|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **What will we be learning?****En forma** *In shape* | **Why this? Why now?**This module revisits some vocabulary that you have seen before such as food and sporting activities. Grammar focuses on some more complex structures that will be useful for GCSE. | **High Frequency Words:****lo / la** *it***los / las** *them***casi** *almost / nearly***cada** *each / every***todo/a/os/as** *all***mucho/a/os/as** *a lot (of)***ayer** *yesterday***hace (dos) años** *(two) years ago***el fin de semana pasado** *last weekend***la próxima vez** *next time***para** *(in order) to, for***creo que** *I think that* |
| **What will we learn?****Functional language**:* Talking about diet
* Talking about an active lifestyle
* Talking about your daily routine
* Talking about ailments
* Talking about getting fit
 | **Grammar**:* Using direct object pronouns
* Using negatives
* Using stem-changing verbs
* Using reflexive verbs
* Using **me duele(n)**
* Using **se debe/no se debe**
 |
| **What opportunities are there for wider study?**BBC Bitesize: <https://www.bbc.co.uk/bitesize/subjects/zfckjxs>BBC Festilingo game: <https://www.bbc.co.uk/bitesize/topics/zkkb382/articles/zk48qnb>Duolingo (Language learning app): <https://www.duolingo.com/>  |
| **How will I be assessed?**Regular vocabulary testsSpeaking assessment |

**Amarillo Module 3 En forma Vocabulary**

|  |  |
| --- | --- |
| **¿Llevas una dieta sana?** | ***Do you have a healthy diet?*** |
| Llevo una dieta sana. | *I have a healthy diet.* |
| Me gusta (bastante / mucho)  el pan. | *I (quite / really) like bread.* |
| Me gustan las galletas. | *I like biscuits.* |
| No me gusta(n) (nada)… | *I (really) don’t like… (at all).* |
| el arroz / el pan | *rice / bread*  |
| el pollo / el pescado | *chicken / fish*  |
| la carne / la ensalada | *meat / salad* |
| la pasta / la pizza | *pasta / pizza* |
| los caramelos | *sweets* |
| los huevos | *eggs* |
| los pasteles | *cakes* |
| las galletas | *biscuits* |
| las verduras | *vegetables*  |
| Como / Comí verduras. | *I eat / ate vegetables.*  |
| Bebo / Bebí agua. | *I drink / drank water.* |
| Nunca como pescado. | *I never eat fish.* |
| No bebo nada. | *I don’t drink anything.* |
| **¿Con qué frecuencia comes pescado?** | ***How often do you eat fish?*** |
| Lo/La/Los/Las como… | *I eat it/them…*  |
| tres veces al día | *three times a day*  |
| cada día / todos los días | *every day* |
| dos veces a la semana  | *twice a week* |
| los fines de semana  | *at weekends* |
| una vez al mes  | *once a month* |
| muy a menudo | *very often* |
| a veces | *sometimes* |
| de vez en cuando | *from time to time* |
| (Casi) nunca lo/la/los/las como. | *I (almost) never eat it / them.* |

|  |  |
| --- | --- |
| **¿Qué haces para estar**  **en forma?** | ***What do you do to keep fit?*** |
| Me gusta mucho hacer deporte. | *I really like doing sport.* |
| Hago artes marciales. | *I do martial arts.* |
| Hago atletismo. | *I do athletics.* |
| Hago footing. | *I go jogging.* |
| Hago gimnasia. | *I do gymnastics.* |
| Hago natación. | *I go swimming.* |
| Juego al baloncesto. | *I play basketball.* |
| Juego al ping-pong. | *I play table tennis.* |
| Juego al tenis. | *I play tennis.* |
| Juego al voleibol. | *I play volleyball.* |
| Juego a la pelota vasca. | *I play pelota (Basque ball game).* |
| …en el parque / gimnasio | *…in the park / gym* |
| Voy al polideportivo. | *I go to the sports centre.* |
| Soy miembro de un club. | *I belong to a club.* |
| Voy a clases de baile. | *I go to dance classes.*  |
| Prefiero jugar al fútbol. | *I prefer playing football.*  |
| Es mi deporte preferido. | *It is my favourite sport.* |
| Empecé (a jugar) | *I started (playing)…* |
|  a los (diez) años |  *at the age of (ten)* |
| Voy a empezar a (hacer)…  | *I am going to start (doing)…* |

|  |  |
| --- | --- |
| **¿Cuál es tu rutina diaria?** | ***What is your daily routine?*** |
| me despierto (muy temprano /  a las siete) | *I wake up (very early /*  *at 7 o’clock)* |
| me levanto (enseguida) | *I get up (straight away)* |
| me lavo los dientes | *I brush my teeth* |
| me ducho | *I shower* |
| me visto | *I get dressed* |
| me acuesto | *I go to bed* |
| desayuno | *I have breakfast* |
|  meriendo | *I have an afternoon snack* |
| ceno (…) | *I have (… for) dinner* |
| salgo (a correr) | *I go out (running)* |
| corro (veinte kilómetros)  | *I run (twenty kilometres)* |
| entreno | *I exercise / train* |
| voy al insti / trabajo | *I go to school / work*  |
| Termino (a las dos)  | *I finish (at two o’clock)* |
| duermo (ocho horas) | *I sleep (for eight hours)* |

|  |  |
| --- | --- |
| **Consejos para estar en forma** | ***Advice for keeping fit / in shape*** |
| Para estar en forma… | *To keep fit / in shape…* |
| Se debe… | *You / One must…* |
| beber agua frecuentemente | *drink water frequently* |
| comer más fruta y verduras | *eat more fruit and vegetables* |
| comer menos chocolate /  caramelos | *eat less chocolate /*  *fewer sweets* |
| dormir ocho horas al día | *sleep for eight hours a day* |
| entrenar una hora al día | *train for one hour a day* |
| No se debe… | *You / One must not…* |
| beber alcohol | *drink alcohol* |
| beber muchos refrescos | *drink lots of soft drinks* |
| comer comida basura | *eat junk food* |
| fumar | *smoke* |
| Soy adicto/a al / a la / a los /  a las… | *I am addicted to…* |
| A partir de ahora, voy a… | *From now on, I am going to…* |
| **¿Qué tal estás?** | ***How are you?*** |
| ¿Qué te duele? | *What hurts?* |
| ¿Te duele el estómago? | *Does your stomach hurt?* |
| Me duele el brazo / el estómago /  el pie. | *My arm / stomach / foot hurts.* |
| Me duele la cabeza / la espalda /  la garganta. | *My head / back / throat hurts.* |
| Me duele la mano / la pierna. | *My hand / leg hurts.* |
| Me duelen los dientes. | *My teeth hurt.* |
| Me duelen los oídos. | *My ears hurt / I have earache.* |
| Me duelen los ojos. | *My eyes hurt.* |
| Tengo catarro. | *I have a cold.* |
| Tengo náuseas. | *I feel sick / nauseous.*  |
| Tengo quemaduras de sol.  | *I have sunburn.* |
| Tengo tos. | *I have a cough.* |
| Estoy cansado/a. | *I’m tired.* |
| Estoy enfermo/a. | *I’m ill.* |
| No me encuentro bien. | *I don’t feel well.* |