

nombre de la actividad	¡Vive sanamente! Lincencia Safe Creative nº. :1609149180599.
autor/es	Ayman ABBAS EL SAYED ABD EL RADY.
nivel y destinatarios	B1-B2.
duración	6 horas.
objetivos	Concienciar al estudiante a mantenerse sano, además de presentarle vocabulario específico sobre la salud.
destrezas	Promover las competencias: comunicativa, digital y desarrollar conocimientos previos del mundo.
contenidos funcionales, léxicos y gramaticales	Vocabulario relacionado con la salud, la higiene y las partes del cuerpo, familiarizar al alumno con el uso de algunas expresiones idiomáticas relativas; contenidos gramaticales variados.
dinámica	Trabajo individual; trabajo en pareja o grupos grandes.
material y recursos	Texto periodístico: periódico ABC (España) e instalado en un blog creado por el autor.
secuenciación	<ol style="list-style-type: none">1. Para presentar la unidad didáctica y con el fin de despertar en el alumno el interés y hacer que active sus conocimientos previos, el profesor introduce una serie de preguntas que formulan los estudiantes a los compañeros. El profesor pide a los estudiantes que hagan una puesta común de sus respuestas.2. Con el fin de revisar vocabulario relacionado con la salud, medicina e higiene, El profesor les organiza en grupos para resolver un ejercicio sobre los tipos de médicos en español. Luego les pone dos audiovisuales sobre vocabulario relacionado con la salud, los nombres de varias enfermedades y problemas médicos. Seguidamente les expone una figura que muestra las partes del cuerpo humano. De tal manera el docente hace a los aprendices profundizar más en el tema, y por lo tanto darles a conocer más sobre vocabulario de la salud.3. En esta tarea, los estudiantes pueden consultar el texto digital ubicado en su lugar original - en este caso ABC-.4. Tras una primera lectura -poco centrada en el detalle y encaminada a la idea global generada por el texto- por parte de los aprendices, introducimos un conjunto de preguntas relacionadas con el texto a los que los estudiantes deben responder individualmente.5. Los estudiantes realizan un lectura atenta (scanning) del texto meta ya alojado en un gestor de documentos en línea, como Google Drive. Con el fin de una comprensión ampliada del texto meta, introducimos una serie de ayudas -encapsuladas del texto en forma de conexiones externas-.

Durante la lectura, como primera tarea -pulsando la pestaña "Comentarios" de arriba a la derecha-, los estudiantes manifiestan sus dudas/ sus preguntas sobre el texto y lo comentan entre ellos, también puede intervenir el profesor.

6. Como tercera tarea, se pide, mediante una participación grupal, contestar a un ejercicio de Verdadero o Falso de 5 ítems.

7. Como cuarta tarea, en pareja, resuelven un ejercicio opcional de 10 ítems de elección múltiple.

8. Como quinta tarea, en grupo, los estudiantes relacionan cada palabra con su sinónimo correspondiente según el texto objeto de estudio.

9. Como sexta tarea, en pareja, se completan los huecos recopilando la información del texto periodístico meta.

10. Como séptima tarea, en grupo, relacionan cada hábito saludable con su consecuencia.

11. Como octava tarea, en pareja, buscan ciertas palabras existentes en texto en una sopa de letras.

12. La novena tarea, en grupo, completan un crucigrama.

13. La décima tarea, y como fomento del trabajo individual, relacionan los miembros de cada grupo para seguir uno de los consejos saludables citados.

14. Como undécima tarea, el profesor les pide que se organicen en parejas o grupos de tres para realizar un debate. La actividad está ideada para que los alumnos graben un audio, lo suban a SoundCloud, y así cada grupo incruste su audio como una nueva entrada en Producción oral – previamente se les ha dado acceso al blog de esta unidad. Hay que darles tiempo para que preparen su exposición y monten el audio en el espacio mencionado anteriormente.

15. Como Tarea final o Post-lectura, en participación grupal, recopilando la información del artículo estudiado en esta unidad, y extendiendo con la lectura de otros artículos periodísticos, escriben un texto -de unas 100 palabras- de cómo podemos cuidar nuestra salud. La estructura de la actividad está definida a través de la visualización del vídeo y una pregunta que se realiza al final del mismo. Cada grupo designado pincha la imagen que representa su espacio en el apartado Tarea final para escribir el texto.

16. En el apartado Evaluación, se explica el modo en el que el profesor evalúa al aprendiz, y se presenta un cuestionario de satisfacción que debe ser completado por los aprendices (Autoevaluación). En este, el aprendiente autoevalúa su grado de aprendizaje en esta unidad. Según el progreso que haya adquirido, rellena tantas casillas como el nivel que cree superado. La puntuación que debe arrastrar en cada casilla de nivel está indicada en su icono correspondiente. Pulsa "Comprobar" para obtener su valoración.

Para realizar las actividades online y consultar las soluciones entra en <http://vivesanamen.blogspot.com.es/p/pre-lectura.html>

Soluciones

1.1. 1.a 2.b 3.b 4.d 5.e 6.a 7.c 8.b 1.2. dermatólogo oftalmólogo pediatra radiólogo cardiólogo cirujano psicólogo 2.1. 1.a 2.d 3.b 4. c 5. b 2.2.1. 1.V 2.F 3.F 4.F 5.F 2.2.2. 1.c 2.c 3.a 4.a 5.a 6.b 7.a 8.b 9.b 10.b 2.2.3. 1. incongruente- incoherente 2. Introspectiva - Mirar adentro 3. Compendio - Sumario 4. Divisar - Distinguir 5. Reposo - Inmovilidad de un cuerpo 6. Cuestionar - Discutir 7. Patrón - Modelo 8. Consistente - Permanente 9. Prodigioso - Excelente 10. Anidar - Hallarse

2.2.4. las 65 reglas rutina diaria camina las seis y media las nueve y media prole cuidarse muertes prematuras una mascota predecible la naturaleza 2.2.5. 1. FUMAR UN PAQUETE DE TABACO 2. SENTIRSE UN MEJOR ESTADO 3. CUIDARSE Y NO ARRIESGARSE, Y POR LO TANTO EVITAR LAS MUERTES PREMATURAS 4. HACER EJERCICIO 5. BAJAR EL ESTRÉS

2.2.7. 1. DESCENDENCIA 2. FUNDAMENTAL 3. DESTACADO 4. ADIVINAR 5. ASPECTO 6. EVITAR 7. FAMOSO 8. DURA

2.2.8. 1. Comer sanamente. (alimentos procesados. - Comer comida fresca.)

2. Mantenerse limpio con frecuencia. (Lavarse las manos cinco veces al día. -Lavar las sábanas con agua caliente una vez a la semana.)

3. Averiguar las enfermedades y evitar sus causas. (Preguntar por las enfermedades de la familia.- Desnudarse.)

4. Combatir contra el estrés. (Tener rutina diaria. - Dar una vuelta bajo el sol.)

secuenciación

1. Actividad de pre-lectura

1.1. Con tus compañeros/as completa las siguientes frases eligiendo el vocabulario adecuado del cuerpo humano.

1. Cuando hace mucho viento, no puedo abrir bien...
- los ojos
 - la nariz
 - la boca
 - las orejas
 - las manos



2. Al tomar una taza de té caliente, se me ha quemado...
- la boca
 - la lengua
 - el corazón
 - el estómago
 - el pie



3. Intenta masticar con...cerrada.
- la lengua
 - la boca
 - la mano
 - la nariz
 - la cabeza



4. Cuando corro,... me late muy fuerte.
- el ombligo
 - el estómago
 - el pecho
 - el corazón
 - el tronco



5. Me duele ... por no haber dormido bien
- el culo
 - el corazón
 - el cuello
 - la barba
 - la cabeza



Ayman Abbas El Sayed Abd El Rady

1.1. Con tus compañeros/as completa las siguientes frases eligiendo el vocabulario adecuado del cuerpo humano.

6. He comprado pintaúñas de color rojo para pintarme.....de color rojo.
- a. las uñas
 - b. los labios
 - c. los ojos
 - d. el cabello
 - e. los párpados



7. No puedo comer ahora, ya que se me ha caído....
- a. una mano
 - b. un pie
 - c. un diente
 - d. un ojo
 - e. un pecho



8. A quien le gusta salir de fiesta levanta ...
- a. el pie
 - b. la mano
 - c. la cabeza
 - d. los párpados
 - e. la barba



1.2. Relaciona cada especialidad de medicina con su imagen expresiva.

Cardiólogo



Cirujano



Ayman Abbas El Sayed Abd El Rady

1.2. Relaciona cada especialidad de medicina con su imagen expresiva.

Dermatólogo	 
Oftalmólogo	 
Pediatra	 
Psicólogo	 
Radiólogo	 

Ayman Abbas El Sayed Abd El Rady

1.3. Traducid las partes del cuerpo humano a vuestra lengua materna.

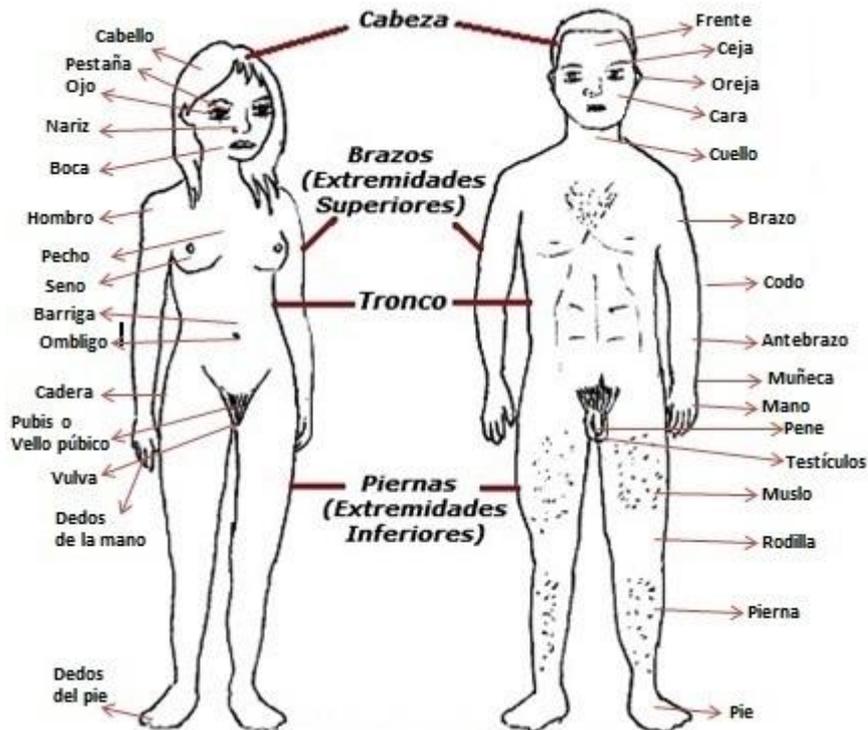


Figura 1. Partes del cuerpo humano. Fuente: Jesús Gómez.

1.4. Mirad y escuchad los siguientes audiovisuales¹ sobre el centro de salud y el tratamiento, y las enfermedades, cuyos enlaces son:

- <http://www.pictosonidos.com/categoria/en-el-centro-de-salud/29>
- <http://www.pictosonidos.com/categoria/estamos-malitos/30>



¹ En ambos se articulan palabra a palabra con una imagen explicativa. Por tanto, se debe utilizar el ordenador con proyector con el fin de proyectar esas imágenes. Estos son (titulados sucesivamente *El Centro de Salud*, y *Estamos malitos*) sobre vocabulario de salud: enfermedades, medicamentos, centro de de salud



Figura 2. Dos muestras de las herramientas audiovisuales tituladas sucesivamente *El Centro de Salud*, y *Estamos malitos*.

2. Actividad de lectura

2.1. Haz una lectura rápida del texto situado en <http://www.abc.es/familia-vida-sana/20140305/abci-steve-jobs-apple-201402231814.html> y responde con la ayuda de un/a compañero/a a las siguientes preguntas.

1. El artículo se trata de...
 - a. una entrevista
 - b. una rueda de prensa
 - c. una consulta médica
2. el protagonista de este artículo es...
 - a. cardiólogo
 - b. especialista en la medicina de los tumores
 - c. autor de un libro
 - d. los dos anteriores
3. En la conversación realizada con David B. Agus habló sobre...
 - a. su rutina diaria
 - b. los hábitos saludables
 - c. ambos
4. El contacto entre el entrevistado y el entrevistador se realizó...
 - a. en persona
 - b. por Skype
 - c. por el correo electrónico
5. la situación del entrevistador y el entrevistado fue en ...
 - a. España
 - b. España y EE.UU. sucesivamente
 - c. España y otro país indeterminado sucesivamente

Ayman Abbas El Sayed Abd El Rady

2.2. Lee y amplía tus conocimientos sobre el texto, comenta tus dudas con tus compañeros.

https://docs.google.com/document/d/1b3xcXWUUWU4-4jFK5ZU70V8T_tyoydVS59u_qRLd8/edit?usp=sharing

2.2.1. ¿Verdadero o falso?

	V	F
1. Según el texto, tener gripe puede favorecer el contraer otras enfermedades como el dolor de la cabeza.		
2. David B. Agus fue entrevistado en persona.		
3. Según el entrevistado, la soltería favorece la longevidad.		
4. Según este oncólogo, es recomendable buscar alimentos que sean bajo en colesterol.		
5. Según él, se debería picar algo de comida entre las comidas.		

2.2.2. Consulta a un compañero (u otros compañeros) y elige la respuesta correcta.

1. Según el texto, para combatir contra el estrés uno debería...
 - a. despertarse temprano
 - b. dar una vuelta bajo el sol
 - c. tener la misma rutina diaria
2. Según el oncólogo, tener un perro ayuda a...
 - a. hacer ejercicio
 - b. ponerse en contacto con la naturaleza
 - c. todo lo expuesto anteriormente
3. Según él, afecta más en la salud...
 - a. no moverse
 - b. tomar alimentos procesados
 - c. estresarse
4. Según el texto, la expresión “a bote pronto” significa...
 - a. de forma improvisada
 - b. sobre la marcha
 - c. por otro lado

Ayman Abbas El Sayed Abd El Rady

2.2.2. Consulta a un compañero (u otros compañeros) y elige la respuesta correcta.

5. Según el artículo, ¿qué significa la expresión “estar al cargo de”?
 - a. ser responsable de
 - b. mantenerte
 - c. cuidarse
6. El sinónimo de “prole”, según el texto, es...
 - a. criatura
 - b. descendencia
 - c. familia
7. El sinónimo de “inmunizarse”, según el texto, es...
 - a. vacunarse
 - b. tomar suero
 - c. tomar medicamento
8. ¿A qué se refiere “huso horario” en el texto?
 - a. instrumento manual de forma cilíndrica
 - b. zona horaria
 - c. losange largo y estrecho
9. Entre los hábitos que ejerce el oncólogo es...
 - a. levantarse y caminar cada media hora
 - b. hacer reuniones mientras camina
 - c. pasar una hora en el gimnasio
10. El oncólogo sigue...la receta de cómo vivir más y mejor que ha aconsejado en su libro.
 - a. estrictamente
 - b. regularmente
 - c. a veces

2.2.3. En grupo, unid las palabras para formar grupos semánticos o de significado parecido, según el texto leído.

Patrón	Reposo	Anidar	Distinguir
Sumario	Introspectiva	Hallarse	Excelente
Permanente	Compendio	Mirar adentro	Modelo
Prodigioso	Divisar	Inmovilidad de un cuerpo respecto de un sistema de referencia	Incongruente
Consistente	Incoherente	Discutir	Cuestionar

Ayman Abbas El Sayed Abd El Rady

2.2.4. Completa con un compañero el siguiente texto, recopilando la información del texto periodístico de estudio.

En este artículo, se resumen..., que habla el libro “Hábitos prodigiosos para vivir más y mejor” del doctor Agus en solo diez hábitos para vivir más y mejor. El propio autor trata de seguir estas reglas en su vida diaria. Suele tener la misma... Se levanta muy temprano y trabaja un poco antes de desayunar. Va a trabajar al laboratorio o a la universidad. Estando en el despacho, suele salir para tener una o dos de sus reuniones mientras... Vuelva a casa por la tarde, cena sobre... de la tarde y se va a cama a... de la noche aproximadamente. Él supone que las parejas con... tienen más vida que las que no tienen, ya que tener hijos conduce a...más y evitar hechos que conduzcan a... También cree que tener... ayuda mucho a tener tiempo..., hacer ejercicio, y estar en contacto con...; por lo tanto, tener una vida saludable.

2.2.5. Relacionad las columnas. En grupo, enlazad cada hábito con su consecuencia.

ESTAR SENTADO CINCO HORAS SIN MOVERSE ES COMO

CUIDARSE Y NO ARRIESGARSE, Y POR LO TANTO EVITAR LAS MUERTES PREMATURAS

TENER UN HORARIO PREDECIBLE HACE

BAJAR EL ESTRÉS

TENER HIJOS CONDUCIRÁ A

HACER EJERCICIO

TENER UNA MASCOTA IMPULSA A

FUMAR UN PAQUETE DE TABACO

SEGUIR UNA RUTINA DIARIA AYUDA A

SENTIRSE UN MEJOR ESTADO

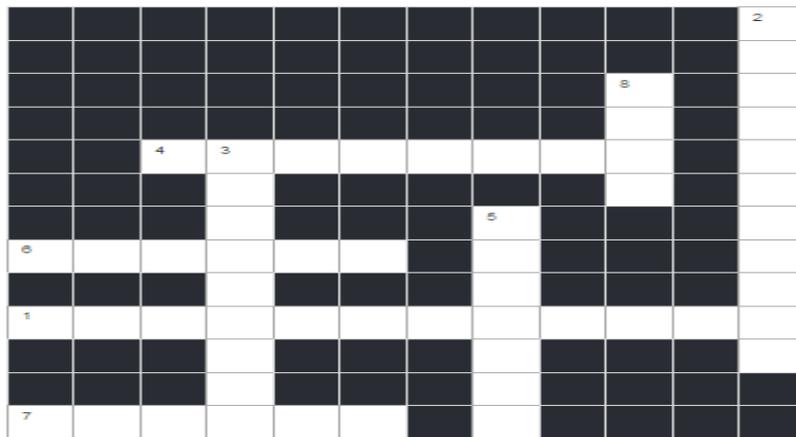
2.2.6. Busca con un compañero las palabras entre la siguiente sopa de letras.

S P R E V E N I R W Y D
 P R E M A T U R O P P R
 L N Q F A N P D Y R O Á
 L R E P U T A D O E D S
 A H F T V A M Q G D Ó T
 M N C R U D O P E E M I
 A T M C N N O R Z C E C
 T K X K L W I L M I T O
 I M Q C J D T I H B R O
 V I C R U C I A L L O G
 O N P Q O E S U Z E X O
 P E R S P E C T I V A Z

prevenir
 llamativo
 crudo
 crucial
 drástico
 predecible
 perspectiva
 prematuro
 podómetro
 reputado

2.2.7. Completa el crucigrama.

Completa con tus compañeros el siguiente crucigrama, y descubre el sinónimo y la definición de las palabras teniendo en cuenta el texto de estudio.



- | HORIZONTALES | VERTICALES |
|--------------------------------|--|
| 1. EL SINÓNIMO DE "PROLE" | 2. LA DEFINICIÓN DE LA PALABRA "CRUCIAL" |
| 4. EL SINÓNIMO DE "PREDECIBLE" | 3. EL SINÓNIMO DE "LLAMATIVO" |
| 6. EL SINÓNIMO DE "PREVENIR" | 5. EL SINÓNIMO DE "PERSPECTIVA" |
| 7. EL SINÓNIMO DE "REPUTADO" | 8. LA DEFINICIÓN DE LA PALABRA "CRUDA" |

2.2.8. Relaciona los siguientes puntos. Busca los miembros de cada grupo relacionado con uno de los consejos, según el texto periodístico, para vivir más y mejor.

Evitar alimentos procesados – Lavar las sábanas con agua caliente una vez a la semana – Preguntar por las enfermedades de la familia – Dar una vuelta bajo el sol – Comer comida fresca – Desnudarse – Tener una rutina diaria – Lavarse las manos cinco veces al día

Comer sanamente.	Mantenerse limpio con frecuencia.
Averiguar las enfermedades y evitar sus causas.	Combatir contra el estrés.

3. En pareja o grupo, realizad el siguiente debate.

Debate: ¿A qué se debe vivir bien y mejor?

- a. La alimentación
- b. La actividad física
- c. Ambas

4. Tarea Final

Recopilando la información del artículo estudiado en esta unidad y ampliándola con la lectura de otros artículos periodísticos, escribe con tus compañeros un texto -de unas 100 palabras- sobre cómo podemos cuidar nuestra salud.

5. Evalúa tu propio aprendizaje en esta unidad y marca la casilla que corresponde al nivel que crees superado.

 Falta mucho todavía. 1	 Se puede mejorar 2	 Está bien 3	 Bastante bien 4	 Insuperable. 5