Здоро́вье

Talk about your health, see a doctor and follow advice

WEEK 25 — The body and how you feel

L49 Say what hurts

У меня́ боли́т голова́.
I have a headache.

У меня́ боля́т зу́бы.
My teeth hurt.

Что у вас боли́т?
What hurts?

L50 Say how you feel

Как вы себя́ чу́вствуете?
How do you feel?

Мне пло́хо.
I feel bad.

Мне уже́ лу́чше.
I already feel better.

WEEK 26 — At the doctor and the pharmacy

L51 See a doctor

Мне ну́жно к врачу́.
I need to see a doctor.

Что с ва́ми?
What's wrong?

Давно́? — Три дня.
For long? Three days.

L52 Buy medicine at the pharmacy

что́-нибудь от ка́шля
something for a cough

Как принима́ть?
How do I take it?

три ра́за в день
three times a day

WEEK 27 — Advice and healthy habits

L53 Give advice: на́до, мо́жно, нельзя́

Вам на́до отдыха́ть.
You need to rest.

Тебе́ нельзя́ кури́ть.
You mustn't smoke.

Пе́йте горя́чий чай.
Drink hot tea.

L54 Talk about healthy habits

Я занима́юсь спо́ртом.
I do sport.

Я хожу́ пешко́м.
I walk.

Я сове́тую вам бо́льше спать.
I advise you to sleep more.

WEEK 28 — Month 7: put it together · Tell the story of an illness · Show what you can do: the Month 7 test

BY THE END OF THE MONTH YOU CAN

- [ ] Say what hurts and how you feel
- [ ] See a doctor and buy medicine at the pharmacy
- [ ] Give and understand advice
- [ ] Pass the Month 7 test at 66%

The rules

Cornell notes: cover the right side, answer the question on the left, then check. Write your own summary at the bottom.

LESSON 49

The body

Can you name the parts of the body and say what hurts?

RUSSIAN	MEANING
голова́, глаз, у́хо	head, eye, ear
го́рло, зуб	throat, tooth
рука́, нога́	arm or hand, leg or foot

LESSON 50

How do you feel?

Can you say how I feel, describe symptoms and ask others how they are?

RUSSIAN	MEANING
Как вы себя́ чу́вствуете?	How do you feel?
Я чу́вствую себя́ хорошо́ / пло́хо.	I feel fine / unwell.
Мне пло́хо. Мне уже́ лу́чше.	I feel bad. I already feel better.

LESSON 51

Going to the doctor

Can you make an appointment, describe my problem to a doctor and follow instructions?

RUSSIAN	MEANING
Мне ну́жно к врачу́.	I need to see a doctor.
Я хочу́ записа́ться к врачу́.	I'd like to make an appointment.
Вчера́ я был у врача́.	Yesterday I was at the doctor's.

LESSON 52

At the pharmacy

Can you ask for medicine at a pharmacy and understand how to take it?

RUSSIAN	MEANING
лека́рство, табле́тки	medicine, tablets
ка́пли, сиро́п	drops, syrup
реце́пт, без реце́пта	prescription, without one

LESSON 53

Must, may, must not

Can you give and understand advice about health: what you must, may and must not do?

RUSSIAN	MEANING
Вам на́до отдыха́ть.	You need to rest.
Мне ну́жно к врачу́.	I need to see a doctor.
Тебе́ мо́жно гуля́ть.	You may go for a walk.

LESSON 54

A healthy day

Can you describe my habits, say how often I do things and give someone advice?

RUSSIAN	MEANING
У́тром я де́лаю заря́дку.	In the morning I do my exercises.
Я занима́юсь спо́ртом три ра́за в неде́лю.	I do sport three times a week.
Я хожу́ на рабо́ту пешко́м.	I walk to work.

SUMMARY

Talk about your health, see a doctor and follow advice.

Words and phrases

Cover the English, say the meaning; then cover the Russian and say it back. Every week has its colour.

WEEK 25
The body and how you feel

голова́	head
глаз, глаза́	eye, eyes
у́хо, у́ши	ear, ears
го́рло	throat
зуб, зу́бы	tooth, teeth
рука́	arm, hand
нога́	leg, foot

Что у вас боли́т?
What hurts?

У меня́ боли́т …
My … hurts.

Вы пло́хо вы́глядите.
You don't look well.

WEEK 26
At the doctor and the pharmacy

врач	doctor
к врачу́	to the doctor
у врача́	at the doctor's
записа́ться к врачу́	to make an appointment
Что с ва́ми?	What's wrong?
Давно́?	For long?
Откро́йте рот.	Open your mouth.

Мне ну́жно к врачу́.
I need to see a doctor.

Что с ва́ми?
What's wrong?

Давно́?
For long?

WEEK 27
Advice and healthy habits

на́до, ну́жно	must, need to
мо́жно	may, one can
нельзя́	must not, can't
Вам на́до отдыха́ть.	You need to rest.
кури́ть	to smoke
Пе́йте!	Drink!
Не выходи́те на у́лицу!	Don't go outside!

Вам на́до …
You need to …

Тебе́ нельзя́ …
You mustn't …

Пе́йте чай с мёдом!
Drink tea with honey!

WEEK 28
Month 7: put it together

На про́шлой неде́ле я заболе́л.	Last week I fell ill.
Что случи́лось?	What happened?
Выздора́вливайте!	Get well soon!
Я записа́лся к врачу́.	I made an appointment with a doctor.
Че́рез три дня мне ста́ло лу́чше.	Three days later I felt better.
А вы? Вы ча́сто боле́ете?	And you? Do you often fall ill?
Мне ста́ло лу́чше.	I got better.

Что случи́лось?
What happened?

Мне ста́ло лу́чше.
I got better.

Бережи́те себя́!
Take care of yourself!

Check yourself

Retrieval beats rereading: answer from memory, then check the key at the bottom.

SELF-TEST

1 at the doctor's:
- ◯ a у врача́
- ◯ b в врача́
- ◯ c у врачу́

2 I'm better now:
- ◯ a Мне уже́ лу́чше.
- ◯ b Я уже́ лу́чше.
- ◯ c Меня́ уже́ лу́чше.

3 The doctor asks what hurts:
- ◯ a Что у вас боли́т?
- ◯ b Что вы боли́т?
- ◯ c Где вы боли́те?

4 I need to see a doctor:
- ◯ a Мне ну́жно к врачу́.
- ◯ b Мне ну́жно к врач.
- ◯ c Я ну́жно к врачу́.

5 I have a headache:
- ◯ a У меня́ боли́т голова́.
- ◯ b Я боли́т голова́.
- ◯ c У меня́ боля́т голова́.

6 Drink hot tea! (polite)
- ◯ a Пе́йте горя́чий чай!
- ◯ b Пьёте горя́чий чай!
- ◯ c Пить горя́чий чай вы!

COMMON MISTAKES

~~у меня́ боли́т зу́бы~~	→	**у меня́ боля́т зу́бы**
~~я пло́хо~~	→	**мне пло́хо**
~~к врач~~	→	**к врачу́**
~~от ка́шель~~	→	**от ка́шля**
~~вы нельзя́~~	→	**вам нельзя́**

SAY IT ALOUD

На про́шлой неде́ле я заболе́л.

У меня́ боле́ло го́рло и была́ температу́ра.

Я записа́лся к врачу́.

Врач сказа́л, что мне на́до отдыха́ть и пить горя́чий чай.

I CAN

- ☐ I can say what hurts and how I feel.
- ☐ I can see a doctor and buy medicine.
- ☐ I can give and understand advice.
- ☐ I can tell the story of an illness.
- ☐ I passed the Month 7 test at 66% or more.

REVIEW ON THESE DAYS, COUNTING FROM THE END OF THE MONTH

1 day 1 · 3 day 3 · 7 day 7 · 14 day 14 · 30 day 30

Answers · 1 a · 2 a · 3 a · 4 a · 5 a · 6 a