

MÉDIATION ORALE – Modèle 1

LES BIENFAITS DE LA NATATION



Un/e ami/e francophone désire commencer à faire du sport. Tu as trouvé cette infographie. Donne-lui des informations pertinentes à ce sujet.

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.

(Adapté de : canvas.es)



Préparation : 3 min. Durée : 1:30-2:00 min.
L'épreuve sera enregistrée.

MÉDIATION ORALE – Modèle 2

COMMENT TRAVAILLER EN ÉQUIPE



Un/e ami/e francophone doit faire un travail pour le lycée en groupe. Tu as trouvé cette infographie. Donne-lui des informations pertinentes à ce sujet.



(Adapté de: canvas.es)



Préparation : 3 min. Durée : 1:30-2:00 min.
L'épreuve sera enregistrée.

MÉDIATION ORALE – Modèle 3

LA RECETTE DU GAZPACHO



Un/e ami/e francophone veut apprendre à cuisiner un plat espagnol, mais il/elle n'est pas très fort/e en cuisine. Tu as trouvé cette infographie. Raconte-lui comment préparer ce plat.

GAZPACHO

1 kg de tomates rojos

1 cebolla pequeña

1 pimiento verde grande

100 ml de aceite de oliva

1 diente de ajo

1 pepino

30 ml de vinagre de Jerez

50 gr de pan duro

sal al gusto

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.

(Adapté de : canvas.es)



Préparation : 3 min. Durée : 1:30-2:00 min.
L'épreuve sera enregistrée.

MÉDIATION ORALE – Modèle 4

FAIRE UN EXPOSÉ



Un/e ami/e francophone qui fait des études en Espagne doit faire un exposé, mais ne sait pas comment le préparer. Tu as trouvé cette infographie. Donne-lui des informations pertinentes à ce sujet.



(Adapté de : canvas.es)



Préparation : 3 min. Durée : 1:30-2:00 min.
L'épreuve sera enregistrée.