

Let's Reduce Stress

English Level
A2

Activity 1: What Should I do?

Competencia Lee diversos tipos de textos en inglés como lengua extranjera**Capacidades:**

Obtiene información del texto escrito

Infiere e interpreta información del texto escrito

Reflexiona y evalúa la forma, el contenido y el contexto del texto escrito.

Criterios de evaluación:

Obtiene información relevante de textos escritos sobre acciones (hobbies) que ayudan a manejar el stress.

Infiere e interpreta información de textos escritos sobre las acciones (hobbies) que ayudan a manejar el estrés..

Propósito: El propósito de aprendizaje es comprender textos breves en inglés deduciendo el léxico y las estructuras a fin de elaborar un texto con un testimonio en inglés sobre las actividades que no puede hacer en el confinamiento y las que realiza para reducir el estrés.

LET'S SELF ASSESS!

Expresa cuánto sabes hacer en inglés marcando con una "X" donde creas conveniente. Aquí no hay respuestas correctas. Responde con honestidad las preguntas.

Al escribir un texto para un testimonio en inglés:		No	Sí, pero necesito ayuda	Sí	Sí puedo y muy bien.
1	¿Lo adecuo para describir las acciones que no puedo hacer en confinamiento y las actividades que realizo para reducir el estrés?				
2	¿Organizo y desarrollo mis ideas de forma coherente para describir las actividades que no puedo realizar en confinamiento y las acciones que me ayudan a reducir el estrés?				
3	¿Relaciono mis ideas utilizando el conector "and" para unir las acciones que no puedo realizar y aquellas que realizo para reducir el estrés?				
4	¿Empleo la coma y punto final para separar acciones que no puedo hacer y aquellas que realizo para reducir el estrés?				
5	¿Reviso el texto para mejorar algunos aspectos del mismo?				



* Material elaborado en colaboración con RELO Andes de la Embajada de Estados Unidos.



THE CHALLENGE

El estrés nos afecta a todos y puede tener consecuencias negativas en nuestra salud. Por eso, UNICEF tiene una plataforma virtual donde adolescentes de diferentes partes del mundo pueden compartir sus experiencias sobre el manejo del estrés.

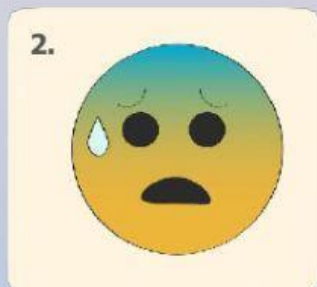
Tu reto: Crea un testimonio corto en inglés y ayuda a otras personas a proteger su salud mental y física.

Desarrolla las actividades 1, 2, 3 y 4. Te ayudarán a enfrentar tu reto!

Activity 1: What should I Do?

LET'S OBSERVE!

Match the emojis with the feelings.



She feels



A. bored

B. happy

C. stressed

D. sad



Answer the question.

How do **YOU** feel today?



LET'S LISTEN AND READ!

Listen to and read the posts.



El audio está disponible en la sección Recursos para mi aprendizaje

Rocío Torres 10:30 AM

In lockdown, I don't go out, I don't visit my grandfather, I don't see my friends, and I don't play sports 😞. I feel stressed and I hate it. What should I do? 😞😞 Please, help me.

7 3 Shares

Like Share

- D** **David Puma**
Hello Rocío. I'm sorry for you. When I feel stressed, I read comics, I draw my favourite superheroes like Batman or Spiderman, and I call my friends on WhatsApp.
- L** **Lizbeth Llinguez**
Oh no! 😞 When I feel stressed, I eat chocolate, I play the guitar and the piano, and dance with my sister.

Lester Fernández 11:30 AM

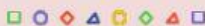
In lockdown, I feel very bored!!! I don't play with my friends, I don't go to school, I don't go to the movies. What should I do? Help me.

7 3 Shares

Like Share

- R** **Robert Gonzales**
Hi Lester! I am sorry! 😞 When I feel stressed, I watch videos on YouTube and learn to cook.
- S** **Susy Guerrero**
My friend! So sorry! When I feel stressed, I play chess with my brother, I listen to the radio, and I dance.

LOOK!
Lockdown:
Quarantine

**LET'S UNDERSTAND!****UNDERSTAND-EXERCISE 1**

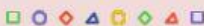
Check (✓) the correct emoji and **complete** the sentence.

ROCÍO TORRES		LESTER FERNÁNDEZ	
			
I feel <input type="text"/>		I feel <input type="text"/>	

UNDERSTAND-EXERCISE 2

Check (✓) the boxes. Follow the example:

Example:	Rocío	Lester	David	Robert	Lizbeth	Susy
I don't play sports.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
1. I play chess with my brother.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. I read comics.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. I play the guitar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. I learn to cook	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. I dance with my sister.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. I don't go to the movies.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



¿Sabías que hay estándares internacionales sobre lo que puedes hacer con el inglés? Aquí algunas preguntas sobre lo que puedes hacer en inglés.



1. ¿Puedo reconocer palabras y frases de uso común si están acompañadas de imágenes? **SÍ - NO**
2. ¿Puedo extraer información detallada de un texto? **SÍ - NO**
3. ¿Puedo relacionar acciones con las personas que las realizan en un texto? **SÍ - NO**

This is the end
of Activity 1.
Bye- bye!

Continue with
Activity 2.



El contenido del presente documento tiene fines exclusivamente pedagógicos y forma parte de la estrategia de educación a distancia gratuita que imparte el Ministerio de Educación.