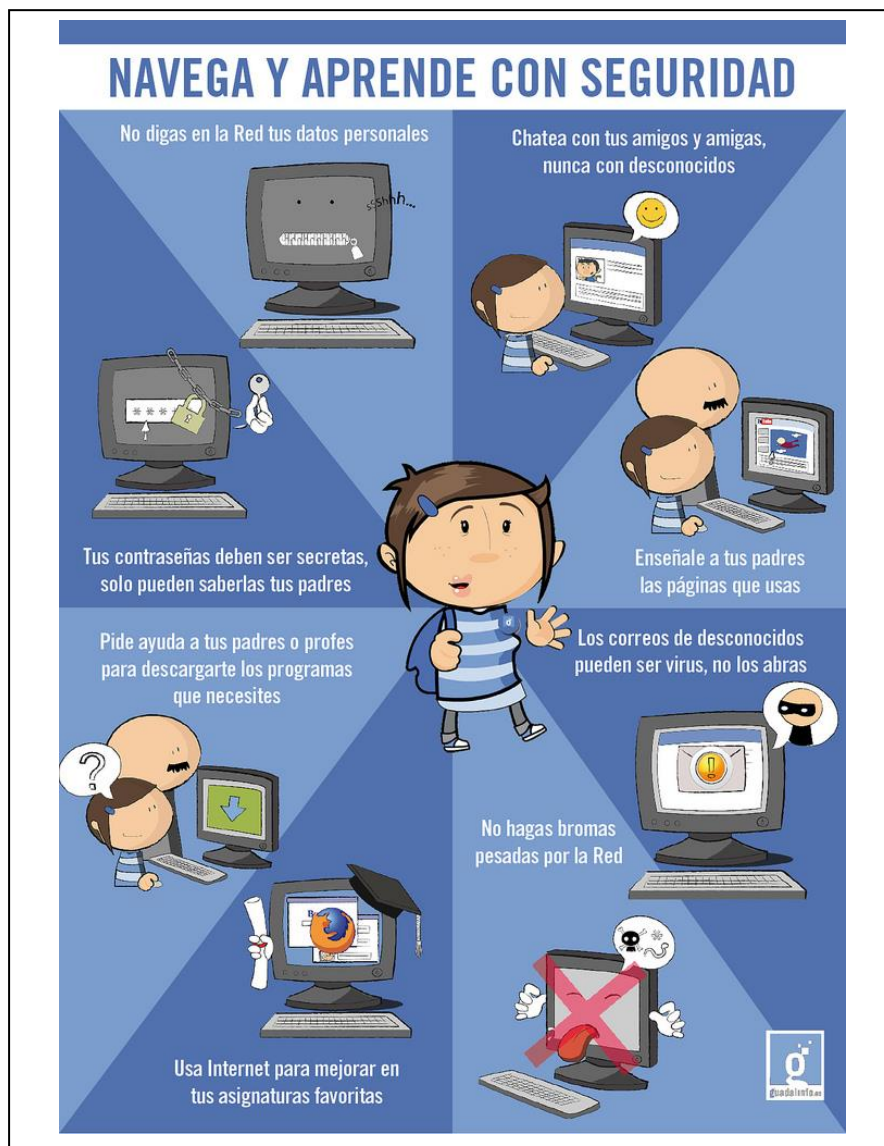




You need to give a short talk in English to your classmates on online safety.  
Summarize this leaflet. Extract one main idea from every step.



From <https://paraqueseapan.blogspot.com/2012/08/navega-y-aprende-con-seguridad.html>

**Preparation time: 3 minutes maximum. Speaking time: 1:30-2:00 minutes.**  
**Your production will be recorded.**

MEDIACIÓN ORAL INTERMEDIO B1

Modelo 2

You would like to help a friend who is feeling a bit depressed. Give him some advice. Summarize this leaflet. Extract one main idea from every step.



From <http://www.cetep.cl/web/?p=13457>

Preparation time: 3 minutes maximum. Speaking time: 1:30-2:00 minutes.  
Your production will be recorded.

MEDIACIÓN ORAL INTERMEDIO B1

Modelo 3

It's World Bicycle Day. You have to give a talk in your English class about the benefits of riding a bike to move around the city.

Read the information below and summarize it for your classmates.



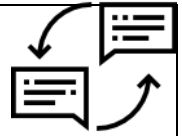
Cada vez más ciudades apuestan por la bicicleta. En un mundo donde la contaminación está pasando factura, la bici es el mejor método para transportarse, ganar salud, ahorrar energía y no contaminar ¿Se puede pedir más? Pues sí, los expertos aseguran que desplazarse en bicicleta disminuye un 46% los riesgos de sufrir enfermedades del corazón.



Adapted from <http://www.cocina-bienestar.com>

Preparation time: 3 minutes maximum. Speaking time: 1:30-2:00 minutes.  
Your production will be recorded.

You have an English friend who is really stressed at the moment. Read the following information from a magazine and try to give her some advice.



## 2

### ¡ANÍMATE Y HAZ EJERCICIO!

HACER EJERCICIO te hace sentir bien.  
Aumenta tu **energía** y te pone de **buen humor**

- Puedes salir a **CAMINAR RÁPIDO**
- ¡**BAILA!**
- Sal a **CORRER** o **VE AL GIMNASIO**, eso sí, háblalo antes con tu médico para poder conocer tus ritmos y capacidades



## 3

### ¡STOP ESTRÉS!

Estar sometido a **estrés de forma habitual** es **NEFASTO** para nuestro cerebro y nuestra salud.  
Afecta a la presión arterial, al sistema inmunitario, a la resistencia ante enfermedades cerebrales, al bienestar emocional...

● **CONSEJOS CONTRA EL ESTRÉS:**

Dedicar tiempo para estar con **FAMILIA Y AMIGOS**  
Hacer **EJERCICIO**  
Usa el **PENSAMIENTO POSITIVO**  
**RELAJARNOS**, te damos aquí algunas ideas:



**SONRÍE**  
No cuesta nada



**DUERME LA SIESTA**  
Es una sana costumbre muy nuestra



**RESPIRA HONDO**



**INTERACTÚA CON ANIMALES**



**MEDITA**  
o simplemente observa las nubes pasar

RECUERDA, A VECES ES BUENO **PARAR UN MOMENTO**, RESPIRAR PROFUNDAMENTE E INTENTAR AFRONTAR LAS SITUACIONES CON MAYOR CALMA.

 **ARPA**  
Asociación de Rehabilitación y Promoción de la Salud  
955 211 222  
www.arpaafasia.es

From [www.arpaafasia.es](http://www.arpaafasia.es)

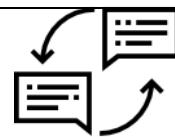
Preparation time: 3 minutes maximum. Speaking time: 1:30-2:00 minutes.  
Your production will be recorded.



MEDIACIÓN ORAL INTERMEDIO B1

Modelo 5

You and your American friend are quite worried about the environment but do not really know what to do about it. You have just seen this poster on the notice board at your townhall. Tell your partner about the things you should do to care for the environment according to the poster.



Cada vez somos más personas viviendo en el mundo y usando recursos que son limitados. A este ritmo acabaremos con los recursos naturales en unos años. Debemos mostrar respeto hacia el planeta en el que vivimos y conseguir que nuestra forma de vida sea sostenible.

La Tierra es nuestra casa y es nuestra obligación cuidarla. Para ello debes seguir estos 10 mandamientos.



From [www.vidamasverde.com](http://www.vidamasverde.com)

Preparation time: 3 minutes maximum. Speaking time: 1:30-2:00 minutes.  
Your production will be recorded.

MEDIACIÓN ORAL INTERMEDIO B1

Modelo 6

You and your foreign friend are discussing about who should give a hand at home and how. You have seen this leaflet offering some suggestions. Tell your partner about these suggestions to check if s/he agrees.



**Mamá:**

- ✓ Cocinar
- ✓ Barrer
- ✓ Trapear
- ✓ Planchar
- ✓ Lavar la ropa
- ✓ Limpiar el refrigerador
- ✓ Compras del supermercado

**Papá:**

- ✓ Lavar platos
- ✓ Sacar la basura
- ✓ Sacudir muebles
- ✓ Doblar la ropa limpia
- ✓ Regar y cuidar el jardín
- ✓ Hacerse cargo del mantenimiento en general.

**De 2 a 5 años:**

- ✓ Poner la mesa
- ✓ Alimentar a la mascota
- ✓ Recoger juguetes
- ✓ Ordenar su dormitorio
- ✓ Colocar su ropa sucia en su canasto
- ✓ Arreglar su cama.

**De 6 a 9 años:**

- ✓ Ayudar a hacer las compras
- ✓ Limpiar espejos
- ✓ Cambiar sábanas
- ✓ Poner, recoger y limpiar la mesa.

**De 12 años en adelante:**

- ✓ Cuidar a sus hermanos pequeños
- ✓ Hacer reparaciones simples
- ✓ Hacer la cena
- ✓ Limpiar las ventanas
- ✓ Y todo lo que tu creas que tus hijos son capaces de hacer.

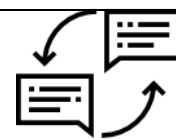
Adapted from [www.contigoencadamomento.wordpress.com](http://www.contigoencadamomento.wordpress.com)

Preparation time: 3 minutes maximum. Speaking time: 1:30-2:00 minutes.  
Your production will be recorded.

MEDIACIÓN ORAL INTERMEDIO B1

Modelo 7

Your American friend has just moved to a new home and she needs to reorganize her studying space. Help her by summarizing the general ideas from the leaflet below



### Cómo organizar el lugar de estudio

Antes de planificar el estudio, es necesario que tus hijos cuenten con un espacio de trabajo adecuado.

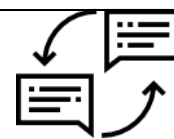
- 1 Siempre el mismo**  
Asociar el estudio a un mismo lugar ayuda a adquirir buenos hábitos y mejorar la capacidad de concentración.
- 2 Bien iluminado**  
Lo mejor es estudiar con luz natural. Si la luz es artificial, es recomendable un flexo con bombilla azul no inferior a 60 w.
- 3 Con el mobiliario y material adecuados**  
Es importante disponer de una mesa grande, una silla con respaldo, estanterías, un tablón de corcho, etc., así como de todo el material necesario para el estudio: libros, ordenador, agenda...
- 4 Aislado, tranquilo y libre de distracciones**  
Debe buscarse un lugar silencioso, apartado de distracciones como el móvil, la televisión, el equipo de música, conversaciones...
- 5 Bien ventilado**  
Es necesario mantener el ambiente despejado y a una temperatura entre los 19 y 22°C.

From <http://bit.ly/2NbSyQN>

**Preparation time: 3 minutes maximum. Speaking time: 1:30-2:00 minutes.**  
**Your production will be recorded.**



Your American friend has just created a profile on a social networking website. Explain to him how to connect in a safe way. Summarize the general ideas from the leaflet below.



**8 CONSEJOS**  
para un uso seguro  
**DE LAS REDES SOCIALES**

Facebook, Twitter, YouTube, Instagram, Snapchat

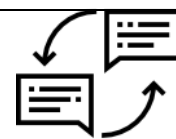
- 1 RESPETA A TUS AMIGOS**  
Etiqueta a tus amigos en tus fotos sólo cuando tengas su permiso
- 2 CONTROLA TU VIDA PRIVADA**  
Las redes sociales no necesitan saberlo todo de ti, así que no sirve de nada poner dónde vives, tu email, tu colegio...
- 3 RESPETA LA EDAD MÍNIMA**  
-13 años  
-16 años
- 4 PROTEGE A LOS DEMÁS**  
Si encuentras una foto/video que no debería estar publicada, denúncialo en la red social. Si estás siendo acosado/a avisa a un adulto o llama al 300 018 018
- 5 DENUNCIA (O ELIMINA)**  
Los comentarios negativos que pueden hacerle daño a tus amigos
- 6 SABER DECIR NO**  
No aceptes todas las solicitudes de amistad (no todos son tus amigos)  
No pasa nada por ignorar algunas solicitudes
- 7 CORRIGE TUS ERRORES**  
Siempre estás a tiempo de modificar tus publicaciones si es necesario aunque sea a posteriori.
- 8 PROTEGE TU PERFIL**  
Nunca des tu contraseña  
Cámbiala con frecuencia para evitar que te pirateen

From <http://bit.ly/2laAesj>

Preparation time: 3 minutes maximum. Speaking time: 1:30-2:00 minutes.  
Your production will be recorded.



Your American friend and her family are coming to Spain. They're planning to go camping. To help them, you need to summarize the general ideas from the leaflet below.



# 10 RAZONES PARA IR DE CAMPING

- ITUS HIJOS TE LO AGRADECERÁN TODA LA VIDA!**  
[Icon: Two smiling faces]
- CONVIVENCIA Y AMISTAD**  
No hay ambiente más familiar que el que se respira en un camping.
- ANIMACIÓN Y ACTIVIDADES GRATIS LAS 24 HORAS DEL DÍA**  
Desde gimnasia en el agua, clases de inglés, fiestas de disfraces...
- SIÉNTETE UN «MASTER CHEF»**  
Si lo tuyo es la cocina puedes sorprender a familiares y amigos también en plena naturaleza.
- TÚ ELIGES EL ALOJAMIENTO**  
Parcela, bungalow o mobil-home.
- ¡DESCONECTA DE LA RUTINA!**  
Serán unas vacaciones sencillas y relajadas.
- TE DESPERTARÁS EN LA NATURALEZA**  
Respirando aire puro.
- LIBERTAD DE HORARIO E INDUMENTARIA**  
Deja en casa el reloj, la corbata y los tacones.
- ECOLOGÍA**  
[Icon: Leaf]
- PUEDES LLEVARTE A TU MASCOTA**  
Los campings suelen admitir animales domésticos.

Adapted from <http://bit.ly/2N5kJRd>

Preparation time: 3 minutes maximum. Speaking time: 1:30-2:00 minutes.  
Your production will be recorded.

An English friend is thinking about adopting a pet. Tell him about the advantages of having a pet which you have read in this magazine.



## VENTAJAS DE TENER UNA MASCOTA

### 1. FAVORECE LA ACTIVIDAD

Tener un animal de compañía puede suponer una razón para salir a la calle y dar varios paseos cada día.



### 2. NOS AYUDA A HACER EJERCICIO FÍSICO

Puede ser el compañero ideal para realizar un ejercicio más intenso.



### 3. AYUDA A ESTRUCTURAR EL TIEMPO

El ser humano proporciona al animal una rutina diaria.

### 4. MEJORA EL SENTIDO DE RESPONSABILIDAD

Nos hace sentir útiles y responsables.

### 5. AYUDA A EXPRESAR EMOCIONES

Animal fuente de compañía y cariño inagotable, nos enseña a expresar emociones tales como el amor.

### 6. FACILITA LA SOCIALIZACIÓN

Puede ser el vínculo para conocer nuevos amigos y agrandar nuestro círculo social.

### 7. TERAPIA PSICOLÓGICA

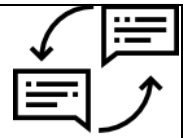
Estupendos aliados para personas con trastornos psicológicos.



From <http://bit.ly/2UXv1W2>

Preparation time: 3 minutes maximum. Speaking time: 1:30-2:00 minutes.  
Your production will be recorded.

Your American friend needs to improve her fitness level. She would like to make some changes in her diet. Help her by summarizing the information found in the following leaflet.



*Los alimentos que influyen en tu rendimiento*

**Agua:**  
*favorece la rehidratación del cuerpo*

**Pescado-huevo-pollo:**  
*Fuente de proteínas, fósforo y grasas perfectas para reconstruir el músculo*

**Verduras verdes:**  
*Lechuga, brócoli, espinaca y apio es ideal para un deportista, ya que aporta cantidad de antioxidantes y nutrientes como vitaminas y minerales*

**Fruta:**  
*Tomar 5 piezas al día es fundamental para aportar energía a tus músculos*

**Yogures**

**Carbohidratos:**  
*Cereales, arroz, pasta, pan, tubérculos, leguminosas, azúcares (ej. miel, chocolate puro) son importantes en una dieta equilibrada*

**Frutos secos:**  
*Ideales para llevar siempre a mano, comer entre horas y tener energía para hacer ejercicio*

**Plátano:**  
*Aporta muchos azúcares, fácil y rápidamente asimilables para el organismo, energía al instante para antes, durante y después del ejercicio*

From <http://bit.ly/2E9kodh>

**Preparation time: 3 minutes maximum. Speaking time: 1:30-2:00 minutes.**  
**Your production will be recorded.**