



Colegio Isabel Riquelme  
UTP

## GUÍA DIGITAL N° 5

**ASIGNATURA: INGLES**

**CURSO: 6° AÑO BÁSICO**

**DOCENTE: María Karime Chieto**

**SEMANA: 11 al 15 de Mayo.**

**DÍAS ATENCION CONSULTAS: lunes, miércoles, viernes de 8:30 a 9:30 horas**

Good morning dear student!

Con esta guía aprenderemos y recordaremos vocabulario relacionado con la comida saludable y no saludable, la Pirámide alimenticia y los verbos modales: SHOULD, SHOULDN'T, deberías, no deberías.

Además quiero recordarles algunos aspectos muy importantes para aprender un nuevo idioma:

1. Mientras más inglés escuchen y mientras más inglés lean, más inglés van a aprender.
2. Para poder aprender un idioma, se tienen que superar pequeños obstáculos que harán que el idioma sea significativo para ustedes.
3. El aprendizaje de un idioma tiene que ser basado en la comunicación. Manejar bien un idioma no se basa solamente en aprender de memoria.

No le tengas miedo a un nuevo idioma y recuerda que está bien no entender, porque siempre es un problema que puedes solucionar.



**Consumir frutas y verduras:** Aunque esto tenga que ver más con establecer dos ejemplos de alimentos saludables, es importante convertir en un hábito el consumo de frutas y verduras, ya



que contienen la mayoría de vitaminas y nutrientes esenciales para el correcto funcionamiento del organismo.

– El 70% de nuestro cuerpo es agua. El agua es imprescindible para eliminar toxinas e hidratar todos los órganos.

## DECÁLOGO DE LOS HÁBITOS SALUDABLES



1. Duerme alrededor de 8 horas diarias.

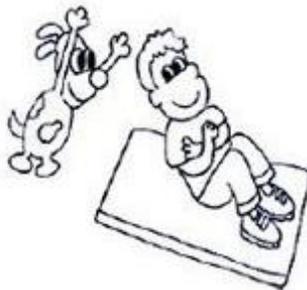


2. Lleva una alimentación adecuada, comiendo todo tipo de alimentos.

3. Realiza 5 comidas diarias: no te saltes el desayuno.

4. Bebe un mínimo de 2 litros de agua al día.

5. Realiza ejercicio físico de intensidad moderada periódicamente.



6. Mantén una higiene corporal adecuada.

7. Lávate las manos antes de comer.

8. Lávate los dientes después de cada comida.



9. Controla tu peso y el consumo de sal, azúcar y grasas.

10. No ingieras sustancias nocivas ni alimentos mal conservados.



Yes, you **should** / No, you **shouldn't**.

...

**El verbo should se traduce como "debería" y se usa en los siguientes casos:**

1. Dar y pedir consejo. ...
2. Cuando queremos indicar que algo es o no es correcto. ...
3. Para criticar acciones del pasado. ...
4. Hacer sugerencias de forma educada cuando no sabemos la respuesta.

#### Usos

**1.** Dar consejos (**give advice**); ejemplo:

-I think you **should** go to the doctor. (**Creo que debes ir al médico**)

-You **shouldn't** drink alcohol. (**No deberías beber alcohol**)

**2.** Mostrar obligación o deber (**obligation or duty**) para decir qué es lo correcto

-You **should** wear a helmet when riding a motorcycle. (**Usted debe usar un casco cuando conduzca una motocicleta**)

-You shouldn't smoke in here. (**No deberías fumar aquí**)



-I think you **should** go to the doctor.



Colegio Isabel Riquelme  
UTP



You **shouldn't** drink alcohol.



Colegio Isabel Riquelme  
UTP

# Food pyramid

Lorem Ipsum is simply dummy text of the printing and typesetting industry. Lorem Ipsum has been the industry's standard dummy text ever since the 1500s,



Si te das cuenta la pirámide muestra en su base las actividades que debes hacer frecuentemente, como el ejercicio físico diario.

1. Luego vienen los derivados de las harinas, cereal, aceite, papas y arroz,
2. Después tenemos las frutas y vegetales.
3. Enseguida tenemos la carne, pescado, huevos leche y sus derivados, maní.
4. Arriba, están los azucarados, dulces, miel, chocolates, sal.