

MEDIACIÓN ORAL – Modelo 1

SCHWIMMEN HAT VORTEILE



Deine deutsche Freundin Mia möchte anfangen Sport zu machen. Du hast diese Information über die Vorteile des Schwimmens gefunden. Erkläre ihr die wichtigsten Punkte.

**REDUCE EL ESTRÉS**  
El ejercicio en general es bueno para canalizar el estrés. En natación, además, el agua tiene un efecto calmante que potencia ese efecto.

**IDEAL PARA LA CIRCULACIÓN**  
Cuando nadas el agua masajea tus músculos, lo que activa la circulación.

**MEJORA LA POSTURA**  
Nadar favorece la coordinación, mejora el equilibrio y te ayuda a mantenerte fuerte y ágil. Estos beneficios redundan en una mejor postura.

**¿EL DEPORTE MÁS COMPLETO?**

**TONIFICA EL CUERPO**  
Al nadar usamos la mayor parte de nuestros músculos, que se tonifican al entrar en contacto con la resistencia del agua.

**PARA EVITAR LESIONES:**  
De todos los ejercicios de entrenamiento de bajo impacto, la natación es el que causa un menor estrés sobre el cuerpo y las articulaciones, lo que ayuda a la hora de evitar lesiones.

canvas.es



**Vorbereitung:** 3 min. **Vortragsdauer:** 1:30-2:00 min.  
**Ihr Vortrag wird aufgenommen.**

MEDIACIÓN ORAL – Modelo 2

IN DER GRUPPE ARBEITEN



Deine deutsche Freundin Saskia muss für die Schule eine Gruppenarbeit machen. Du hast diese Information gefunden. Erkläre ihr die wichtigsten Punkte.

## 4 CONSEJOS PARA TRABAJAR EN EQUIPO

### DEFINE OBJETIVOS

Es necesario fijar objetivos claros y distribuir las tareas para que todos aporten lo mejor de sí mismos.



### AUMENTA LA COMUNICACIÓN

Es fundamental comunicarse y tener en cuenta las opiniones de todos.



### POTENCIA LA MOTIVACIÓN



Si todas las partes quieren hacer bien su trabajo y se les da valor por ello, ten la completa seguridad de que todo mejorará.

### RECONOCE EL ESFUERZO



Siempre hay personas que destacan en una u otra actividad, es necesario reconocer sus logros.

@SITIOINCREÍBLE

canvas.es



**Vorbereitung:** 3 min. **Vortragsdauer:** 1:30-2:00 min.  
**Ihr Vortrag wird aufgenommen.**

MEDIACIÓN ORAL – Modelo 3

DAS REZEPT FÜR GAZPACHO



Deine deutsche Freundin Sarah möchte etwas typisch Spanisches kochen. Leider kann sie nicht sehr gut kochen. Erkläre ihr das Rezept!

# GAZPACHO

**Ingredients:**

- 1 kg de tomates rojos
- 100 ml de aceite de oliva
- 30 ml de vinagre de Jerez
- 1 cebolla pequeña
- 1 diente de ajo
- 50 gr de pan duro
- 1 pimiento verde grande
- 1 pepino
- sal al gusto

**Steps:**

- 1** Limpiamos toda la verdura y la troceamos en dados.
- 2** Trituramos la verdura añadiendo el pan, el aceite y el vinagre hasta alcanzar una textura cremosa. Rectificamos de sal y agua.
- 3** Servimos frequito en un bol o vaso decorado con trozos de verduras y trocitos de pan.

canvas.es



**Vorbereitung:** 3 min. **Vortragsdauer:** 1:30-2:00 min.  
Ihr Vortrag wird aufgenommen.

MEDIACIÓN ORAL – Modelo 4

EINE PRÄSENTATION MACHEN



Dein deutscher Freund Hannes studiert in Spanien und muss eine Präsentation machen. Du hast diese Information gefunden. Erkläre ihm die wichtigsten Punkte.



canvas.es



**Vorbereitung:** 3 min. **Vortragsdauer:** 1:30-2:00 min.  
**Ihr Vortrag wird aufgenommen.**