

# شرح وتلخيص وترجمة الوحدة 6

## Staying healthy

لِمَادَةِ الْلُّغَةِ الْأَنْجَلِيزِيَّةِ

الصَّفَ الْخَامِسُ الْفَصْلُ الثَّانِي



## Unit 6 Staying healthy

### Vocabulary

Illnesses	الأمراض
A cold	نزلة برد
A cough	سعال / كحة
A headache	صداع
A high temperature	ارتفاع درجة الحرارة / حمى
A rash	طفح جلدي
A runny nose	سيلان الأنف
A sore throat	التهاب / ألم الحلق
A stomachache	ألم المعدة
A toothache	ألم الأسنان
An earache	ألم بالأذن
Dizzy	دوخة
Sick	مريض
Healthy lifestyles	
Do exercise	يمارس التمارين
Eat a balanced diet	يتناول غذاء متوازن
Eat junk food	يأكل الوجبات الصحيحة
Fit	لائق بدنياً
Healthy	صحي
Relax	يسترخي
Unfit	غير لائق بدنياً
Unhealthy	غير صحي
Pronunciation	
Balanced	متوازن
Unbalanced	غير متوازن

Healthy	صحي
Unhealthy	غير صحي
Fit	لائق بدنياً (نحيف)
Unfit	غير لائق بدنياً (سمين)
Regularly	منتظم
Irregularly	غير منتظم
Resistible	يمكن مقاومته
irresistible	لا يمكن مقاومته
Responsible	مسؤول
Irresponsible	غير مسؤول

Complete the sentences with the suitable word from the box.

responsible    unhealthy    runny nose    headache

1. When you have a bad \_\_\_\_\_, your head hurts a lot.

2. Eating too much junk food is \_\_\_\_\_ for your body.

3. If your nose has water coming out, you have a \_\_\_\_\_.

4. A student who does his homework on time is \_\_\_\_\_.

# Grammar

ينبغي / لا ينبغي Should / Shouldn't

We use should and shouldn't when we give advice or say what is right and what is wrong.

تستخدم should و shouldn't عندما نعطي نصيحة أو نقول ما هو الصح وما هو الخطأ

صيغة القاعدة (Form)

\*Affirmative الاثبتات

Subject + should + base verb

The verb stays in the base form (no s – no ed – no ing).

ال فعل يبقى بالمصدر بدون إضافات بجميع صيغه (الاثبات والنفي والسؤال) .

e.g. you should go to the doctor's.

\*Negative النفي

Subject + shouldn't + base verb

e.g. you shouldn't shout in class.

\*Question السؤال

Should + subject + base verb.....?

e.g. Should he study every day?

Yes, he should. / No, he shouldn't.

## Exercises

### Complete the sentences with should or shouldn't

1. You \_\_\_\_\_ eat too much sugar.
2. He \_\_\_\_\_ spend more time studying for the exam.
3. They \_\_\_\_\_ have left early yesterday.
4. We \_\_\_\_\_ call our parents more often.
5. She \_\_\_\_\_ take her medicine when she feels sick.
6. I \_\_\_\_\_ tell him the truth.
7. He \_\_\_\_\_ ask for help if he needs it.
8. We \_\_\_\_\_ submit the homework on time.
9. You \_\_\_\_\_ eat breakfast every day.
10. They \_\_\_\_\_ show respect to their teachers.
11. I \_\_\_\_\_ wake up earlier tomorrow.
12. He \_\_\_\_\_ drink more water during the day.
13. We \_\_\_\_\_ clean our room before guests arrive.
14. She \_\_\_\_\_ join the class on time.
15. They \_\_\_\_\_ exercise regularly for good health.

## Reading

After reading the passage page (24) answer the following questions.

1. Where do many primary schools have Healthy Food Day?

.....

2. Who decides what food students should bring?

.....

3. What kinds of food are usually included on Healthy Food Day?

.....

4. What do students do on Healthy Food Day?

.....

Write (True) or (False) :

1. Healthy Food Day happens only once a year. (True or False )

2. Students work together and share meals on Healthy Food Day. (True or False )

 Find out from the text:

(Noun): .....

(Verb): .....

(Adjective): .....

(Preposition): .....

(Pronoun): .....

(Article): .....

## ترجمة النص صفة 24 Translation of the text 24

**CULTURE**

**Lesson 9**

**Healthy Food Day !**

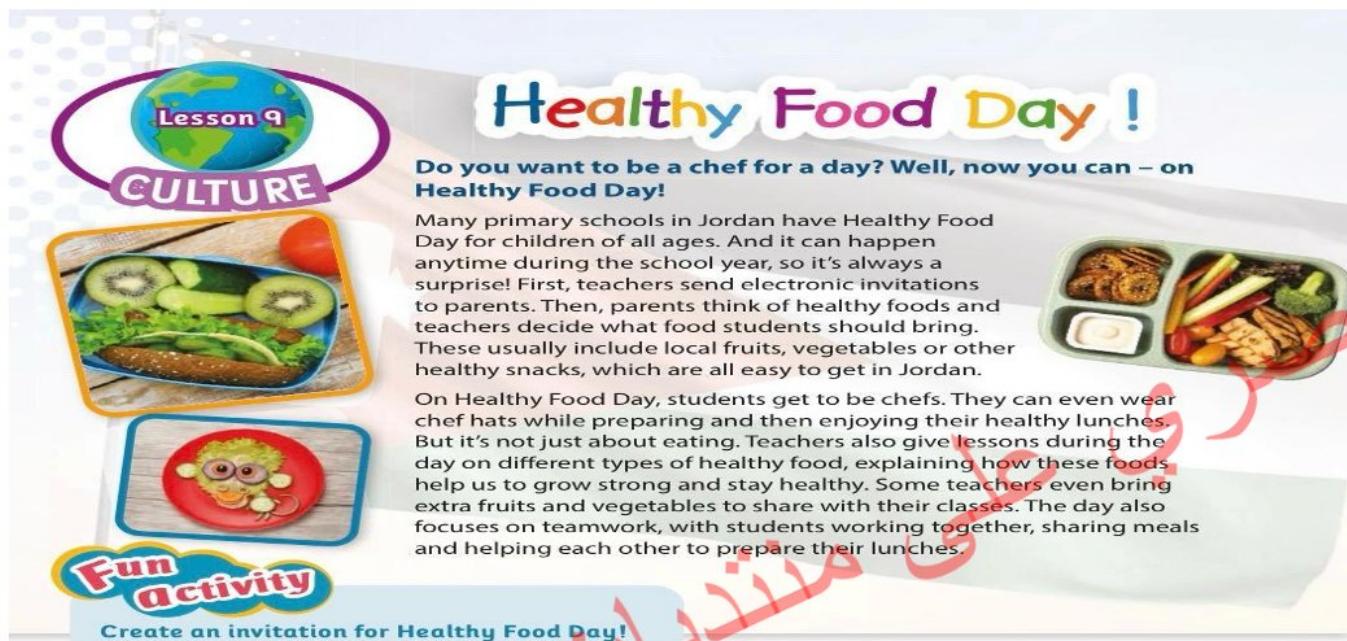
**Do you want to be a chef for a day? Well, now you can – on Healthy Food Day!**

Many primary schools in Jordan have Healthy Food Day for children of all ages. And it can happen anytime during the school year, so it's always a surprise! First, teachers send electronic invitations to parents. Then, parents think of healthy foods and teachers decide what food students should bring. These usually include local fruits, vegetables or other healthy snacks, which are all easy to get in Jordan.

On Healthy Food Day, students get to be chefs. They can even wear chef hats while preparing and then enjoying their healthy lunches. But it's not just about eating. Teachers also give lessons during the day on different types of healthy food, explaining how these foods help us to grow strong and stay healthy. Some teachers even bring extra fruits and vegetables to share with their classes. The day also focuses on teamwork, with students working together, sharing meals and helping each other to prepare their lunches.

**Fun Activity**

Create an invitation for Healthy Food Day!



**الدرس 9**

**الثقافة**

**يوم الطعام الصحي!**

هل ترغب في أن تكون طاهياً ليوم واحد؟ حسناً، يمكنك الآن ذلك - في يوم الطعام الصحي!

نقوم العديد من المدارس الابتدائية في الأردن يوم الطعام الصحي للأطفال من جميع الأعمار. ويمكن أن يحدث في أي وقت خلال العام الدراسي، لذا فهو دائمًا مفاجأة! أولاً، يرسل المعلّمون دعوات إلكترونية إلى أولياء الأمور. ثم يفكّر أولياء الأمور في الأطعمة الصحية ويفرّغ المعلّمون الطعام الذي يجب على الطّلاب إحضاره. وتشمل هذه عادةً الفواكه والخضروات المحلية أو الوجبات الخفيفة الصحية الأخرى، والتي يسهل الحصول عليها جمّيعاً في الأردن.

في يوم الطعام الصحي، يصبح الطّلاب طاهيّاً، ويمكنهم حتى ارتداء قبعات الطاهي أثناء تحضير وجبات الغداء الصحية ثم الاستمتاع بها. لكن الأمر لا يقتصر على تناول الطعام فقط. يقدم المعلّمون أيضًا دروسًا خلال اليوم حول أنواع مختلفة من الأطعمة الصحية، ويشرّحون كيف تساعدنا هذه الأطعمة على النمو بشكل قوي والبقاء بصحة جيدة. حتى أن بعض المعلّمين يحضّرون فواكه وخضروات إضافية لمشاركتها مع فصولهم الدراسية. ويركز اليوم أيضًا على العمل الجماعي، حيث يعمل الطّلاب معاً وينشّرّون الوجبات ويساعدون بعضهم البعض في تحضير وجبات الطعام.

**نشاط ممتع**

أنشئ دعوة ل يوم الطعام الصحي!

