English: Level Pre A1

WEEK 11

Let's protect our mental health!*

Activity **Mental health (day 2)**

LET'S SELF-ASSESS!

Siempre es importante proteger nuestra salud mental. ¿Qué tanto conoces sobre el cuidado de la salud mental **en inglés**? ¿Puedes dar consejos sobre qué hacer para mejorar nuestra salud mental **en inglés**?

En el siguiente cuadro, expresa cuánto sabes en inglés marcando con una "X" donde creas conveniente. Aquí no hay respuestas correctas. Sé honesto(a) contigo mismo(a).

	¿Lo puedo hacer?	No, necesito ayuda	Un poco pero necesito ayuda	Si puedo	Sí puedo y muy bien
1.	¿Puedo identificar información sobre consejos para mejorar la salud mental en textos cortos y simples en inglés?				
2.	¿Puedo copiar consejos para mejorar la salud mental usando correctamente los imperativos y adverbios de frecuencia 'always', 'regularly' y 'every day' en inglés?				
3.	¿Puedo crear un poster con consejos para mejorar la salud mental?				
4.	¿Puedo pronunciar apropiadamente y dar la entonación adecuada al leer un texto en inglés en voz alta?				

LET'S OBSERVE AND READ!

OBSERVE - EXERCISE 1

Look at the picture and **circle** the correct answer: a), b) or c). Follow the example:

ACTIONS

1

a) eat healthy
b) sleep
c) exercise

2

a) eat healthy
b) play sports
c) think positive

3

a) have fun
b) play sports
c) exercise

4

a) think positive
b) sleep
c) exercise

5

a) eat healthy
b) play sports
c) talk to a friend

6

a) have fun
b) play sports
c) exercise

OBSERVE - EXERCISE 2

Translate these phrases into Spanish. **Use** a dictionary or the glossary if you need help. Follow the example:

	ENGLISH	SPANISH
Example:	Always express your feelings.	Siempre expresa tus sentimientos.
1.	Have fun every day.	
2.	Ask for help regularly.	

FUN NOTE

Regular significa en español "regular" y **regularly** significa "regularmente". En inglés, cuando vemos una palabra que termine en "ly", es generalmente un adverbio y su significado en español es "mente".

Ejemplos:	Inglés	Español	Inglés	Español
a)	frequent	frecuente	frequent**ly**	frecuente**mente**
b)	slow	lento	slow**ly**	_____

Listen to and read three posters about protecting our mental health.

Tips to protect our mental health

Our school is conducting a mental health campaign. Here are three posters our students created.

POSTER 1

I'm Sylvia. This is my poster with tips to protect our mental health.

POSTER 2

I'm Robert. This is my poster with tips to protect our mental health.

POSTER 3

I'm Claudia. This is my poster with tips to protect our mental health.

LET'S UNDERSTAND!

UNDERSTAND - EXERCISE 1

Write five sentences from the posters. Follow the example:

Example:

SYLVIA

1. Ask for help regularly.
2. Always _____.

CLAUDIA

3. Always _____.
4. _____ every day.

ROBERT

5. _____ regularly.
6. _____ every day.

UNDERSTAND - EXERCISE 2

Tick the tip that you find in each poster. Follow the example:

	POSTER 1	POSTER 2	POSTER 3
Example: Play sports regularly	✔		
1. Always ask for help.			
2. Exercise every day.			
3. Always express your feelings!			
4. Talk to friends regularly.			
5. Think positive every day.			

LET'S PRACTISE!

¡NOTEMOS ALGO!

La semana pasada aprendiste los **imperativos** en inglés ¿Recuerdas para qué los usábamos?

Son usados para dar **tips, consejos o recomendaciones.**

Esta semana aprenderás el imperativo con los adverbios y frases de frecuencia 'always', 'regularly' y 'every day'.

Comparemos estos tips o consejos con y sin los adverbios. ¿Puedes identificar otros ejemplos? Encuentra oraciones en los posters para completar el grupo 2. Sigue los ejemplos:

GROUP 1 (Sin adverbio)

Play sports.
Verbo sustantivo

Sleep 8 hours.
Verbo sustantivo

Express your feelings.
Verbo sustantivo

Have fun.
Verbo sustantivo

GROUP 2 (Con adverbio)

Play sports **regularly**.
Verbo sustantivo adverbio

Always sleep 8 hours.
Adverbio verbo sustantivo

a)

b)

Completa la información del siguiente cuadro con las alternativas correctas:

1. El adverbio en las oraciones, complementa y da más información acerca del:
- **a)** verbo
- **b)** sustantivo

2. ¿Qué información te dan los adverbios: "Always", "regularly" y la frase "every day"? (puedes elegir más de una respuesta).
- **a)** Describe el sustantivo.
- **b)** Nos dice con qué frecuencia realizar una acción.
- **c)** Nos da detalles más específicos acerca del consejo o tip.
- **d)** Intensifica la urgencia del mensaje.

PRACTISE - EXERCISE 1

Unscramble the sentences to give tips for a good mental health. Follow the example:

Example:

love yourself! / Always — Always love yourself!

GOOD MENTAL HEALTH

1. to friends/ every day. / Talk _____.
2. regularly. / Exercise _____.
3. positive! / think / Always _____.
4. every / fun / day. / Have _____.
5. your / express / Always / feelings! _____.

PRACTISE – EXERCISE 2

Discover the missing letters and learn more tips to protect our mental health. Follow the example:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M

14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26
N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z

1	four - fifteen	...what makes you happy.	Do what makes you happy.	
2	nineteen - sixteen fifteen - eighteen twenty - nineteen	Play...	Play _ _ _ _ _ _ regularly.	
3	twelve - fifteen twenty-two - five	...yourself.	Always _ _ _ _ yourself.	
4	Twenty – eight - nine fourteen – eleven	...positive everyday.	_ _ _ _ _ positive everyday.	