
	<b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ</b>		
	<b>Proceso: CURRICULAR</b>	<b>Código</b>	
<b>Nombre del Documento:</b> Planes de mejoramiento		<b>Versión 01</b>	<b>Página</b> 1 de 1

<b>ASIGNATURA /AREA/ NÚCLEO</b>	Núcleo comunicativo	<b>GRADO:</b>	Caminar en secundaria 201-202-203-204
<b>PERÍODO</b>	SEGUNDO(II)	<b>AÑO:</b>	2024
<b>NOMBRE DEL ESTUDIANTE</b>			

**DESEMPEÑOS /COMPETENCIAS:**

- Can describe symptoms of eating disorders and express conditions.
- Identifies healthy food, symptoms, parts of the body, and treatments in a brief and simple written text.
- Prepares a written and simple report based on notes taken and an established sample.
- Explains and expresses opinions on eating disorders briefly and simply based on a given sample and with clear pronunciation.
- Recognizes his role in the prevention of diseases.
- Se le dificulta seleccionar y usar estrategias para comprender un texto.
- Se le dificulta comprender el concepto de coherencia y distingo entre coherencia local y global, en textos míos o de mis compañeros.
- Se le dificulta la entrega en forma oportuna de cuadernos, talleres y trabajos escritos.
- Se le dificulta evaluar y asumir una posición crítica de los mensajes emitidos en los textos.

**ACTIVIDADES PRÁCTICAS A DESARROLLAR INCLUYENDO BIBLIOGRAFIA DONDE SE PUEDA ENCONTRAR INFORMACIÓN:**

1. Let`s talk about the health problems and advices.

**1** Label the photos with the health problems in the box.

- a rash
- a backache
- a cough
- a toothache
- a fever
- sprained wrist
- a runny nose
- broken leg
- a sore throat
- the flu



1. \_\_\_\_\_



2. \_\_\_\_\_



3. \_\_\_\_\_



4. \_\_\_\_\_



5. \_\_\_\_\_



6. \_\_\_\_\_



7. \_\_\_\_\_



8. \_\_\_\_\_



9. \_\_\_\_\_



10. \_\_\_\_\_

**2** Fill in the blanks with the health problems in exercise 1.

1. Nick has . He can't even talk.
2. Emma has  on her arm. It's very itchy.
3. I think I have a ... It hurts a lot while I am writing.
4. My husband needs to go to the dentist immediately. He has .
5. If he has , he shouldn't carry anything heavy.
6. My little daughter is sneezing and coughing a lot. I think she has .

Look at the problems and advice boxes below. Fill in the dialogues using the phrases from the boxes. Make necessary changes as in the example.


**Problems**


- have a backache
- sprain my ankle
- have a fever
- cut my finger


**Advice**

- drink lots of fluids
- put an ice pack
- put a plaster on it
- see a doctor

e.g.  A: What's wrong with you?  
B: I've *had a fever* for two hours.  
What should I do?  
A: You should *drink lots of fluids*.

2  A: What's the matter?  
B: I've . What should I do?  
A: You should .

1  A: What's the matter?  
B: I've  since morning.  
A: You should .

3  A: Are you OK?  
B: I've .  
A: You should .

**2. Let's talk about food.**

What are the 6 essential nutrients? The six essential nutrients are vitamins, minerals, protein, fats, water, and carbohydrates. People need to consume these nutrients from dietary sources for proper body function.

**ACTIVITY**

- A. Make a mind map with the 6 essential nutrients
- B. Identify the essential nutrients for your body in the refrigerator (use the numbers to write them)
- C. In your opinion, why should you consume more than 4 glasses of water a day?



**Proteins:** *Chicken.....*

**Fats:**

**Dairy products:**

**Grains**

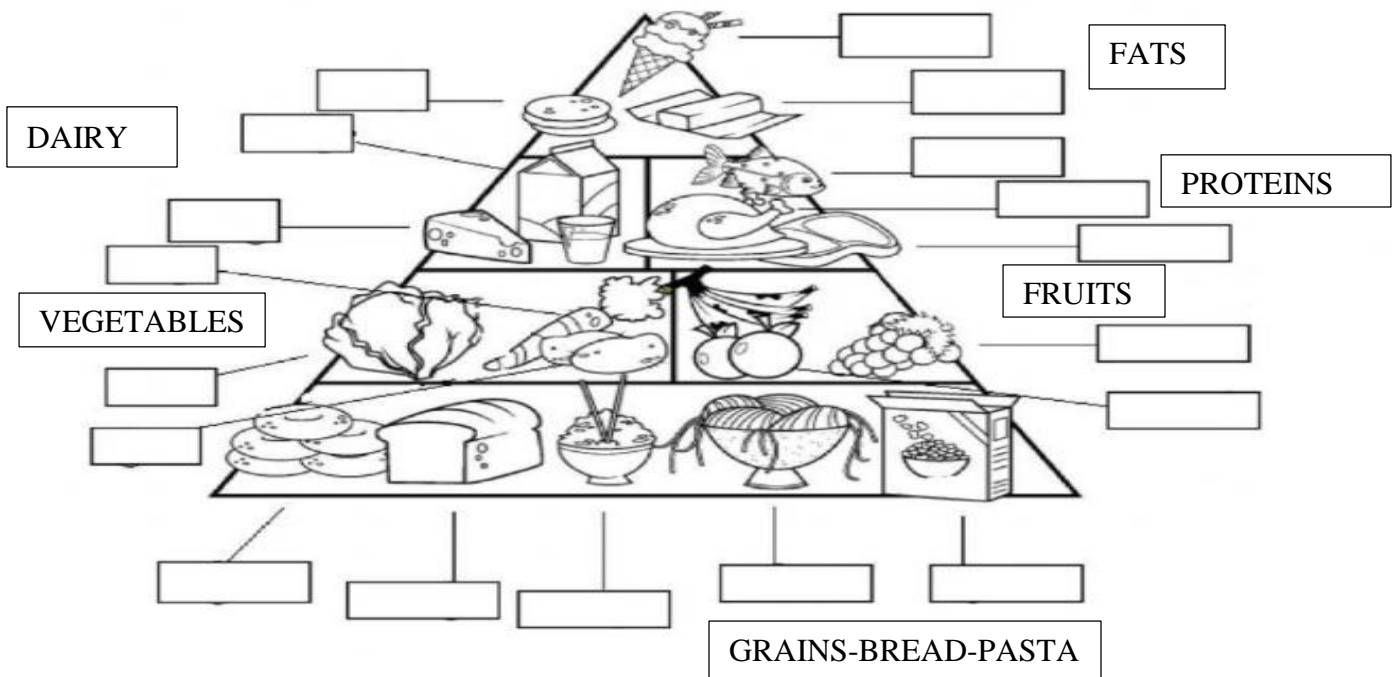
**Vegetables**

**Fruits**

**FOOD PYRAMID:**

The food groups are grouped into a food pyramid. The food pyramid shows you the different food groups and how much of each you should eat each day. **Activity:** Please complete the food pyramid.

# Food Pyramid



### 3. EATING DISORDER

Eating disorders are serious mental illnesses affecting people of all ages, genders, ethnicities and backgrounds. People with eating disorders use disordered eating behaviour as a way to cope with difficult situations or feelings. This behaviour can include limiting the amount of food eaten, eating very large quantities of food at once, getting rid of food eaten through unhealthy means (e.g. making themselves sick, misusing laxatives, fasting, or excessive exercise), or a combination of these behaviours.

#### ACTIVITY

1. Read the information about eating disorder (ED) and decide which paragraph answers each question. (match them).

Eating disorders are serious mental health disorders. They involve severe problems with your thoughts about food and your eating behaviors. You may eat much less or much more than you need.

Who is at risk for eating disorders?

Eating disorders are medical conditions; they are not a lifestyle choice. They affect your body's ability to get proper nutrition. This can lead to health issues, such as heart and kidney problems, or sometimes even death.

What causes eating disorders?

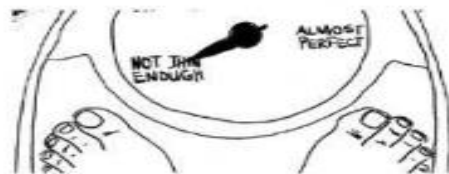
The exact source of eating disorders is unknown. Researchers believe that eating disorders are caused by a complex interaction of factors. These include genetic, biological, behavioral, psychological, and social factors.

What are eating disorders?

Anyone can develop an eating disorder, but they are more common in women. Eating disorders frequently appear during the teen years or young adulthood. But people can also develop them during childhood or later in life.

What are the consequences of eating disorders?

2. Look for these words at the dictionary.
3. What is your opinion about the three pictures?



Words related to ED	Meaning
Mental health	
Prevalent	
psychological	
Conditions	
Cause	
Obsession	
Body shape	
Consequences	
Result	
Vomiting	
Experience	
Affect	
symptom	
Disorders	
Eating	
Behaviour	
Feeling	

#### 4. SIMPLE PAST

Uno de los principales usos del Past Simple consiste en hablar sobre una acción que empezó y finalizó en el pasado. **Ejemplos:**

**I ate a sandwich for breakfast** = Comí un sandwich en el desayuno.

**We went to France for our holidays** = Fuimos a Francia de vacaciones.

También emplearemos el Past Simple cuando queremos hacer mención a una serie de acciones que se llevaron a cabo en el pasado. **Ejemplos:**

**They walked on the beach and swam** = Ellos caminaron por la playa y nadaron.

**My sister met her boyfriend when she was at university.** = Mi hermana conoció a su novio cuando estudiaba en la universidad.

Otro de los usos del Past Simple radica en comunicar acciones repetidas o cotidianas. **Ejemplos:**

**He talked to his mom for hours every night** = Él hablaba con su madre durante horas cada noche.

**Occasionally, they played tennis in a field near home** = De vez en cuando, jugaban al tenis en un campo cercano a casa.

En el idioma inglés encontramos dos clases de verbos en el pasado simple: Verbos regulares e irregulares.

1. Los regulares hacen su pasado usando ED la final. LOVE---LOVED PAINT----PAINTED
2. Los irregulares hacen su pasado de forma diferente, por lo tanto, es necesario aprenderlos de memoria. IS/ARE---WAS/WERE EAT---ATE

ACTIVITIES

1. Write the verbs in the correct column
2. Match
3. Complete the sentences with the past simple form of the verbs
4. Put these sentences into negative. (Did)

read

play

ride visit

swim

return

travel

watch

sing tidy

go eat

write

live

talk see



1- Write the verbs in the correct column

REGULAR	IRREGULAR

2- Match

Read	Talked
Play	Wrote
Visit	Visited
Ride	Travelled
Swim	Rode
Return	Ate
Travel	Sang
Watch	Lived
Sing	Saw
Tidy	Played
Go	Tidied
Eat	Went
Write	Watched
Live	Returned
See	Read
Talk	Swam

3- Complete the sentences with the Past Simple form of the verbs

They.....lots of delicious vegetables from the farm(eat)

Last evening, he..... TV before going to bed(watch)

My granny ..... in a band when she was a child(sing)

I..... my American family last summer(visit)

She ..... home by car yesterday(return)

My sister ..... lots of postcards during her holidays(write)

My brother ..... a famous actor in the museum(see)

4- Put these sentences into negative

I walked the dog last night.

Fred and me went fishing last Saturday.

She tidied her room yesterday afternoon.

I rode a scooter yesterday.

They read the latest Harry Potter book.

## 5. CONVERSATIONS



- A. Prepare some ideas about the eating disorder
- B. Talk with your teacher about what should you do if you are sick
- C. Talk with your teacher about your list of shopping

## 6. CUENTO APÓLOGO

En una lejana sabana africana, andaba perdido un león. Llevaba más de veinte días alejado de su territorio y la sed y el hambre lo devoraban. Por suerte, encontró un lago de aguas frescas y cristalinas. Rauda, corrió veloz a beber de ellas para así, paliar su sed y salvar su vida.

Al acercarse, vio su rostro reflejado en esas aguas calmadas.

– ¡Vaya! el lago pertenece a otro león – Pensó y aterrorizado, huyó sin llegar a beber.

La sed cada vez era mayor y él sabía que de no beber, moriría. A la mañana siguiente, armado de valor, se acercó de nuevo a lago. Igual que el día anterior, volvió a ver su rostro reflejado y de nuevo, presa del pánico, retrocedió sin beber. Y así pasaron los días con el mismo resultado. Por fin, en uno de esos días comprendió que sería el último si no se enfrentaba a su rival. Tomó finalmente la decisión de beber agua del lago pasara lo que pasara. Se acercó con decisión al lago, nada le importaba ya. Metió la cabeza para beber ... y su rival, el temido león ¡desapareció!

Muchos de nuestros temores son imaginarios. Sólo cuando los enfrentamos, desaparecen. No dejes que tu imaginación descontrolada usurpe el lugar de la realidad ni te pierdas en las creaciones y reflejos de tu propia mente.

¿Qué enseñanza te deja el texto?

7. Sabes que es normal sentir miedo en algunas ocasiones, en el caso del león, el miedo era su dificultad, en tu caso personal ¿cuáles son tus dificultades? Descríbelas y explica su causa.

8. ¿Cómo enfrentas tus miedos o cómo crees que se pueden manejar en tu caso?

9. Elabora un mapa conceptual centrado en tus metas, explicando en él las ventajas y desventajas que tienes a nivel personal para lograrlo. Si no conoces o no recuerdas esta estrategia, consulta qué es un mapa mental.



10. Consulta las teorías de las inteligencias múltiples, ¿Cuál de ellas es tu fortaleza?
11. Según lo estudiado, ¿Qué crees que es lo más difícil del trabajo en grupo? Explica tu respuesta.
12. Los líderes tienen muchas cualidades que los caracterizan, si tuvieras que elegir dos, ¿Cuáles elegirías y por qué?
13. Consulta que es un plan de viabilidad para un negocio.
14. Elabora tu propio plan de viabilidad para un posible negocio según tus capacidades.
15. Elabora un afiche publicitario del producto que piensas vender en tu empresa.
16. Elabora un cuadro clasificando las palabras que encuentras en el texto según sus categorías gramaticales.
17. Escribe un pequeño resumen del cuento.
18. Escribe una fábula de tu propia autoría, recuerda incluir la moraleja.
19. Consulta un mito o leyenda de otro país.
20. Si el cuento anterior fuera una obra de teatro, define las partes del teatro que llevaría este cuento.

**Si no te gusta algo, cámbialo.  
Si no lo puedes cambiar, cambia tu actitud.**

Mucha suerte.

#### **METODOLOGIA DE LA EVALUACIÓN**

Los estudiantes deben desarrollar las actividades en compañía de su docente en el aula y de sus padres de familia desde el hogar. Además, el estudiante debe presentar un examen para la sustentación y demostración de sus competencias alcanzadas. La evaluación de sustentación puede ser oral y escrita.

#### **BIBLIOGRAFIA:**

[www.colombiaaprende.com](http://www.colombiaaprende.com) Workbook-Way to go 8°  
[www.liveworksheet.com](http://www.liveworksheet.com)  
<https://www.medicalnewstoday.com/articles/326132>  
<https://serviciodemedicinadelestres.com.ar/cuentos-la-historia-del-leon-y-su->

#### **RECURSOS:**

<https://es.liveworksheets.com/nm1644361df> (Human actions)  
<https://www.liveworksheets.com/es/node/4986523> (health problems)  
<https://crownenglish.com/past-simple-usos-estructura-y-reglas/#:~:text=A%20la%20hora%20de%20escribir,tour%20%3D%20Yo%20disfrut%C3%A9%20del%20tour> (past simple)

**OBSERVACIONES:** Use el diccionario de inglés. Emplee su cuaderno.

**FECHA DE ENTREGA DEL TRABAJO**

Junio/2024

**FECHA DE SUSTENTACIÓN Y/O EVALUACIÓN**

Junio/2024

**NOMBRE DEL EDUCADOR(A)**

Yamith Antonio Torres Romaña -Leonardo Úsuga Valle

**FIRMA DEL EDUCADOR(A)**

**FIRMA DEL ESTUDIANTE**

**FIRMA DEL PADRE DE FAMILIA**