

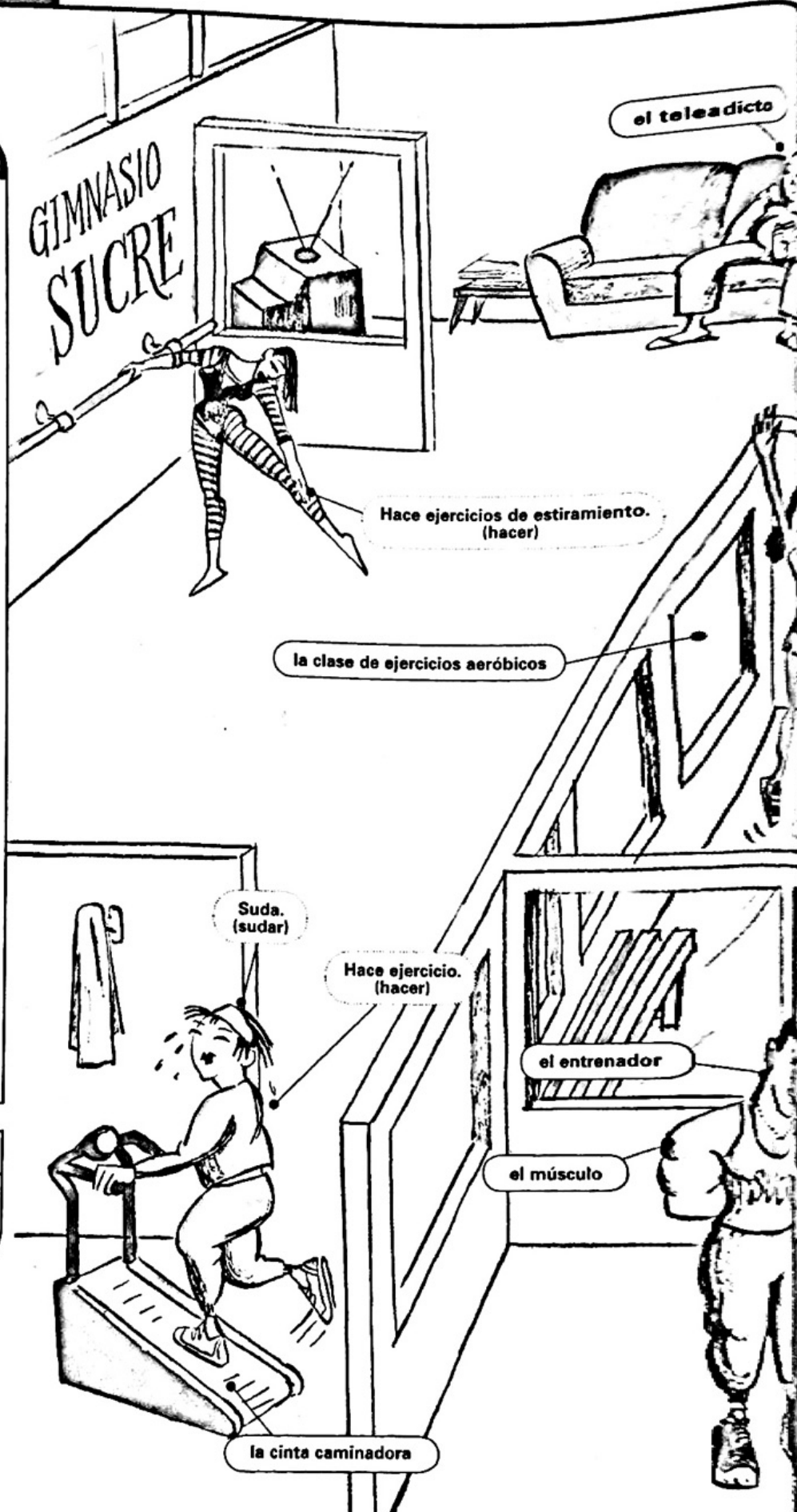
## El bienestar

## Más vocabulario

adelgazar	to lose weight; to slim down
aliviar el estrés	to reduce stress
aliviar la tensión	to reduce tension
apurarse, darse prisa	to hurry; to rush
aumentar de peso, engordar	to gain weight
calentarse (e:ie)	to warm up
disfrutar (de)	to enjoy; to reap the benefits (of)
entrenarse	to practice; to train
estar a dieta	to be on a diet
estar en buena forma	to be in good shape
hacer gimnasia	to work out
llevar una vida sana	to lead a healthy lifestyle
mantenerse en forma	to stay in shape
sufrir muchas presiones	to be under a lot of pressure
tratar de (+ inf.)	to try (to do something)
la droga	drug
el/la drogadicto/a	drug addict
activo/a	active
débil	weak
en exceso	in excess; too much
flexible	flexible
fuerte	strong
sedentario/a	sedentary; related to sitting
tranquilo/a	calm; quiet
el bienestar	well-being

## Variación léxica

hacer ejercicios aeróbicos	↔	hacer aeróbic (Esp.) aeróbicos
entrenador	↔	monitor



## recursos

CP pp. 61-62	CH pp. 61-62	CA pp. 23-24, 119	descubre2 vñicentral.com Lección 6

# Práctica



1

**Escuchar** Mira el dibujo. Luego escucha las oraciones e indica si lo que se dice en cada oración es cierto o falso.

Cierto	Falso	Cierto	Falso
1. <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	6. <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	7. <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	8. <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	9. <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	10. <input type="radio"/>	<input type="radio"/>



2

**Seleccionar** Escucha el anuncio del gimnasio Sucre. Marca con una X los servicios que se ofrecen.

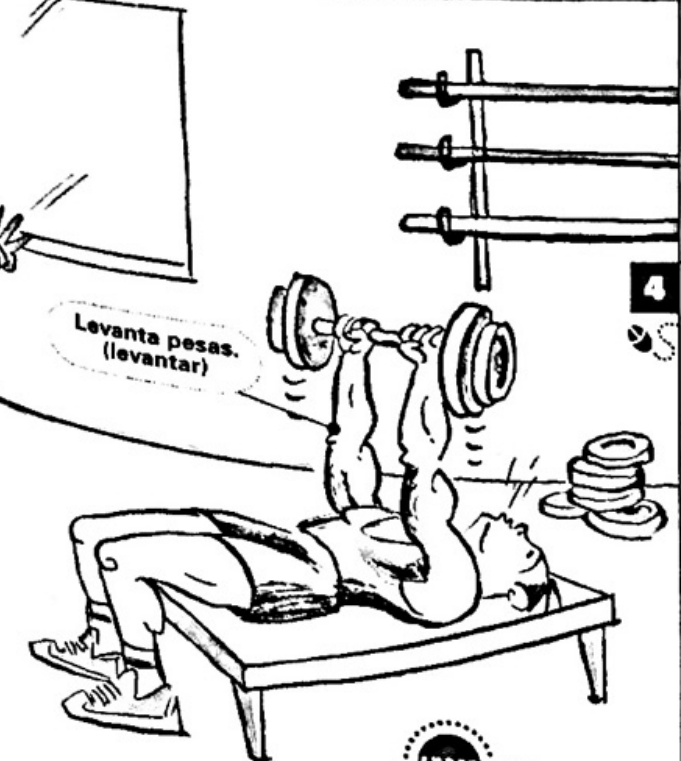
- 1. dietas para adelgazar
- 2. programa para aumentar de peso
- 3. clases de gimnasia
- 4. entrenador personal
- 5. masajes
- 6. programa para dejar de fumar

3

**Identificar** Identifica el opuesto (*opposite*) de cada palabra.

apurarse	fuerte
disfrutar	mantenerse en forma
engordar	sedentario
estar enfermo	sufrir muchas presiones
flexible	tranquilo

- |                      |                  |
|----------------------|------------------|
| 1. activo            | 5. ir despacio   |
| 2. adelgazar         | 6. estar sano    |
| 3. aliviar el estrés | 7. nervioso      |
| 4. débil             | 8. ser teledicto |



4

**Combinar** Combina palabras de cada columna para formar ocho oraciones lógicas sobre el bienestar.

- |                               |                                |
|-------------------------------|--------------------------------|
| 1. David levanta pesas        | a. aumentó de peso.            |
| 2. Estás en buena forma       | b. estiramiento.               |
| 3. Felipe se lastimó          | c. porque quieren adelgazar.   |
| 4. José y Rafael              | d. porque haces ejercicio.     |
| 5. Mi hermano                 | e. sudan mucho en el gimnasio. |
| 6. Sara hace ejercicios de    | f. un músculo de la pierna.    |
| 7. Mis primas están a dieta   | g. no se debe fumar.           |
| 8. Para llevar una vida sana, | h. y corre mucho.              |

