

Let's Reduce Stress

English Level
A2

Activity 2: Move to relax!

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.

LEAD IN: How do you reduce stress?

Complete the sentences with activities you do to relax.

To reduce stress...

Example: I play videogames online.

1.

2.



DO EXERCISES



RUN IN THE PARK



COOK



READ BOOKS





LET'S PRACTISE!

PRACTISE-EXERCISE 1

Match the pictures with the verbs.

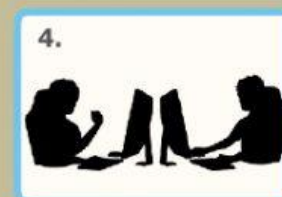
A. Play the guitar

B. Walk

C. Read a book

D. Watch tv/ a movie

E. Play online with friends

☐
☐
☐
☐
☐


LISTENING COMPREHENSION

PRACTISE-EXERCISE 2

Listen, look at the pictures and write complete sentences.



ALISA, 15
Kramatorsk – Ukraine

REASONS TO FEEL STRESSED IN LOCKDOWN

Example

I don't walk in the park.







1. I don't...







**WHAT SHOULD I DO TO REDUCE
STRESS?**

2. I read...







3. I play.....







4. I watch a series on...









MIGUEL, 14
Huancavelica – Peru

REASONS TO FEEL STRESSED IN LOCKDOWN

1. I don't go to ...

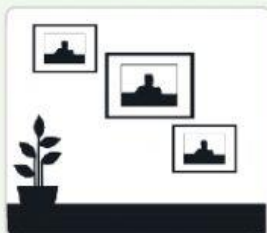


WHAT SHOULD I DO TO REDUCE STRESS?

2. I play the ...



3. I look at the ...





4. I play with my ...



Sigue revisando lo que puedes hacer con el inglés según estándares internacionales. Aquí algunas preguntas sobre lo que puedes hacer en inglés.



GLOSSARY

1. ¿Puedo reconocer palabras que son similares al castellano? **SÍ - NO**
2. ¿Puedo identificar información esencial de un texto que escucho? **SÍ - NO**
3. ¿Puedo relacionar acciones con imágenes que las representan? **SÍ - NO**

INGLÉS	CASTELLANO
1. bored	aburrida(o)
2. chess	ajedrez
3. draw	dibujar
4. Go to the movies	Ir al cine
5. Help my grandfather	Ayudar a mi abuelo
6. How do you feel today?	¿Cómo te sientes hoy?
7. How does he/she feel?	¿Cómo se siente ella/él?
8. I don't feel good	No me siento bien
9. I feel happy when...	Me siento feliz cuando ...
10. Read comics	Leer historietas
11. Sorry to hear that	¡Lamento escuchar eso!
12. That makes me feel happy	Eso me hace sentir feliz
13. What do I do?	¿Qué hago?
14. When I feel stresses, I ...	Cuando me siento estresada(o), yo ...

Continue with
Activity 3.



forma parte de la estrategia de educación a