



### Instructora de ejercicio

María es instructora en un club deportivo. Ahora le enseña a un grupo nuevo lo que tiene que hacer en el programa de ejercicios. Mira los dibujos y completa sus instrucciones. Hay un verbo del recuadro que se usa varias veces.

hacer      buscar      estirar      flexionar      descansar



Modelo

Sugiero que Uds. hagan ejercicios aeróbicos para empezar.



1.

Primero, \_\_\_\_\_ un buen lugar para hacer ejercicio.



2.

Quiero que Juan \_\_\_\_\_ la pierna.



3.

Después, recomiendo que todos nosotros \_\_\_\_\_.



4.

Es bueno que todo el mundo \_\_\_\_\_ también.



5.

Marta, te aconsejo que \_\_\_\_\_ los músculos.



6.

Aconsejo que los más fuertes \_\_\_\_\_.



7.

Después de hacer ejercicio, exijo que Uds. \_\_\_\_\_.

© Pearson Education, Inc. All rights reserved.



### Ser consejero(a)

¿Puedes ayudar a los estudiantes que tienen problemas? Escoge entre las soluciones propuestas y da tu consejo, usando el subjuntivo.

evitar la comida basura	estar menos estresado(a)
ir al cine con amigos(as)	ser más paciente con los (las) amigos(as)
hacer ejercicio	saber escoger bien los alimentos
hacer clases de ejercicios aeróbicos	comenzar con ejercicios para entrar en calor
dar un paseo	

**Modelo** Martín quiere perder peso. ¿Qué recomiendas?

*Recomiendo que evite la comida basura.*

- Rosaura se enoja con todo el mundo. ¿Qué es necesario que haga?  
\_\_\_\_\_
- Carla y Paula quieren ser más fuertes. ¿Qué sugieres?  
\_\_\_\_\_
- No quiero tener calambres cuando corro. ¿Qué es importante que haga?  
\_\_\_\_\_
- Nosotros no tenemos energía. ¿Qué es necesario que hagamos?  
\_\_\_\_\_
- Estoy siempre muy nerviosa. ¿Qué recomiendas?  
\_\_\_\_\_
- Pedro está muy aburrido. ¿Qué aconsejas?  
\_\_\_\_\_
- Los estudiantes necesitan estar en forma. ¿Qué es necesario?  
\_\_\_\_\_
- Los chicos quieren relajarse. ¿Qué es bueno?  
\_\_\_\_\_



Actividad 12

Ahora, tú eres el (la) entrenador(a). Escribe tres cosas que le recomiendas a cada estudiante, según el dibujo.

Modelo

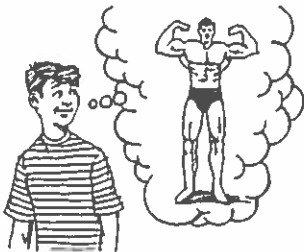


*A Sandra le digo que no salte comidas.*

*También le recomiendo que siga una dieta*

*equilibrada y que corra todos los días.*

1.



---

---

---

---

2.



---

---

---

---

3.



---

---

---

---

4.



---

---

---

---



### Los padres y los hijos

Los padres y los hijos no siempre están de acuerdo. A veces los hijos hacen algo, y sus padres quieren que hagan otra cosa. Primero completa la frase del hijo con el verbo adecuado del recuadro. Luego en base a los elementos dados, escribe lo que quieren sus padres, usando el subjuntivo.

tomar      correr      jugar      levantarse      beber      hacer

**Modelo**



JUAN: Yo corro en el gimnasio.

MADRE DE JUAN: Quiero que Juan corra en el parque.

1.



MELISSA: Yo \_\_\_\_\_ ejercicios aeróbicos.

PADRE DE MELISSA: \_\_\_\_\_

2.



ROBERTO: Yo \_\_\_\_\_ jugo de naranja.

PADRE DE ROBERTO: \_\_\_\_\_

3.



CRISTINA: Yo \_\_\_\_\_ vitaminas.

PADRE DE CRISTINA: \_\_\_\_\_

4.



MARISOL: Yo \_\_\_\_\_ al fútbol.

MADRE DE MARISOL: \_\_\_\_\_

5.



GABRIEL: Yo \_\_\_\_\_ tarde en la mañana.

PADRE DE GABRIEL: \_\_\_\_\_

© Pearson Education, Inc. All rights reserved.