



¿Sabemos cuidarnos?



Dolores García Cordido

NIVEL: A2

OBJETIVOS: ✓ Describir y conocer qué son los hábitos (no) saludables.
✓ Dar y aceptar consejos.
✓ Fomentar la autonomía.

CONTENIDOS: ✓ **Comunicativos:** describir hábitos y rutinas saludables, dar consejos, reconocer los mecanismos de las interacciones.
✓ **Gramaticales:** trabajar el condicional y el imperativo.
✓ **Léxicos:** campo semántico de la salud y los alimentos.

TEMPORALIZACIÓN: Se necesitan 9 sesiones de 1 hora.

MATERIAL:

TAREAS

Antes de entrar en materia, nos gustaría trabajar con una lluvia de ideas para comprobar los conocimientos previos de los estudiantes sobre el tema. Esta actividad es un buen calentamiento con el que los aprendientes se pueden sentir libres, relajados y participativos.

El docente escribirá en la pizarra los principales conceptos que se trabajarán: “hábitos saludables” y “hábitos no saludables”. Los estudiantes, en grupo-clase, deberán aportar todas las ideas posibles para cada concepto. Esta actividad resulta muy útil para que los discentes revisen su propio conocimiento del tema, a la vez que descubren y trabajan con nuevo vocabulario. Esta sería la actividad:

LLUVIA DE IDEAS

Hábitos saludables

Caminar, comer fruta
Hacer deporte, comer verduras
Ir al gimnasio

Hábitos no saludables

Comer chocolate, dulces
Fumar y beber
Ver la televisión

La segunda actividad está orientada a trabajar con vocabulario y categorías de palabras. El docente facilitará a los estudiantes una lista con varios términos relacionados con los hábitos (no) saludables, con el fin de que identifiquen aquel que no encaja en la lista. El propósito es que los alumnos/as reconozcan las relaciones semánticas existentes entre las palabras y las frases que aparecen en la lista.

SOBRAN LAS PALABRAS

- | | |
|-----------------------------------------------|---------------|
| 1) Naranja-tomate-hamburguesa-guisante | (hamburguesa) |
| 2) Chocolate-pizza-lechuga-tarta | (lechuga) |
| 3) Correr-ver la tele-caminar-jugar al fútbol | (ver la tele) |
| 4) Caminar-tomate-correr-ir al gimnasio | (tomate) |

La lista cuatro, por ejemplo, contiene tomate, palabra que pertenece a una categoría gramatical distinta: es un nombre, mientras que las otras palabras que la acompañan son verbos. Se espera que los estudiantes justifiquen sus respuestas.

Ambas actividades han sido diseñadas para trabajar con la clase como grupo. Nuestro objetivo es introducir el tema y que los estudiantes fijen vocabulario ya sabido e incorporen nuevas palabras que les serán útiles para las próximas sesiones; además, permiten al docente comprobar el conocimiento previo del grupo y su grado de familiaridad con el tema.

Aunque los estudiantes ya han estado trabajando con la materia en cuestión en las actividades previas, las siguientes actividades les darán la oportunidad de profundizar en él para sacarle el máximo rendimiento posible.

1.) Escúchanos

El docente proyectará el video¹ *Alimentación saludable* en clase para que los estudiantes lo vean y escuchen. Hemos seleccionado este video por varias razones: por su duración, porque visualmente resulta atractivo por contener dibujos y porque, además, acompaña partes del discurso con texto escrito, lo que puede ayudar a nuestros estudiantes a lograr una mejor comprensión.

1 Video extraído de: <http://www.youtube.com/watch?v=Ggh3biRxraY>

Por otro lado, podemos trabajar con él las variedades diatópicas del español y la entonación, ya que la persona que habla es argentina. Es una buena oportunidad para introducir así el ámbito de la variedad que existe en nuestra lengua y hablarles a nuestros alumnos sobre la existencia de distintas variedades geográficas del español que van más allá de las variedades peninsulares. El docente pedirá a los estudiantes que vean y escuchen atentamente en silencio, ya que posteriormente deberán hablar sobre qué han visto, qué han entendido y qué no. Esto se hará en conjunto con toda la clase y oralmente.

Una vez que se ha comentado el vídeo, individualmente deberán completar un mapa conceptual que les servirá para afianzar los principales conceptos vistos en el vídeo. La manera de trabajar el vocabulario influye directamente en el aprendizaje, por tanto, debemos ser cuidadosos/as a la hora de tratarlo en el aula y tener en cuenta conceptos como el lexicón mental. El lexicón mental, tanto de una persona nativa como no nativa, se encuentra perfectamente organizado en diferentes clases léxicas que se agrupan por características lingüísticas fónicas, semánticas, discursivas e, incluso, no lingüísticas como imágenes, nuestro conocimiento del mundo, etc. El lexicón es dinámico y siempre puede aumentar con unidades léxicas nuevas, lo que se traducirá en una mayor competencia léxica de los estudiantes. Utilizar un mapa conceptual para tratar el léxico es un recurso muy útil que facilitará el aprendizaje de la lengua por parte de nuestros estudiantes. Esta tarea les ayudará a fijar el vocabulario visto y lograremos que sean capaces de trabajar con unidades léxicas y con morfemas que les permitan generar unidades nuevas, ampliando, como hemos dicho, sus recursos léxicos.

2.) Saludable Vs. no saludables

El profesor llevará al aula objetos reales como una lata de refresco, una tarjeta de un centro deportivo, una pelota de tenis o algunos caramelos. Preparará dos mesas en los extremos de la clase para que los estudiantes coloquen los objetos: a un lado los objetos relacionados con unos hábitos saludables y al otro lado los contrarios. Para hacer esta actividad tendrán que moverse por la clase, lo que hará la sesión más dinámica: pedirá a los estudiantes que cojan uno o dos objetos y los coloquen donde crean que encajan: en la mesa "saludable" o en la "no saludable". La razón por la que hemos escogido trabajar con realia es porque los discentes aprenderán mejor si trabajan con objetos reales, ya que el aprendizaje es más eficaz si se realiza a través de la experiencia. Una vez que hayan acabado, el docente preguntará individualmente qué objeto han seleccionado, dónde lo han colocado y por qué. Esto dará a los estudiantes la oportunidad de hablar y expresarse; en el caso de que algún compañero/a no esté de acuerdo, podrá explicar su punto de vista y la razón de su desacuerdo, lo que puede llevar a que la sesión se convierta en un interesante debate en el que los alumnos/as utilicen el vocabulario y las expresiones que se están trabajando.

3.) Búsqueda de pareja

En esta actividad el profesor repartirá a los estudiantes pequeños trozos de papel en los que solo tendrán escrita la mitad de una oración. Deben encontrar la otra mitad y, para ello, tendrán que levantarse, caminar por la clase e interactuar con sus compañeros/as para poder completar su oración. Las oraciones que se presentarán seguirán el modelo siguiente:

*No deberías comer tantos dulces / porque son malos para tus dientes.
Debes comer frutas y vegetales diariamente / porque tu cuerpo necesita vitaminas.
Tienes que / practicar deporte regularmente.
No cojas el autobús todos los días / es bueno para ti caminar.*

La segunda parte de esta actividad se centra en la gramática y, más concretamente, en el imperativo en su función de dar consejos. Una vez que los estudiantes han encontrado la otra mitad

de su oración, tendrán que leerla en alto. En este punto de la sesión se necesita una diapositiva para mostrarles el imperativo junto con las formas de condicional que se utilizan para dar consejos y que las identifiquen en las oraciones. Los estudiantes a partir de la diapositiva deberán deducir formas en negativo y afirmativo de una serie de verbos e identificar las dos personas que tiene el imperativo.

4.) Nuestras ideas

Para esta actividad necesitaremos un par de cartulinas y unos rotuladores. En una de ellas, el docente escribirá "saludable" y en la otra, "no saludable". Se dividirá la clase en dos grupos con el propósito de que los estudiantes escriban algunos hábitos saludables o no saludables, dependiendo de la cartulina que les haya tocado. Cada grupo debe proponer una serie de ideas y, una vez que no sepan más, cambiar la cartulina con el otro grupo y pensar si se les ocurre algo más que añadir y completar la cartulina de sus compañeros/as. Cuando todos hayan acabado, uno de los estudiantes de cada grupo leerá en voz alta lo que han escrito. La decisión de realizar este ejercicio en cartulinas en vez de en una hoja de papel se debe a que nos parece buena idea utilizar los materiales trabajados para decorar la clase, de esta manera, los estudiantes tendrán presente en todo momento el vocabulario nuevo y los conceptos que se trabajan en el aula, además de fomentar y desarrollar la colaboración.

5.) Hacemos un diálogo

Después de las actividades de vocabulario y gramática, el profesor pedirá a los estudiantes que inventen un diálogo usando verbos y expresiones mencionados anteriormente. Dividirá la clase en parejas y les pedirá que escriban diálogos para los siguientes roles: madre/hijo, doctor/paciente, amigos... El docente mostrará este diálogo en una diapositiva para que sirva de modelo, los estudiantes lo leerán y se retirará de la pantalla.

Doctor: ¡Hola!

Paciente: ¡Hola!

Doctor: ¿Cuál es su problema?

Paciente: Tengo problemas de peso.

Doctor: ¿Juega con ordenadores a menudo?

Paciente: Sí... todos los días.

Doctor: No debería hacerlo tan a menudo... ¿Come usted muchos dulces?

Paciente: Sí... me gustan mucho, la verdad...

Doctor: No tendría que comer muchos... ¿Practica algún tipo de deporte?

Paciente: La verdad es que no...

Doctor: Debería tener una dieta más equilibrada: comer frutas, verduras, carne y pescado y reducir la cantidad de dulces y golosinas. Hacer deporte a menudo y caminar diariamente le ayudarán también a evitar el sobrepeso.

Esta actividad dará a los estudiantes la oportunidad de trabajar con el vocabulario aprendido y las formas verbales vistas. Creemos que los roles doctor-paciente o madre-hijo les pueden resultar fáciles de interpretar, dado que son bastante cotidianos. Preferimos no pedir a los estudiantes que recreen situaciones que no sean comunes o que les resulten extrañas porque queremos que se den cuenta de que lo que están aprendiendo se utiliza todos los días en cualquier tipo de situación.

Una vez que los alumnos hayan acabado de escribir sus diálogos, tendrán que leerlos en voz alta para toda la clase. El profesor en ningún momento interrumpirá a los estudiantes cuando cometan algún error en la pronunciación. En lugar de corregirlos en el momento, esperará a que terminen para hacer las correcciones que resulten necesarias. No solo hay que destacar lo que han

hecho mal, sino hacer énfasis en aquellas cosas que están bien hechas y reforzar con comentarios positivos. De esta manera se animará a los estudiantes a continuar con la tarea y se reforzará su autoestima.

REVISAMOS

En esta última fase, comprobamos que los estudiantes han comprendido las explicaciones y los contenidos expuestos a lo largo de las sesiones previas. En este caso concreto, esta parte final consta de dos partes: elaboración y corrección de diálogos y un juego de memoria.

El propósito de esta sección es que los estudiantes trabajen con los diálogos preparados por ellos mismos. La actividad inicial consistirá en una mera corrección en la cual deben cambiar sus diálogos con los compañeros y que estos sean capaces de identificar posibles errores. Esta actividad ofrece varias ventajas:

- Los estudiantes tienen la oportunidad de ofrecer distintas alternativas a lo que sus compañeros han escrito.
- Los comentarios de los errores están hechos por sus compañeros, lo que no resulta tan agresivo como la corrección de un docente.
- Funciona de manera indirecta como un método para comprobar el propio conocimiento de la lengua y de todo lo aprendido anteriormente.

Esta actividad acabará cuando los estudiantes encuentren los imperativos y formas de condicional que haya en los diálogos. Funciona como un refuerzo de lo visto en las fases previas.

Esta sección está pensada para repasar lo aprendido hasta el momento. Se espera de los estudiantes que apliquen todo lo trabajado en las sesiones previas. El docente usará el diálogo que se presentó anteriormente como modelo. Este contiene algunos de los elementos más importantes trabajados en las sesiones precedentes, así que también será más fácil para los estudiantes memorizarlo.

El profesor proyectará una diapositiva con una plantilla que tendrá forma de diálogo con espacios en blanco para que los estudiantes los completen. Cada espacio será una palabra, verbo, sustantivo, etc. Algunos espacios estarán ocupados por un pequeño dibujo que les ayude a asociar cuáles son las expresiones que deben utilizar en cada ocasión.

Con la plantilla en la diapositiva, el docente señalará cada línea del diálogo para que los estudiantes las completen. No se espera que encuentren una gran dificultad ya que todo lo que se pueden encontrar ha sido visto anteriormente y son elementos que ya conocen. En el caso de que no sean capaces de poner algunas de las palabras que faltan, el profesor les ayudará leyendo el diálogo otra vez.

¿QUÉ HARÍAS SI...?

En esta última actividad, se entregarán a los estudiantes varios casos en los que se presentan problemas de salud. Tendrán que pensar en una posible solución para cada uno de ellos, utilizando sus recursos. Las situaciones que se les presentarán serán escenarios comunes que se pueden dar en ámbitos cotidianos: problemas de diabetes, de sobrepeso, de fatiga y de cansancio. Lo que esperamos con esta actividad es que los estudiantes entiendan los conocimientos aprendidos en la clase y comprobar que saben cómo utilizarlos.