

Unit 6:-Staying Healthy



أهداف الوحدة

****تعلم المفردات:** كلمات تتعلق بأنماط الحياة الصحية والأمراض-

****القواعد** استخدام **"should/shouldn't"** لإعطاء النصائح

****استخدام المصدر لغرض معين (Infinitive of Purpose).**

****المهارات .**

****الاستماع:** فهم تسلسل الأحداث في القصص البسيطة

****القراءة:** استخراج معلومات محددة من الحوارات والنصوص القصيرة

****التحدث:** مناقشة أسلوب الحياة الصحي وتمثيل الأدوار

الكتابة: كتابة نصوص بسيطة عن الموضوعات اليومية

****التركيز على كيفية دمج الجمل باستخدام "I need to" و "going to" للتعبير عن الأهداف والخطط**

التعبير عن الاحتياجات والخطط المستقبلية.

Vocabulary : أنماط الحياة الصحية .

Word	Arabic meaning
Do exercise:	ممارسة الرياضة
Eat a balanced diet	: تناول نظام غذائي متوازن
Avoid junk food	تجنب الوجبات السريعة
Fit	لائق بدنياً
Healthy	صحي
Relax	استرخاء
Unfit	غير لائق بدنياً
Unhealthy	غير صحي

****الأمراض**

Word	Arabic meaning
A cold	زكام
A cough	سعال
A headache	الم رأس / صداع
A high temperature	حرارة مرتفعة
A rash	طفح جلدي
A runny nose	سيلان الأنف

A sore throat	التهاب الحلق
A stomachache	ألم معدة
A toothache	ألم الأسنان
An earache	ألم الأذن
Dizzy	دوار
Sick	مريض

**** .النطق**

Word	Arabic meaning	Word	Arabic meaning
Balanced	متوازن	unbalanced	غير متوازن
Healthy	صحي	unhealthy	غير صحي
Fit	لائق	unfit	غير لائق
Regular	منتظم	irregular	غير منتظم
Resistible	مقاوم	irresistible	غير مقاوم
Responsible	مسؤول	irresponsible	غير مسؤول

Grammar**القواعد

1. Should/Shouldn't

إعطاء نصائح:

You should go to the doctor's (يجب أن تذهب للطبيب).

You shouldn't eat junk food (لا يجب أن تأكل طعامًا غير

صحي).

2. Infinitive of Purpose (المصدر لغرض معين):

مثال:

He went to the supermarket to buy fruit

(ذهب إلى السوبر ماركت ليشتري الفاكهة).

2. استخدام "I need to" للتحدث عن الأمور التي تحتاج إلى القيام بها.

استخدام "I'm going to" للتعبير عن خطط مستقبلية مرتبطة بهذه الاحتياجات.

مثال :- e.g

I need to be fit and healthy. I'm going for a walk .

.twice a day

→ لياقتي و صحتي مهمة، لذا أخطط للمشي مرتين يوميًا.

**I need to buy some trainers. I'm going to the sports .
shop**

→ أحتاج لشراء حذاء رياضي، لذا سأذهب إلى محل الأدوات الرياضية.

**I need to eat a balanced diet. I'm going to eat less .
junk food**

→ أحتاج إلى نظام غذائي متوازن، لذا سأقلل من تناول الأطعمة غير الصحية.

**I need to buy some vegetables. I'm going to the .
greengrocer's**

→ أحتاج لشراء الخضروات، لذا سأزور محل الخضار.

الكلمات الجديدة:

fit and healthy	لائق وصحي
balanced diet	نظام غذائي متوازن
junk food	أطعمة غير صحية
sports shop	محل أدوات رياضية
greengrocer's	محل خُضار

Worksheet

Q1:- Write  the meaning:-

Word	Arabic meaning
Fit	
Relax	
A sore throat	
Unhealthy	
A runny nose	

Q2:- Choose the correct word:-

1. To stay healthy, you should (eat/eats) a balanced diet.
2. He has (a headache/a runny nose).
3. She is feeling (fit / unhealthy) after doing exercise.

Q3:-Complete the sentences using (Should. / Shouldn't)

1. You _____ do exercise every day.
2. You _____ eat too much junk food.
3. He _____ visit a doctor if he feels sick.

Q4:- Rewrite the sentences using the Infinitive of Purpose: أعد كتابة الجملة باستخدام

1. He goes to the gym. (to exercise).

2. She went to the doctor. (to check her health).

Q5:-Complete the following sentences using "I need to" and "I'm going to".

1. I need to be fit and healthy. I'm going to

2. I need to buy some vegetables. I'm going to

3. I need to eat a balanced diet. I'm going to

Q6:-Choose the correct answer.

1. I _____ eat healthy food. (need to / going to)

2. I'm _____ buy a new bag. (need to / going to)

3. I _ finish my homework today. (need to/ going to)

Sickness: should / shouldn't

Draw a line from the picture to the correct health advice

You shouldn't watch TV when
you have a headache

You shouldn't eat candy when
you have a toothache

You should stay in bed when you
have a high temperature

You should cover your mouth
when you cough

You should eat soft food when
you have a sore throat

You should use a tissue when you
have a runny nose

You should take some medicine
when you feel sick



Created by Susana Palomo

Good health is a crown the healthy wear that only the sick can see.

Unit 4 A Healthy Life

Lesson 1: Finding Out Time P. 26

Objective:

I can talk about healthy food using Should and shouldn't .

Choose :

1 - I (should - shouldn't) get up early .



2 - I (should - shouldn't) drink a lot of water.



3 - I (should - shouldn't) eat too much junk food .



4 - I (should - shouldn't) do some exercise .



5 - I (should - shouldn't) play too many computer games .



6 - I (should - shouldn't) drink too much soda.



T. Amal AL-Ragis

Name

Class

No

should/shouldn't

คำสั่ง ให้นักเลือก should หรือ shouldn't เติมในประโยคให้ถูกต้อง



1. He _____ play a lot of video games.



2. He _____ brush his teeth.



3. You _____ wash your hands often.



4. We _____ eat a lot of vegetables.



5. You _____ drink a lot of soda.



6. Children _____ drink coffee.



7. You _____ eat a lot of chocolate.



8. It's raining. They _____ take an umbrella.



9. You _____ watch a lot of TV.



10. We _____ drink a lot of water.