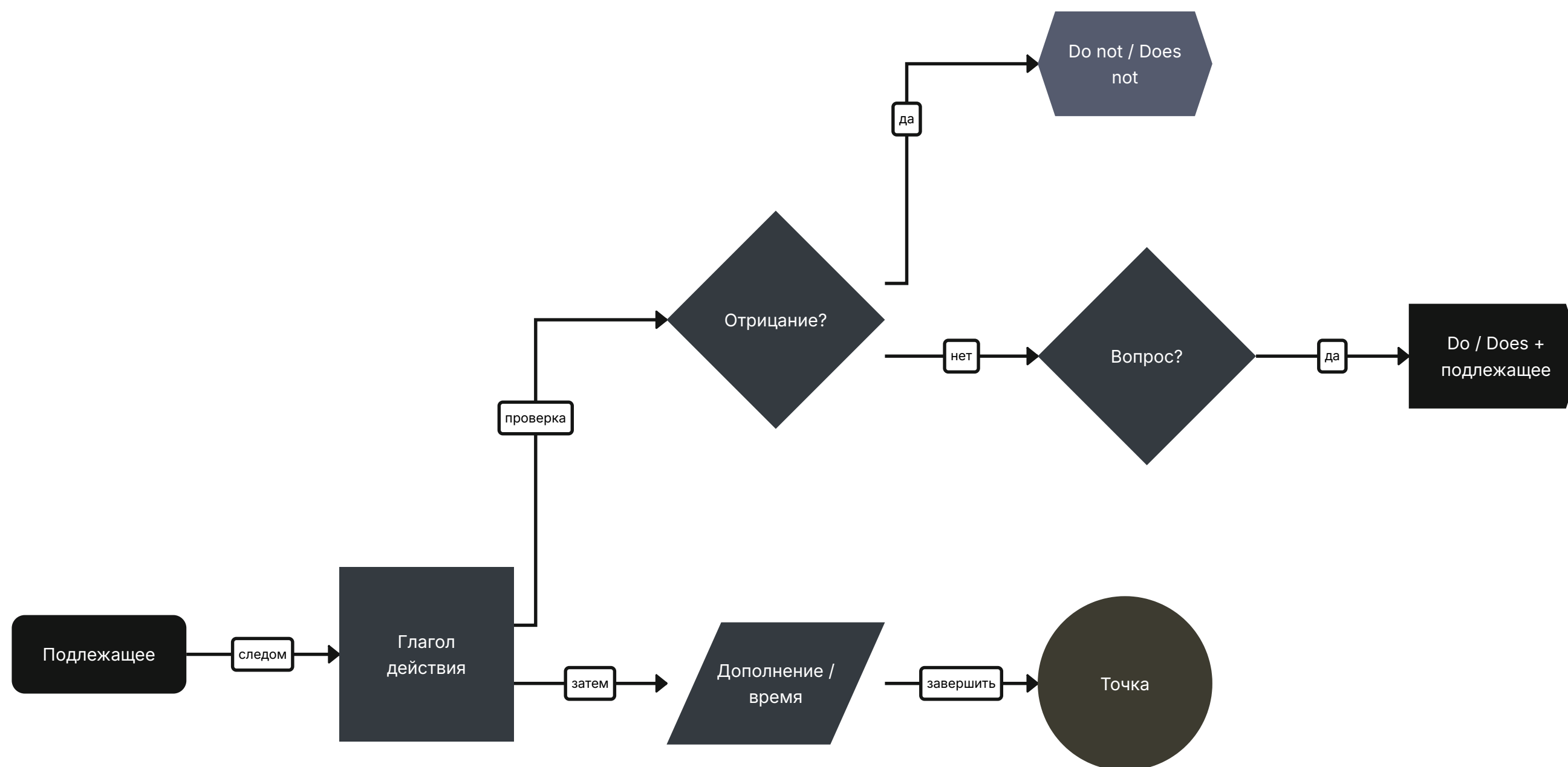
Почему это полезно

Когда ученик умеет строить такие фразы, он может рассказать о своём дне, привычках семьи и любимых занятиях. Это делает тему не только языковой, но и жизненно понятной.

4

Как составляется простое предложение о действии

Схема построена на типичных предложениях темы Unit 2 и показывает основные шаги, отрицание и вопрос.



Как говорить о любимом занятии

Сказать о предпочтении

Фразы I like football и I love dancing помогают быстро выразить симпатию к активности. Они простые, поэтому их легко использовать в коротком ответе на уроке или в паре.

Назвать любимый вид спорта

Конструкция My favourite sport is swimming позволяет точнее сказать, что нравится больше всего. Она удобна для устного ответа, потому что соединяет знакомое слово favourite с темой спорта.

Задать вопрос однокласснику

Вопрос Do you like basketball? помогает начать короткий диалог. После него достаточно ответа Yes, I do. или No, I don't., чтобы разговор был завершённым и понятным.

Использовать знакомую лексику

В этих фразах встречаются слова из темы движения и спорта, поэтому ученику не нужно учить новый длинный текст. Достаточно собрать уже знакомые слова в простое высказывание.

Школьные виды спорта и активные игры



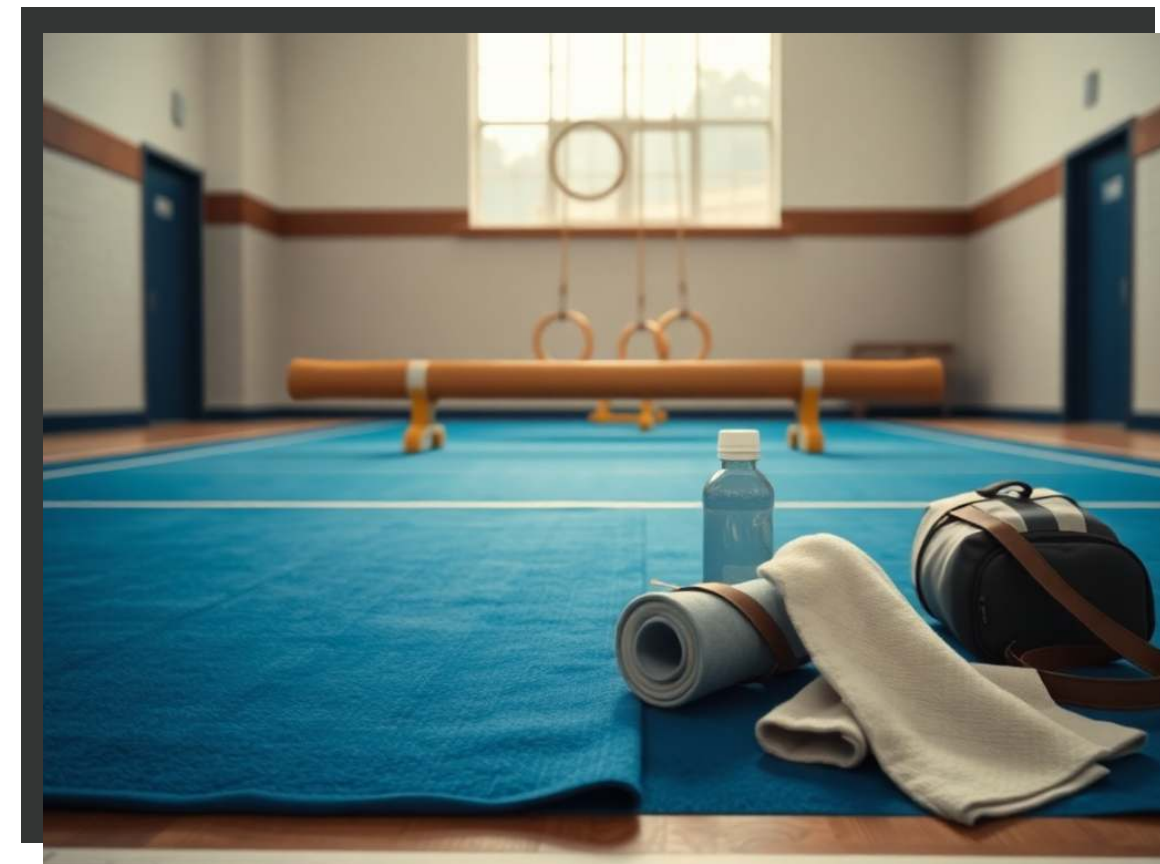
Урок физкультуры

В спортивном зале дети играют в футбол, баскетбол и волейбол, бегают и выполняют упражнения. Для таких сцен особенно подходят фразы с play: play football, play basketball, play volleyball. Картинка помогает увидеть, что командные игры в английском языке называются через play.



Активность на перемене

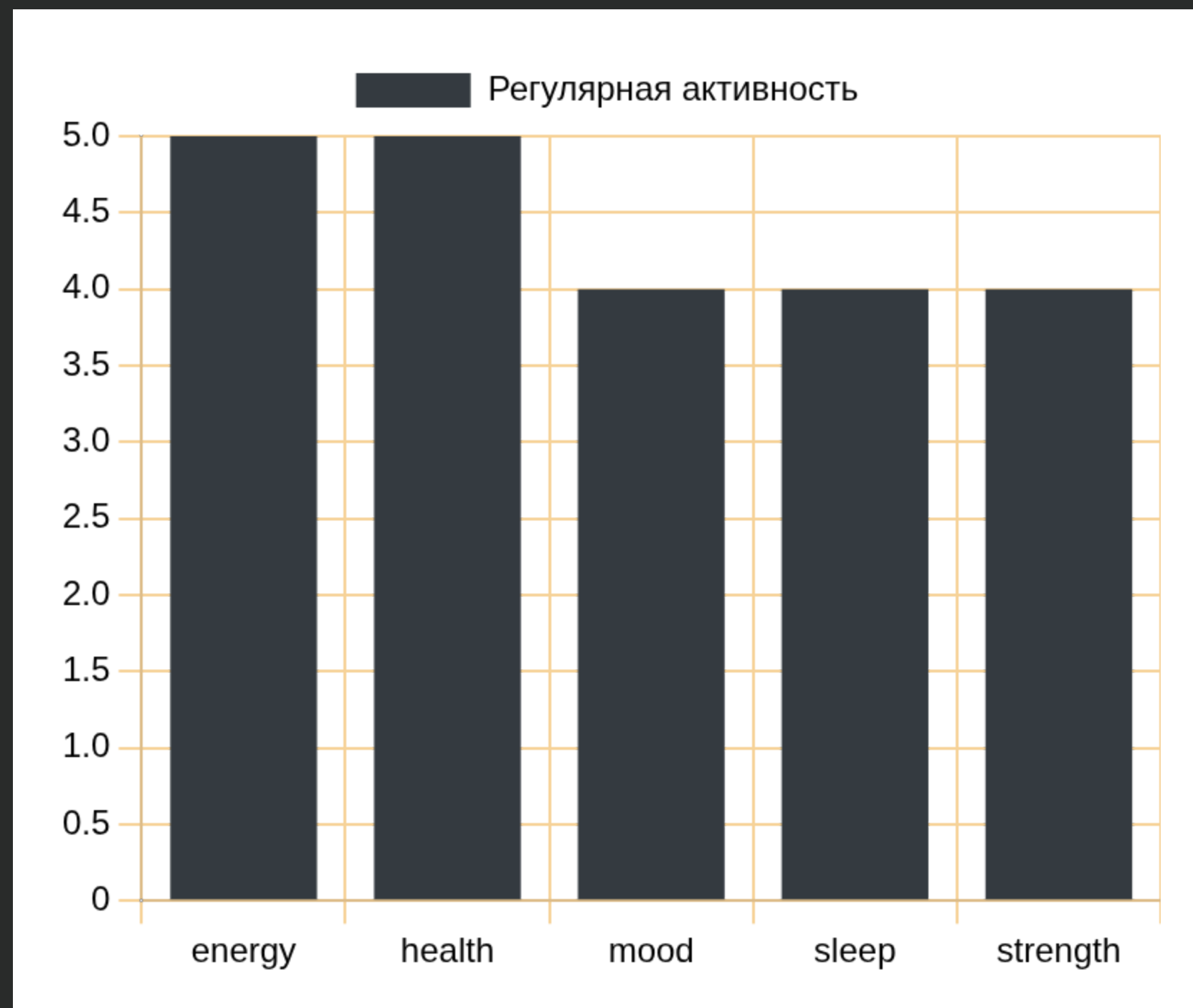
На школьном дворе ученики прыгают через скакалку, бегают по площадке и танцуют под музыку. Это хороший пример для слов running, skipping, dancing и gymnastics. Такая иллюстрация показывает, что движение бывает не только на уроке, но и в свободное время.



После школы

После занятий дети идут в секцию или играют во дворе с друзьями. Один ученик может писать: I play football, другой — I do gymnastics. Такая ситуация помогает связать школьную жизнь с реальными привычками и разными видами активности.

Что даёт регулярная активность



Активность помогает использовать слова *healthy, strong, active* и *happy* в реальных ситуациях, когда речь идёт о самочувствии и привычках.

Регулярное движение поддерживает энергию, здоровье и настроение, а также делает сон спокойнее и помогает чувствовать себя сильнее.

Иллюстративная схема по теме Unit 2 «Be active!»

Полезные фразы для разговора о здоровье и режиме дня



Keep moving!

Эта реплика подходит, когда нужно продолжать активность и не сидеть слишком долго. Она помогает связать английский язык с простым и понятным призывом к действию.



Get enough sleep

Выражение показывает, что отдых тоже важен для здоровья. В 5 классе его удобно использовать вместе с темой распорядка дня и полезных привычек дома.



Stay active!

Фраза напоминает, что движение важно каждый день, даже если нет тренировки. Её можно сказать другу, однокласснику или использовать как короткий совет на уроке.



Drink water

Короткая фраза о полезной привычке легко запоминается и часто встречается в теме здоровья. Она подходит для разговора о режиме дня, прогулке и спорте.



Go outside

Эта фраза помогает говорить не только о спорте, но и о прогулках на свежем воздухе. Она особенно полезна, когда нужно описать активный выходной или перемену.

Слова и выражения для урока: перевод и пример

English	Русский	Пример
active	активный	We are active.
healthy	здоровый	We are healthy.
run	бегать	I run every day.

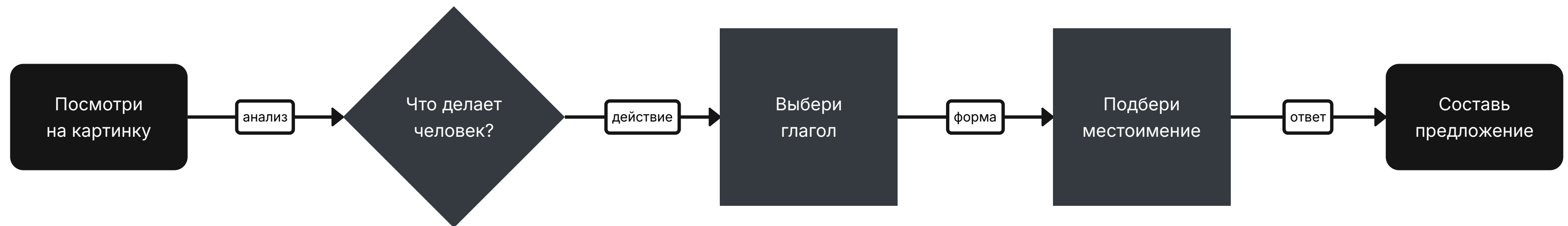
Короткая таблица объединяет слова о движении, спорте и здоровом образе жизни с простыми примерами, которые можно использовать в устной речи и подписи к картинкам.

Слова темы легко соединяются с простыми предложениями и помогают описывать действия, привычки и состояние человека без сложных конструкций.

Лексика раздела Unit 2 «Be active!»

Как выбрать подходящее действие для описания картинки

Последовательность помогает соотнести изображение с нужным английским глаголом и построить короткое предложение.



Мини-диалоги по теме Unit 2

01

После школы

В коротких диалогах удобно спрашивать о привычках и занятиях после уроков. Ответы строятся просто: I play football, I go for a walk, I do exercise.

02

Предпочтения

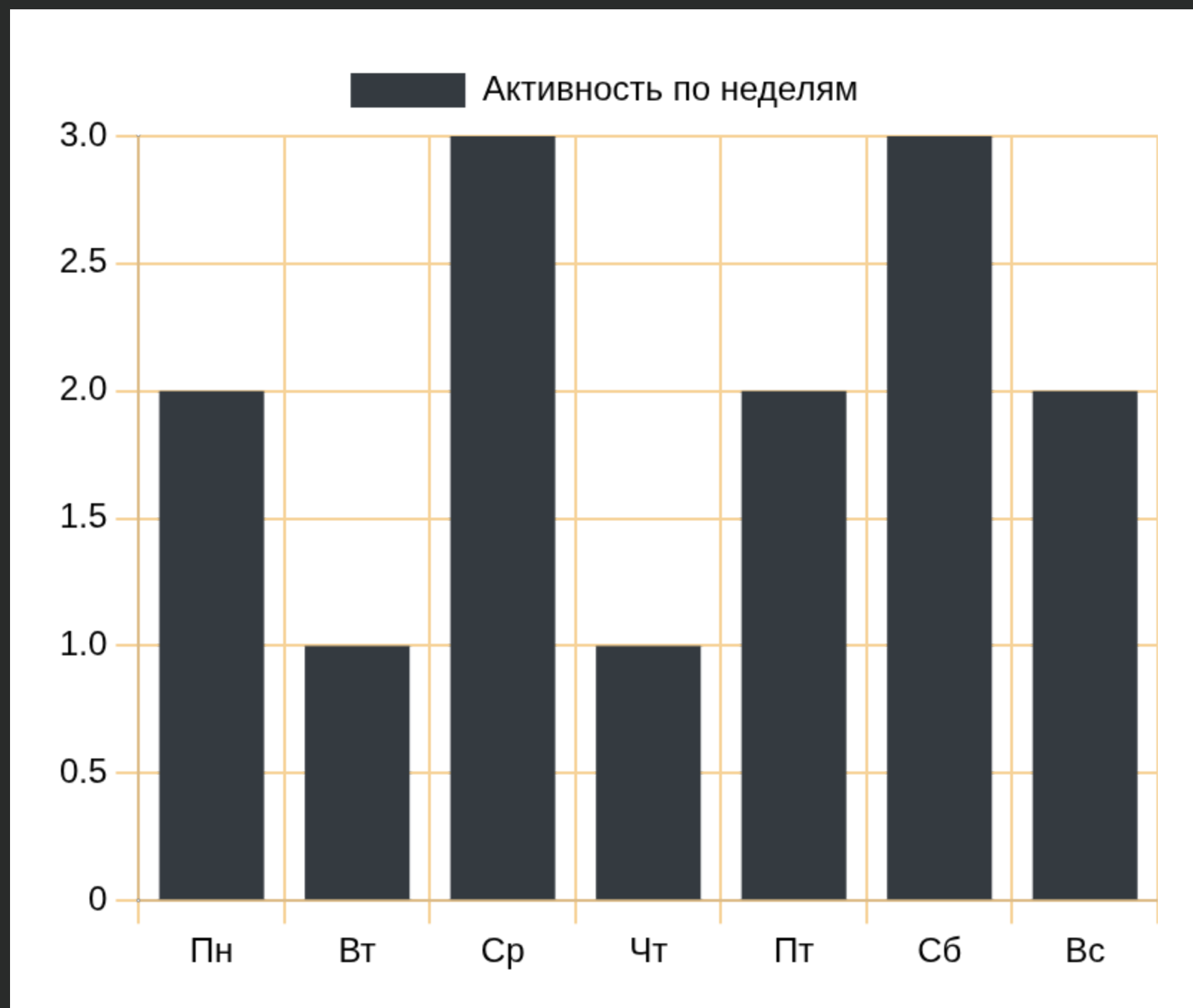
Вопросы Do you like swimming? и Do you like basketball? помогают говорить о любимых видах активности. Краткие ответы Yes, I do. и No, I don't запоминаются быстро.

03

Умения и повторение

Фраза Can you ride a bike? показывает, как в теме используются не только действия, но и умения. Такие диалоги тренируют вопрос, ответ и повторение знакомой лексики.

Как распределяется активность в течение недели



Небольшие ежедневные занятия легче встроить в расписание, чем редкие длинные тренировки, поэтому слова темы повторяются естественно и без перегрузки.

Даже короткая активность в разные дни недели поддерживает привычку двигаться и даёт больше поводов использовать лексику урока.

Иллюстративная схема по теме Unit 2 «Be active!»

Как запомнить слова быстрее: движение и повторение

Повторяй вслух

Произнесение слов помогает лучше запомнить звучание и порядок букв. Короткие повторения по 2–3 слова удобно делать в начале и в конце урока.

Соотносить слово и картинку

Если рядом есть изображение действия, ученик быстрее понимает значение глагола. Такой приём особенно полезен для слов run, jump, swim, walk и ride a bike.

Использовать карточки

Небольшие карточки с переводом или картинкой подходят для быстрой тренировки дома и в классе. Их можно раскладывать, группировать и проверять в паре.

Игры с движением

Игры «покажи действие» и «назови действие» связывают слово с телесным движением. Это делает урок живым и помогает запоминать лексику без механического заучивания.



Пример личного словарика по теме «Be active!»

Word	Перевод	Мой пример
run	бегать	I run.
swim	плавать	I swim.

Личный словарик ученика по теме Unit 2

Личный словарик помогает записывать новые слова, перевод и собственные примеры, чтобы возвращаться к ним дома и на уроке.

Короткие записи помогают быстро повторять лексику, видеть прогресс и уверенно использовать слова в своих предложениях.

Что должен уметь ученик после изучения темы

Знать слова

Ученик узнаёт и правильно произносит основные слова по теме активности, спорта и здоровья, а также понимает их значение в подписях к картинкам и коротких репликах.

1

Строить предложения

Он составляет простые фразы в Present Simple: I walk, He plays, We ride bikes. Такие предложения помогают говорить о привычках и повседневных действиях.

2

Задавать вопросы

Школьник может спросить о любимом занятии и ответить кратко: Do you like swimming? — Yes, I do. Это развивает диалогическую речь и уверенность в общении.

3

Применять в речи

Ученик использует слова темы в собственных примерах и коротких сообщениях о себе: I like football, I am active, We play in the park.

4

Итог: английский язык помогает говорить об активной и здоровой жизни

Unit 2 показывает, как простые английские слова и фразы помогают рассказывать о движении, спорте и полезных привычках. Лексика и грамматика работают вместе в понятных высказываниях.