



Student's name:

Grade:

School:

¡Hola! Bienvenidos a las guías de aprendizaje de ECO Teens 2.0

Antes de realizar esta guía de aprendizaje te invitamos a escuchar la cápsula radial #5 en el enlace

eco.colombiaaprende.edu.co

Esta guía ha sido diseñada para ayudarte a consolidar algunos conocimientos y habilidades propuestas en las cápsulas del programa radial.

Lee las instrucciones cuidadosamente antes de desarrollar las actividades y diviértete mientras practicas inglés.

Recuerda que si no tienes la guía impresa, la puedes desarrollar en un cuaderno también.

La guía ofrece ejercicios que te retan a tomar acción frente a diferentes áreas de tu vida, así que te invitamos a desarrollar los pasos **Ready, Steady** and **Go**.



ENGLISH FOR COLOMBIA

ECO Teens 2.0 es un programa transmedia para adolescentes y jóvenes de 12 a 18 años que puedes disfrutar en formato radio, a través de Colombia Aprende o también a través de tu docente de inglés. Rosita, Aleja, Ana y Lucho junto con Julián, su profesor de inglés, cuentan sus proyectos de vida y ayudan a otros jóvenes a reconocer cómo el inglés impulsa las oportunidades en los sectores de tecnología, artes, turismo y deportes en ECO Teens.

Para mayor información visita: eco.colombiaaprende.edu.co

GUÍA DE APRENDIZAJE DE INGLÉS #5 CÁPSULA RADIAL #5 ECO TEENS 2.0

What's the matter?

Al finalizar esta guía podrás:

- * Identificar y expresar diferentes emociones.
- * Diseñar una rueda de opciones para gestionar una emoción negativa.

Instrucciones Ready, Steady and Go!

- * En **Ready**, lee la conversación y organiza las letras para escribir emociones.
- * En **Steady**, lee la rueda de opciones y marca las mejores para cada emoción.
- * En **Go**, identifica una emoción negativa que sientas y diseña tu propia rueda de opciones.



READY, STEADY, GO!

ACTIVITY 1 Read the conversation between these friends.



ACTIVITY 2 Now, unscramble the letters to write people's feelings.

1.



DRSUFTAET

2.



YG ARN

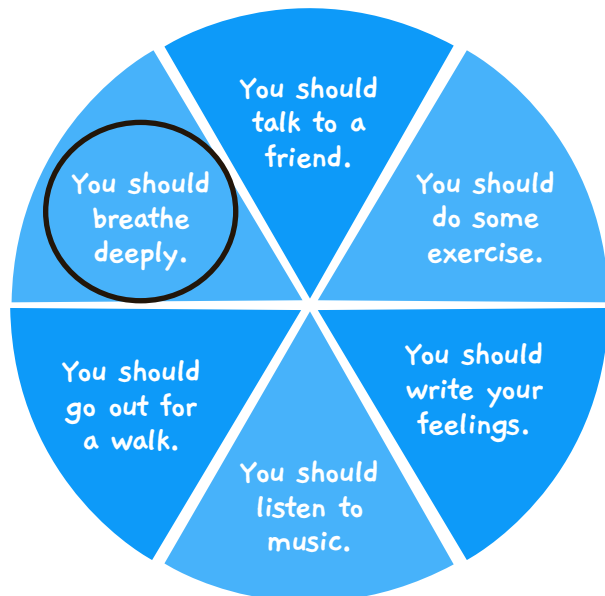
3.



USNAIXO

READY, STEADY, GO!

ACTIVITY 3 Look at the following wheel of choices that gives you options to help you manage your emotions especially when you're feeling angry.



I'm feeling angry.
What should I do?

TIP

Utiliza la siguiente expresión cuando quieras dar un consejo.

- You should...

ACTIVITY 4

Now, check ✓ the boxes that are good recommendations for each emotion.

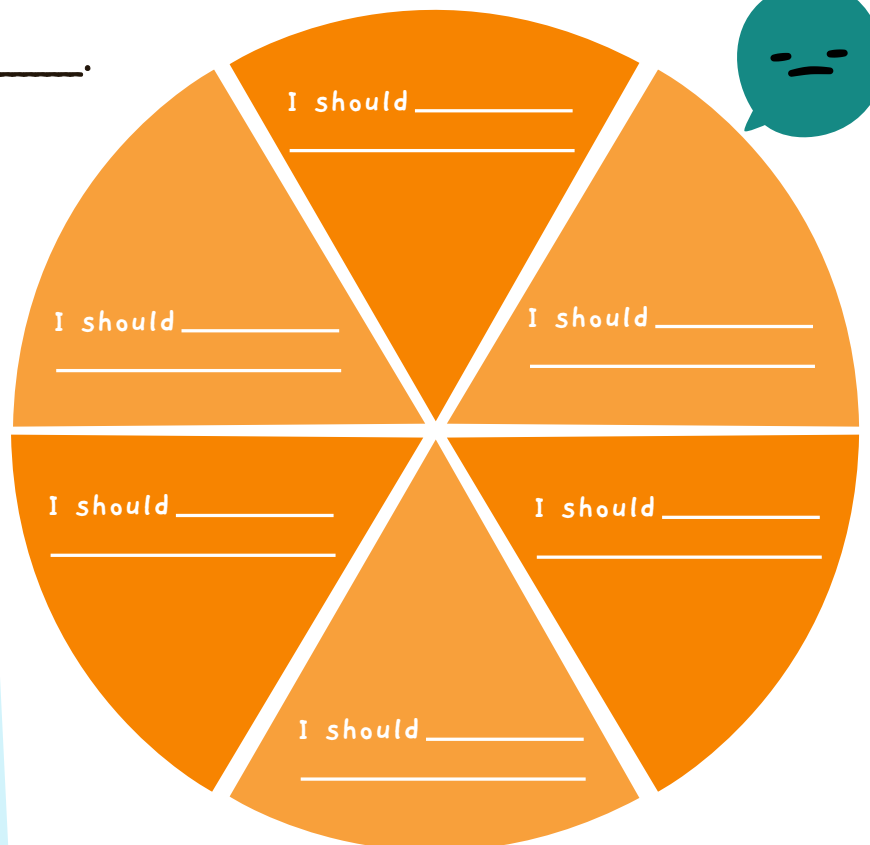
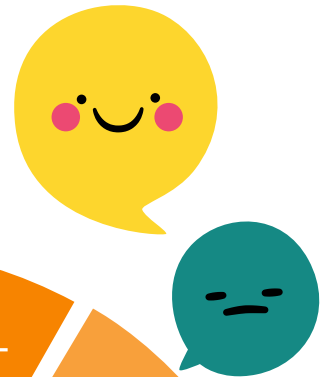
Feeling	You should talk to a friend	You should write your feelings	You should breathe deeply	You should listen to music	You should go for a walk	You should do some exercise
When you feel frustrated						
When you feel angry						
When you feel anxious						

READY, STEADY, GO!

ACTIVITY 5

Use the wheel of choices to write possible activities to help you manage one of your emotions.

WHEN I'M FEELING _____.



Remember!

La rueda de las opciones es una estrategia que te ayuda a identificar tus emociones y la forma en la que puedes manejarlas sin afectar a otros.

1. Identifica cómo te estás sintiendo y dale un nombre a esa emoción.
2. Haz una lista de acciones que puedas hacer para manejar y expresar tus emociones de manera adecuada.
3. Usa tu creatividad para hacer tu rueda de opciones, puedes usar cualquier material que tengas a la mano.
4. Cada vez que sientas esta emoción u otra negativa, recurre a la rueda y selecciona la opción más adecuada para gestionarla.