

A1.29.3 Cuento: Ser consciente del cuerpo

A1.29.3 Racconto: Essere consapevoli del corpo

   <https://spagnolo.colingua.it/racconti-brevi/ser-consciente-del-cuerpo>

Una breve historia sobre la importancia de la consciencia corporal en una jornada laboral.

Hoy Juan se siente un poco **cansado**.

Está **agotado** porque ha trabajado mucho y sin pausas.

Decide ir al parque para **relajarse**.

Le **duele** el cuerpo.

El sol está **caliente**.

Tiene **sed** y busca agua.

También tiene **hambre** y come un bocadillo.

Después de relajarse y comer se siente mucho mejor.

Está **relajado** y vuelve a casa.

Una breve storia sull'importanza della consapevolezza corporea in una giornata lavorativa.

*Oggi Juan si sente un po' **stanco**.*

*È **esausto** perché ha lavorato molto e senza pause.*

*Decide di andare al parco per **rilassarsi**.*

*Gli **fa male** il corpo.*

*Il sole è **caldo**.*

*Ha **sete** e cerca acqua.*

*Ha anche **fame** e mangia un panino.*

Dopo essersi rilassato e aver mangiato si sente molto meglio.

*È **rilassato** e torna a casa.*

A1.29.3 Ser consciente del cuerpo

A1.29.3 Essere consapevole del corpo

   <https://spagnolo.colingua.it/racconti-brevi/ser-consciente-del-cuerpo>

Ejercicio 1: Preguntas de debate

Instrucción: *Debatir las preguntas después de escuchar el audio o leer el texto.*

1. ¿Por qué Juan se siente cansado?
2. ¿Por qué va al parque?
3. ¿Cómo se siente después de relajarse y comer?

A1.29.3 Ser consciente del cuerpo

A1.29.3 Essere consapevole del corpo

   <https://spagnolo.colingua.it/racconti-brevi/ser-consciente-del-cuerpo>

Ejercicio 2: Elige la palabra correcta

Instrucción: Elige la palabra correcta, lee la frase en voz alta y traduce.

relajarse, agotado, duele, sed, caliente, hambre

1. El sol está
2. También tiene y come un bocadillo.
3. Tiene y busca agua.
4. Está porque ha trabajado mucho y sin pausas.
5. Decide ir al parque para
6. Le el cuerpo.

Soluciones:

1. caliente 2. hambre 3. hambre 4. agotado 5. relajarse 6. duele