

Viết đoạn văn bằng tiếng anh về sức khỏe lớp 7

Trong bài học [unit 2 Health SGK tiếng anh 7](#) thì các em đã được tìm hiểu về những thông tin và từ vựng liên quan tới lĩnh vực sức khỏe, vậy để viết được đoạn văn bằng tiếng anh về sức khỏe thì hãy cùng Đọc tài liệu tham khảo một số mẫu dưới đây nhé:

Đoạn văn bằng tiếng anh về sức khỏe số 1

Being healthy should be a part of our lifestyle as a whole. Good health and a happy mind are priceless possessions that one can have. If one is healthy, he or she can always work on getting wealth, however, wealth without good health is useless.

Going on a daily walk, pursuing a hobby, staying fit, eating well can be various ways to maintain your health. It is necessary to live a healthy life to prevent chronic diseases and illnesses. It is also important to feel good about yourself and take care of your health for enhanced self-esteem and self-image. Good health brings us joy, happiness and gratefulness. Adopting a healthy lifestyle by doing what is right for your body hence becomes really important for us at a young age.

Dịch

Sống khỏe mạnh cần phải là một phần trong lối sống của chúng ta. Một sức khỏe tốt và tâm hồn vui vẻ là tài sản vô giá mà mỗi người muốn có được. Nếu một người khỏe mạnh, người đó luôn có thể làm việc để có được sự giàu có, tuy nhiên, sự giàu có mà không có sức khỏe tốt là vô ích.

Đi bộ hàng ngày, theo đuổi sở thích, giữ gìn sức khỏe, ăn uống điều độ có thể là những cách khác nhau để duy trì sức khỏe của bạn. Cần sống lành mạnh để phòng ốm đau, bệnh tật. Điều quan trọng là cảm thấy hài lòng về bản thân và chăm sóc sức khỏe của bạn để nâng cao lòng tự trọng và hình ảnh bản thân. Sức khỏe tốt mang lại cho chúng ta niềm vui, hạnh phúc và lòng biết ơn. Sống một lối sống lành mạnh bằng cách làm những gì phù hợp với cơ thể của bạn vì thế đã trở nên thực sự quan trọng đối với chúng ta khi còn trẻ.

Đoạn văn bằng tiếng anh về sức khỏe số 2

Health is not just about what you are eating or how you physically appear to be. It's also about what you are displaying in your behaviour, manifesting in your thoughts and speaking in your words. In today's era there is so much competition at every step in life where everyone wants to outperform the others, be it at school or office. Students start running this rat race since children where they fail to recognize the fact that their health comes first.

It is only when we are healthy that we can work to our best potentials. Health is a wealth even better than gold. One who does not have good mental health fails to maintain good physical strength and stamina.

Beside, the greatest source of happiness is spending quality time with loved ones. Hence, when you are very healthy, you will have more times and can enjoy these quality times completely.

So It is important to maintain a healthy lifestyle.

Dịch

Sức khỏe không chỉ nằm ở việc bạn đang ăn gì hay thể chất của bạn như thế nào. Nó cũng nói về những gì bạn đang thể hiện trong hành vi của mình, thể hiện trong suy nghĩ và cách nói của bạn. Trong thời đại ngày nay, có rất nhiều sự cạnh tranh ở mọi bước trong cuộc sống, nơi mọi người đều muốn vượt trội hơn những người khác, có thể là ở trường học hoặc văn phòng. Học sinh bắt đầu chạy cuộc đua chuôt này kể từ khi những đứa trẻ không nhận thức được sự thật rằng sức khỏe của mình là trên hết.

Chỉ khi khỏe mạnh, chúng ta mới có thể phát huy hết khả năng của mình. Sức khỏe là của cải thậm chí còn tốt hơn vàng. Người không có sức khỏe tinh thần tốt sẽ không duy trì được thể lực và sức chịu đựng tốt.

Bên cạnh đó, nguồn hạnh phúc lớn nhất là dành thời gian chất lượng cho những người thân yêu. Do đó, khi bạn rất khỏe mạnh, bạn sẽ có nhiều thời gian hơn và có thể tận hưởng những khoảng thời gian chất lượng này một cách trọn vẹn.

Vì vậy Điều quan trọng là phải duy trì một lối sống lành mạnh.

Đoạn văn bằng tiếng anh về sức khỏe số 3

It is a very old maxim that “Health is Wealth”. A healthy person can work with efficiency to earn wealth. The man who is not having a good health spends lots of money on medicines and doctors. He is never cheerful. That is why Health is Wealth.

Healthy body is always dependent on the healthy mind. So we have to take precautions for building up a good health. Besides, for maintaining good health we should always be away from the bad habits like smoking and drinking. We should have morning walk regularly, light exercise in fresh air and a stroll after dinner. We should not be jealous of others. We should always take balanced and nutritious diet. One should always develop the habits of cleanliness to keep healthy.

Dịch

Có một câu châm ngôn rất lâu đời rằng “Sức khỏe là vàng”. Một người khỏe mạnh có thể làm việc hiệu quả để kiếm được của cải. Người mà không có sức khỏe tốt sẽ phải tốn rất nhiều tiền cho thuốc men và bác sĩ. Họ sẽ không bao giờ vui vẻ. Đó là lý do tại sao lại nói Sức khỏe là Vàng.

Cơ thể khỏe mạnh luôn phụ thuộc vào tâm trí khỏe mạnh. Vì thế chúng ta phải đề phòng để xây dựng một sức khỏe tốt. Ngoài ra, để duy trì sức khỏe tốt, chúng ta nên luôn tránh xa các thói quen xấu như hút thuốc và uống rượu. Chúng ta nên thường xuyên đi bộ buổi sáng, tập thể dục nhẹ nhàng trong không khí trong lành và đi dạo sau bữa tối. Chúng ta không nên ghen tị với người khác. Chúng ta nên luôn có chế độ ăn uống cân bằng và bổ dưỡng. Một người nên luôn luôn phát triển thói quen sạch sẽ để giữ gìn sức khỏe.

Đoạn văn bằng tiếng anh về sức khỏe số 4

There is no doubt that health is wealth. A wealthy man with poor health cannot enjoy his life. All his wealth is useless for him. Money cannot buy health and happiness. On the other hand, a poor man with good health still can enjoy his life. A rich man with poor health cannot enjoy a sound sleep. He cannot enjoy good food. He spends his life under many precautions and preventions; On the other hand, a poor but healthy man lives a better life. He can work hard and enjoys a sound sleep. He does not spend sleepless and restless nights. He can eat whatever he wishes. Thus, a poor but healthy man can live a better life than a rich but sick man.

Dịch

Không có nghi ngờ gì rằng sức khỏe là “vàng”. Một người giàu có nhưng sức khỏe kém không thể tận hưởng cuộc sống của mình. Tất cả của cải của anh ta là vô ích đối với anh ta. Tiền không thể mua được sức khỏe và hạnh phúc. Mặt khác, một người đàn ông nghèo có sức khỏe tốt vẫn có thể tận hưởng cuộc sống. Một người đàn ông giàu có nhưng sức khỏe kém không thể tận hưởng một giấc ngủ ngon. Anh ta không thể thưởng thức đồ ăn ngon. Anh ta trải qua cuộc đời mình dưới nhiều đề phòng và ngăn cản; Mặt khác, một người đàn ông nghèo nhưng khỏe mạnh sống một cuộc sống tốt hơn. Anh ấy có thể làm việc chăm chỉ và tận hưởng một giấc ngủ ngon. Anh ấy không phải trải qua những đêm mất ngủ và trằn trọc. Anh ta có thể ăn bất cứ thứ gì anh ta muốn. Vì vậy, một người nghèo nhưng khỏe mạnh có thể sống một cuộc sống tốt hơn một người giàu nhưng bệnh tật.

Đoạn văn bằng tiếng anh về sức khỏe số 5

Exercise offers so many health benefits. Something like walking for half an hour a day dramatically reduces the risk of heart disease, diabetes, and several forms of cancer, including colon cancer, one of the leading killers.

Exercise can help prevent excess weight gain or help maintain weight loss. When you engage in physical activity, you burn calories. The more intense the activity, the more calories you burn.

Regular trips to the gym are great, but don't worry if you can't find a large chunk of time to exercise every day. To reap the benefits of exercise, just get more active throughout your day — take the stairs instead of the elevator or do household chores.

A 2008 study by researchers at Brigham and Women's Hospital in Boston showed that regular exercise lowered the risk of dying prematurely by 30%.

Dịch

(Tập thể dục cung cấp rất nhiều lợi ích sức khỏe. Đơn giản như đi bộ nhanh trong nửa giờ mỗi ngày làm giảm đáng kể nguy cơ bệnh tim, tiểu đường và một số dạng ung thư, bao gồm ung thư đại tràng, một trong những căn bệnh giết người hàng đầu.

Viết đoạn văn bằng tiếng anh về sức khỏe lớp 7

Tập thể dục có thể giúp ngăn ngừa tăng cân quá mức hoặc giúp duy trì sự giảm cân. Khi bạn tham gia vào hoạt động thể chất, bạn đốt cháy calo. Các hoạt động càng mạnh mẽ hơn, bạn đốt càng nhiều calo.

Đi thường xuyên đến phòng tập thể dục là rất tốt, nhưng đừng lo lắng nếu bạn không có một khoảng thời gian dài để tập luyện mỗi ngày. Để có được những lợi ích của việc tập thể dục, hãy hoạt động tích cực hơn trong suốt cả ngày - đi thang bộ thay vì thang máy hoặc làm việc nhà.

Một nghiên cứu năm 2008 của các nhà nghiên cứu tại Brigham và Bệnh viện Phụ nữ ở Boston cho thấy rằng tập thể dục thường xuyên làm giảm nguy cơ tử vong sớm tới 30%).

(Nguồn: Giảng viên Tiếng Anh của Ngoại ngữ SGV.)

Trên đây là hướng dẫn viết đoạn văn bằng tiếng anh về sức khỏe lớp 7 với 5 bài văn mẫu có dịch giúp các em học sinh có thể tham khảo, các tài liệu được tổng hợp để giúp em [giải bài tập tiếng anh 7](#) tốt hơn.