

Unit 1 – A LONG AND HEALTHY LIFESTYLE
(VOCABULARY AND GRAMMAR COLLECTION)

A. Vocabulary:

***Thứ tự của các từ vựng đang đi theo thứ tự xuất hiện trong sgk từ trên xuống dưới!**

Vocabulary	Type	Vietnamese meaning
1. Long time no see	(expression)	Lâu rồi không gặp!
2. Fit	(adj)	Vừa vặn, phù hợp
3. Healthy	(adj)	Khỏe mạnh
4. Work out	(phrasal verb)	Tập luyện
5. Fast food	(noun)	Đồ ăn nhanh
6. Stay up late	(expression)	Thức khuya
7. Life lesson	(noun)	Bài học cuộc sống
8. Balanced diet	(noun)	Chế độ ăn cân đối
9. Regular	(adj)	Đều đặn, thường xuyên
10. Exercise	(noun)	Bài tập, sự tập luyện
11. Importance	(noun)	Tầm quan trọng
12. Bad habits	(noun)	Thói quen xấu
13. Strength	(noun)	Sức mạnh
14. Enthusiasm	(noun)	Sự hăng hái
15. Treatment	(noun)	Sự điều trị
16. Muscle	(noun)	Cơ bắp
17. Suffer (from)	(verb)	Chịu đựng (bệnh tật)
18. Examine	(verb)	Kiểm tra

19.	Piece of flesh	(phrase)	Miếng thịt
20.	Movement	(noun)	Sự chuyển động
21.	Cure	(verb)	Chữa khỏi
22.	Illness	(noun)	Bệnh tật
23.	Injury	(noun)	Chấn thương
24.	Health problem	(noun)	Vấn đề sức khỏe
25.	Weight	(noun)	Cân nặng
26.	Headache	(noun)	Đau đầu
27.	Living condition	(noun)	Điều kiện sống
28.	Life expectancy	(noun)	Tuổi thọ
29.	Explanation	(noun)	Sự giải thích
30.	Healthy lifestyle	(noun)	Lối sống lành mạnh
31.	Active	(adj)	Hoạt động
32.	Suitable for	(phrase)	Phù hợp với
33.	Avoid	(verb)	Tránh, né tránh
34.	Electronic device	(noun)	Thiết bị điện tử
35.	Give off	(phrasal verb)	Phát ra
36.	Blue light	(noun)	Ánh sáng xanh
37.	Repetitive	(adj)	Lặp đi lặp lại
38.	Soft music	(noun)	Nhạc nhẹ nhàng
39.	Fresh	(adj)	Tươi mới
40.	Spread out	(phrasal verb)	Trải rộng, lan ra
41.	Fitness	(noun)	Sức khỏe, thể chất

42.	Cut down on	(phrasal verb)	Giảm bớt
43.	Product	(noun)	Sản phẩm
44.	Program	(noun)	Chương trình
45.	Skincare	(noun)	Chăm sóc da
46.	Development	(noun)	Phát triển
47.	Replace	(verb)	Thay thế
48.	Burn fat	(phrase)	Đốt cháy mỡ
49.	Routine	(noun)	Thói quen hàng ngày
50.	Contain	(verb)	Chứa đựng
51.	Why don't you	(phrase)	Tại sao bạn không....
52.	How about	(phrase)	Còn về việc....
53.	Don't forget to	(phrase)	Đừng quên....
54.	I'm pleased to	(phrase)	Tôi rất vui khi...
55.	Speed	(noun)	Tốc độ
56.	Treadmill	(noun)	Máy chạy bộ
57.	Bacteria	(noun)	Vi khuẩn
58.	Disease	(noun)	Bệnh tật
59.	Organism	(noun)	Cơ thể sống
60.	Diameter	(noun)	Đường kính
61.	Infectious disease	(noun)	Bệnh truyền nhiễm
62.	Tuberculosis	(noun)	Bệnh lao
63.	Food poisoning	(noun)	Ngộ độc thực phẩm
64.	Antibiotic	(noun)	Kháng sinh

65.	Germ	(noun)	Vi trùng
66.	Illness	(noun)	Bệnh tật
67.	Get into	(phrasal verb)	Bắt đầu làm gì đó
68.	Infected cell	(noun)	Tế bào bị nhiễm trùng
69.	Prevent	(verb)	Ngăn ngừa
70.	Get rid of	(phrase)	Loại bỏ