

LEARNING EXPERIENCE 3 - A1

WEEK 12 - ACTIVITY 2

LET'S REDUCE STRESS 'MOVE TO RELAX'



SIGNIFICANT SITUATION: El estrés afecta a todo el mundo, especialmente en un contexto como el actual, causando que la salud física y mental de todos se deteriore. Cada uno tiene diferentes maneras de combatir el estrés. ¿De qué manera manejas el estrés? ¿Podrías compartir tus estrategias para reducir el estrés, en inglés, y así ayudar a personas de diferentes partes del mundo?

THE CHALLENGE: Crea un testimonio corto en inglés y ayuda a otras personas a proteger su salud mental y física.

A LEAD IN

- 1 Draw one action you do during lockdown. (dibuja una acción que tú realices durante el confinamiento).

How do you reduce stress?

When I feel stressed, I _____

- 2 Listen to and write the **ACTIONS** (escucha y une las acciones).

- A. I study from home. B. I chat with my friends.
C. I write stories. D. I read books. E. I go shopping.
F. I do exercises.



1. _____



2. _____



3. _____



4. _____



5. _____



6. _____

FULL NAME: _____ GRADE & SECTION: _____
COMPETENCIA: Se comunica oralmente en inglés.
PROPÓSITO: Comprender 2 posts orales breves y sencillos en inglés deduciendo estados de ánimo y acciones, a fin de elaborar un texto con un testimonio sobre las actividades que realizas para reducir el estrés.

B LISTENING COMPREHENSION

- 1 Listen to Alisa and Miguel and select the correct option (escucha a Alicia y a Miguel y selecciona la opción correcta).



ALISA, 15
Kramatorsk - Ukraine

1. How do I feel?

a. I feel angry.



b. I feel happy.



c. I feel stressed.



REASONS:

- A. I don't walk in the park. B. I don't go to the movies.
C. I don't see my friends. D. I don't play in the park.

2. What activities do I do?



- a. I play the guitar. b. I learn how to cook. c. I read books. d. I eat ceviche.



MIGUEL, 14
Huancavelica - Peru

1. How do I feel?

a. I feel bored.



b. I feel sad.



c. I feel stressed.



REASONS:

- A. I don't see my grandmother. B. I don't go to school.
C. I don't visit my grandfather. D. I don't go to the movies.

2. What activities do I do?



- a. I play the piano. b. I dance c. I write stories. d. I play chess.

LEARNING EXPERIENCE 3 - A1

C LET'S PRACTICE

1 **Comment** two actions on Alisa and Miguel's posts. Use "and" as a connector (comenta 2 acciones en los posts de Alicia y Miguel. Usa "and" como conector):

Alisa Kozel
10:30 AM

I hate this lockdown! 😞 What do I do?
#Quarantine #2021 #Ukraine

7 3 Shares

Like Share

Example:

R **Rodrigo Fernandez**
In lockdown, I chat with my friends
and eat chocolate.

(Your name)
In lockdown, I

Miguel Alayo
11:30 AM

In lockdown, I feel stressed 😞😞😞
What do I do? #Quarantine #2021
#Huancavelica

7 3 Shares

Like Share

(Your name)
In lockdown, I

2 **Complete the conversation** (completa la conversación).

Hi Alonso. I _____ stressed.

What do I _____?

and - feel -
do - When

Oh no! 😞 _____ I feel
stressed, I listen to music _____
do exercises.

3 **Listen to and complete** with the **ACTIONS**. Then practice the sentences orally (completa con las acciones. Luego, practícalas oralmente).

When I feel bored, I _____
and _____.

When I _____ angry, I _____
and _____.

I feel sad, _____
_____.

I _____ stressed, _____
_____.

4 **Write the AFFIRMATIVE and NEGATIVE sentences.**
(escribe las oraciones afirmativas y negativas).

I don't play sports. / I play chess with my brother. / I learn to cook. / I dance with my sister. / I don't go to the movies.

AFFIRMATIVE	NEGATIVE
1.	1.
2.	2.
3.	SIMPLE PRESENT

VIDEO

A1 - Act 2

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

¿Qué evaluará la teacher de mi ficha de lectura? También se relaciona con estándares internacionales sobre lo que puedo hacer con el inglés. Respondo las siguientes preguntas en mi lista de cotejo:

- ¿Puedo reconocer palabras que son similares al castellano? **SÍ - MÁS O MENOS - NO**
- ¿Puedo relacionar acciones (actions) que escucho en inglés con imágenes que las representan? **SÍ - MÁS O MENOS - NO**
- ¿Puedo extraer palabras o frases breves y sencillas para indicar acciones? **SÍ - MÁS O MENOS - NO**
- ¿Puedo identificar acciones (actions) en un texto oral en inglés? **SÍ - MÁS O MENOS - NO**