

Let's Reduce Stress

English Level
Pre A1

Activity 1: What to do?

Competencia Lee diversos tipos de textos en inglés como lengua extranjera**Capacidades:** Obtiene información del texto escrito

- infiere e interpreta la 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 como se sienten algunas personas y las acciones que ayudan a manejar el estrés.
- Infiere e interpreta información de textos escritos sobre como se sienten algunas personas y las acciones que ayudan a manejar el estrés.

• **Propósito:** El propósito de aprendizaje es comprender textos breves y sencillos en inglés deduciendo el léxico y las estructuras a fin de elaborar un texto con un testimonio sobre las actividades que realizas para reducir el estrés.

Al escribir un testimonio en inglés:		No	Sí, pero necesito ayuda	Sí	Sí puedo y muy bien.
1	¿Lo adecuo para describir las acciones que realizo para manejar el estrés?				
2	¿Organizo y desarrollo mis ideas para dar a conocer las acciones que realizo para manejar el estrés?				
3	¿Relaciono mis ideas utilizando el conector "and" para conectar las acciones que realizo para manejar el estrés?				
4	¿Empleo la coma y el punto final para separar las acciones que realizo cuando elaboro oraciones breves y sencillas?				
5	¿Reviso el texto de mi testimonio para mejorarlo?				



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!

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

Activity 1: What to Do? LET'S OBSERVE!

Look at the emoji and answer the question.

How is he today?



1. stressed



2. sad



3. happy



4. bored

Today he is

LET'S LISTEN AND READ!

Listen to and read the posts.

Rocío Torres
10:30 AM
In lockdown, I feel bored 😞😞😞
What do I do? 😊😊



7 Likes 3 Shares

Like Share

D David Puma
When I feel bored, I read books, I draw pictures, and I call my friends.

L Lizbeth Dominguez
When I feel stressed, I eat chocolate, I play the guitar, and I dance Marinera.

Lester Fernández
10:30 AM
In lockdown, I feel stressed!!! 😞😞
What do I do? 😊😊



7 Likes 3 Shares

Like Share

R Robert Gonzales
When I feel stressed, I watch TV, I play chess, and I help my mom.

S Susy Guerrero
When I feel bored, I listen to the radio and I sing.

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

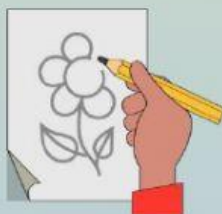
Read the posts and **check**  the correct comments for Rocio (R) and Lester (L)

1. Rocío Torres**A. Bored****B. Happy****WHAT DO I DO?**

read books

☐

sing

☐

draw pictures

☐

eat chocolate

☐**2. Lester Fernández****A. Sad****B. Stressed****WHAT DO I DO?**

call friends

☐help my
mom☐

listen to the radio

☐



1. ¿Puedo reconocer acciones escritas que son similares al castellano? **SÍ - NO**
2. ¿Puedo relacionar acciones en inglés con imágenes que las representan? **SÍ - NO**



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

Continue with Activity 2.



4