PROPÓSITO:

Define activities for integral personal care at the physical (body), intellectual (mind), emotional (psychological), and spiritual (beliefs) level.

Self-care is a vital part of maintaining good health and a vibrant life. It is a way of living that incorporates behaviors that help you to be refreshed, replenish your personal motivation, and grow as a person.

Wellness is an interactive process of becoming aware of and practicing healthy choices to create a more successful and balanced lifestyle.

We are going to work about the simple present tense and vocabulary related to integral personal care in order to develop English linguistic and communicative competences in real situations using listening, reading, writing and speaking skill. **¡ Welcome¡**

Definir actividades para el cuidado personal integral, a nivel físico (cuerpo), intelectual (mente), emocional (psicológico), social (relaciones) y espiritual (creencias).

El cuidado personal es una parte vital para mantener una buena salud y una vida vibrante. Es una forma de vida que incorpora comportamientos que te ayudan a refrescarte, reponer tu motivación personal y crecer como persona.

El bienestar es un proceso interactivo para tomar conciencia y practicar elecciones saludables para crear un estilo de vida más exitoso y equilibrado.

Vamos a trabajar sobre el tiempo presente simple y el vocabulario relacionado con el cuidado personal integral con el fin de desarrollar las competencias lingüísticas y comunicativas en situaciones reales empleando las habilidades de escucha, lectura, escritura y habla. **¡Bienvenidos!.**



MOTIVACIÓN:

EXPLICACIÓN:

Vocabulary about personal care level: Physical, intellectual,emotional, social and spiritual activities- Simple Present tense.

Vocabulario relacionado con el cuidado personal: Actividad físico, emocional, social y espiritual.

El tiempo Presente simple.

PRESENTE SIMPLE

En inglés, el **presente simple**1 (en inglés, *simple present* o *present simple*)2 —también denominado **presente indefinido**— es el tiempo verbal presente (de aspecto no perfecto).

Es uno de los tiempos verbales del presente utilizados en inglés, además del presente progresivo, el presente perfecto y el presente perfecto progresivo. Se utiliza para hablar de cosas, hábitos diarios o actividades que suelen hacerse todos los días y siempre son verdad. Con: *I*, *you* , *we* y *they* se utiliza la base léxica del verbo, y con *he*, *she* y *it* se añade una *-s*.

USO CORRECTO

Expresa afirmaciones o «verdades» o permanencia (*Her parents live in Madrid* — Sus padres viven en

Madrid); hábitos o rutinas en la vida cotidiana (*I get up late on Sundays* — Me levanto tarde los domingos o *I eat a lot of fruit* — Yo como mucha fruta).

También se utiliza para hablar de eventos futuros y al igual que en el español, aquellos que estén sujetos a un horario: *The train leaves at nine* — El tren sale a las nueve.

Ejemplos:

Afirmativo: *I speak English and French* — Yo hablo inglés y francés; *She speaks English and French* — Ella habla inglés y francés.

Negativo: *I don't (do not) smoke* — Yo no fumo; *He doesn't (does not) smoke* — Él no fuma.

Interrogativo: *Do you speak Spanish?* — ¿Hablas español?; *Does she speak Spanish?* —

¿Ella habla español?

Afirmativo

I	*like*	*cheese*. — Me gusta el queso
You	*like*	*cheese*. — Te gusta el queso
He/She/(It)	*likes*	*cheese*. — Le gusta el queso.
We	*like*	*cheese*. — Nos gusta el queso.
You	*like*	*cheese*. — Te gusta el queso.
They	*like*	*cheese*. — Les gusta el queso.

Negativo

I	*don't like*	*cheese*. — No me gusta el queso.
You	*don't like*	*cheese*. — No te gusta el queso.
He/She/(It)	*doesn't like*	*cheese*. — No le gusta el queso.
We	*don't like*	*cheese*. — No nos gusta el queso.
They	*don't like*	*cheese*. — No les gusta el queso.

EJERCICIOS:

DERECHO BÁSICO DE APRENDIZAJE 3

1. Answer the questions

- Do you have a shower every day?
- Does your best friends get enough sleep?
- Does your teacher drink lots of water?
- Do your classmates eat a balanced diet?
- Do you wash your hair regularly?
- Does your partner keep his-her nails short?



2. Make a list of healthy food and unhealthy food

3. Writing tips for healthy living

4. what are the types of food and give examples

5. Make a text that describes what your diet is like

6. Identify (in the video) words and phrases related to personal care and good habits. Write them in your notebook.

Identifique (del video) palabras y frases relacionadas al cuidado personal. Escribalas en el cuaderno.

Example: . Hygiene = Higiene

. Brush= Cepillar

. Habits= Hábitos.

EVALUACIÓN:

BIBLIOGRAFÍA:

undefined