**Тема 2.6 Здоровье и спорт**

Лексика:

− лексика по теме (healthy-unhealthy, parts of body);

− правильное питание (diet, protein etc.);

− названия видов спорта (football, yoga, rowing, etc.);

-лексика по теме (running nose, catch a cold, etc.).

Грамматика:

− простое прошедшее время (образование и функции в действительном и страдательном залоге. Чтение и правописание окончаний в настоящем и прошедшем времени. Слова — маркеры времени)

− правильные и неправильные глаголы

Чтение: «Sport in our Life»

Устная речь: сообщение о здоровом образе жизни

Самостоятельное изучение темы: «Олимпийские игры»

План

I. Лексика:

− лексика по теме (healthy-unhealthy, parts of body);

− правильное питание (diet, protein etc.);

− названия видов спорта (football, yoga, rowing, etc.);

-лексика по теме (running nose, catch a cold, etc.).

1. to keep fit — быть в форме
2. healthy — полезный для здоровья
3. healthy way of life — здоровый образ жизни
4. unhealthy — вредный для здоровья
5. take care of health — заботиться о здоровье
6. food rich in vitamins — пища богатая витаминами
7. good / bad habit — хорошая / плохая привычка
8. get rid of a bad habit  — избавиться от плохой привычки
9. give up smoking — бросить курить
10. take up playing sports — заняться спортом
11. healthy diet-здоровое питание
12. protein foods- белковая пища
13. rowing- гребля
14. football-футбол
15. yoga-йога
16. running nose-насморк
17. catch a cold-простудиться

**II. Грамматика:** −простое прошедшее время (образование и функции в действительном и страдательном залоге. Чтение и правописание окончаний в настоящем и прошедшем времени. Слова — маркеры времени)

− правильные и неправильные глаголы

III. Работа с текстом **«Sport in our Life»**

1. Чтение и перевод текста.

2. Изучение лексики

**IV. Самостоятельное изучение темы: «Олимпийские игры»**

**V. Выполнение лексико-грамматических упражнений.**

I. Фонетика.

1. Особенности фонетического строя английского языка. Произношение гласных.

Каждый язык располагает определенным ограниченным числом звуков, из которых состоят все слова данного языка. Звуки произносятся в речи, а буквы служат для изображения звуков на письме.

Звуковой состав языка постоянно подвергается изменениям, тогда как буквенное изображение слов изменяется чрезвычайно медленно, поэтому буквенный состав слова лишь условно отражает его звучание.

В английском языке расхождение между звуковым и буквенным составом большое, так как английская орфография не менялась в течение очень долгого времени, тогда как звуковая форма языка претерпела значительные изменения. Расхождение между произношением и написанием слов в английском языке объясняется также и тем, что в английском языке 44 звука, а латинский алфавит, который используется в языке, имеет лишь 26 букв. Поэтому одна и также буква в разных положениях может читаться как несколько разных звуков. Для того чтобы точно обозначить звуковой состав слова и тем самым облегчить овладение произношением иностранного языка, пользуются так называемой фонетической транскрипцией, т.е. такой системой условных графических обозначений, в которых каждому звуку соответствует один определенный значок.

## **II. Грамматика: Употребление прошедшего простого времени**

Мы уже говорили, что простым временем ([Simple tense](https://www.learnathome.ru/grammar/present-simple.html" \o "простое настоящее время" \t "_blank)) мы обозначаем регулярные повседневные действия. Что касается прошедшего простого времени, то это, соответственно, регулярные действия в прошлом. Это также может быть какое-нибудь однократное короткое действие. В ситуации, когда вам неважно, сколько и когда оно происходило, вы также употребите Past Simple.

* I drank a glass of water.  
  Я выпил стакан воды.  
  Однократное действие в прошлом
* I went to work 6 days a week last year.  
  Я ходил на работу 6 дней в неделю в прошлом году.  
  Регулярное действие в прошлом.

Помните, что вспомогательный глагол для настоящего простого времени – это **do/ does**. А как вычислить вспомогательный глагол (без которого нельзя задать вопрос или высказать отрицание) для прошедшего простого? Очевидно, нужно поставить **do/ does** в прошедшее время. У нас получится **did**.

В прошедшем времени глагол после любого местоимения идет в одной и той же форме – c окончанием **–ed** или полностью меняет свою форму. В первом случае мы имеем дело с правильными глаголами, то есть теми, которые по правилу принимают окончание **–ed**. Во втором случае мы сталкиваемся с [неправильными глаголами](https://www.learnathome.ru/grammar/irregular-verbs.html): к ним нельзя прибавлять **–ed,** так как в прошедшем времени они должны полностью измениться. Именно это мы и наблюдаем с do**.** В прошедшем времени это не **doed** (как должно быть по правилу), а **did**, потому что **do** – это неправильный глагол.

**Образование прошедшего простого времени в английском языке**

А вот как определить, правильный (Regular) глагол или неправильный (Irregular)? К сожалению, ответ здесь будет однозначным: нужно просто выучить [список неправильных глаголов](https://www.learnathome.ru/grammar/irregular-verbs.html). Те, которые не попали в этот список, - правильные. Есть небольшая проблема: неправильных глаголов – около 200! А реально это цифра умножается на 3 (неправильный глагол имеет 3 формы: одна – настоящее время, вторая – прошедшее время, третья - причастие). Но есть и хорошая новость: список необходимых в повседневной жизни глаголов не так велик – почти в 2 раза меньше. Их и нужно в первую очередь знать.

**Маркеры прошедшего простого времени**

* **Yesterday** - вчера
* **The day before yesterday** - позавчера
* **The other day** – на днях
* **Last friday** – в прошлую пятницу
* **2 days ago** – 2 дня назад

Рассмотрим примеры предложений в прошедшем простом времени:

* Она вчера посмотрела телевизор.  
  She watched TV yesterday.
* Она вчера не посмотрела телевизор.  
  She did not watch TV yesterday.  
  She didn’t watch TV yesterday.
* Она вчера посмотрела телевизор?  
  Did she watch TV yesterday?  
  Yes, she did. / No, she didn’t.

Правильные глаголы в английском языке (regular verbs) – это те глаголы, прошедшая форма которых образуется по правилам, с помощью добавления окончания -ed. Неправильные глаголы в английском языке (irregular verbs) – это глаголы, прошедшая форма которых образуется не по правилам.

**III. Работа с текстом**

1. Read and translate the text **«Sport in our Life»**

People all over the world are fond of sports and games. Sport makes people healthy, keeps them fit, more organized and better disciplined. It unites people of different classes and nationalities. Many people do sports on their personal initiative. They go in for skiing, skating, table tennis, swimming, volleyball, football, bodybuilding, etc. All necessary facilities are provided for them: stadiums, sport grounds, swimming pools, skating rinks, skiing stations, football fields. Sport is paid much attention to in our educational establishments. Gymnastics is a part of children's daily activity in the kindergartens. Physical culture is a compulsory subject at schools and colleges. Professional sport is also paid much attention to in our republic. There are different sporting societies clubs and complexes. The most famous of them are the Olympic complexes "Luzhniki", "Dynamo" stadium, etc. They are used for international and world competitions.Practically all kinds of sports are popular in our republic but football; gymnastics and tennis enjoy the greatest popularity.

As for me, I go in for swimming. It needs mobility, liveliness and much energy. It keeps a person in a good form. I have been swimming for a 5 years. I get a real joy taking part in competitions or a simply swimming with my friends. Certainly, it`s a great distance between my manner of swimming and such favorites as Popov, but I do my training with great pleasure and hope to swim well as our best swimmers do.

Millions of people all over the world are fond of sports and games. Sport helps people to stay in good shape, helps to support health and prevents from illness. Sport makes them more organized and better disciplined in their daily activities. We've always paid great attention to sport in our schools, colleges and universities. You can hardly find a school without a gym or a sports ground. Every city and town has a few stadiums or swimming pools where local competitions are usually held. There are different sporting societies and clubs in Russia. Many of them take part in different international tournaments and are known all over the world. A great number of world records have been set by Russian sportsmen. Our sportsmen also win a lot of gold, silver and bronze medals in the Olympic Games.

2. Изучение лексики Learn the words:

|  |  |
| --- | --- |
| To be held | Проводиться |
| Emphasize | Выделять, делать упор |
| Contest | Соревнования |
| Javelin | Копье |
| Chariot | Колесница |
| Attach importance | Придавать значение |
| Abolish | Упразднить |
| Renew | Возобновить |
| Stand the test of time | Выдержать испытание временем |
| Ultimate | Окончательный |
| Anthem | Гимн |
| Torch | Факел |
| Motto | Девиз |
| Sportsmanship | Спортивное мастерство, честность |

**IV. Самостоятельное изучение темы: «Олимпийские игры»**

Read and translate the text

**The Olympic Games.**

In 776 the first Olympic were held at the foot of mount Olympus to honor the Greek chief god, Zeus. The Greeks emphasized physical fitness and strength in their education of youth. Therefore contests in running, jumping, discus and javelin throwing, boxing and horse and chariot racing were held in individual cites, and the winners competed every four years at mount Olympus. Winners were greatly honored by having olive wreaths placed on their heads and having poems sung on their deeds. Originally that were held as games of friendship, and any wars in progress were halted to allow the games take place.

The Greeks attached so much importance to these games that they calculated time in four-year cycles called “Olympiads”.

In 394 AD the games were abolished and were not renewed until many centuries later.

Renewal of the games came in 1896 when the first modern Olympic Games were held in Athens due to the French educator Barron Pierre de Coubertin. The first Olympiad was held in Athens and followed the pattern set by the ancient Olympic Games. Some events as marathon race, have been added, and the inclusion of women, and also the series of winter sports. Otherwise, the framework elaborated for the first Games, has stood the test of time. The modern Games have maintained the original ideal of amateurism.

In 1896 the International Olympic Committee was set up. It is the central policy-making body of the Olympic movement, formed by the representatives of participant countries. The IOC makes the ultimate decision as to the program of the Games, the number of participants and as to where the Games of the next Olympiad are to be held. The Games are allocated to a city, not to a country. Over 150 countries are represented in the IOC at present.

Much importance is attached to the opening ceremony. At the opening of the Games the International Olympic Committee appears as host. The national anthem of the host country is played, and all the participants march past the Lodge of Honor in the parade of Nations. The head of the host country declares the Games open, then the Olympic flag is raised and the Olympic hymn is sung. Looking at the Olympic flag the athletes take the Olympic Oath:

*We swear that we will take part in this Olympic Games in the true spirit of sportsmanship, and that we will respect the rules that govern them, for the glory of sport and the honor of the country.*

Then the Olympic flame is lit that will burn till the end of the Games. The Olympic Torch has been carried from Olympia by torch bearers, one for each kilometer.

The Olympic Flag has five colored interlaced rings, representing the five part of the world, on a white background. The motto of the Olympic Games is “Citius, Altius, Fortius” (Faster, Higher, Stronger).

Russia joined the Olympic movement in 1952. Since then Soviet sportsmen and sportswomen have collected a great deal of gold, silver and bronze medals, not to mention the numerous Olympic and world records they have broken. In 1980 Moscow hosted the 22nd Olympic Games.

The importance of the Olympic Games was well expressed by Coubertin: “The most important thing in the Olympic Games is not win, but to take part, just as the most important thing is not the triumph but the struggle”.

**V. Выполнение лексико-грамматических упражнений.**

1. Answer the questions

1. When did the first Olympic Game take place?
2. How often did the Olympic Games take place in the Ancient times?
3. What were the first competitions?
4. Who abolished the Olympic Games?
5. Where and when were the first modern Olympic Games held/
6. Who organizes the Olympic Games now?
7. Who usually opens the Games?
8. Who lights the Olympic flame?

2. Translate into English

1. Древние греки придавали большое значение физической форме.
2. Древние Олимпийские игры проводились в честь Зевса.
3. Древние Олимпийские игры включали соревнования по метанию диска и копья и многие другие виды соревнований.
4. Когда Олимпийские игры были возобновлены, за модель были взяты древние Олимпиады.
5. Дух любительского спорта древних олимпиад прошел проверку временем.
6. Был основан МОК, центральный орган, определяющий политику олимпийского движения.
7. Когда МОК принимает окончательное решение о месте проведения Олимпийских игр, он определяет город, а не страну-хозяйку Олимпиады.
8. После вступления России в олимпийское движение наши спортсмены собрали огромное число медалей и установили огромное количество рекордов.