

2 PRACTICA en grupos de cuatro. Cada uno habla durante un minuto respondiendo a las preguntas sobre sus problemas de sueño.

- ¿Cuántas horas duermes normalmente?
- ¿Has tenido problemas de insomnio alguna vez?
- ¿Sabes cuál fue la causa?
- ¿Qué hiciste para resolver el problema?

• **Hacer recomendaciones**

*Es importante que hagas ejercicio físico para estar mejor.
No es bueno cenar demasiado antes de acostarse.*



Para ayudarte

3 ESCUCHA los siguientes consejos para dormir bien y relaciona las dos columnas.

- | | |
|-----------------------------|--|
| 1. Es conveniente que... | a. utilices la cama para dormir. |
| 2. Es imprescindible que... | b. tengas un horario fijo para acostarte y levantarte. |
| 3. Es importante que... | c. visites a un especialista. |
| 4. No es bueno... | d. hagas ejercicio físico. |
| 5. Será necesario que... | e. cenar abundantemente. |

4 PRACTICA en grupos. Haz, junto a tus compañeros, una lista de soluciones para dormir bien. Luego la expones al resto de la clase.

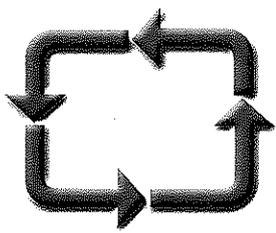
5 COMPLETA las frases con el verbo adecuado, en Infinitivo o en Subjuntivo.

- Si quieres tener buena salud, es conveniente que *vayas* a un gimnasio. (ir)
- El médico te ha dicho que es necesario que estas pastillas para dormir. (tomar)
- Yo creo que no es recomendable la siesta, pues luego por la noche no se puede descansar bien. (dormir)
• Pues yo creo que sí es bueno, a mí me va estupendamente.
- No es bueno que los niños con el pelo mojado a la calle, se pueden resfriar. (salir)
- La fiesta de esta noche no es muy formal, no es imprescindible que te el vestido largo. (poner)
- Si quieres comer en ese restaurante, es imprescindible que con un mes de antelación, es que está de moda y es difícilísimo mesa. (reservar, encontrar)

6 PRACTICA en parejas. Haz una lista con diez recomendaciones para tener buena salud. Discútelas con el resto; tenéis que llegar a un acuerdo sobre las diez más importantes.

*Es conveniente dormir ocho horas diarias.
Es necesario comer fruta.*





Lengua en uso



LEE la entrevista con Tamara y completa los huecos con las frases del recuadro.

espero comprarme una casa allí
 Es una pena que no pueda dar conciertos más a menudo en Latinoamérica
 me resulta raro que me hagas esa pregunta
 A lo mejor la música me ha hecho demasiado romántica
 Me extraña un poco que hayas pensado eso



Tamara, la jovencísima cantante de boleros y baladas que posee una de las mejores voces del panorama musical español, responde a las preguntas de nuestro reportero.

Pregunta: Dinos, ¿cuál es el precio que hay que pagar por ser una estrella?

Respuesta: Bueno, ser famosa tiene algunos inconvenientes. Pero,1..... porque, en mi caso, yo he cumplido mi sueño que era ser cantante. Y además siendo tan joven creo que no me debo quejar.

P.: ¿Cómo es Tamara cuando no está encima de un escenario?

R.: Soy una persona tímida, sobre todo al principio, pero a la vez soy bastante sociable. También soy muy alegre, pero tengo un carácter muy fuerte, muy perfeccionista.2.....

P.: ¿Te consideras muy sevillana?

R.: Sí, sí, por supuesto.

P.: Pues yo pensaba que Miami te había cautivado más que España.

R.: Yo vivo en Sevilla y ejerzo de sevillana.3..... Miami me gusta mucho y algún día4..... Pero España es mi país y mis raíces están aquí.

P.: Cuéntame algo de tu nuevo disco, ¿sigues con los boleros?

R.: Hay un poquito de todo pero en la misma línea de siempre, que creo que es lo que el público espera de mí.

P.: ¿Hay muchas diferencias entre el público español y el público latinoamericano?

R.: En México son maravillosos y se entregan como nadie, argentinos, colombianos... todos son extraordinarios, de verdad.5.....

(Extraído de la revista *Mujer 21*)



Mira el dibujo y adivina lo que pasa. ESCRIBE tus respuestas.

