



Colegio Isabel Riquelme
UTP

GUÍA DIGITAL N° 22

ASIGNATURA: INGLES

CURSO: 7° AÑO

DOCENTE: María Karime Chieto Aguilar

SEMANA: 7 al 11 de Diciembre.

CORREO DE CONTACTO: karime.chieto@colegio-isabelriquelme.cl

DIAS DE ATENCION CONSULTAS: lunes, miércoles, viernes de 10:00 a 11:00 horas

ACTIVIDAD: Relacionar el vocabulario relativo a vida saludable con su rutina diaria, a través de actividades de observación.

1. OBJETIVOS

<u>OBJETIVO DE APRENDIZAJE</u>	<u>CONTENIDO</u>
Learning objective: <i>Comprensión lectora</i> Usar las siguientes estrategias para apoyar la comprensión de los textos leídos, tanto en formato digital como impreso: <ul style="list-style-type: none">• prelectura: hacer predicciones, basándose en conocimientos previos, elementos visuales y contextuales• lectura: usar organizadores, como títulos, subtítulos, ilustraciones, imágenes y notas• post lectura: organizar información en diagramas, releer, usar el texto leído como modelo para la expresión escrita.	Healthy Food.
<u>OBJETIVO DE LA CLASES</u>	<u>HABILIDADES</u>
Relacionar el vocabulario relativo a vida saludable con su rutina diaria, a través de actividades de observación, asociación y compleción.	Writing and Reading skills

INDICADOR

- Identifican información relevante en textos impresos o digitales relacionada con la comida y la salud.
- Establecen conexiones entre lo leído y situaciones de su contexto, temas de interés global o temas de otras asignaturas.
- Identifican situaciones positivas o negativas para la salud.
- Hacen aportes a la clase por medio de oraciones o preguntas acerca de los textos y temas leídos.



Colegio Isabel Riquelme
UTP

Good morning dear student! I wish you are very well today!
Buenos días estimado estudiante! Deseo que te encuentres muy bien!
Now we are going to feed back the reading comprehension. Ahora vamos a retroalimentar vocabulario relacionado con la comprensión lectora y la vida saludable.

4.

LEARNING PATH

Activar conocimientos previos

Reading comprehension, Healthy Food.

Vocabulary

Fill the Chart

Answer the questions.

5.GUIA



You can learn!!!

ÚTILES

- Tu cuaderno de inglés o hojas en blanco.
- Lápiz grafito, goma, regla.
- Marcadores de colores y/o lápices de colores.
- Texto del estudiante 7° básico.



Healthy Food

1. Observe the images and answer the questions.

- Observa las imágenes y responde las preguntas.



a) What are they?

b) What do they represent?

c) What food items can you identify? Write them.

2. Read the descriptions about food and match them with the corresponding name.

- Lee las descripciones sobre comida y escribe el nombre que corresponde.

Healthy food

/

Unhealthy food



Food that is high in calories from sugar or fat, with little dietary fiber.

Food to be good for







you because it does not contain artificial chemicals or much sugar or fat.



3. Mark the food item writing H for healthy food and U for unhealthy food.

- Marca el alimento con H si es saludable y U si es no saludable.

			
HAMBURGER	SOUP	BREAKFAST	OMELETTE

			
APPLE PIE	A SODA	A CUP OF TEA	MILKSHAKE AND CROISSANT



Colegio Isabel Riquelme
UTP

Healthy Food

1. Observe the images and answer the questions.



- Observa las imágenes y responde las preguntas.

a) What are they? **Food**

b) What do they represent? (RESPUESTA ABIERTA) **Healthy/Unhealthy Food, Fruits / Vegetables / Junk Food.**

c) What food items can you identify? Write them.

Hamburger, donut, juice, soda, coke, cookies, bananas, sandwich, lettuce, apple and tomato.



Colegio Isabel Riquelme
UTP

2. Read the descriptions about food and match them with the corresponding name.

- Lee las descripciones sobre comida y escribe el nombre que corresponde.

Healthy food

/

Unhealthy food



Food that is high in calories from sugar or fat, with little dietary fiber.

Unhealthy food



Food to be good for you because it does not contain artificial chemicals









or much sugar or fat.

Healthy food



3. Mark the food item writing H for healthy food and U for unhealthy food.

- Marca el alimento con H si es saludable y U si es no saludable.

 HAMBURGER	 SOUP	 BREAKFAST	 OMELETTE
U	H	H	H
 APPLE PIE	 A SODA	 A CUP OF TEA	 MILKSHAKE AND CROISSANT
U	U	H	U



Colegio Isabel Riquelme
UTP

6. Pausa activa

Copia este link y pégalo en tu navegador:

https://www.youtube.com/watch?v=vhnVAXDS8-c&ab_channel=JaimeTriCoach





Colegio Isabel Riquelme
UTP





7: TAREA



Don't forget to write in your notebook: Your name, your grade, the date, the objective, the activities.

(No olvides escribir en tu cuaderno: tú nombre, el curso, la fecha, el objetivo las actividades).

ACTIVITY 1

Sergei's Daily Routine

1. **Read the text below and underline all the food items you can find.**
 - Lee el texto y subraya todas las palabras relacionadas con alimentos que puedas encontrar.



My Daily Routine



My name is Sergei. I'm fourteen years old. I always wake up at 7 o'clock every day except Sunday. I do morning exercises. I wash, clean my teeth, and comb my hair. Then I have breakfast. In the mornings I like to eat fried eggs or omelette, cheese sandwich and to drink tea. It takes me 10 minutes to get to school. My lessons begin at 8.30. At 2 o'clock the lessons are over. I usually have six or seven lessons a day. I return home at 2 o'clock and have rest. I watch TV and play computer games. I have lunch at 3 o'clock. For lunch, I usually eat some soup, fried or mashed potatoes with cutlets and a piece of cake with a cup of tea for dessert. Occasionally, after doing my homework I go for a walk with my friends. In the evening, I go to the gym. My training lasts for an hour. Dinner consists of fish, meat or chicken, vegetables or some salad and an apple pie. After dinner I read books, newspapers and magazines, chat with friends on the phone. At 10 o'clock I take a shower, brush my teeth and go to bed.

Frequency Adverbs

Always: *Siempre*

Usually: *Usualmente*

Occasionally: *Ocasionalmente*

Text taken and adapted from: <https://en.islcollective.com/english-esl-worksheets/search/healthy+and+unhealthy+food>

2. Read the text again and complete the table below with the food Sergei eats for the different meals of the day.

- Lee el texto nuevamente y completa la tabla con los alimentos que Sergei consume para las diferentes comidas del día.

Breakfast	
Lunch	
Dinner	



Colegio Isabel Riquelme
UTP

**3. Sergie's daily routine includes time and different activities.
Complete the table below and follow the example.**

- Las rutinas diarias de Sergie incluyen horas y diferentes actividades. Completa la tabla de abajo, sigue el ejemplo.

Time	Activity
<i>7 o'clock</i>	<i>Wake up</i>

4. Do you think Sergie has a healthy lifestyle? Why or Why not? Give 2 reasons.



Colegio Isabel Riquelme
UTP

SECTION 3: LET'S CONSTRUCT AND APPLY OUR KNOWLEDGE

My Daily Routine

1. Complete the timetable with your daily routine.

- Completa el horario con tu rutina diaria.



My day	
8:00	I wake up
9:00	
10:00	
11:00	
12:00	
13:00	
14:00	
15:00	
16:00	
17:00	
18:00	
19:00	
20:00	
21:00	

2. Complete the charts with a healthy menu of your choice.

- Completa las tablas con un menú saludable de tu elección.

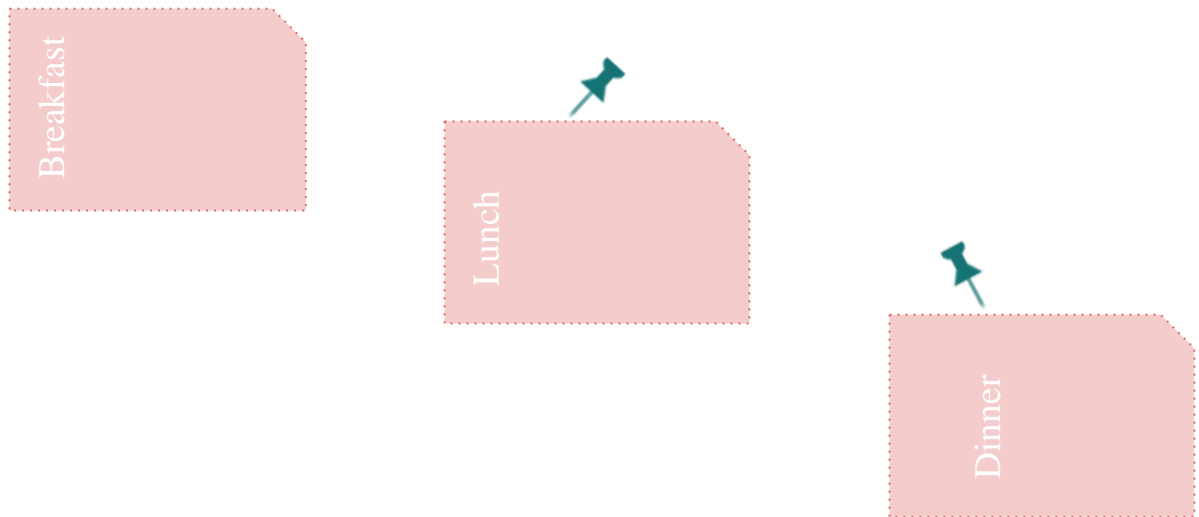
Choose your favorite day of the week:

Wednesday

Sunday



Monday
Tuesday
Thursday
Friday
Saturday



ACTIVITY 2

Food and routine survey

1. Survey to 4 members of your family or friends. Ask them the following questions.

- Haz una encuesta a cuatro miembros de tu familia o amigos. Hazle las siguientes preguntas.

- What time do you wake up?
- What is your favorite meal of the day?
- Do you prefer “healthy food” or “unhealthy food”, name 2 items according to your answer.
- Name 2 healthy food items you have in your fridge.
- What are your favorite activities? name 2.

Name	A-	B-	C-	D-	E-
E.g.: Mom: Clara	08:45	Lunch	Unhealthy French fries Soda	Milk Eggs	Sleeping Watching Tv



Total	1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____	1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____	1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____	1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____	1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____

8. SOLUCIONARIO

Te dejo esta plantilla para que tú revises lo que escribiste, si cumpliste todos los pasos felicítate y si no lo puedes mejorar felicítate por tus deseos de aprender.



ACTIVITY 1

Sergei's Daily Routine

1. Read the text below and underline all the food items you can find.
 - Lee el texto y subraya todas las palabras relacionadas con alimentos que puedas encontrar.



My Daily Routine



My name is Sergei. I'm fourteen years old. I always wake up at 7 o'clock every day except Sunday. I do morning exercises. I wash, clean my teeth and comb my hair. Then I have breakfast. In the mornings I like to eat **fried eggs** or **omelette**, **cheese sandwich** and to drink **tea**. It takes me 10 minutes to get to school. My lessons begin at 8.30. At 2 o'clock the lessons are over. I usually have six or seven lessons a day. I return home at 2 o'clock and have rest. I watch TV and play computer games. I have lunch at 3 o'clock. For lunch, I usually eat some **soup, fried or mashed potatoes** with **cutlets** and a **piece of cake** with a cup of **tea** for dessert. Occasionally, after doing my homework I go for a walk with my friends. In the evening, I go to the gym. My training lasts for an hour. Dinner consists of **fish**, **meat** or **chicken**, **vegetables** or some **salad** and an **apple pie**. After dinner I read books, newspapers and magazines, chat with friends on the phone. At 10 o'clock I take a shower, brush my teeth, and go to bed.

Frequency Adverbs

Always: Siempre

Usually: Usualmente

Occasionally: Ocasionalmente

Text taken and adapted from: <https://en.islcollective.com/english-esl-worksheets/search/healthy+and+unhealthy+food>

2. Read the text again and complete the table below with the food Sergei eats for the different meals of the day.

- Lee el texto nuevamente y completa la tabla con los alimentos que Sergei consume para las diferentes comidas del día.

Breakfast	Fried eggs or omelette, cheese sandwich and tea.
Lunch	Some soup, fried or mashed potatoes with cutlets and a piece of cake with a cup of tea for dessert.
Dinner	Fish, meat or chicken, vegetables or some salad and an



apple pie.

3. Sergie's daily routine includes time and different activities. Complete the table below and follow the example.

- Las rutinas diarias de Sergei incluyen horas y diferentes actividades. Completa la tabla de abajo, sigue el ejemplo.

Time	Activity
<i>7 o'clock</i>	<i>Wake up</i>
8:30	Begin lessons
2:00	Return home
3:00	Have lunch
10:00	Take a shower, brush teeth and go to bed.

4. Do you think Sergie has a healthy lifestyle? Why or Why not? Give 2 reasons.

RESPUESTA ABIERTA

Yes, because he eats healthy food such as vegetables and he does exercises.



Colegio Isabel Riquelme
UTP

SECTION 3: LET'S CONSTRUCT AND APPLY OUR KNOWLEDGE

My Daily Routine

1. Complete the timetable with your daily routine.

RESPUESTAS ABIERTAS

- Completa el horario con tu rutina diaria.

Getting things done!

My day	
8:00	I wake up
9:00	
10:00	
11:00	
12:00	
13:00	
15:00	
16:00	
17:00	
18:00	
19:00	
20:00	



Colegio Isabel Riquelme
UTP

14:00	
	21:00

2. Complete the charts with a healthy menu of your choice.

- Completa las tablas con un menú saludable de tu elección.

RESPUESTA ABIERTA

Choose your favorite day of the week:

Wednesday
Sunday 

Tuesday

Monday Thursday
Friday

Saturday

Breakfast:
Orange Juice,
coffee, toasted
bread, and jam.

Lunch: chicken
stew and rice.
Dessert: an
apple.

Dinner: fishcake and
salad. A piece of
healthy carrot cake.



EXTRA ACTIVITY

Food and routine survey

1. Survey to 4 members of your family or friends. Ask them the following questions.

- Haz una encuesta a cuatro miembros de tu familia o amigos. Hazle las siguientes preguntas.
- What time do you wake up?
 - What is your favorite meal of the day?
 - Do you prefer “healthy food” or “unhealthy food”, name 2 items according to your answer.
 - Name 2 healthy food items you have in your fridge.
 - What are your favorite activities? name 2.

RESPUESTAS ABIERTAS

Name	A-	B-	C-	D-	E-
E.g. : Mom : Clara	08:45	Lunch	Unhealthy French fries Soda	Milk Eggs	Sleeping Watching Tv
Total	1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____	1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____	1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____	1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____	1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____



9. EXIT TICKET



NOTA: Al finalizar las actividades haremos un cierre en el que responderás una vez terminadas todas las actividades y leído los documentos que investigaste para la realización de tus tareas.

• Preguntas:

• 1. comenta: ¿Qué fue lo más difícil realizado en esta actividad?, ¿Por qué?

• 2. ¿Qué te pareció trabajar con el tema de la comida saludable en Inglés, y completar las actividades de esta Guía?

• 3. ¿Qué fue lo más fácil que realizaste en esta Guía?

• 4. Comenta brevemente que te pareció el desarrollo de la encuesta en Inglés?

10. AUTOEVALUACION

Finalmente, te invito a revisar cómo fue tu desempeño en esta actividad, y reflexionar en torno a tu trabajo.

Indicadores	Siempre	Casi siempre	Algunas veces	Nunca
Anoto en mi cuaderno el objetivo, la fecha y el curso cuando realizo mi				



tarea.				
Dedico el tiempo estimado para realizar mis actividades				
Busco ayuda de dispositivos digitales para la realización de mis actividades				
Fui capaz de desarrollar toda la tarea sin ayuda				
Considero que las actividades propuestas son en beneficio a mi vida personal.				
Uso mis apuntes para completar mis tareas.				

DETALLE DE LA ACTIVIDAD

- BIENVENIDA
- 3.OBJETIVO DE APRENDIZAJE Y CONTENIDO MINIMO OBLIGATORIO
- 4.LEARNING PATH
- 5. GUIA DE APRENDIZAJE
- 6. PAUSA ACTIVA
- 7. TAREA:
- 8. SOLUCIONARIO
- 9. TICKET DE SALIDA (METACOGNICION).
- 10. AUTOEVALUACION DEL ALUMNO
-