

# NUEVO COMPAÑEROS

Francisca Castro • Ignacio Roderó • Carmen Sardinero • Begoña Rebollo



Guía didáctica

Primera edición, 2022

**Produce:** SGEL – Libros  
Avda. Valdelaparra, 29  
28108 Alcobendas (MADRID)

© De la presente guía: Begoña Rebollo  
© SGEL Libros, S. L., 2022  
Avda. Valdelaparra, 29, 28108 Alcobendas (MADRID)

**Dirección editorial:** Javier Lahuerta  
**Coordinación editorial:** Jaime Corpas  
**Redacción:** Begoña Rebollo  
**Edición:** Belén Cabal y Yolanda Prieto  
**Explotación didáctica vídeos:** Anna Méndez  
**Diseño de cubierta:** Violeta Cabal  
**Maquetación y diseño de interior:** Cayetana Menéndez

**Ilustraciones:** ÁNGELES PEINADOR: Actividad extra 2 "Pedir y dar información"

**Fotografías:** SHUTTERSTOCK: Resto de las fotografías, de las cuales, solo para uso editorial: Evaluación 2, ejercicio 4 (Studio 1a Photograhay / Shutterstock.com). Vídeos: Unidades 4 y 5, ejercicio 1, foto 2 (Featureflah\_photo\_agency / Shutterstock.com); Unidades 6 y 7, ejercicio 4 (rvsolft / Shutterstock.com); Unidades 8 y 9, ejercicio 1 A foto 8 (charnsitr / Shutterstock.com) y ejercicio 4 A foto 8 (tanuha2001 / Shutterstock.com).

Para cumplir con la función educativa del libro se han empleado algunas imágenes procedentes de internet

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra ([www.conlicencia.com](http://www.conlicencia.com); 91 702 19 70 / 93 272 04 47)

## CONTENIDOS

PRESENTACIÓN .....	4
PUNTO DE PARTIDA .....	6
UNIDAD 1 <b>¿Cómo eres?</b> .....	12
UNIDAD 2 <b>Lugares</b> .....	26
UNIDAD 3 <b>Vida sana</b> .....	40
UNIDAD 4 <b>De compras</b> .....	54
UNIDAD 5 <b>Periodismo y actualidad</b> .....	68
UNIDAD 6 <b>¡Nos vamos de concierto!</b> .....	82
UNIDAD 7 <b>¿Qué quieres ver?</b> .....	96
UNIDAD 8 <b>¡Vacaciones de verano!</b> .....	110
UNIDAD 9 <b>Hecho en España</b> .....	124
PROYECTOS .....	138
EXPLOTACIÓN DIDÁCTICA Y FICHAS DE LOS VÍDEOS.....	143
MATERIAL COMPLEMENTARIO .....	159
• Evaluaciones	
• Soluciones evaluaciones	
• Actividades extra	
• Guía de lectura: <i>Lunas Tres. En Cabo Polonio, Uruguay</i>	

# PRESENTACIÓN

**Nuevo Compañeros** es una serie de cuatro libros que abarca los niveles A1, A2, B1.1 y B1.2 del *Marco común europeo de referencia*, que se dirige a jóvenes que estudien español en cualquier país.

Los distintos materiales que integran esta serie ofrecen al estudiante muestras de lengua y oportunidades de uso y trabajo para avanzar de manera segura y paulatina en el desarrollo de la competencia comunicativa y en el conocimiento de los aspectos lingüísticos que ayudan a consolidarla.

Los distintos niveles constan de: un **libro del alumno** con una unidad introductoria, nueve unidades completas, un proyecto para cada tres unidades, un glosario por unidades y un resumen gramatical; un **cuaderno de ejercicios** que refuerza los contenidos del libro del alumno, y que además incluye las fichas de trabajo de los vídeos y las secciones de *Refuerzo mi vocabulario* y *Algo más*; y una **guía del profesor**.

**Nuevo Compañeros** está elaborado por profesores con gran experiencia en la enseñanza de idiomas a jóvenes estudiantes e intenta responder tanto a las necesidades de los profesores como de los alumnos.

En el caso de **Nuevo Compañeros 3**, al final de este nivel, los estudiantes podrán describir experiencias, acontecimientos y deseos, serán capaces de justificar brevemente sus opiniones, explicar sus planes y pedir información de carácter general. Asimismo, estarán en disposición de comprender textos no especializados sobre diversos temas y escribir correos electrónicos y textos sencillos sobre temas familiares. También se les proporcionan recursos para desenvolverse en situaciones cotidianas.

## EL LIBRO DEL ALUMNO

El **libro del alumno** de **Nuevo Compañeros 3** se compone de una unidad inicial (Punto de partida), nueve unidades de doce páginas organizadas en seis secciones (Vocabulario, Gramática, Comunicación, Comunicación y Vocabulario, Destrezas y Cultura) y un apartado de *Reflexión y evaluación*. Cada una de las secciones constituye una unidad cuidadosamente graduada desde la presentación variada de muestras de lengua hasta actividades de producción. Cada unidad proporciona al alumno la oportunidad de practicar y desarrollar todas las destrezas y conocimientos lingüísticos (leer, escuchar, hablar, escribir), y el vocabulario y la gramática de una serie de tareas que van desde las más controladas hasta las más libres.

El apartado de *Reflexión y evaluación* tiene como objetivo repasar, consolidar y comprobar la asimilación de los contenidos presentados y practicados en los apartados anteriores.

Al final del libro encontramos tres proyectos, uno cada tres unidades: doble página con un proyecto para su realización y exposición por parte de los alumnos, y autoevaluaciones para que los alumnos autoevalúen sus progresos mediante los descriptores del Portfolio europeo.

También hay un *Glosario* temático para cada unidad con una sección dedicada a la comunicación; un *Resumen gramatical* donde se explica la gramática de uso de cada unidad con lenguaje claro y accesible a los estudiantes de este nivel (incluye tabla de verbos) y la transcripción del material audio.

## EL CUADERNO DE EJERCICIOS

El **cuaderno de ejercicios** de **Nuevo Compañeros 3** tiene como objetivo consolidar la lengua presentada y practicada en el libro del alumno. Se puede utilizar como trabajo para casa o para practicar más en clase.

Está organizado en cinco secciones: Vocabulario, Gramática, Comunicación, Comunicación y Vocabulario y Destrezas. En cada apartado se practican varias destrezas.

Además, en el apéndice se incluyen las secciones:

- *Refuerzo mi vocabulario*: para repasar el léxico trabajado en la unidad.
- *Algo más*: para desarrollar técnicas y estrategias para la escritura.
- *Videos*: con las fichas de trabajo para antes, durante y después de su visionado.
- Transcripción del material audio.

## LA GUÍA DEL PROFESOR

La **guía del profesor** de **Nuevo Compañeros 3** está pensada para proporcionar a los profesores un abanico de técnicas que les permitan hacer la clase más efectiva. Además, contiene gran cantidad de ideas y material extra de fácil aplicación.

Cada unidad de la guía del profesor empieza con los objetivos de la unidad y una actividad de precalentamiento. Continúa con las sugerencias didácticas que incluyen notas sobre gramática, funciones comunicativas, información cultural, ideas extra / juegos y las soluciones de las actividades. También se hace referencia a las actividades del cuaderno de ejercicios y a las *Actividades extra* del final de la guía que se aconsejan practicar en cada ejercicio.

En esta guía se incluyen para el profesor sugerencias de explotación de los vídeos de **Nuevo Compañeros 3** que se encuentran en el canal YouTube de SGEL ELE Español para extranjeros. Las fichas de trabajo de los vídeos se incluyen en el Apéndice del **cuaderno de ejercicios** y también al final de la guía.

La guía se completa con nueve *Evaluaciones* fotocopiables para evaluar la progresión. También se ofrecen juegos y actividades extra.

Al final de la guía didáctica se ofrece la guía de lectura de *Lunas Tres. En Cabo Polonio, Uruguay*, lectura graduada de nivel B1 publicada por SGEL. Se ofrecen indicaciones para que el profesor pueda trabajar la lectura en el aula y fichas de trabajo fotocopiables para los estudiantes.

## EDICIÓN DIGITAL

El libro incluye una licencia para acceder al libro digital a través de Blinklearning ([www.blinklearning.com](http://www.blinklearning.com)) de un año de duración. Se puede acceder a él desde cualquier dispositivo y permite trabajar en modo *online* y *offline*.

Todas las actividades del libro y del cuaderno pueden resolverse en la versión digital y está disponible en dos formatos (versión del libro impreso y versión en HTML), ambas con los audios y los vídeos integrados. Además, incluye actividades interactivas, recursos adicionales para el profesor y presentaciones en PowerPoint de todas las unidades.

## LÍNEA METODOLÓGICA

**Nuevo Compañeros** pretende atender a todos los estudiantes, proporcionándoles abundante material y ocasiones de práctica para un uso comunicativo de la lengua y la información necesaria para que comprendan y construyan el sistema gramatical español. En todos los casos el material (tanto de presentación como de práctica) está cuidadosamente graduado con el fin de que el estudiante no se vea sobrepasado y no se desanime. Es fundamental que el alumno vaya adquiriendo poco a poco confianza en el uso de la lengua.

## VOCABULARIO

En **Nuevo Compañeros**, el vocabulario es una prioridad para el estudiante. Somos conscientes de que la falta de vocabulario le produce frustración y desánimo. Se presta atención especial a la adquisición del vocabulario activo fundamental de este nivel. Se presenta el léxico relacionado con el tema de la unidad con ayuda de imágenes y se trabaja de forma variada (clasificación, relación...). Se practica mediante diversidad de ejercicios y contextos y se intenta que el alumno active algunas estrategias (deducción por el contexto, memorización...) que le permitan un aprendizaje más eficaz.

También se presenta una gran cantidad de lecturas que por inferencia permitirán a los estudiantes adquirir un considerable vocabulario pasivo (que más adelante habrá de convertirse en activo).

## GRAMÁTICA

En **Nuevo Compañeros** la gramática se presenta siempre contextualizada, ya sea en una lectura, en conversaciones, en narraciones, en diferentes tipos de textos, seguida de preguntas que ayudan al alumno a aclarar el significado y las nuevas estructuras.

Las actividades de práctica están cuidadosamente graduadas, desde las que son de reconocimiento de formas, hasta las de producción controlada y semilibre. Esta progresión permite al estudiante asimilar gradualmente y sin esfuerzo el sistema formal español y su uso.

Las explicaciones del *Resumen gramatical* y las actividades del *cuaderno de ejercicios* contribuyen a su consolidación.

## COMUNICACIÓN

**Nuevo Compañeros** presenta diferentes funciones comunicativas, bien en conversaciones que corresponden a situaciones

de la vida real (expresar gustos y aficiones, deseos, obligación o necesidad...), o bien a través de la gramática de uso (referirse al pasado y al futuro, dar consejos y sugerencias...).

Presuponemos que el alumno quiere aprender la lengua para usarla en diferentes contextos y, por eso, ofrecemos ejemplos y herramientas para que pueda desenvolverse.

## COMUNICACIÓN Y VOCABULARIO

Se presenta nuevo léxico relacionado con la unidad que se integra en actividades de comunicación. Este léxico se trabaja con diferentes tipos de ejercicios (completar, verdadero y falso, relacionar, clasificar...), y se refuerza con un ejercicio final en parejas o de comprensión. .

## DESTREZAS

### LEER

Los textos que aparecen en el manual tienen unos objetivos muy diversos: para practicar la lectura o para presentar la lengua, para aumentar el vocabulario, para practicar la gramática... Muchas de ellas están grabadas con el fin de proporcionar también práctica de comprensión oral. En la selección de textos (adaptados de textos reales) se ha tenido muy en cuenta la importancia de trabajar con materiales nuevos y actuales que interesen a los grupos de esta edad.

### HABLAR

En todas las unidades didácticas se presentan actividades de práctica oral, algunas muy controladas, otras más libres, y con diversas modalidades: en pareja, en grupo, ante toda la clase...

El trabajo oral, no siempre fácil en aulas con bastantes alumnos, resulta fundamental para el desarrollo de la competencia comunicativa, la confianza del estudiante y el uso real de la lengua.

### ESCRIBIR

En todas las unidades del libro se proponen actividades de expresión escrita para desarrollar esta destreza. Las actividades van desde escribir una redacción, una solicitud hasta rellenar un formulario.

### ESCUCHAR

Se han incluido actividades de comprensión auditiva acordes al nivel y con prácticas sencillas.

## CULTURA

Dada la importancia de la cultura en el aprendizaje de una lengua extranjera, se presenta en un apartado específico como información útil para el alumno. El objetivo es doble; por una parte, para que el estudiante conozca algunos aspectos de la realidad sociocultural de los países en los que se habla español y, por otra, para que reflexione sobre las diferencias entre su propia cultura y la hispana. Esta reflexión le hará más consciente de que existen otras formas de mirar y clasificar el mundo, diferentes a las que ha adquirido durante su infancia. Conocer a los otros le llevará, en última instancia, a conocerse mejor a sí mismo.

# 3 VIDA SANA

## ANTES DE EMPEZAR LA UNIDAD

- Pida a sus alumnos que observen la imagen que aparece debajo del título del inicio de la unidad y pregúnteles qué les sugiere tanto el título como la imagen. Deje que se expresen libremente y vaya tomando notas en la pizarra de lo que vayan diciendo. También puede preguntarles si llevan una vida sana y qué hacen para ello.
- Infórmeles de los contenidos de la unidad: van a trabajar el vocabulario referido a alimentación y hábitos de saludables. En gramática van a repasar los tiempos del pasado: pretérito perfecto, pretérito indefinido, además de marcadores de frecuencia y nombres compuestos, y como objetivos comunicativos van a hablar de lo que se come.

## VOCABULARIO

- Alimentación y hábitos saludables • La comida basura

### ANTES DE EMPEZAR

Comience con un juego: disponga a los alumnos en semicírculo y cada uno en voz alta dice dos alimentos: uno que le gusta mucho y otro que no le gusta. Deben ser de distinto tipo, por ejemplo, una fruta y un lácteo; díales que no se puede repetir alimento.

**1** Diga a sus alumnos que abran el libro por la página 36, pídeles que miren la imagen en 30 segundos y que cuando usted diga "Stop", cierren el libro y escriban todos los alimentos que recuerden. Luego, vuelven a abrir el libro, comprueban y realizan el ejercicio: relacionar el vocabulario con las imágenes. Después, haga una puesta en común para corregir.

Como es el inicio de la lección, puede pedirles que habiliten en sus cuadernos una hoja de vocabulario con la siguiente clasificación: fruta, verdura, carne, pescado, productos lácteos y dulces. Deben ir anotando todos los alimentos que aparezcan.

#### Solución

**1** pan; **2** verduras; **3** cereales; **4** frutas; **5** lácteos; **6** pescado; **7** pasta; **8** carne; **9** dulces.

#### Cuaderno de ejercicios: Actividad 1.

**2** Explique a sus alumnos el significado de: *paquete*, *trozo*, *cucharada*, *vaso* y *plato*. Después, pida a sus alumnos que completen las expresiones con los alimentos que aparecen debajo del enunciado. Advértales de que algunos alimentos pueden combinarse con más de una expresión. Pídeles que comparen sus resultados con un compañero. Finalmente, puede hacer una puesta en común para corregir.

#### Solución

**Posible solución:** **1** harina, azúcar, sal, arroz, cereales, galletas; **2** pizza, pan, tarta; **3** harina, azúcar, sal, arroz, miel, agua, leche; **4** harina, azúcar, zumo, sal, arroz, agua, leche; **5** verdura, pizza, arroz, pasta.

# 3

## Vida sana



**VOCABULARIO** Alimentación y hábitos saludables. La comida basura.

**GRAMÁTICA** Pretérito perfecto. Pretérito indefinido / Pretérito perfecto. Marcadores de frecuencia. Nombres compuestos.

**COMUNICACIÓN** En qué te diferencias de tus amigos? Cuantificadores. Pensar en menú.

**COMUNICACIÓN Y VOCABULARIO** Hablar de comida.

**DESTREZAS** La dura vida del musculito. Recetas de cocina: gazpacho y huevos rellenos.

**CULTURA** La dieta mediterránea.

**VOCABULARIO**

**1** Relaciona el siguiente vocabulario con las imágenes.

frutas • dulces • pan • cereales • pasta • pescado  
productos lácteos • verduras • carne



**2** Completa con los siguientes alimentos.

harina • azúcar • zumo • verdura • pizza • sal • arroz  
cereales • miel • agua • galletas • pasta • pan • leche • tarta

1 un paquete de...                      4 un vaso de...  
2 un trozo de...                         5 un plato de...  
3 una cucharada de...

**3** Clasifica los siguientes alimentos. Algunos pueden estar en dos o más apartados.

carne • aceite • fruta • pasta • carne • pescado  
huevos • leche • patatas • legumbres • cereales  
verduras

vitaminas
hidratos de carbono
grasas
proteínas

**4** <sup>18</sup> Compara tu tabla con la de tu compañero. Después, escucha y comprueba tus respuestas.

¿Los huevos tienen vitaminas?

Si, pero tienen más proteínas.

**5** ¿Qué palabra no pertenece a cada uno de los grupos?

1. pavo - pato - pollo - peca
2. zorra - fleco - vaca - cerdo - esquiñón
3. té - leche - tostada - café
4. plátanos - fresas - uvas - azúcar
5. zanahorias - uvas - espinacas - coliflor

**6** Relaciona las expresiones con sus significados.

1. La pasta es básica.	a. Estar en todos lados.
2. Importa, exige o exige un alimento.	b. Chocar algo de un grupo.
3. Contar con algo.	c. Decir algo directamente, sin rodeos.
4. Trabajar a un nivel bastante.	d. Procurar la parte sencilla.
5. Usar fuerza en el deporte.	e. No importar en absoluto una cosa o una persona.
6. Hacer el pan para el día siguiente.	f. Queer a alguien de verdad.
7. El grano.	g. Ser sencillo y franco.

**7** Completa las frases con las expresiones del ejercicio anterior.

1. Siempre están todos los abuelos en las fiestas, en el café...
2. Un amigo, Juan es la que manda y controla a todos los días.
3. Isabel tuvo muchos novios, pero cuando conoció a Rocio, estuvo segura de que era su hombre ideal. Por fin.
4. Me gusta el sabor de la pasta, escucha con mucho cuidado. Siempre.
5. Lo que estás contando no me interesa nada. Es tema mío.

**8** <sup>20</sup> De las siguientes actividades, ¿cuáles son buenas y cuáles malas para tener una vida sana? Clasifícalas en dos grupos. Después, escucha y comprueba.

dormir poco • comer frutas y verduras  
montar en bici • ver la tele muchas horas  
dormir ocho horas diarias • no hacer ejercicio  
comer muchos dulces • nadar

**Para llevar una vida sana**

es bueno...	no es bueno...
-------------	----------------

**9** <sup>20</sup> Escucha a Rocío, Roberto y Lucía hablando sobre su forma de vida y contesta a las preguntas.

1. ¿Cuál es la comida que más le gusta a Rocío?
2. ¿Qué deportes practica?
3. ¿Cuál es la comida que más le gusta a Roberto?
4. ¿Cuál es su actividad favorita?
5. ¿Qué tipo de alimentación lleva Lucía?
6. ¿Qué quiere ser en el futuro?

**3** Escriba en la pizarra la tabla (vitaminas, hidratos de carbono, grasas y proteínas). Entre todos, la completan. Recuérdeles que algunos alimentos pueden estar en más de un apartado. Plánteeles que hagan un estudio sobre si su alimentación es equilibrada, teniendo en cuenta esta clasificación, y si deberían añadir o quitar algún alimento. Si lo considera oportuno, lo pueden comentar entre todos.

### **i** CLASIFICACIÓN DE LOS ALIMENTOS

- **Vitaminas y minerales:** las vitaminas son esenciales para asegurar muchas funciones y para llevar a cabo procesos metabólicos; y los minerales son reguladores de muchos procesos que tienen lugar en el organismo.
- **Hidratos de carbono:** constituyen la fuente de energía básica del organismo.
- **Lípidos:** son una importante reserva de energía, entre ellos se encuentran las grasas.
- **Proteínas:** mantienen y reparan todos los tejidos del cuerpo.
- **Fibra:** facilita el tránsito intestinal de los alimentos.

**4** Si se ha completado la tabla en grupo, ponga la grabación para que comprueben; en caso de haberse realizado el ejercicio 1 individualmente, se comparte la información con el compañero, e igualmente se comprueba con la escucha.

### Solución

**vitaminas:** fruta, verduras, huevos; **hidratos de carbono:** cereales, pasta, arroz, patatas, fruta, verduras, legumbres; **grasas:** aceite; pescado; **proteínas:** carne; pescado; huevos, leche, legumbres.

**5** Pida a sus alumnos que detecten qué palabra no pertenece al grupo. Para corregir, pida a cinco alumnos que digan las respuestas y que las justifiquen.

### Solución

**1** pera; **2** filete; **3** tostada; **4** azúcar; **5** uvas.

**6** En esta actividad van a ver una serie de expresiones idiomáticas comunes relacionadas con los alimentos. Pídales que las relacionen sus significados. Corrija después en clase abierta.

### Solución

**1** b; **2** e; **3** f; **4** d; **5** a; **6** c; **7** g.

**7** Pídales que completen las frases con las expresiones de la actividad anterior. También puede pedirles que, como tarea para casa, escriban un pequeño diálogo en el que se utilicen algunas de esas expresiones en contexto.

### Solución

**1** Está hasta en la sopa; **2** corta el bacalao; **3** encontró a su media naranja; **4** llama al pan pan y al vino vino; **5** importa un pimiento.

**8** Primero, pregunte a sus alumnos cuáles de las actividades que están debajo del enunciado consideran apropiadas y cuáles inapropiadas para llevar una vida sana. Luego, déjeles unos minutos para que las clasifiquen. Ponga la grabación para que escuchen y comprueben las respuestas. Propóngales que, con todo el grupo, añadan otras actividades que sean convenientes y no convenientes para llevar una vida sana y haga que las añadan. Pregúnteles también: ¿Practicas algún deporte?; ¿Cuántas horas duermes?; ¿Ves muchas horas la tele?

### Solución

**es bueno...:** comer frutas y verduras; montar en bici; dormir ocho horas diarias; nadar; **no es bueno...:** dormir poco; ver la tele muchas horas; no hacer ejercicio; comer muchos dulces.

### Cuaderno de ejercicios:

Actividades 2 y 3.

**9** Actividad de comprensión auditiva. Explique la situación: Rocío, Roberto y Lucía son tres jóvenes que hablan de su alimentación, sus hábitos deportivos y lo que quieren ser de mayores. Antes de reproducir la conversación, deje tiempo para que lean las preguntas. Ponga el audio dos veces: en la primera escucha, diga a los alumnos que se centren en las tres primeras preguntas, y en la segunda en las tres últimas. Para la corrección, haga una puesta en común en clase abierta.

Proponga que contesten en sus cuadernos a las preguntas: ¿Cuál es tu comida favorita?; ¿Qué deportes practicas?; ¿Qué quieres ser de mayor?

### Solución

**1** La pasta. **2** Natación, montar en bici y jugar al tenis. **3** La carne. **4** Jugar al ordenador. **5** Es vegetariana. **6** Modelo.

**10** Pregunte a los alumnos si conocen distintos tipos de alimentación. Escriba en la pizarra lo que vayan diciendo (aparecerán términos como *comida basura*, *dieta mediterránea*, *comida vegetariana*...). Pregunte también qué alimentos se consideran comida basura (*pizza*, *hamburguesas*, *perritos calientes*, *patatas fritas*...). Después, explíqueles que van a leer y escuchar un texto sobre la comida basura y que tienen que contestar a las preguntas. Se recomienda que primero lean el texto y luego lo vuelvan a leer a la vez que lo escuchan. Ayúdelos con el vocabulario que no conozcan. Termine haciendo una puesta en común con toda la clase para comprobar las soluciones y corregir.

**Solución**

**1** Los productos frescos, como frutas y verduras, han aumentado de precio. Es mucho más barato quedarse en casa comiendo una *pizza* y viendo la televisión que realizar algunos deportes como natación, tenis, ciclismo, fútbol, etc. **2** La publicidad de alimentos en televisión está llena de cereales azucarados para el desayuno, refrescos, dulces y aperitivos salados. **3** Los cereales, refrescos, dulces, aperitivos salados y comida basura. **4** Porque son alimentos que contienen una gran cantidad de grasas, sal o azúcar y aditivos químicos. **5** El desayuno.

**IDEAS EXTRA / JUEGOS**

Entre todos, se tienen que poner de acuerdo para hacer un menú sano y equilibrado de un día, incluyendo el desayuno, la comida y la cena.

**Cuaderno de ejercicios:**  
Actividad 4.

**11** Individualmente los estudiantes buscan en el texto del ejercicio anterior sinónimos de las palabras indicadas. Haga una ronda rápida para la corrección en grupo.

**Solución**

**Alimentos elaborados con azúcar:** azucarados, cereales azucarados; **hábito incontrolado:** adicción; **sanos:** equilibrados; **sin exageración:** moderado.

■ Se recomienda hacer la **Actividad extra** – *¿Llevas una vida sana?*

**3 VOCABULARIO**

**10** Lee y escucha. Después contesta las preguntas.

El consumo de la llamada comida basura (alimentos que contienen una gran cantidad de grasas, sal o azúcar y aditivos químicos) ha aumentado espectacularmente en la última década en los países desarrollados.

**CAUSAS**  
Hay varias causas para explicar el aumento del consumo de la comida basura. En primer lugar, en los últimos años, los productos frescos, como frutas y verduras, han aumentado de precio. A esto hay que añadir que es mucho más barato y más cómodo que-  
darse en casa comiendo una pizza y viendo la televisión que realizar algunos deportes como natación, tenis, ciclismo, fútbol, etcétera. Y también está el papel de la publicidad. La publicidad de alimentos en televisión está llena de cereales azucarados para el desayuno, refrescos, dulces y aperitivos salados. Si unimos a estos la comida rápida,

se puede hablar de «los 5 grandes» de la publicidad alimentaria.

**EFFECTOS**  
La comida basura tiene una serie de efectos negativos sobre la salud cuando la consumimos habitualmente: exceso de peso, elevación del nivel de colesterol en la sangre, digestiones difíciles, alteración del sentido del gusto y adicción.

**CONSEJOS SALUDABLES.**  
Por lo tanto, conviene seguir algunas recomendaciones. Por la mañana, el desayuno tiene que ser fuerte y variado. Es fundamental para nuestra salud y para nuestro rendimiento físico e intelectual a lo largo de toda la mañana. La comida del mediodía debe ser sana y equilibrada. La dieta mediterránea, rica en verduras, frutas y pescados, es muy aconsejable. Las cenas tienen que ser moderadas. Y, por último, no hay que olvidar que practicar ejercicio físico de forma habitual, y moderada es muy beneficioso para nuestro cuerpo y para nuestra mente.

1 Según el texto, ¿qué importancia tiene la economía en el mayor consumo de la comida basura?  
2 ¿Qué influencia tiene la publicidad?  
3 ¿Quiénes son los «5 grandes» de la publicidad alimentaria?  
4 ¿Por qué produce la comida basura exceso de peso?  
5 ¿Qué comida tiene esa que nos aporta más energía para nuestro rendimiento escolar?

**11** Localiza en el texto anterior palabras que signifiquen...

alimentos elaborados con azúcar

sanos

hábito incontrolado

sin exageración

38 frontavodre

## Pretérito perfecto

- El **pretérito perfecto** se utiliza para expresar acciones acabadas en el pasado que se acompañan con marcadores temporales como *ya, hoy, esta mañana, esta tarde, esta noche, esta semana, últimamente, ya, todavía, etc.*  
*¿Últimamente no **he ido** al cine.*
- ambén se utiliza para hablar de experiencias personales.  
*Nunca **he subido** en globo, pero **he viajado** muchas veces en avión.*
- Si preguntamos por experiencias vividas, normalmente se utiliza el marcador temporal *alguna vez*.  
*¿Has estado alguna vez en Barcelona?*



## Observa estas oraciones:

- Últimamente no **he ido** al cine.  
Nunca **he subido** en globo.  
¿Has estado alguna vez en Barcelona?*
- Subraya la forma verbal que aparece en las oraciones anteriores. ¿Es una forma simple o compuesta?
  - ¿Qué tipo de pretérito es perfecto e indefinido?
  - Deduce tú ahora sus reglas de uso:
    - El pretérito perfecto se utiliza para expresar acciones **acabadas / no acabadas** en un tiempo pasado.
    - El pretérito perfecto se utiliza para hablar de **experiencias / conocimientos** personales.
  - ¿Qué marcador temporal se usa para preguntar por experiencias vividas?

## 1 Relaciona las frases con las imágenes.

- Mi hermana se ha roto un brazo.
- Mis primos me han escrito un mensaje desde París.
- Pedro se ha puesto un traje de piloto.
- El viento ha abierto la ventana.
- Este mañana hemos hecho un examen.
- Hoy hemos visto al profesor y nos ha dicho la fecha del examen.



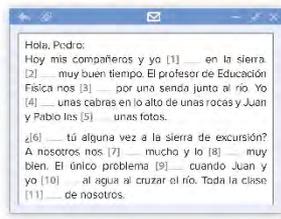
## 2 ¿A qué verbos pertenecen los siguientes participios?

visto    roto    puesto    hecho

escrito    abierto    dicho

## 3 Completa el texto con el pretérito perfecto de los siguientes verbos.

gustar + llevar + hacer (x3) + caerse + ser  
ver + ir + estar + volver + pasar



L'et (a) y ti, page 39

2 Lea en voz alta los participios y pregunte si corresponden a verbos regulares o irregulares y por qué (corresponden a verbos irregulares, ninguno tiene las terminaciones *-ado* o *-ido*). Haga que escriban los infinitivos en el cuaderno. Para terminar, haga la corrección en clase abierta.

## Solución

visto: ver; roto: romper; puesto: poner; hecho: hacer; escrito: escribir; abierto: abrir; dicho: decir.

3 Actividad de práctica controlada para la práctica de las formas del pretérito perfecto. Los estudiantes completan el correo electrónico con las formas correctas en pretérito perfecto de los verbos que aparecen debajo del enunciado. Pida un voluntario para que lea el texto completo.

## Solución

1 hemos estado; 2 Ha hecho; 3 ha llevado; 4 he visto; 5 han hecho; 6 Has ido; 7 ha gustado; 8 hemos pasado; 9 ha sido; 10 nos hemos caído; 11 se ha reído.

Cuaderno de ejercicios:  
Actividad 2, 3 y 4.

## GRAMÁTICA

• Pretérito perfecto • Pretérito indefinido / Pretérito perfecto • Marcadores de frecuencia • Nombres compuestos

1 Escriba en la pizarra *Esta mañana he desayunado un zumo de naranja, tostadas y un café con leche.*

Pregúnteles qué tiempo verbal está usando. Luego, lea con ellos el cuadro de Gramática "Pretérito perfecto". Ponga más ejemplos si lo cree conveniente. A continuación, los alumnos observan las oraciones y contestan a las preguntas que aparecen en el cuadro.

## Solución

1 Últimamente no **he ido** al cine. Nunca **he subido** en globo. ¿**Has estado** alguna vez en Barcelona? – Forma compuesta.  
2 Pretérito perfecto. 3 El pretérito perfecto se utiliza para expresar acciones acabadas en un tiempo pasado. El pretérito perfecto se utiliza para hablar de experiencias personales.  
4 Alguna vez.

A continuación, leen las frases del ejercicio 1 y las relacionan con las imágenes. Corrija con toda la clase.

Pida que subrayen las formas de pretérito perfecto de las frases y observe que todos los participios son de verbos irregulares.

## Solución

1 d; 2 a; 3 c; 4 e; 5 f; 6 b.

Cuaderno de ejercicios:  
Actividad 1.

4 Repase con los alumnos los marcadores de frecuencia que aparecen en el cuadro de Gramática y pídales que escriban al lado de cada marcador alguna actividad, utilizando el pretérito perfecto. Por ejemplo, con *últimamente*: *Últimamente he hecho mucho deporte.*

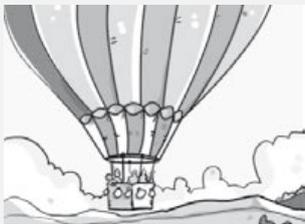
Luego, explique la mecánica de la actividad: escribir frases sobre sus experiencias con los marcadores de frecuencia. Lea el ejemplo en voz alta y deje unos minutos para que escriban las frases. Pida voluntarios para la corrección con todo el grupo.

**Solución**

**Posible solución:** 1 Yo nunca he montado en bicicleta más de 20 kilómetros. 2 Yo he nadado muchas veces en el mar Mediterráneo. 3 Yo he comido muchas veces paella. 4 Yo he visto alguna vez un volcán. 5 Yo he escalado alguna vez una montaña. 6 Yo he hecho alguna vez una barbacoa. 7 Yo nunca he vivido en un país extranjero. 8 Yo he dormido muchas veces en una tienda de campaña. 9 Yo he escrito muchas veces un correo electrónico. 10 Yo he preparado muchas veces la cena.

**IDEAS EXTRA / JUEGOS**

Encuentra a alguien en clase que haya tenido alguna de las siguientes experiencias y pon el nombre del compañero debajo del dibujo correspondiente.



**GRAMÁTICA**

**Pretérito indefinido / Pretérito perfecto**

El **pretérito indefinido** se utiliza para expresar acciones que se presentaban acabadas en el pasado, acompañadas de marcadores temporales como:

ayer, anoche, el mes pasado, el lunes / mañana..., hace dos / tres días, en 1985...

El **pretérito perfecto** también expresa acciones acabadas, pero suele ir acompañado de marcadores temporales como:

hoy, esta semana / este mes..., últimamente, nunca, alguna vez.

**Marcadores de frecuencia**

Los marcadores de frecuencia más habituales son:

últimamente	nunca
alguna vez / algunas veces	muchas veces
siempre	todavía no
	yá

**4** Escribe frases sobre tus experiencias utilizando los marcadores de frecuencia: *nunca, alguna vez, muchas veces...*

comer / en un restaurante indio. Yo **nunca** he comido en un restaurante indio.

1 montar en bicicleta / más de 20 kilómetros	6 hacer una barbacoa
2 nada / en el mar Mediterráneo	7 vivir / en un país extranjero
3 comer / paella	8 dormir / en una tienda de campaña
4 ver / un volcán	9 escribir / un correo electrónico
5 escalar / una montaña	10 preparar / la cena

**5** Utiliza los siguientes marcadores de frecuencia para completar estas oraciones. Puede haber más de una opción.

últimamente (x2) • alguna vez • siempre (x2) • nunca • muchas veces • todavía no (x2) • ya

1 ¿Los dos meses que estoy en Madrid y _____ he visitado el Museo del Prado?	6 ¿El preparador _____ la cena? ¡Estamos todos hambrientos!
2 ¿Has comido _____ tortilla de patatas?	7 ¿El muy tarde y tu hermano _____ ha llegado?
3 Mis padres y yo hemos viajado _____ en tren. Nos gusta mucho.	8 Antes a mis padres no les gustaba la música clásica, pero _____ han ido a algunos conciertos.
4 _____ no he hecho mucho deporte. Estoy un poco vago.	9 _____ han estado tan en buena forma como ahora. Antes no hacían tanto deporte.
5 Me gusta mucho mi zaino. _____ se vivió ahí.	10 _____ ha sido el más grande de la clase. Como mucho comió barba.

40 sugerencias

■ Se recomienda hacer la **Actividad extra** – *¿Lo has hecho alguna vez?*

5 En esta actividad se siguen trabajando los marcadores de frecuencia y el pretérito perfecto. Para ello, los alumnos, individualmente, completan las frases con un marcador de frecuencia. Recuérdeles que puede haber más de una opción. Haga una puesta en común en clase abierta para corregir las soluciones.

**Solución**  
 1 todavía no; 2 alguna vez; 3 muchas veces; 4 Últimamente; 5 Siempre; 6 ya; 7 todavía no; 8 últimamente; 9 Nunca; 10 Siempre.

**Cuaderno de ejercicios:**  
 Actividades 5, 6 y 7.

**6 Elige la forma más adecuada.**

- Esta mañana **he desayunado / desayuné** leche con galletas.
- El año pasado me **he matriculado / matriculé** en un gimnasio para hacer aeróbic.
- Yo nunca **he comido / comí** arroz integral.
- Ayerche **han puesto / pusieron** en la tele un programa sobre la salud y la alimentación.
- Has hecho / Hiciste** o jugado alguna vez?

**7 Usa el pretérito perfecto o el pretérito indefinido de los verbos entre paréntesis.**

- ¿Dónde **(estar)** \_\_\_\_\_ tú el verano pasado de vacaciones?
- ¿Qué **(hacer)** \_\_\_\_\_ tú este fin de semana?
- «Yo **(escribir)** \_\_\_\_\_ un correo a mi amigo Luis. Él **(stado / jugó)** \_\_\_\_\_ un partido con mi equipo de baloncesto y el domingo (ir) \_\_\_\_\_ a casa de mis abuelos.
- «Los **(decir)** \_\_\_\_\_ ayer a final de la clase. Es el próximo viernes \_\_\_\_\_ a clases.» **(Decir)** \_\_\_\_\_ profesor la fecha del examen?
- «¿Qué **(pasar)** \_\_\_\_\_ a tu hermano en la prima? \_\_\_\_\_ el domingo se **(caer)** \_\_\_\_\_ jugando al fútbol.»
- «Si **(romper)** \_\_\_\_\_ el domingo se **(caer)** \_\_\_\_\_ jugando al fútbol.»
- «¿Qué **(hacer)** \_\_\_\_\_ vosotros alguna vez una competición de natación sincronizada? \_\_\_\_\_ (ir) \_\_\_\_\_ este verano en las Olimpiadas.»
- «¿**(Hacer)** \_\_\_\_\_ tú el trabajo de Ciencias Naturales? \_\_\_\_\_ (tener) \_\_\_\_\_ tiempo para ir a biblioteca a buscar información.»

**8 Relaciona los verbos de la columna A con los nombres de la columna B para formar nombres compuestos. Relaciona los con las imágenes. Después, escucha y comprueba.**

**9 Forma frases utilizando el pretérito perfecto y algunos nombres del ejercicio 8.**

Yo / algunas veces / nadar con... Yo algunas veces he nadado con un salvavidas.

- Mi padre / limpiar / la camisa con... 4 Isabel y Pedro / limpiar / las ventanillas del coche con...
- Mi madre / meter / los platos en... 5 Yo / guardar / en la cartera / el lápiz y...
- Juan / abrir / la lata de pimientos con... 6 Mis hermanos / cazar / mariposas con...

**1 ¿Has estado alguna vez en la televisión?**

- ¿Cuándo estuviste?
- ¿Qué hiciste?

**2 ¿Has viajado alguna vez en barco?**

- ¿Cuándo fue la última vez?
- ¿Dónde fuiste?

**3 ¿Has ganado alguna vez una competición?**

- ¿Qué competición ganaste?
- ¿Qué premio te llevaste?

**4 ¿Has practicado alguna vez un deporte peligroso?**

- ¿Cuál fue?
- ¿Te lo pasaste bien?

**5 ¿Te has encontrado alguna vez dinero en la calle?**

- ¿Cuánto dinero te encontraste?
- ¿Qué hiciste?

**Cuaderno de ejercicios:**  
Actividades 9 y 10.

■ Se recomienda hacer la **Actividad extra** – ¡*Construye la frase!*

**8** Muestre un sacapuntas y diga que *sacapuntas* es una palabra compuesta por un verbo (*sacar*) y un nombre (*punta*). Pregunte si los alumnos conocen otras palabras compuestas en español. A continuación, hacen el ejercicio: primero relacionan los verbos en infinitivo de la columna A con los nombres de la columna B para formar nombres compuestos, y a continuación lo relacionan con las imágenes. Para la corrección, ponga el audio.

**Solución**  
salvar – vidas; sacar – corchos; abrir – botellas; cortar – uñas; quitar – manchas; sacar – puntas; abrir – latas; limpiar – cristales; lavar – vajillas; cazar – mariposas.

**1** abrelatas; **2** cazamariposas; **3** sacapuntas; **4** limpiacristales; **5** salvavidas; **6** abrebotellas; **7** quitamanchas; **8** cortauñas; **9** lavavajillas; **10** sacacorchos.

**Cuaderno de ejercicios:**  
Actividad 11.

**9** Individualmente los estudiantes forman frases con el verbo en pretérito perfecto y uno de los nombres compuestos del ejercicio 8. Haga una ronda rápida para la corrección.

**Solución**  
**1** Mi padre ha limpiado la camisa con un quitamanchas. **2** Mi madre ha metido los platos en el lavavajillas. **3** Juan ha abierto la lata de pimientos con el abrelatas. **4** Isabel y Pedro han limpiado las ventanillas del coche con un limpiacristales. **5** Yo he guardado en la cartera el lápiz y el sacapuntas. **6** Mis hermanos han cazado mariposas con el cazamariposas.

**6** Lea con ellos el cuadro de Gramática "Pretérito indefinido / Pretérito perfecto" de la página 40 y haga hincapié en la importancia de los marcadores temporales. A continuación, leen las frases y eligen la opción correcta (pretérito perfecto / pretérito indefinido). Durante la corrección en clase abierta, animelos a que justifiquen su elección y señalen el marcador temporal.

**Solución**

**1** he desayunado; **2** matriculé; **3** he comido; **4** pusieron; **5** Has hecho.

**Cuaderno de ejercicios:**  
Actividad 8.

**7** Explique a sus alumnos que lean las frases y las completen con los verbos entre paréntesis en pretérito indefinido o perfecto. Después, pídale que comparen sus respuestas con un compañero. Para corregir, pida parejas de voluntarios, puesto que se trata de minidiálogos.

**Solución**

**1** estuviste, estuve, fui; **2** he ido, Ha dicho, dijo; **3** ha pasado, ha roto, cayó; **4** has hecho, escribí, jugué, fui; **5** Habéis visto, vimos; **6** Has hecho, he tenido.

**IDEAS EXTRA / JUEGOS**

Se hacen dos copias de las preguntas (puede añadir otras), recórtelas y reparta una tarjeta a cada alumno de la clase, que previamente se ha dividido en dos grupos. Pídale que se aprendan de memoria la pregunta y que pregunten a todos los compañeros de su grupo. Cuando un alumno conteste afirmativamente, tiene que seguir preguntándole. No tienen que escribir las respuestas.

## COMUNICACIÓN

- ¿En qué te diferencias de tus amigos? • Cuantificadores • Pensar un menú

1 Primero, repase con sus alumnos los cuantificadores. Para ello, escríbalos en la pizarra de manera desordenada (*poco, mucho, más, bastante, nada, un poco, demasiado*), y haga que los ordenen de más a menos. Luego, pídale que lean el cuestionario y elijan el cuantificador correcto. Haga una puesta en común con toda la clase para comprobar las soluciones y corregir.

Haga ver a los alumnos los distintos sentidos que pueden tener *bastante* (suficiente / término medio entre *poco* y *mucho*, cercano a *mucho*) y *demasiado* (sobrante / mucho).

### Solución

1 mucho; 2 bastante; 3 nada; 4 demasiado; 5 poco; 6 bastantes; 7 bastante; 8 nada; 9 mucho; 10 demasiado.

2 En parejas, realizan el cuestionario y comentan las respuestas en las que coinciden. Pregunte a varios alumnos las preguntas del cuestionario y comenten entre todos si después de hacer el cuestionario se diferencian mucho o no de sus compañeros.

Para formar parejas, escriba en tarjetas, por un lado la primera parte de los nombres compuestos vistos en el ejercicio 8 de la sección de Gramática y por el otro la segunda parte. Métalas en dos bolsas y divida la clase en dos grupos. Cada grupo cogerá una tarjeta de una de las bolsas y deberá encontrar a su otra "mitad" para formar el nombre compuesto correspondiente.

3 Pida a los estudiantes que cierren el libro y explíqueles que van a escuchar una conversación de dos amigos que hablan sobre lo que van a comer. Tienen que escucharlo y responder a la pregunta: *¿Qué quieren comer Juan y Ana?* Después de la escucha, para comprobar la respuesta, abren el libro y leen el diálogo.

### Solución

Hamburguesas.

### Cuaderno de ejercicios:

Actividades 1, 2 y 3.

4 Antes de preparar el diálogo sobre la lista de la compra, deténgase unos minutos en leer la nota "Pensar un menú". Forme parejas y establezca un tiempo para que elaboren el diálogo. Aclare que la conversación tiene que tener como mínimo cuatro intervenciones para cada miembro de la pareja.

Ayúdelos si le lo piden. Anímelos para que lo lean en voz alta.

### VÍDEO

Puede proponer a sus alumnos la visualización del vídeo que corresponde a las unidades 2 y 3: **La lista de la compra**. Las sugerencias de explotación, las soluciones de los ejercicios y la transcripción se encuentran en la página 145 de esta guía. Los alumnos tienen las actividades al final del Cuaderno de ejercicios.

3 COMUNICACIÓN

¿En qué te diferencias de tus amigos? | Cuantificadores | Pensar un menú

1 Lee y elige el cuantificador correcto.

### ¿En qué te diferencias de tus amigos?

1 ¿Qué te parece la comida basura?

- a Está muy rica. A mí me gusta (1) **poco / mucho / más**
- b No está mal. La como de vez en cuando.
- c Prefiero no comerla. Es (2) **bastante / nada / mucho** barata.

2 ¿Haces ejercicio?

- a Normalmente no hago (3) **mucho / bastante / nada** de ejercicio.
- b No hago (4) **un poco / demasiado / bastante**. Me gusta en bici una vez a la semana.
- c Bastante. Me encanta el deporte.

3 ¿Cuánto duermes?

- a Duermo (5) **mucho / poco / demasiado**. Me acuesto muy tarde.
- b Ocho horas. Es lo que necesito para descansar.
- c Duermo (6) **demasiado / bastantes / pocos** horas. No me gusta madrugar.

4 ¿En qué gastas tu dinero?

- a Como (7) **bastante / muchas / nada** dinero en videojuegos.
- b Me gusta más comprar cómics.
- c No gasto (8) **nada / bastante / demasiada**. Estoy ahorrando para comprar una consola.

5 ¿Qué es lo que más te gusta hacer en tu tiempo libre?

- a Navegar por internet.
- b Me gusta ir al cine y voy (9) **un poco / nada / mucho** a la piscina.
- c Cualquier cosa, menos hacer deporte. Le (10) **demasiado / mucho / más** cansado.

2 Haz el cuestionario con un compañero. ¿En cuántas respuestas estás de acuerdo?

3 Lee y escucha. ¿Qué quieren comer Juan y Ana?

ANA: No hay nada en la nevera. Tenemos que hacer la compra. ¿Qué compramos?  
JUAN: Podemos comprar jamón y queso y hacemos unas pizzas.  
ANA: Eso no parece muy sano.  
JUAN: Vale. Pues compramos unos huevos y patatas y nos hacemos unos huevos con patatas fritas.  
ANA: ¿Tú crees que eso es comer sano? Yo creo que no, así que esta noche vamos a cenar ensalada y para desayunar compramos naranjas para preparar un zumo.  
JUAN: Bueno, me has convencido. Pero para comer hacemos unas buenas hamburguesas.  
ANA: Vale.

42 Cuarta y dos.

4 Imagina que estás preparando la lista de la compra con tu compañero. Preparad un nuevo diálogo utilizando las expresiones de la nota de abajo.

**PENSAR UN MENÚ**  
-¿Qué compramos?  
-Eso no parece muy sano.  
-Esta noche vamos a cenar... para desayunar...  
-Bueno, me has convencido.

VÍDEO

1 Relaciona las siguientes palabras con sus definiciones.

frito/-a • congelado/-a • sano/-a • comida basura  
 crudo/-a • picante • estropeado/-a • sabroso/a  
 dulce • vegetariano/-a • salado/-a • sano/a

1. Que le produce una sensación de picor o arden al comerlo.
2. Con mucho sabor.
3. Poco cocinado.
4. Alimentos elaborados sin ser ni pasados.
5. Bueno para la salud.
6. Que está helado.
7. Cocinado en aceite caliente.
8. Que tiene mucha sal.
9. Que contiene mucha sal, azúcar o grasa.
10. Con azúcar.
11. Que tiene poca sal.
12. Alimento en mal estado.

2 Elige dos tipos de alimentos que puedas definir con los adjetivos del ejercicio 1.



escorado congelado



torta dulce

3 Escucha los cuatro diálogos y relaciona el tema del que están hablando con una palabra del ejercicio 1.

4 Relaciona las siguientes palabras con sus definiciones.



1. Que se ha vuelto a calentar.
2. Cocinado con antelación y listo para comer.
3. Que ha perdido el estado de congelación.

5 Explica con tus propias palabras el significado que aporta cada uno de los prefijos en las palabras anteriores.

1. Llenas que... describir la receta corrigiendo los errores.
2. La comida vegetariana tiene ventajas y... ventajas para la salud.
3. Solo como comida... cocinada si tengo poco tiempo.
4. Yo bebo leche... para no engordar.
5. Por fin he encontrado algo para preparar un aperitivo después de... buscar en la nevera!

7 Habla con tu compañero. Describe un tipo de comida o bebida, él / ella tiene que adivinarla.

- Está hecha con una base de harina de cereales y cubierta con distintos productos. Es muy sabrosa y se cocina en el horno. Es una comida típica italiana.
- La pizza.



© Pearson y Prentice Hall

Solución

1 frito/-a; 2 crudo/-a; 3 picante; 4 comida basura.

4 Actividad de presentación de tres prefijos: *pre*, *re* y *des*. Llame la atención de los alumnos sobre las imágenes y las palabras y pídale que las relacionen con sus definiciones. Haga una ronda rápida para la corrección.

Solución

1 recalentado; 2 precocinado; 3 descongelado.

5 Los estudiantes vuelven a leer las palabras del ejercicio anterior y tratan de explicar el significado de los prefijos. Pueden añadir otros ejemplos: *reelegir*, *prehistoria*, *desafortunado*. Se pone en común con todo el grupo y, entre todos, se hace una lista de palabras que conozcan con estos prefijos. No se olvide de recordar a los estudiantes que anoten las palabras nuevas en su cuaderno de vocabulario.

6 Actividad de práctica de los prefijos presentados y trabajados en los ejercicios 4 y 5. Los alumnos, individualmente, completan las frases añadiendo uno de estos prefijos: *pre*, *re* o *des*. Corrección en grupo.

Solución

1 re; 2 des; 3 pre; 4 des; 5 re.

7 Forme parejas. Procure que no trabajen siempre con el mismo compañero. Explique la dinámica del ejercicio: el alumno A describe un tipo de comida o bebida y el alumno B tiene que adivinarla. Establezca un tiempo para que preparen la comida o bebida que quieran describir. Durante la interacción, circule por las mesas para resolver las posibles dudas.

Cuaderno de ejercicios:  
 Actividades 4 y 5.

COMUNICACIÓN Y VOCABULARIO

• Hablar de comida

1 Pida que lean las palabras que aparecen debajo del enunciado e indique que estos adjetivos se refieren a la comida. Explique que los tienen que relacionar con sus definiciones. Deje que utilicen los diccionarios para resolver las dudas de vocabulario. Después, haga la corrección en clase abierta.

Para activar el vocabulario, lance algunas preguntas: *¿Qué prefieres, lo dulce o lo salado?*; *¿Te gustan las patatas fritas?*; *¿Y la comida picante?*; *¿Eres o conoces a alguien que sea vegetariano?*

Solución

1 picante; 2 sabroso/-a; 3 crudo/-a; 4 vegetariano/-a; 5 sano/-a; 6 congelado/-a; 7 frito/-a; 8 salado/-a; 9 comida basura; 10 dulce; 11 sano/-a; 12 estropeado/-a.

2 Establezca un tiempo para que piensen y escriban dos tipos de alimentos con un adjetivo que lo caracterice. Luego, lo ponen en común en grupos de cuatro y para terminar con toda la clase. Si lo considera oportuno, para ayudarlos puede mostrar imágenes de diferentes alimentos: por ejemplo, carne poco hecha, una hamburguesa, comida picante, una ensalada, etcétera.

Cuaderno de ejercicios:  
 Actividades 1, 2 y 3.

3 Ponga el audio dos veces, la primera, deténgase en cada diálogo y la segunda, sin pausas. Para la corrección, remítalos a la transcripción en la página 151 del libro del alumno.

## DESTREZAS

### LEER

• La dura vida del musculitos • Recetas de cocina: gazpacho y huevos rellenos

**1** Comience lanzando las preguntas que se proponen en el ejercicio (*¿Alguna vez te has propuesto tener un cuerpo musculoso; ¿Sabes lo que tienes que hacer para conseguirlo?*) y animelos a que cuenten su experiencia. Recuérdeles que para contestar a la primera pregunta tienen que utilizar un tiempo del pasado. Sería recomendable que participara el mayor número de alumnos.

**2** Antes de la lectura y la escucha, escriba en la pizarra el título del texto, “La dura vida del musculitos”, y pida que digan el significado de la palabra “musculitos”. Se recomienda que primero lean las preguntas y posteriormente lean y escuchen el texto a la vez para contestarlas. Resuelva los problemas de vocabulario. Haga una puesta en común en clase abierta para corregir las soluciones.

#### Solución

**1** Irónico. **2** Porque no tiene pereza. **3** Tres veces al día. **4** Con batidos de proteínas. **5** Para enseñarlos. **6** Porque el aspecto musculoso no es fácil de conseguir.

Cuaderno de ejercicios:  
Actividades 1 y 2.

### ESCUCHAR

**3** Se recomienda antes de la escucha, enseñar la palabra “cachas” (sinónimo de “musculitos”). Explique que van a escuchar una conversación entre dos amigas, Noelia y Cristina, que hablan sobre algunos amigos comunes. Durante la escucha tienen que localizar la opción correcta. Se corrige con todo el grupo.

#### Solución

**1** poco interesante; **2** muy simpático; **3** pesado; **4** muy divertido; **5** inteligentes.

Cuaderno de ejercicios:  
Actividad 3.

### HABLAR

**4** Escriba las preguntas en la pizarra y pida a sus alumnos que, en parejas, se las pregunten el uno al otro. Otra opción es que formen parejas distintas para cada pregunta. Establezca un tiempo para cambiar de pregunta y de pareja. Al final, entre todos comentan lo que más les haya llamado la atención de las respuestas de sus compañeros.

Cuaderno de ejercicios:  
Actividad 4.

### 3 DESTREZAS

#### Leer

- 1 ¿Alguna vez te has propuesto tener un cuerpo musculoso? ¿Sabes lo que tienes que hacer para conseguirlo?
- 2 Lee y escucha el texto de la derecha. Después, contesta a las preguntas.
  - 1 ¿El texto es objetivo o irónico?
  - 2 ¿Por qué la mayoría de la gente no va con cinturón a los gimnasios y el musculitos sí?
  - 3 ¿Con qué frecuencia va el musculitos?
  - 4 ¿Con qué productos complementa el musculitos su alimentación?
  - 5 ¿Por qué va el musculitos siempre con los brazos al aire?
  - 6 ¿Por qué pide la autora del texto comprensión para los musculitos?

#### Escuchar

- 3 Escucha la conversación entre Cristina y Noelia sobre algunos amigos comunes y señala la opción correcta.
  - 1 Cristina piensa que Raúl es poco interesante / muy interesante / interesante.
  - 2 Noelia piensa que el novio de Sandra es muy guapo y muy simpático / muy inteligente / muy divertido.
  - 3 Cristina piensa que Rubén es agradable / simpático / pesado.
  - 4 Noelia piensa que el amigo de Raúl es muy aburrido / muy divertido / muy hablador.
  - 5 A Cristina le gustan los chicos descerebrados / inteligentes / elegantes.

#### Hablar

- 4 En parejas, pregunta a tu compañero.
  - ¿Cómo te gustan los / las chicos/as?
  - ¿Qué opinas de las personas musculosas?
  - ¿Te preocupa mucho tu cuerpo?
  - ¿Estás en buena forma?
  - ¿Llevas una dieta sana?
  - ¿Eres o te gustaría ser musculoso/a?

44 Cuente y cuenta



**La dura vida del musculitos**

El musculitos (también conocido por «mazas», «cachas») no lleva una vida fácil. Para empezar, el musculitos no nace, se hace a base de sudor y euros de gimnasio. La mayoría de la gente abandona el gimnasio a los dos o tres meses, pero el auténtico musculitos no tiene pereza. El musculitos profesional no va solo a un gimnasio, va a tres, por la mañana, por la tarde y por la noche, donde hace diferentes tipos de ejercicios con diferentes tipos de monitores. Así, el aprovechamiento es total. El clásico musculitos lleva una dieta estricta basada, especialmente, en las proteínas. No solo come carne, pescado y huevos, sino que además bebe batidos de proteínas que compra en botes de diez kilos. El musculitos suele pasar frío porque siempre, en cualquier mes del año, lleva camisetas de manga corta, para enseñar esos brazos que tanto trabajo y dinero le han costado conseguir. Además hay algunos complementos básicos para ser un musculitos de verdad: el pelo engominado o cortado a cepillo, bañadores ajustados y, por supuesto, la depilación total. Como veis, este aspecto musculoso no es nada fácil de conseguir y por eso os pido amor y comprensión para este sector de la población que tanto sufre. Gloria

## Escribir

5 Clasifica las siguientes palabras en el apartado correcto.

aceite • cocer • huevos • pimiento • sal • triturar • cebolla • pelar  
trocear • atún • sacar • pepino • tomate • añadir • rellenar

**Ingredientes**

**Instrucciones**

6 Completa las recetas con las palabras del ejercicio anterior. Después, escucha y comprueba.

### Recetas de nuestros platos del día

#### De primero: Gazpacho

**Ingredientes**  
• 1 kilo de tomates  
• 1 diente de ajo  
• 1 pimiento verde  
• 1 pepino  
• 1 cebolla  
• 0,5 l de agua  
• Aceite, vinagre y sal



#### Preparación

Pelar y [1] los tomates, la [2] el ajo y el [3] y ponerlos en un recipiente grande. [4] el [5] verde en trozos. Después echar en el recipiente el agua, el [6] el vinagre y la [7].  
[8] hasta obtener una mezcla homogénea. Después, colarlo y servirlo frío.

#### De segundo: Huevos rellenos

**Ingredientes**  
• 6 huevos  
• 1 lata de atún  
• 3 cucharadas de tomate frito  
• Mayonesa



#### Preparación

[9] los huevos en agua hirviendo durante veinte minutos. Dejarlos enfriar. [10] los [11] y partílos en dos mitades. [12] las yemas y ponerlas en un recipiente. Añadir el [13] y la salsa de [14]. Mezclarlo hasta obtener una pasta homogénea. [15] los huevos con la pasta. Cubrílos con un poco de mayonesa. Servílos fríos.

#### Y de postre...

algo de fruta o un yogur



7 Utiliza los pronombres, como en el ejemplo. Fíjate en las imágenes.

- |                                      |                           |                       |
|--------------------------------------|---------------------------|-----------------------|
| 1 Pelar los tomates. <b>Pelarlos</b> | 3 Poner los ingredientes. | 5 Añadir el pimiento. |
| 2 Triturar la cebolla.               | 4 Sacar las yemas.        | 6 Cocer los huevos.   |



8 ¿Te atreves a cocinar? Escribe la receta de un primer plato, un segundo plato o un postre. Escribe los ingredientes y explica la forma de prepararlos.

9 Por parejas, tu compañero te va a explicar su receta. Toma nota. Redacta un correo electrónico dirigido a otro compañero de la clase, que quiere realizar esa misma receta, con las explicaciones completas: qué ingredientes ha utilizado y, en pocas frases, en qué consiste y cómo se prepara.

© Pearson Educación, 2015

## Solución

1 Pelarlos; 2 Trocearla; 3 Ponerlos; 4 Sacarlas; 5 Añadirlo; 6 Cocerlos.

8 Los alumnos realizan la actividad en su cuaderno. Pídeles que escriban una receta. Puede ser de un primer plato, un segundo plato o de un postre. Recuérdeles que tienen que incluir los ingredientes necesarios y la forma de prepararlos. Esta actividad pueden realizarla en clase o como tarea para casa.

9 Ahora, en parejas, se explican cada uno su receta. Es importante que tomen notas para poder explicársela a otro compañero. El objetivo de esta actividad es que redacten un correo electrónico a otro compañero de la clase que quiera realizar esa receta. En el correo tendrán que incluir los ingredientes y, sin extenderse mucho, cómo se prepara.



## IDEAS EXTRA / JUEGOS

Los alumnos también pueden escribir sus recetas en cartulinas o tarjetas para intercambiarlas y, si les gusta cocinar, hacerlas en casa.

## ESCRIBIR

5 Actividad de léxico para activar el vocabulario necesario para realizar la actividad 6. Pueden clasificar las palabras en parejas y ayudarse para ello del diccionario. Después, haga una puesta en común para la corrección.

Pídeles que anoten las palabras nuevas en su cuaderno de vocabulario.

### Solución

**Ingredientes:** aceite; huevos; pimiento; sal; cebolla; atún; pepino; tomate; **Instrucciones:** cocer; triturar; pelar; trocear; sacar; añadir; rellenar.

6 Antes de realizar la actividad, pregunte a sus alumnos: ¿Cuál es vuestro plato favorito?; ¿Habéis probado alguna vez el gazpacho y los huevos rellenos?; ¿Qué soléis tomar de postre?; ¿Con qué frecuencia cocináis?

Luego, pídeles que completen las recetas con las palabras de ejercicio 1. Ponga la audición para que escuchen y comprueben.

### Solución

1 trocear; 2 cebolla; 3 pepino; 4 Añadir; 5 pimiento; 6 aceite; 7 sal; 8 Triturar; 9 Cocer; 10 Sacar; 11 huevos; 12 Sacar; 13 atún; 14 tomate; 15 Rellenar.

7 Repase los pronombres (*los, las, lo, la*). Recuerde a los alumnos que *lo / los* se utiliza para los nombres masculinos y *la / las* para el femenino. Los alumnos hacen el ejercicio. Corrija.

## CULTURA

→ La dieta mediterránea

**1** Este ejercicio se puede hacer entre todos oralmente. Puede añadir otras preguntas, por ejemplo, ¿Tenéis una dieta variada? Durante la interacción, intervenga únicamente en caso de que decaiga la conversación, para animarla. Finalmente, dígales que van a leer un texto en el que van a saber qué es la dieta mediterránea.

**2** Los alumnos leen y escuchan el texto sobre la dieta mediterránea. Aclare el vocabulario nuevo. Después hacen el ejercicio de verdadero / falso. Corrija con todos. Pregunte a sus alumnos si conocen otros tipos de dietas. Si es así, déjeles unos minutos para que expliquen a sus compañeros cuáles son sus beneficios para la salud.

### Solución

**1 V** (La dieta mediterránea es un factor importante en la prevención de infarto de miocardio); **2 F** (Contiene mucho pescado y poca carne); **3 F** (Los nuevos descubrimientos sobre alimentación desvelaron los secretos de una sabiduría milenaria); **4 F** (Hay que realizar alguna actividad física con regularidad).

## LA DIETA EQUILIBRADA

Depende de la constitución de cada persona o de su actividad física diaria, entre otros factores. Por ello, puede ser muy variable. Pero siempre tiene que ser completa y equilibrada.

- La dieta es completa si contiene alimentos de todos los grupos (vitaminas, hidratos de carbono, grasas y proteínas).
- La dieta es equilibrada si los alimentos se encuentran en las proporciones adecuadas.

Ningún alimento contiene todos los nutrientes que se necesitan. Por ello, es imprescindible combinar alimentos variados en nuestra dieta. Un plan alimentario adecuado es el que contiene las cantidades suficientes de nutrientes que nuestro cuerpo necesita. Cuando la alimentación no es variada ni suficiente, se pueden producir trastornos nutricionales alimenticios.

**3** CULTURA
La dieta mediterránea

**1** ¿Has oído alguna vez hablar de la dieta mediterránea? ¿Sabes qué alimentos se utilizan principalmente en esta dieta?

**2** Lee y escucha el texto. Señala si las afirmaciones son verdaderas o falsas y justifica tus respuestas.



### La dieta mediterránea

Hace unos años, unos estudios demostraron que los países del Mediterráneo (Italia, Italia, Francia y Grecia) tenían un menor porcentaje de infarto de miocardio y una menor tasa de mortalidad por cáncer. Los investigadores, sorprendidos, buscaron las posibles causas y descubrieron que la dieta tenía un papel fundamental. A partir de entonces, se empezó a hablar de la dieta mediterránea como un factor importante en la prevención de estas enfermedades.

Tras este descubrimiento, los científicos analizaron los elementos que definen la dieta mediterránea: pasta y arroz, verduras, legumbres, fruta, aceite de oliva, poca carne y mucho pescado, pan integral, y todo acompañado con vino y hierbas aromáticas.



In un principio, nadie sabía por qué funcionaba tan bien esta combinación de alimentos. Pero, poco a poco, los nuevos descubrimientos sobre alimentación desvelaron los secretos de una sabiduría milenaria.

Para seguir esta saludable dieta hay que tener en cuenta los siguientes consejos:

- 1** Consume alimentos de origen vegetal en abundancia: frutas, verduras, pan, pasta, arroz, cereales, legumbres y semillas.
- 2** Consume alimentos de temporada frescos.
- 3** Utiliza el aceite de oliva como grasa principal, tanto para cocinar como para aliñar.
- 4** Consume diariamente una cantidad moderada de queso y yogur.
- 5** Consume semianualmente una cantidad moderada de pescado, preferentemente azul, aves y huevos.
- 6** Consume frutos secos, miel y azúcares con moderación.
- 7** Consume carne roja algunas veces al mes.
- 8** Realiza alguna actividad física con regularidad para fortalecer al corazón y mantener en forma las articulaciones y el tono físico.

- 1** La dieta mediterránea es buena para el corazón.
- 2** La dieta mediterránea es una dieta vegetariana.
- 3** En los países mediterráneos se produce esta dieta desde hace pocos años.
- 4** Si sigues la dieta mediterránea, no es necesario hacer ejercicio físico.

46 cultura y arte

## REFLEXIÓN Y EVALUACIÓN

- 1 Para estar en forma tienes que...
  - a. dormir poco
  - b. hacer una dieta sana
  - c. comer comida basura
- 2 Los ... (leche, yogur y queso) tienen mucho calcio.
  - a. hidratos de carbono
  - b. verduras
  - c. productos lácteos
- 3 El pepino y la cebolla son...
  - a. legumbres
  - b. frutas
  - c. verduras
- 4 Tienes que comer más frutas, verduras y...
  - a. legumbres
  - b. azúcar
  - c. sal
- 5 La carne y el ... tienen muchas proteínas.
  - a. verdura
  - b. pescado
  - c. fruta
- 6 ¿Qué ... tú esta mañana?
  - a. he desayunado
  - b. he desayunado
  - c. has desayunado
- 7 Mi hermana ... una receta para la revista del colegio.
  - a. ha escrito
  - b. ha escrito
  - c. ha escrito
- 8 No me ... las verduras de la cena.
  - a. han gustado
  - b. ha gustado
  - c. has gustado
- 9 ¿... tus amigos y tú en el parque de atracciones?
  - a. Hemos estado
  - b. Tienen estado
  - c. Hebéis estado
- 10 Mi madre y yo ... una tortilla de patatas.
  - a. he hecho
  - b. hemos sido
  - c. hemos hecho
- 11 Ayer ... en un restaurante peruano.
  - a. hemos comido
  - b. comimos
  - c. comemos
- 12 ¿... tú alguna vez en Canarias?
  - a. Estás
  - b. Has estado
  - c. Has estado
- 13 El mes pasado nos ... a un gimnasio.
  - a. hemos apuntado
  - b. apuntamos
  - c. apuntan
- 14 Yo hoy no ... con mis padres.
  - a. he comido
  - b. comí
  - c. comemos
- 15 ¿Cuándo ha llegado tu hermana?
  - a. ... la semana pasada
  - b. Ha llegado
  - c. Llegó
- 16 Mi hermano y yo nunca ... gazpacho.
  - a. comí
  - b. come
  - c. hemos comido
- 17 Últimamente ... mucho frío.
  - a. hizo
  - b. ha hecho
  - c. han hecho
- 18 Algunas botellas se abren con...
  - a. abrelatas
  - b. sacacorchos
  - c. sábalidas
- 19 Cuando un lapicero no tiene punta utilizamos un...
  - a. sacacorchos
  - b. abrelatas
  - c. sacapuntas
- 20 La ventana está sucia. Tienes que limpiarla con un...
  - a. limpiacristales
  - b. lavavajillas
  - c. quitamanchas
- 21 La ... contiene mucha sal, azúcar y grasa.
  - a. verdura precocida
  - b. carne fresca
  - c. comida casera
- 22 La fruta y la verdura son alimentos...
  - a. salados
  - b. vegetarianos
  - c. picantes
- 23 Los huevos cocidos tienen menos calorías que los huevos...
  - a. fritos
  - b. congelados
  - c. vegetarianos
- 24 He sacado el pescado del congelador, aún no está...
  - a. recalentado
  - b. descongelado
  - c. picconado

Ahora puedes hacer el Proyecto 1 (páginas 120-121)

Clase y date: 47

## REFLEXIÓN Y EVALUACIÓN

La reflexión y evaluación se puede realizar en horas de clase o como tarea para casa.

### Soluciones

1 b; 2 c; 3 a; 4 a; 5 b; 6 c; 7 b; 8 a; 9 c; 10 c; 11 b; 12 c; 13 b; 14 a; 15 c; 16 c; 17 b; 18 b; 19 c; 20 a; 21 c; 22 b; 23 a; 24 b.

### REFUERZO MI VOCABULARIO / ALGO MÁS

Estas dos secciones se encuentran en el apéndice del Cuaderno de ejercicios y su objetivo es reforzar o ampliar el vocabulario y desarrollar técnicas y estrategias para la escritura. Puede sugerir que hagan las actividades propuestas al finalizar la unidad.

Cuaderno de ejercicios: páginas: 78 y 79

## CUADERNO DE EJERCICIOS – SOLUCIONES

### VOCABULARIO

1



- 2 1 montar en bici; 2 ver la tele muchas horas; 3 dormir poco; 4 comer frutas y verduras; 5 nadar; 6 comer comida basura.
- 3 Son buenas: montar en bici; comer frutas y verduras; nadar. No son buenas: ver la tele muchas horas; dormir poco; comer comida basura.
- 4 1 vitaminas; 2 proteínas; 3 pasta / arroz / cereales; 4 grasas; 5 comida basura; 6 peso; 7 sana / equilibrada; 8 mediterránea; 9 cuerpo / mente; 10 desayuno.

### GRAMÁTICA

- 1 1 roto; estado; ido; puesto; tenido; hecho; jugado; dicho; practicado; abierto; escrito; visto.
- 2 1 ha comido; 2 he visto; 3 han viajado; 4 ha roto; 5 Has abierto; 6 no hemos escrito; 7 Habéis hecho; 8 se ha puesto; 9 no he dicho; 10 hemos ido; 11 no he avisado.
- 3 1 c; 2 d; 3 a; 4 e; 5 b. 1 Yo he descargado música en el móvil. 2 Sofía ha diseñado su propia página web. 3 Juan no ha enviado un correo a sus amigos sobre el concierto. 4 Tus amigos han visitado mi blog de cocina. 5 Tú no has compartido las fotos de la fiesta en Facebook.
- 6 **Posible solución:** 1 todavía; 2 ya; 3 Últimamente; 4 todavía; 5 muchas veces; 6 alguna vez; 7 siempre; 8 nunca; 9 ya; 10 muchas veces.
- 7 1 Has oído; 2 nunca; 3 han vendido; 4 alguna vez; 5 todavía; 6 has escuchado; 7 ya; 8 he comprado.
- 8 1 comimos; 2 he montado; 3 Has patinado; 4 vi; 5 ha tocado; 6 han dormido; 7 jugamos; 8 Fuisteis.
- 9 1 has hecho / jugué / fui / estuve; 2 ha pasado / ha roto / cayó; 3 Has hecho / terminé; 4 Habéis visto / vimos; 5 has visto / vi / Has mirado.
- 10 1 El fin de semana pasado **estuve** en Toledo con mis amigos. 2 ¿**Has mandado** alguna vez un mensaje a Irene? 3 Nosotros **tuvimos** clase de Español hace dos días. 4 Mis padres y yo **fuimos** de *camping* a Galicia en agosto. 5 Todavía no **he hecho** el trabajo de Tecnología. 6 Esta mañana no me **he lavado** el

pelo. 7 Últimamente **he hecho** mucho deporte. 8 Mis primos Daniela y Fernando **visitaron** París el verano pasado. 9 Nadal y Federer **jugaron** la final del torneo Madrid Open ayer por la tarde. 10 Carla todavía no nos **ha enviado** la foto por WhatsApp.

- 11 1 f, quitamanchas; 2 g, sacapuntas; 3 a, abrelatas; 4 b, cortaúñas; 5 d, limpiacristales; 6 e, lavavajillas; 7 h, sacacorchos; 8 c, salvavidas.

### COMUNICACIÓN

- 1 A 1; B 4; C 5; D 3; E 6; F 2. 1 Ingredientes; 2 poco; 3 Mezcla; 4 batidora; 5 Vierte; 6 trocea; 7 Introduce; 8 fresón; 9 lávalos.
- 2 Un bizcocho de manzana.
- 3 1 compras; 2 muy sano; 3 Qué te parece; 4 Vale; 5 harina; 6 muchos; 7 bastantes; 8 poco; 9 demasiada; 10 Cuánto tiempo; 11 batido; 12 rico.

### COMUNICACIÓN Y VOCABULARIO

- 1 1 dulce; 2 crudo/-a; 3 frito/-a; 4 sano/-a; 5 comida basura; 6 picante.
- 2 1 dulce; 2 congelados; 3 picante; 4 vegetariana; 5 sana; 6 sosa; 7 frito; 8 sabroso; 9 estropeada; 10 saladas.
- 3 1 congelada; 2 salada; 3 soso; 4 sabroso; 5 crudo; 6 vegetariana; 7 fritas; 8 picante; 9 dulce.
- 4 1 des; 2 des; 3 re; 4 pre.
- 5 1 des; 2 re; 3 des; 4 re; 5 pre.

### DESTREZAS

- 2 1 La comida basura. 2 Hace deporte. 3 Que son más sanas y ricas que los bollos y las hamburguesas. 4 En la clase de Educación Física. 5 Álvaro va andando y en bicicleta y Laura en coche.
- 3 1 F (Porque le parece una opción saludable); 2 F (Empezó hace nueve años); 3 V; 4 F (Los ovolácteos toman huevos y leche); 5 F (En España es complicado encontrar un menú vegetariano); 6 V.

### REFUERZO MI VOCABULARIO

- 2 1 e; 2 i; 3 f; 4 a; 5 b; 6 g; 7 h; 8 c; 9 d.
- 3 1 comida; 2 efectos; 3 el colesterol; 4 adicción; 5 recomendaciones; 6 ejercicio.

### ALGO MÁS

- 1 1 no solo; 2 sino también; 3 como; 4 mientras que; 5 Otro ejemplo; 6 En mi opinión; 7 Además.
- 2 1 B; 2 A; 3 D; 4 C.



# VÍDEO • UNIDADES 2 Y 3

**Título:** La lista de la compra

**Duración:** 2:34

**Tema:** Vídeo en el que María ayuda a hacer la lista de la compra a su madre.

## ANTES DE VER EL VÍDEO

Se recomienda visionar este vídeo después de haber trabajado las unidades 2 y 3. Entregue a sus alumnos la ficha de actividades. Antes de empezar, infórmeles de que van a ver un vídeo en el que María ayuda a hacer la lista de la compra a su madre. Diríjalos a la **actividad 1** y coménteles que, antes de ver el vídeo, realizarán esta actividad. El objetivo aquí es practicar el uso de los pronombres de objeto directo que ya han trabajado en la unidad 3. Dígales que van a leer unos consejos sobre las frutas, las verduras y el pescado. Pídales que los lean y vuelvan a escribir cada texto utilizando el pronombre de objeto directo correspondiente en cada caso para evitar repetir, de forma innecesaria, algunos de los sustantivos que aparecen. Al terminar, deles tiempo para que comparen su resultado con el compañero y después, lleve a cabo una corrección en clase abierta.

### Solución

**1 a** Debes lavar las frutas y las verduras antes de pelarlas y cortarlas. Así evitas que la suciedad del exterior se propague en su interior. **1 b** Selecciona las frutas y las verduras que vas a lavar. Debes ponerlas al menos dos minutos debajo del grifo o dejarlas en un recipiente con agua. **2 a** Si el pescado es fresco, lo mejor es guardarlo en la parte más fría de la nevera. También podemos envolverlo en hielo picado hasta el momento de cocinarlo. **2 b** Si el pescado es congelado, el día que vamos a consumirlo es bueno sumergirlo en agua con tres cucharadas de sal durante al menos una hora. Después, sacarlo del agua y mojarlo en leche para que quede más suave antes de cocinarlo.

Llévelos ahora a la **actividad 2**. Infórmeles de que van a levantarse todos y buscar a los compañeros que cumplen cada una de las preguntas. Pero antes de levantarse, pídales que, individualmente, escriban la pregunta para cada afirmación, remítalos al ejemplo que aparece, y añadan una pregunta más. El objetivo es que practiquen el pretérito perfecto que aparece en la unidad 3. Durante la realización de esta fase de la actividad es conveniente que el profesor se acerque a los alumnos para resolver dudas y corregir posibles errores. Después, pídales que se levanten y formulen las preguntas, pero teniendo en cuenta lo siguiente: deben repetir la pregunta hasta encontrar un compañero que les conteste afirmativamente. Si después de preguntar a todos, no hay ninguno que responda sí entonces en la casilla del nombre escribirán "nadie". No pueden pasar a la siguiente pregunta hasta que no hayan encontrado a alguien que responda afirmativamente a la pregunta o bien resuelvan que no hay nadie. Durante la realización de la actividad, el profesor se acercará a los alumnos para corregir. Finalmente, al acabar, los alumnos vuelven a sus asientos y se hace una puesta en común. En clase abierta el profesor va preguntando: *¿Qué sabemos de "X" (nombre de un alumno)?* El resto de alumnos dicen la información que tienen: *Ha preparado una comida para su familia; Ha comido con las manos, etcétera.*

## DURANTE EL VISIONADO

Diríjalos a la **actividad 3**. Infórmeles de que van a ver una secuencia del vídeo y deben contestar a las preguntas. Reproduzca el vídeo, sin subtítulos, desde el inicio hasta el minuto 1:23. Anímelos a que comenten las respuestas con su compañero y, si lo considera necesario, realice un segundo visionado. En la corrección tenga en cuenta que el objetivo de la actividad es una comprensión auditiva, así pues, no se deberían tener en cuenta errores gramaticales en la escritura.

### Solución

**1** Porque la nevera está vacía. **2** Nada que lleve gluten (pan, pasta, galletas). **3** Mucha fruta, verdura, pescado y pollo. **4** Porque lleva tres días comiendo pollo en el colegio. **5** Chorizo.

Ahora, en la **actividad 4**, infórmeles de que van a ver otra secuencia del vídeo en el que María ayuda a su madre a completar la lista de la compra. Pídales que escriban al lado de cada producto que aparece en la actividad, la cantidad que hay en casa de María. Deles tiempo, antes del visionado, para que lean la lista de productos y asegúrese de que los comprenden todos. El objetivo es revisar el vocabulario que han trabajado en la unidad 3. Reproduzca el vídeo, sin subtítulos, desde el minuto 1:24 hasta el final.

### Solución

**1** 2; **2** 0; **3** 0; **4** 0; **5** 2; **6** 2; **7** 2; **8** 2; **9** 0; **10** 1.

## DESPUÉS DE VER EL VÍDEO

Diríjalos a la **actividad 5**. Dígales que lean la lista de consejos para hacer una buena compra y escriban algún consejo más. Después, forme parejas y pídales que comenten cuáles de esos consejos se siguen en su casa. Durante la realización de la actividad es conveniente que el profesor se acerque a los alumnos para corregir posibles errores.

Para realizar la **actividad 6**, forme grupos de tres alumnos. Infórmeles de que van a pasar el fin de semana en casa de uno de ellos, tienen que elegir de quién. Deben decidir, entre los tres, la lista de la compra para el fin de semana, teniendo en cuenta que tienen que cenar el viernes y el sábado y comer el sábado y el domingo. Léales el ejemplo que aparece como modelo de interacción. Durante la realización de la actividad, es conveniente que el profesor se acerque para corregir posibles errores.

## TRANSCRIPCIÓN

MARÍA: ¡Mamá, no hay nada en la nevera!

MADRE: Por esa razón estoy haciendo la lista de la compra. ¿Me ayudas? ¿Has hecho ya los deberes?

MARÍA: ¡No se acaban nunca! Estoy haciendo un descanso. Este fin de semana vienen los primos a comer. Y uno de ellos es celíaco y el otro tiene alergia a los frutos secos.

MADRE: Sí, ya sé. No pueden tomar nada con gluten, ni pasta, ni galletas, ni pan.

MARÍA: ¡Qué pena! ¡Con lo que me gusta a mí la pizza y la pasta!

MADRE: Bueno, pero hay tiendas especializadas para celíacos y allí podemos comprar pasta y galletas.

MARÍA: ¡Ni avellanas ni almendras!

MADRE: Toca comida sana. Mucha fruta, verduras... pescado, pollo.

MARÍA: ¡Uy, no! ¡Pollo no, por favor! Que llevo tres días en el colegio comiendo pollo.

MADRE: María, ¿hay embutidos en la nevera?

MARÍA: ¡Eh! Pues... Ayer me terminé la última loncha de jamón. Y... ¡Ay! ¿puedes comprar chorizo, por favor?

MADRE: ¡No tienes remedio! El chorizo solo lo puedes tomar de vez en cuando. A ver... María, ¿cuántos litros de leche nos quedan?

MARÍA: Solo hay dos. Quedan pocos.

MADRE: Comprueba si tenemos arroz, garbanzos, lentejas...

MARÍA: No, no hay.

MADRE: ¿Y azúcar, harina, sal?

MARÍA: Ehhh... De eso bastante, hay dos de cada.

MADRE: Esta noche voy a hacer para cenar tortilla de patatas. ¿Hay huevos? ¿Patatas, cebollas?

MARÍA: Huevos hay dos. Patatas no hay. Y cebolla...y cebolla bueno. Si a esto se le puede llamar cebolla.

MADRE: Venga, vámonos inmediatamente, que si no hoy ni meriendas, ni cenamos.

MARÍA: ¡Ay! ¿Y me puedes comprar chuches?

MADRE: ¡Ni hablar! Que luego dices que no quieres ir al dentista.

## Unidades 2 y 3

### La lista de la compra

**1** Lee los siguientes consejos sobre la comida y vuelve a escribirlos utilizando los pronombres adecuados para evitar repeticiones que no son necesarias.

1

#### LIMPIAR LAS FRUTAS Y LAS VERDURAS



**a** Debes lavar las frutas y las verduras antes de pelar las frutas y las verduras y cortar las frutas y las verduras. Así evitas que la suciedad del exterior se propague en su interior.

.....  
 .....  
 .....

**b** Selecciona las frutas y las verduras que vas a lavar. Debes poner las frutas y las verduras al menos dos minutos debajo del grifo o dejar las frutas y las verduras en un recipiente con agua.

.....  
 .....  
 .....

2

#### TRATAR EL PESCADO



**a** Si el pescado es fresco, lo mejor es guardar el pescado en la parte más fría de la nevera. También podemos envolver el pescado en hielo picado hasta el momento de cocinar el pescado.

.....  
 .....  
 .....

**b** Si el pescado es congelado, el día que vamos a consumir el pescado es bueno sumergir el pescado en agua con tres cucharadas de sal durante al menos una hora. Después, sacar el pescado del agua y mojar el pescado con leche para que quede más suave antes de cocinar el pescado.

.....  
 .....  
 .....

**2** Vas a preguntar a tus compañeros si han hecho alguna vez las siguientes cosas y escribe al lado de cada frase el nombre del primer compañero que te conteste *sí*. Antes de empezar, escribe una pregunta más.

	Nombre
1 Probar una comida "rara". ¿Has probado una comida rara alguna vez?	
2 Preparar una cena o una comida para su familia.	
3 Comer con las manos.	
4 Utilizar el tenedor y el cuchillo para pelar la fruta.	
5 Tomar la sopa sin cuchara.	
6 Quemar una comida en el horno.	
7 Confundir el azúcar con la sal.	
8	

**3** Mira el vídeo y contesta a las preguntas.



- 1 ¿Por qué está haciendo la madre de María la lista de la compra?  
.....
- 2 ¿Qué cosas no pueden comer los celíacos?  
.....
- 3 ¿Qué comida sana quiere comprar la madre de María?  
.....
- 4 ¿Por qué no quiere pollo María?  
.....
- 5 ¿Qué quiere María que le compre su madre?  
.....

**4** Mira el vídeo y señala, de la siguiente lista, la cantidad de cada producto que hay en casa de María.

- 1 Litros de leche .....
- 2 Arroz .....
- 3 Garbanzos .....
- 4 Lentejas .....
- 5 Azúcar .....
- 6 Harina .....
- 7 Sal .....
- 8 Huevos .....
- 9 Patatas .....
- 10 Cebollas .....



**5** Lee los siguientes consejos para hacer una buena compra. Señala los que se siguen en tu casa, puedes añadir alguno más que no esté en la lista.



**PARA HACER UNA BUENA COMPRA ES BUENO...**

- 1  Planificar los menús de la semana.
- 2  Revisar la despensa para estar seguros de lo que tenemos y lo que no.
- 3  Hacer una lista y que no sea excesiva, comprar solo lo que se necesite. Así se ahorra dinero, tiempo y se evita que los productos caduquen en casa.
- 4  Comprar productos de temporada, son frescos y más baratos.
- 5  Calcular los precios por unidad o kilo, los paquetes grandes no siempre salen más baratos.
- 6  Buscar los productos de oferta en cada supermercado. A veces visitar varias tiendas puede resultar un gran ahorro a final de mes.
- 7  Elegir las marcas blancas, normalmente tienen la misma calidad y su precio es más bajo.
- 8  No ir al supermercado con hambre para evitar comprar todo lo que vemos. Es mejor aprovechar un rato libre o el fin de semana, con tranquilidad y con una lista hecha.
- 9  A veces, comprar por internet, ahorra tiempo y se puede conseguir la misma calidad y precio que en el supermercado del barrio.
- 10.....

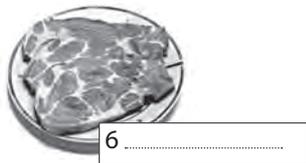
**6** Vas a pasar un fin de semana con tres compañeros en casa de uno de ellos, sin sus padres. La nevera está vacía. Tenéis que planificar la lista de la compra para ir al supermercado, tened en cuenta que tenéis que cenar el viernes y el sábado, y desayunar y comer el sábado y el domingo.

- ¿Compramos pescado y lo preparamos al horno?
- Pufff, nooo, yo odio el pescado. ¿Y si compramos unas pizzas congeladas?

# Vida sana

## VOCABULARIO

1 Mira las imágenes y escribe el nombre de los alimentos representados.



2 Elige la respuesta correcta.

- Es muy bueno comer fruta y verdura todos los días porque tienen muchas .....  
a proteínas      b grasas      c vitaminas
- La carne y el ..... tienen muchas proteínas.  
a verdura      b pescado      c fruta
- La pasta y los cereales son alimentos ricos en .....  
a vitaminas      b hidratos      c grasa  
de carbono
- Los ..... tienen mucho calcio.  
a hidratos      b verduras      c productos  
de carbono      lácteos
- Uno de los alimentos más ricos en grasa es .....  
a el aceite      b el pan      c la fruta
- Para estar en forma no tienes que .....  
a comer fruta      b hacer deporte      c comer comida  
y verdura      basura
- Para llevar una vida sana es bueno .....  
a dormir poco      b no hacer      c dormir ocho  
ejercicio      horas diarias

## GRAMÁTICA Y COMUNICACIÓN

3 Completa las frases con la forma correcta del pretérito perfecto de los verbos entre paréntesis.

- Yo no ..... (abrir) el correo electrónico esta mañana.
- El profesor nos ..... (decir) hoy la fecha del examen de gramática.
- Nosotros ..... (hacer) una entrevista al director.
- Rubén y Laura ..... (escribir) un artículo para la revista.
- ¿..... (ponerse / tú) los zapatos de charol rojos?
- Vosotros no ..... (ir) a la excursión.
- Juan ..... (romper) el diccionario de francés.
- Mis padres ..... (estar) en Venecia.

4 Completa las frases con uno de estos marcadores de frecuencia.

últimamente • alguna vez • siempre  
muchas veces • todavía • ya

- ¿Has viajado ..... en avión?
- Yo ..... he vivido en este barrio.
- ¿Te has comprado ..... el último disco de Maná?
- ¡Es muy tarde y tu hermana ..... no ha llegado.
- ..... no he jugado al tenis. Tengo muchos exámenes.
- Mis amigos y yo hemos ido ..... a esquiar a la sierra, nos encanta.

5 Completa las frases con el pretérito perfecto o el pretérito indefinido de los verbos entre paréntesis.

- 1 ¿Qué ..... (hacer) tú este fin de semana?
- 2 Esta mañana yo no ..... (ir) al instituto.
- 3 El sábado Alejandra ..... (venir) a mi casa y ..... (jugar) con la videoconsola.
- 4 El verano pasado mis padres y yo ..... (estar) en Perú.
- 5 ¿ ..... (Escuchar) vosotros alguna vez el grupo de música japonés News?
- 6 Mis primos nunca ..... (visitar) otros países.

6 Forma nombres compuestos relacionando los verbos de la columna A con los nombres de la columna B.

A	B
abrir	vajillas
salvar	uñas
cortar	corchos
lavar	latas
sacar	vidas

- 1 .....
- 2 .....
- 3 .....
- 4 .....
- 5 .....

7 Traduce las siguientes frases a tu idioma.

- 1 Yo nunca he visto un volcán. ....
- 2 Nosotros hemos dormido muchas veces en una tienda de campaña.  
.....
- 3 Tú todavía no has escrito un correo electrónico.  
.....
- 4 Marisa ya ha visto la película de Almodóvar.  
.....

## DESTREZAS: LEER Y ESCRIBIR

8 Lee el siguiente texto y contesta a las preguntas.

### **El chocolate, cuanto más negro, mejor**

El grano de cacao es rico en magnesio, indispensable para generar energía. Nuestro cuerpo asimila muy bien el del cacao, por lo que se producen pocas pérdidas. Por eso, es mejor el chocolate negro que el que lleva leche, que tiene «grasas nocivas».

El cacao contiene unas moléculas que actúan positivamente sobre el sistema nervioso. Esas moléculas tienen efectos calmantes y relajantes... Pero, en una tableta, hay una proporción muy pequeña de esas moléculas, por lo que los efectos se explican más por lo que el chocolate simboliza: es el alimento placentero por excelencia.

El chocolate negro es rico en moléculas antioxidantes que hacen que el envejecimiento de las células sea más lento, de modo que tres onzas de chocolate al día, acompañadas de una pieza de fruta fresca, pueden ser el secreto de una vida larga y feliz.

Okapi

- 1 ¿Para qué es indispensable el magnesio?  
.....  
.....
- 2 ¿Qué chocolate es mejor, el negro o el que lleva leche? ¿Por qué?  
.....  
.....
- 3 ¿Qué efectos tienen esas moléculas?  
.....  
.....
- 4 ¿Cuál puede ser el secreto de una vida larga y feliz?  
.....  
.....

9 Escribe la receta de un primer plato. Escribe los ingredientes y explica la forma de prepararlo.

.....

.....

.....

.....

# ¿Lo has hecho alguna vez?

## Objetivo

---

Actividad de interacción oral para practicar el pretérito perfecto y los marcadores *ya* y *todavía no* en caso necesario.

## Instrucciones

---

Se divide la clase en parejas y el profesor debe recortar la parte del ALUMNO A y la del ALUMNO B. El ALUMNO A pregunta al ALUMNO B sobre si ha hecho o no las actividades propuestas. Luego, se intercambian los papeles.

# ¿Lo has hecho alguna vez?

## Alumno A

1 Pregunta a tu compañero si alguna vez ha hecho las siguientes actividades.



1 Ver un partido de tenis entre Nadal y Federer.



2 Visitar la ciudad de Petra, en Jordania.



3 Esquiar en Canadá.



4 Comer pasteles de crema.



5 Ver una ópera.



6 Beber té verde.



7 Ver las pirámides de Egipto.



8 Viajar en avión.

¿Has visto alguna vez un partido de tenis entre Nadal y Federer?

2 Contesta a tu compañero usando el pretérito perfecto y los marcadores de frecuencia: *todavía, ya, nunca, muchas veces y alguna vez.*

B ¿Has hecho alguna vez un crucero?

A No, todavía no lo he hecho.

## Alumno B

1 Contesta a tu compañero usando el pretérito perfecto y los marcadores de frecuencia: *todavía, ya, nunca, muchas veces y alguna vez.*

A ¿Has visto alguna vez un partido de tenis entre Nadal y Federer?

B Sí, los he visto muchas veces.

2 Pregunta a tu compañero si alguna vez ha hecho las siguientes actividades.



1 Hacer un crucero.



2 Ir a un safari.



3 Comer sushi.



4 Bailar sevillanas.



5 Montar en camello.



6 Nadar con delfines.



7 Visitar Venecia.



8 Escuchar música clásica.

¿Has hecho alguna vez un crucero?