

Live the Dream...Sleep More! p. 88 SB

Прочитай необходимые слова и фразы к тексту на стр. 88 в учебнике и запиши незнакомые слова в словарь.

Прочитай текст на стр. 88. Просмотри видеоролик с аудио к тексту.

8a	
boost (v) /bu:st/	повышать/стимулировать
catch up on sth (phr v) /kætʃ ʌp ɒn smθɪŋ/	догонять что либо
concentrate (v) /ˈkɒnsəntreɪt/	концентрироваться
familiar (adj) /fəˈmɪliə/	знакомый
full (adj) /fʊl/	полный
lack (n) /læk/	недостаток
on average (n) /ɒn ˈævərɪdʒ/	в среднем
performance (n) /pəˈfɔ:məns/	представление
routine (n) /ruːti:n/	рутина
sleep in (phr v) /sli:p ɪn/	сон в
snooze (v) /snu:z/	вздремнуть
solution (n) /səˈlu:ʃən/	решение
stomach (n) /ˈstʌmək/	желудок/живот
stress (n) /stres/	стресс
suffer from (phr)	страдать от
tiredness (n) /ˈtaɪədnəs/	усталость

Task 1

Снова прочитай текст и отметь выражения 1-6, как *T* (true) или *F* (false).

- 1 Teenagers think they get enough sleep.
- 2 Teenagers have the same sleeping habits as adults.

- 3 Sleep protects you from illnesses.
4 Sleeping less can improve your diet.
5 Technology can stop you from sleeping.
6 It's a good idea to keep the same bedtime.

Task 2.

Соотнеси слова. Напечатай рядом с цифрами в первом столбике правильную букву второго столбика, так что бы получились словарные фразы из текста

- | | |
|--|---------------------------|
| 1 ☐ suffer | a sleepy |
| 2 ☐ follow | b your problems |
| 3 ☐ feel | c your performance |
| 4 ☐ share | d from stress |
| 5 ☐ boost | e your dreams |