

En forma

Class Workbook

Unidad 1: ¿Llevas una dieta sana?

**Actividad 1**

**Find the foods in the wordsearch and add to the images below.**



|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |
| Los \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | El \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | El \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Los \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | La \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
|  |  |  |  |  |
| El \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Las \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Las \_\_\_\_\_\_\_\_ | La \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Los \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |

**Actividad 2**

**Match the Spanish to the English by colour coding them.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| tres veces al día | muy a menudo | from time to time | twice a week | cada día / todos los días |
| una vez al mes | (casi) nunca | three times a day | once a month | de vez en cuando |
| dos veces a la semana | very often | (almost) never | every day |  |

Gramática

**Direct Object Pronouns**

Direct object pronouns are words like ‘it’ and ‘them’. They replace the object of the verb.

E.g. Como carne **La** como dos veces a la semana

 *I eat meat I eat it twice a week*

In Spanish the direct object pronoun goes in front of the verb. They also change according to the gender and number of the object it is replacing.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **Singular** | **Plural** |
| **Masculine** | lo | los |
| **Feminine** | la | las |

**Actividad 3**

**Fill in the gaps with the correct direct object pronoun.**

1. Me gusta mucho el pan. \_\_\_\_\_\_ como dos veces al día.

2. Me encantan las galletas. \_\_\_\_\_\_\_ como cada día.

3. No me gusta nada la pasta. Nunca \_\_\_\_\_\_ como.

4. Me gusta el pescado. \_\_\_\_\_\_ como tres veces a la semana.

5. Me gustan los pasteles. \_\_\_\_\_\_\_\_ como de vez en cuando.

**Actividad 4**

**Answer the following questions in Spanish using the direct object pronouns.**

1. ¿Con qué frecuencias comes arroz?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

2. ¿Con qué frecuencias comes carne?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

3. ¿Con qué frecuencias comes caramelos?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

4. ¿Con qué frecuencias comes verduras?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

¿Con qué frecuencias comes huevos?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Actividad 5**

**Put the text back into a logical order.**

|  |  |
| --- | --- |
| pescado y lo como cada |  |
| Diría que llevo una dieta bastante | **1** |
| vegetariana. Me gustan los |  |
| como una vez a la semana. |  |
| día. También como muchas |  |
| verduras. Nunca como la carne ya que soy |  |
| sana. Me gusta mucho el |  |
| caramelos, pero solo los |  |

Unidad 2: ¿Qué haces para estar en forma?

**Actividad 1**

**Find the ten sports in the word cloud and add to the correct column in the table below.**



|  |  |
| --- | --- |
| **Juego al …** | **Hago …** |
|  |  |

Gramática

**Stem Changing Verbs**

Jugar (to play) and preferir (to prefer) are stem changing verbs. They have a vowel change in their stem in certain forms.

**juego** jugamos **prefiero** preferimos

**juegas** jugáis **prefieres** preferís

**juega** **juegan** **prefiere** **prefieren**

**Juego 🡪** *I play* **Prefiero jugar 🡪** *I prefer to play*

**Actividad 2**

**Complete the translations below**

1. I play rugby once a week.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |

2. I prefer to play football.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |

3. I also do cycling.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |

4. On Monday’s I go to the pool and I do swimming.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |

6. I play football in the park with my friends.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |

**Actividad 5**

**Read the text and complete the sentences below.**

Soy muy afortunado porque trabajo en lo que más me gusta, el boxeo. Empecé a hacer boxeo a los diez años. A los quince años participé en un campeonato profesional. ¡Lo gané! Para estar en forma llevo una dieta sana. Como fruta y verduras todos los días. Casi nunca como carne, prefiero el pescado. De vez en cuando como un poco de chocolate, aunque es malsano. Ayer fui a la gimnasia y después comí atún y ensalada.

**Carlos**

1. Carlos started boxing when he was \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

2. At 15 years old Carlos \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

3. Everyday Carlos eats \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

4. Carlos almost never eats \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

5. From time-to-time Carlos eats \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

6. Yesterday Carlos ate \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.