



ADECUAMOS UN CUESTIONARIO SOBRE SALUD MENTAL Y PRODUCIMOS UN REPORTE TRAS APLICARLO A UN COMPAÑERO(A).

### Objective:

- Today we'll adequate a questionnaire about mental health and write a report after applying it to a classmate.

### Materials:

- Your cellphone with WhatsApp.
- Spanish-English dictionary.
- Pen, pencil and colored pencil.
- Aprendo en Casa A2 activities.

### Evaluation criteria list:

Read the following list and take them into consideration.

| TEXTO: "QUESTIONNAIRE AND REPORT OF MENTAL HEALTH" |                                                                                                                                                      | YES | NO |
|----------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|----|
| 1                                                  | Creaste 4 preguntas sobre salud mental y entrevistaste a un(a) compañero(a).                                                                         |     |    |
| 2                                                  | Consideraste la estructura del ejemplo y elaboraste tu reporte.                                                                                      |     |    |
| 3                                                  | Tus preguntas y tu reporte están escritos en presente simple y usaste adverbios de frecuencia. Ejemplo: Mario <b>usually</b> studies in the morning. |     |    |
| 4                                                  | Tus preguntas y reporte tienen un orden adecuado según el ejemplo.                                                                                   |     |    |
| 5                                                  | Usaste vocabulario adecuado al tema de salud mental apoyado(a) en un diccionario.                                                                    |     |    |

### Activities:

1. **READING:** Listen to the audio and complete the following text, then, answer the questions.



usually      physically      anxious      hardly ever  
regularly      always      often      occasionally

### TOOLS TO IMPROVE OUR MENTAL HEALTH

The organization Mental Health of America (MHA) recommends using these tools to improve our mental health.



- Stay positive: We should \_\_\_\_\_ focus on the positive side of the situation.
- Get \_\_\_\_\_ active: Everyone should exercise \_\_\_\_\_ 30 minutes of aerobic exercise three days a week is enough to positively impact our mental health.
- Help others: When we feel sad or \_\_\_\_\_, we \_\_\_\_\_ think about helping someone else, but helping others makes us feel good.
- Get enough sleep: Teenagers have to sleep between 8 and 10 hours a day to stay healthy. Adults have to sleep 7-9 hours.
- Eat well: We should \_\_\_\_\_ eat vegetables, fruits, proteins and whole grains. Eating dessert \_\_\_\_\_ is okay.

Finally, it is important to think that things will get better. We should \_\_\_\_\_ focus on that.

**CORRECT THE SENTENCES:** There is a mistaken word in every sentence. Correct them according to the text.

- a) We should never focus on the positive side of the situation.

- b) Helping others makes us feel bad.

- c) We should hardly ever eat vegetables



Para continuar con la sesión debemos repasar el uso de los adverbios de frecuencia (semana 21). ¿Los recuerdas?

Recordemos que la mayoría de adverbios va antes del verbo principal:

☺ I **always** do my English homework.

Pero, los adverbios 'often' y 'sometimes' pueden ir al final también:

☺ My sister **exersices** **often**.

Y, en el caso del adverbio 'regularly', este siempre va al final.

☺ I study English **regularly**.

**AHORA, LEE EL SIGUIENTE EJEMPLO:**



HOW OFTEN do you play videogames?

I **PLAY** videogames **regularly**.

And your brother?

My brother **sometimes** **PLAYS** videogames



¿Cuál fue la diferencia entre las dos respuestas?

¿Qué significa 'HOW OFTEN...?'

No olvides que para hacer el reporte debes usar el presente simple, así que ten en cuenta que, al hablar de una tercera persona singular, el verbo va a variar.

I **ALWAYS** WATCH 'APRENDO EN CASA'  
MY SISTER **ALWAYS** WATCHES APRENDO EN CASA'  
MY FRIENDS LIVE IN CONCEPCIÓN  
SALLY LIVES IN CONCEPCIÓN

¡Ya estás listo(a) para lograr el objetivo!

**2. VERY IMPORTANT ACTIVITY (V.I.T):** Create a 4-questions questionnaire using HOW OFTEN and interview 1 of your classmates. Then, make a report.

Vamos a crear un cuestionario de 4 preguntas sobre salud mental usando HOW OFTEN..., entrevistaremos a unos de nuestros compañeros y luego haremos un reporte del mismo. Sigue el EJEMPLO mostrado en el grupo de WhatsApp. No olvides enviar las evidencias de las preguntas aplicadas y el reporte al WhatsApp de la docente.



Para crear las preguntas toma en cuenta la información del texto de la actividad 1: 'TOOLS TO IMPROVE OUR MENTAL HEALTH' o las sugerencias de la ficha de actividades de Aprendo en Casa (Semana 11).



Puedes escribir tu reporte aquí, no olvides de todas maneras enviar tu evidencia de la aplicación del cuestionario sobre salud mental a un compañero al WhatsApp de la docente.

A large, empty rectangular box with a light gray background and a thin black border. It is intended for the student to write their report. The box is decorated with yellow tape-like corners at the top-left and bottom-right.

**AUTOEVALUACIÓN:** No olvides revisar los criterios de evaluación al principio de la ficha y marcar X si cumples el criterio.

**METACOGNICIÓN:** ¿Qué aprendiste hoy? ¿Cómo lo podrías aplicar en la vida real?

A horizontal, empty rectangular box with a light gray background and a thin black border. It is intended for the student to write their reflection on what they learned and how they can apply it in real life.