

Paso 2

A continuación, capta más detalles del video blog de María Isabel.

a. Míralo de nuevo y contesta a las siguientes preguntas con la ayuda de un/a compañero/a.

1. ¿Cuántos años tiene María Isabel y de dónde es?

2. Para ella, ¿en qué consiste tener una vida sana?

3. ¿Qué tipo de alimentación menciona María Isabel?

4. ¿Qué tipo de ejercicio recomienda?

5. María Isabel también habla de otro elemento esencial para una vida sana - el descanso. Explica por qué ella piensa que es esencial.

c. Ahora escribe un mensaje electrónico a María Isabel en el que le cuentas las ideas sobre la vida sana que compartes con ella.

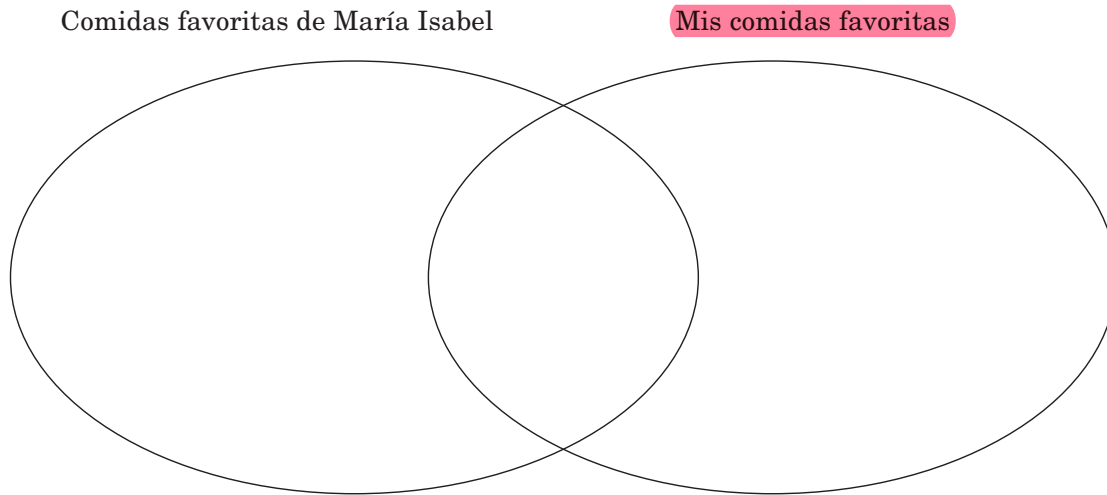
The image shows a screenshot of a new email composition window titled "Mensaje nuevo". The window has a dark header bar with the title and standard window controls (minimize, maximize, close). Below the header, there are two input fields: "Destinatarios" (Recipients) and "Asunto" (Subject). The main body of the email is a large, empty text area. At the bottom, there is a rich text editor toolbar with various icons for text formatting (font face, size, bold, italic, underline, text color, background color, bulleted list, numbered list, link, unlink, quote, unquote) and a "Guardar" (Save) button. The "Enviar" (Send) button is highlighted in blue.

Conoce a María Isabel

Paso 3: Comidas favoritas

María Isabel habla de sus comidas favoritas, incluyendo algunas que son platos típicos de Colombia.

- a. Mira el video blog de nuevo y anota las comidas que María Isabel menciona como sus favoritas en el organizador gráfico.



- b. Contesta a las siguientes preguntas.

1. ¿Qué frutas menciona?
2. ¿Qué alimentos o comidas menciona que no conoces?

- c. Haz una búsqueda para descubrir los ingredientes de las comidas colombianas que María Isabel menciona y en qué comida del día se comen.
- d. En el mismo organizador gráfico, anota tu comida favorita. Escribe las comidas que tienen en común en el centro del organizador gráfico.
- e. Compara tu organizador gráfico con el de dos o tres compañeros.