

**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!**

**DBA Number 3 (Basic Learning Rights número 3)**

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!**

**DBA N.3 (Derechos básicos del aprendizaje Número 3)****MOTIVACIÓN:**

## STEP 1. PASO 1.

- Watch the Videos about Integral Personal Care and good habits: Observe el video sobre el cuidado personal integral y buenos habitos:

<https://www.youtube.com/watch?v=jQ2e0KH5Wrl>

<https://www.youtube.com/watch?v=hHqql0gh2h0>

## STEP 2. PASO2.

- According to the videos Answer in your notebook the following questions. De acuerdo con los video, Responda en su cuaderno estas preguntas:

1. 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. Escríbalas en el cuaderno.

Example: 1 . Hygiene = Higiene

2. Brush= Cepillar

3. Habits= Hábitos.

2. Make a list about some personal care activities that you do. Elabora una lista sobre las actividades de cuidado personal que tú haces.

EXAMPLE: **I brush my teeth every day**

**I get up early**

**Remember the affirmative sentence structures. Recuerda la estructura de oraciones afirmativas.**

I brush my teeth every day

S V C

**S= Sujeto**

**V= Verbo**

**C= Complemento**

**3. Do you have good habits?**

yes or not ? why ?

**4. Make a list about your good habits: Elabore una lista sobre sus buenos hábitos.**



Share your answers in the first meeting zoom.

Compartir sus respuestas en la primera reunión zoom.

EXPLICACIÓN:

## STEP 1. PASO 1

WATCH THESE VIDEOS AND TAKE NOTES IN YOUR NOTEBOOK ABOUT THEM.

Observe los videos y Tome notas en su cuaderno sobre éstos (Los videos)

<https://www.youtube.com/watch?v=L9AWrjnhsRI>

<https://www.youtube.com/watch?v=sfjUz-Oyq5E>

SIMPLE PRESENT TENSE (Presente Simple)			
MODO AFIRMATIVO		MODO INTERROGATIVO	
<b>I play</b> Yo juego	<b>Do I play?</b> ¿Juego yo?	<b>I do not play</b> Yo no juego	
<b>You play</b> Tú juegas	<b>Do you play?</b> ¿Juegas tú?	<b>You do not play</b> Tú no juegas	
<b>He plays</b> Él juega	<b>Does he play?</b> ¿Juega él?	<b>He does not play</b> Él no juega	
<b>She plays</b> Ella juega	<b>Does she play?</b> ¿Juega ella?	<b>She does not play</b> Ella no juega	
<b>It plays</b> Él/Ella juega	<b>Does it play?</b> ¿Juega él / ella?	<b>It does not play</b> Él / Ella no juega	
<b>We play</b> Nosotros jugamos	<b>Do we play?</b> ¿Jugamos nosotros?	<b>We do not play</b> Nosotros no jugamos	
<b>You play</b> Ustedes juegan	<b>Do you play?</b> ¿Juegan ustedes?	<b>You do not play</b> Ustedes no juegan	
<b>They play</b> Ellos juegan	<b>Do they play?</b> ¿Juegan ellos?	<b>They do not play</b> Ellos no juegan	

## STEP 2. PASO 2

1. ANSWER THESE EXERCISES. Responda los siguientes ejercicios.

2. WRITE THEM IN YOUR NOTEBOOK AND ANSWER. Escríbalos en su cuaderno y respóndalos.

<https://www.really-learn-english.com/simple-present-exercises.html#01>

## STEP 3. PASO 3

SHARE YOUR ACTIVITIES (Answers) IN THE SECOND MEETING ZOOM. Comparta sus respuestas en el segundo encuentro de Zoom.

**EJERCICIOS:**

## STEP 1. PASO 1

1. BASED ON WHAT YOU HAVE LEARNED, ANSWER THE FOLLOWING EXERCISES CONTAINED IN YOUR BOOK " WAY TO GO 7" (LINK)

. De acuerdo con lo aprendido responda los siguientes ejercicios Contenidos en el libro WAY TO GO 7.

Envío el enlace.

2. WRITE THEM IN YOUR NOTEBOOK AND ANSWER. Escríbalos en su cuaderno y respóndalos.

[https://d3rhaqd7pe5pkw.cloudfront.net/Way%20to%20go/WAY\\_TO\\_GO\\_7\\_LIBRO\\_ESTUDIANTE.pdf](https://d3rhaqd7pe5pkw.cloudfront.net/Way%20to%20go/WAY_TO_GO_7_LIBRO_ESTUDIANTE.pdf)

1. FROM PAGE NUMBER 12. ANSWER THE POINT 5 Y 6. De la página 12 reponda los puntos o ejercicios números 5 y 6.
2. FROM PAGE NUMBER 21 ANSWER THE POINT 3 Y 6
3. FROM PAGE NUMBER 23 ANSWER THE POINT 1 (MAKE THE DRAWINGS).
4. FROM PAGE NUMBER 25 ANSWER THE POINT NUMBER 8 (MAKE THE DRAWINGS)
5. FROM PAGE NUMBER 27 ANSWER THE POINT NUMBER 3 Y 5.
6. FROM PAGE NUMBER 28 ANSWER THE POINT NUMBER 6.
7. FROM PAGE NUMBER 29 ANSWER THE POINT NUMBER 1 ,3 Y 4.

SHARE YOUR ACTIVITIES AT THE THIRD MEETING ZOOM. Comparta sus actividades en el tercer encuentro zoom.

**EVALUACIÓN:**

1. Oral Evaluation. (Evaluación Oral)
2. Make a poster with drawings about your " good habit " Physical, intellectual, emotional, social and spiritual level.

Elaborar un poster (cartelera) con dibujos sobre sus buenos hábitos a nivel físico, intelectual, emocional, social y espiritual.

AT THE FOURTH MEETING ZOOM. En el cuarto encuentro Zoom.

**BIBLIOGRAFÍA:**

[https://d3rhaqd7pe5pkw.cloudfront.net/Way%20to%20go/WAY\\_TO\\_GO\\_7\\_LIBRO\\_ESTUDIANTE.pdf](https://d3rhaqd7pe5pkw.cloudfront.net/Way%20to%20go/WAY_TO_GO_7_LIBRO_ESTUDIANTE.pdf)