

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

по выполнению внеаудиторной работы при реализации программы дополнительного
общеобразовательного образования

**«Подготовка к аттестации за 7 класс для дистанционного семейного
обучения»**

Карабулак

2026

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Английский язык – это не школьный предмет, а навык. Навыкам нельзя научиться за один вечер: их строят постепенно, маленькими шагами каждый день. В 7 классе самое важное – не сколько часов сидеть над материалом, а как именно работать.

В этой методичке собраны рабочие приёмы: как учить слова, чтобы они не вылетали из головы; как разбираться с грамматикой, когда правило непонятное; как готовить устный ответ, чтобы не растеряться на занятии; как выполнять практические задания и проекты, чтобы не пришлось переделывать; как готовиться к диагностике, чтобы не нервничать.

В 7 классе резко возрастает плотность грамматики: появляются Past Perfect, пассивный залог во всех временах, косвенная речь, третий тип условных предложений, конструкция causative (have/get something done), пожелания и сожаления с I wish / If only, герундий и инфинитив. Темы становятся серьезнее: здоровье и психическое здоровье подростков, экология, социальные сети, активный отдых и путешествия. Это уровень, на котором редкие занятия и попытки наверстать всё за неделю до диагностики уже не работают – нужна постоянная работа.

Не нужно выполнять всё сразу. Сначала хватит того, чтобы освоить один-два приёма из каждого раздела. Остальные подключатся постепенно, когда станут нужны.

Запомнить главное

Главное правило: лучше 15 минут каждый день, чем 2 часа раз в неделю. Мозг запоминает повторение, а не объём.

Как учить английские слова

Любая тема английского языка начинается со слов. Без слов не получится ни говорить, ни писать, ни понимать. Но просто читать список слов из тетради и пытаться запомнить – самый плохой способ. Слова надо учить активно: проговаривать, использовать, повторять.

В 7 классе словарный запас расширяется на серьёзном уровне: добавляются темы здоровья и образа жизни, психического благополучия, экологии и природных явлений, активного отдыха и путешествий, видов размещения, социальных сетей, а также академическая лексика для эссе и аргументации. Это сотни новых слов, многие из которых имеют похожие, но не идентичные значения (например, healthy / fit / well), и без системы их не запомнить.

Способ 1. Карточки

На одной стороне карточки – английское слово, на другой – перевод и пример. Сначала карточки нужно перебирать в одну сторону (с английского на русский), потом в обратную (с русского на английский). Слово считается выученным, если получилось вспомнить его обоими способами три раза подряд в разные дни.

Карточки можно делать бумажные или в приложениях. Бумажные удобнее тем, что их можно носить с собой и листать в любую минуту: по дороге, на перерыве, перед сном. Для синонимов и близких по значению слов карточки особенно полезны: на одной стороне – слово, на другой – перевод, типичные сочетания и контекст употребления, чтобы не путать его с похожими.

Пример карточки

Сторона 1: to break a habit

Сторона 2: избавиться от привычки It's hard to break the habit of checking your phone. – Сложно избавиться от привычки проверять телефон.

Пример карточки для синонимов

Сторона 1: healthy / fit / well

Сторона 2: healthy – здоровый в целом (healthy food, healthy lifestyle); fit – в хорошей физической форме (I go to the gym to stay fit); well – здоровый именно сейчас, не болен (I'm feeling well today).

Способ 2. Слово в контексте

Слово, выученное вне предложения, забывается за 2–3 дня. Слово, выученное в предложении, остаётся надолго – потому что мозг запоминает не само слово, а ситуацию, в которой оно используется.

Правило простое: учим слово – сразу придумываем с ним короткое предложение про себя. Чем оно ближе к личной жизни, тем лучше. В 7 классе этот способ особенно работает с абстрактной лексикой (stress, environment, opinion) – её невозможно запомнить просто переводом, она запоминается только в контексте конкретной ситуации.

Слово: stress (стресс)

Плохой пример: Stress is bad for health. (общее, не запомнится)

Хороший пример: I feel stress before tests. To relax, I listen to music. (личная ситуация — запомнится)

Способ 3. Группами по теме

Если учить слова списком из 30 разных слов, запомнится 5–7. Если те же 30 слов разбить на 3 группы по темам (здоровье, экология, технологии), запомнится 20+. Мозг лучше работает с категориями.

В 7 классе логично завести отдельные страницы под темы курса: «Здоровье и образ жизни», «Питание и пищевые привычки», «Эмоции и психическое здоровье», «Социальные сети и технологии», «Экология и окружающая среда», «Активный отдых и путешествия», «Виды размещения», «Академическая лексика для эссе». Когда добавляется новое слово – оно сразу попадает в нужную группу. Перед занятием достаточно перечитать одну страницу.

Сколько слов учить за раз

За один раз – не больше 7–10 новых слов. Если их 20 – лучше разбить на две порции с перерывом в несколько часов. Когда слов слишком много, мозг начинает путать их между собой и не запомнит ни одного.

Через день после изучения слова надо повторить, через три дня – снова, через неделю – ещё раз. Этот приём называется «интервальное повторение», и он работает у всех.

Как разбираться с грамматикой

Грамматика пугает многих, потому что кажется, что это набор сложных правил, которые надо вызубрить. На самом деле грамматика – это инструкция, как соединять слова в предложения. Если разобраться один раз, дальше станет проще.

В 7 классе грамматика выходит на новый уровень. К знакомым временам прибавляются Past Perfect (предпрошедшее), пассивный залог во всех временах (вместо «кто что сделал» «что было сделано»), косвенная речь с согласованием времён, третий тип условных предложений (если бы в прошлом я сделал...), конструкции с causative (have something done), пожелания и сожаления с I wish и If only, разные формы герундия и инфинитива. Многие из этих структур не имеют точного аналога в русском языке, и их нельзя «понять интуитивно» каждую нужно отдельно изучить и закрепить упражнениями. Все эти темы связаны между собой: пропустить одну – значит не понять три следующих.

Алгоритм работы с правилом

- Прочитать правило один раз, не пытаясь сразу всё запомнить. Цель – увидеть, о чём оно.
- Посмотреть на 3–4 примера к правилу. Именно из примеров обычно становится понятно, как правило работает.
- Закрыть материал и попробовать своими словами объяснить правило вслух (можно игрушке, можно зеркалу). Если получается – правило понятно. Если нет – вернуться к примерам.
- Сделать 3–5 упражнений на это правило, не подглядывая.
- Через день сделать ещё 2–3 упражнения по этому же правилу. Это закрепит навык.

Пример: правило «Past Perfect»

- Шаг 1: пробежать глазами правило о форме *had + V3* и о значении «действие до другого действия в прошлом».
- Шаг 2: разобрать примеры: *When I arrived at the cinema, the film had already started. She told me she had never been to London. By 8 p.m. they had finished their homework.*
- Шаг 3: объяснить себе: «Past Perfect нужен, когда в одном предложении два прошедших события – то, что случилось раньше, ставим в Past Perfect (*had + V3*), то, что позже – в Past Simple».
- Шаг 4: вставить нужную форму в 5 предложений.
- Шаг 5: на следующий день сделать ещё 3 предложения, чтобы закрепить.

Что делать, если правило непонятно

Бывает: прочитал правило три раза – а всё равно ничего не понял. Это нормально, особенно с темами, у которых нет точного аналога в русском языке (Past Perfect, пассивный залог, косвенная речь, третий тип условных, *causative*). Несколько вариантов, что делать:

- Поискать видео с объяснением этой темы в интернете (по запросу «Past Perfect простыми словами», «Reported Speech правила», «3 Conditional объяснение»). Иногда чужое объяснение понятнее.
- Записать конкретные вопросы и задать их преподавателю в начале следующего занятия. Не «мне всё непонятно», а «я не понимаю, когда нужно использовать Past Perfect, а когда хватит Past Simple».
- Не пропускать тему. Грамматика устроена слоями: если не понять Past Perfect сейчас, через две темы будет совсем непонятна косвенная речь, а ещё через несколько занятий – третий тип условных.
- По каждой большой грамматической теме (пассивный залог, косвенная речь, условные предложения) полезно завести отдельную страницу-шпаргалку: одна строчка «когда употребляется», одна строчка «как образуется», два-три ярких примера. Шпаргалки пишутся один раз, а помогают потом весь курс и при подготовке к итоговой диагностике.

Как готовить устный ответ

Устный ответ – это рассказ или развёрнутое высказывание на 8–12 предложений по теме занятия: о здоровом образе жизни, о проблемах подростков, об экологии, о любимом виде активного отдыха, о пользе или вреде социальных сетей. На занятии такое высказывание может попросить педагог, а ещё устные ответы – обязательная часть диагностических работ. В 7 классе от обучающегося уже ждут не просто перечисления фактов, но и собственного мнения с аргументами.

Главная ошибка – пытаться выучить рассказ наизусть, как стихотворение. Если забыть одно слово, теряется вся фраза. Гораздо надёжнее говорить по плану своими словами.

Шаг 1. Понять, о чём говорить

Прочитать тему 2–3 раза. Если в задании сказано «Расскажи, что важно для здорового образа жизни» – это значит: правильное питание, спорт, режим дня, отдых, психическое здоровье. Если «Какие проблемы есть у современных подростков и как с ними справляться» – значит, нужно назвать 2–3 проблемы и для каждой предложить решение.

Шаг 2. Собрать слова

Выписать 10–15 слов и фраз по теме на отдельный листок. Можно из материала, из тетради, из карточек. Это будет «словарный набор» для рассказа. Важно: брать не только существительные, но и нужные глаголы в правильной форме.

Тема: Healthy lifestyle

Набор слов: balanced diet, exercise regularly, go jogging, get enough sleep, avoid junk food, reduce stress, drink water, mental health, fit, healthy, harmful, beneficial, in my opinion, I believe.

Шаг 3. Составить план

План – это 5–7 коротких пунктов на русском языке: о чём будет каждое предложение. План пишется быстро, прямо в тетради.

План рассказа о здоровом образе жизни

1. Почему здоровый образ жизни важен сегодня.
2. Правильное питание: что есть и чего избегать.
3. Физическая активность: какие виды спорта подходят.
4. Режим дня и сон.
5. Психическое здоровье и борьба со стрессом.
6. Что лично я делаю для здоровья.
7. Заключение: главная мысль.

Шаг 4. Проговорить вслух

Это самый важный шаг. Если рассказ не был произнесён вслух хотя бы 2–3 раза, на занятии он точно не получится. Проговаривать нужно громко, не шёпотом – иначе мышцы рта не привыкают к звукам.

Первый раз получится с паузами и поиском слов – это нормально. Со второго раза станет легче. К третьему разу рассказ будет литься почти свободно.

Особое внимание стоит уделить связкам и сложным предложениям. В 7 классе уже мало просто перечислять факты – важно соединять их в логичные высказывания через however, although, because of, in addition, on the one hand, on the other hand. Эти связки сложно произносятся слёту, и их нужно именно проговорить вслух, чтобы они органично легли в речь.

Шаг 5. Записать себя на диктофон

После двух-трёх проговариваний можно записать рассказ на диктофон в телефоне и послушать. Услышать себя со стороны – лучший способ заметить, где сбивается произношение, где слишком быстро, где слишком медленно. Сначала это может быть непривычно (свой голос звучит странно), но это очень полезно.

Полезные речевые формулы

Эти выражения помогают начать и закончить рассказ красиво, а также связать предложения между собой и выразить собственную позицию. В 7 классе уже недостаточно простых слов «и», «потом», «также» нужны более сложные связки.

Начало:

I'd like to share my thoughts on... Я хотел бы поделиться мыслями о...

Today I'm going to discuss... Сегодня я обсужу...

The topic of... is very important nowadays. Тема... сегодня очень важна.

Когда выражаешь мнение:

In my opinion / I believe / I think... По-моему / Я считаю / Я думаю...

It seems to me that... Мне кажется, что...

From my point of view... С моей точки зрения...

Когда приводишь аргументы:

Firstly... Secondly... Finally... Во-первых... Во-вторых... В-третьих...

For example / For instance... Например...

In addition / Moreover / Furthermore... Кроме того / Более того...

On the one hand... On the other hand... С одной стороны... С другой стороны...

Когда показываешь причину и следствие:

Because of... / Due to... Из-за...

As a result... / Therefore... В результате... / Следовательно...

That's why... Вот почему...

Когда соглашаешься или возражаешь:

I completely agree with... Я полностью согласен с...

I'm afraid I disagree because... Боюсь, я не согласен, потому что...

However / Although / Despite... Однако / Хотя / Несмотря на...

Заключение:

To sum up / In conclusion... Подводя итог / В заключение...

All in all, I would say that... В целом, я бы сказал, что...

Thank you for your attention. Спасибо за внимание.

Как читать английский текст

При чтении английского текста часто возникает соблазн открыть переводчик после каждого незнакомого слова. Это тормозит работу и не даёт понять текст в целом. Правильнее действовать по-другому.

В 7 классе тексты становятся ещё длиннее и сложнее: появляются статьи о здоровье и образе жизни, аргументированные тексты «за и против» (соцсети, технологии, экология), новости в пассивном залоге, интервью в косвенной речи, описания процессов и технологий, эссе с выражением мнения. Без правильной стратегии чтения каждый такой текст будет занимать час, а понимания всё равно не появится. Кроме того, в 7 классе задания по чтению становятся аналитическими: не просто «о чём текст», а «найди главную идею каждого абзаца», «определи позицию автора», «выпиши аргументы за и против».

Как работать с незнакомыми словами

– Прочитать абзац до конца, не останавливаясь на незнакомых словах. Просто пропустить их.

- Спросить себя: «Я понял, о чём этот абзац?». Если в общих чертах – да, можно идти дальше.
- Вернуться к незнакомым словам и попробовать догадаться о значении по контексту. Часто становится понятно из соседних слов.
- Если 2–3 слова из абзаца остались непонятными и без них смысл не складывается – посмотреть в словаре. Не больше 2–3 слов с одного абзаца.

Если переводить каждое слово, чтение превращается в перевод. А цель – научиться понимать текст по-английски, не переключаясь постоянно на русский.

Как понять основную мысль

В каждом тексте есть главная мысль – то, ради чего его написали. После чтения полезно мысленно ответить на три вопроса:

- О ком или о чём этот текст?
- Что главное здесь сказано?
- Что нового удалось узнать?

Если на эти три вопроса получается ответить хотя бы по-русски – текст понят. Перевести каждое слово при этом необязательно.

В аналитических текстах (статьи-мнения, эссе «за и против») особенно важно ловить три вещи: позицию автора, его аргументы и контраргументы. Если эти три группы фактов выписать в столбик прямо во время чтения, текст после этого можно пересказать почти полностью и обсудить.

Как слушать и понимать на слух

Понимать английскую речь на слух – самый сложный навык. Глаза при чтении могут возвращаться к началу строки, а уши слышат фразу один раз и не имеют возможности «перемотать». Поэтому навык тренируется отдельно.

В 7 классе аудиозадания усложняются: появляются интервью с подростками о проблемах, обсуждения соцсетей и здорового образа жизни, новостные сюжеты о природе и экологии, лекции и подкасты. У каждого жанра своя лексика и темп речи, и к ним нужно готовить слух заранее. Особенно сложно в косвенной речи — когда диктор пересказывает чужие слова и нужно следить за изменением времён.

Несколько правил для тренировки:

- Перед прослушиванием – прочитать задание и понять, что именно нужно услышать (имя, цифру, день недели, температуру, название места). Тогда мозг будет «искать» именно это.
- Первый раз – слушать без записи и без перевода. Цель – поймать общий смысл.
- Второй раз – отвечать на вопросы задания. Если есть возможность – слушать с паузами.
- Если что-то не услышалось – это нормально. Не надо понимать каждое слово. Достаточно понять то, о чём спрашивают в задании.

Как писать короткие тексты

В 7 классе жанры письменных работ значительно расширяются: личное письмо другу, ответ на письмо, описание процесса в пассивном залоге, эссе с выражением мнения (opinion essay), эссе «за и против» (for and against essay), короткое сообщение в чате, аргументированный абзац по проблеме. Объём – от 100 до 200 слов. Главные ошибки в таких работах – не сложные слова, а простые невнимательности и провалы в структуре.

Алгоритм написания текста:

- Прочитать задание два раза. Понять: какой жанр (письмо, эссе, описание), какой объём, какая тема, к кому обращение, нужно ли выразить мнение.
- Накидать план: для эссе обязательно вступление – основная часть (2–3 аргумента или раздел «за» и раздел «против») – заключение.
- Написать черновик. Не переживать на этом этапе об ошибках – главное, чтобы появился текст.
- Перечитать черновик с тремя проверками (см. ниже).
- Переписать набело.

Три проверки черновика

- Проверка 1 – времена и сложные структуры. Самые частые ошибки в 7 классе – путать Past Simple и Past Perfect (если действие было раньше другого прошлого действия – нужен had + V3), забывать про пассивный залог там, где он нужен (The book was written by..., not The book wrote by...), нарушать согласование времён в косвенной речи (если в авторской речи прошедшее время, то и в придаточном тоже).
- Проверка 2 – связки и структура. В эссе должны быть видны связки между частями: firstly, however, in addition, as a result, to sum up. Без них текст превращается в набор отдельных предложений. В письме – обращение в начале (Dear...) и подпись в конце (Best wishes, ...).
- Проверка 3 – артикли, заглавные буквы и точки. Каждое предложение начинается с заглавной буквы и заканчивается точкой. I (я) всегда пишется с заглавной. Перед существительными нужны артикли (a, an, the) или местоимения (my, this).

Сравнение черновика и финала

Черновик: social networks have many problem. teenagers spend much time online and they don't sleep. it is bad for health.

После трёх проверок: Social networks have many problems. Firstly, teenagers spend too much time online and don't get enough sleep. As a result, their health is affected. In my opinion, we should limit screen time.

Как делать практические задания и проекты

Большая часть домашних работ в курсе – практические и проектные задания: запись подкаста о своей жизни, эссе-мнение про социальные сети, рассказ о здоровых привычках, абзац-анализ статьи, аудиозапись о личном опыте, шпаргалка по временам, таблица-сравнение времён или модальных глаголов, ментальная карта по тексту. Это уже не просто упражнения – это полноценные продуктивные работы, которые потом показываются на занятии и оцениваются.

Правила работы над проектом:

- Начать сразу, как задано. Не откладывать на последний день. Хороший проект складывается за 2–3 подхода с перерывами.
- Сначала собрать материал на русском (фотографии, факты, имена), потом переводить на английский. Иначе работа превращается в борьбу со словарём.
- Каждое английское предложение – короткое и простое. Лучше пять простых правильных фраз, чем одна сложная с пятью ошибками.
- Проверить орфографию по словарю или в материале перед сдачей. Это сэкономит баллы.
- Подумать заранее, как представить работу: что сказать в первую секунду, что показать, чем закончить. Готовиться так же, как к устному ответу (см. раздел «Как готовить устный ответ»).

Чек-лист перед сдачей задания

За 10 минут до отправки или показа работы – пройти по списку:

- Тема задания раскрыта (выполнено всё, что просили)?
- Объём соответствует требованию (количество предложений или слов)?
- Использованы слова и грамматика из изучаемой темы?
- Проверены времена, формы глаголов, артикли, заглавные буквы (три проверки)?
- Аккуратное оформление, если это постер или презентация?
- Готов рассказать о работе устно, если попросят?

Если на все шесть пунктов – «да», работу можно сдавать.

Как готовиться к диагностике

В течение модуля будет четыре диагностических работы – после каждого крупного раздела (здоровье и образ жизни, модальные глаголы и условные предложения, формы будущего времени и условные предложения, Past Perfect / пассивный залог / косвенная речь / условные предложения / causative / wishes) и одна итоговая в конце модуля. Это не «экзамен на провал», а проверка того, что усвоено, и подсказка, что повторить. В 7 классе диагностика обычно проверяет четыре навыка сразу: грамматику, чтение, аудирование и говорение. Поэтому подготовка должна быть комплексной. Она делится на три этапа.

За неделю до диагностики

- Просмотреть тетрадь по английскому за последние недели. Отметить темы, по которым сомнения.
- По каждой такой теме – повторить правило и сделать 2–3 упражнения.
- Перечитать списки слов из всех изученных разделов. Выписать те, которые забылись, на отдельный листок.
- Уделять английскому 15–20 минут каждый день, а не пытаться выучить всё за один вечер накануне.
- Если диагностика по грамматике (например, по Past Perfect, пассивному залогу или условным предложениям) – повторить именно правила и сделать упражнения на выбор формы. Если по теме – повторить слова, потренировать устный ответ и письменное высказывание по этой теме. Для итоговой диагностики обязательно повторить все шпаргалки по грамматике, которые накопились за курс.

Накануне

- Перебрать карточки со сложными словами один раз.
- Просмотреть план типичного устного ответа (см. раздел «Как готовить устный ответ») – на случай, если попросят рассказать о себе или о теме.
- Лечь спать вовремя. Невыспавшийся мозг хуже вспоминает слова и медленнее соображает – это факт, а не отговорка.
- Не зубрить ночью. Информация, выученная за пару часов до сна, обычно не закрепляется.

В день диагностики

- Позавтракать. На голодный желудок концентрация падает, а диагностика может занять час и больше.
- Подготовить рабочее место заранее: тихая комната, рабочий микрофон и камера, тетрадь и ручка под рукой.
- Прочитать каждое задание два раза перед выполнением. Самые обидные ошибки – от невнимательного чтения инструкции.
- Если задание не получается сразу – пропустить и идти дальше. Вернуться к нему в конце, когда лёгкие вопросы уже сделаны.
- Не паниковать. Один пропущенный вопрос не ломает всю работу. Спокойно работать с тем, что получается.

После диагностики обязательно посмотреть, какие задания вызвали трудности, и отметить эти темы для повторения. Главная польза диагностики не в оценке, а в том, чтобы увидеть свои слабые места.

Если не получается – что делать

Бывают моменты, когда ничего не запоминается, голова не работает, английский кажется бесполезным и слишком сложным. В 7 классе такие моменты обычно случаются, когда времена начинают сливаться в кашу (Past Simple, Past Continuous, Past Perfect — кто из них кто?), или когда косвенная речь и пассивный залог накладываются друг на друга, или когда нужно отличить второй тип условных от третьего. Это случается со всеми. Несколько работающих идей на такой случай:

- Сделать перерыв. Не на час, а на день-два. После короткого отдыха голова работает лучше, чем после вымученной зубрёжки.
- Сменить формат. Если надоели упражнения – посмотреть мультфильм на английском (с субтитрами или без). Если надоели слова – поиграть в английскую игру в телефоне или на компьютере.
- Вернуться к лёгкой теме, которая хорошо получается. Сделать в ней пару упражнений – это вернёт ощущение «я могу».
- Сказать преподавателю о трудностях. Педагог не догадается о проблемах, если о них не сказать. Можно прямо в начале занятия: «Я не понял тему такую-то, можно объяснить ещё раз?». В этом нет ничего стыдного – наоборот, это правильный ход.
- Помнить: язык учится не за неделю и не за месяц. Год за годом – и через несколько лет английский станет рабочим инструментом. Главное – не бросать.