

## A1.22 Partes del cuerpo

<https://app.colanguage.com/es/espanol/plan-de-curso/a1/22>



<b>El cuerpo</b>	<b>Las piernas</b>
<b>La cabeza</b>	<b>Los pies</b>
<b>El cuello</b>	<b>Los ojos</b>
<b>El pelo</b>	<b>La nariz</b>
<b>El hombro</b>	<b>La boca</b>
<b>Los brazos</b>	<b>Las orejas</b>
<b>Las manos</b>	

### 1. Diálogo: Estiramientos después de trabajar

**Diego:** ¡Hola, Claudia!

**Entrenadora:** ¡Hola, Diego! ¿Qué tal?

**Diego:** La verdad, me duele todo después de estar tantas horas sentado frente al ordenador.

**Entrenadora:** Es normal. Hoy vamos a empezar con el estiramiento de los brazos.

**Diego:** Vale. ¿Qué tengo que hacer?

**Entrenadora:** Primero cruzamos un brazo por delante del cuerpo.

**Diego:** ¿Así, más o menos? ¿Lo mantengo así?

**Entrenadora:** Sí, está bien. Ahora cruzamos el otro brazo por delante del cuerpo.

**Diego:** ¿Cuánto tiempo tengo que mantener esta posición?

**Entrenadora:** Unos 30 o 40 segundos y luego repetimos con el brazo contrario.

**Diego:** Uff... no puedo más.

1. ¿Dónde le duele el cuerpo a Diego?

- a. Despues de tener dolor de cabeza y de cuello
- b. Despues de jugar al fútbol con sus amigos
- c. Despues de estar muchas horas sentado
- d. Despues de correr en el parque

2. ¿Qué parte del cuerpo van a estirar primero?

- a. El cuello
- b. Las piernas
- c. Los brazos
- d. Los pies

1-c 2-c

### 2. Gramática: El plural de los sustantivos

Aprendemos a reconocer y formar el plural de los sustantivos.



1. El artículo nos indica si el sustantivo es plural o singular.

Singular	Plural
-a, -e, -i, -o, -u	El cuello ( <i>El cuello</i> ) + "s" -> Los cuellos ( <i>Los cuellos</i> )
Vocal acentuada	El pie ( <i>El pie</i> ) + "s" -> Los pies ( <i>Los pies</i> )
Consonante	El corazón ( <i>El corazón</i> ) + "es" -> Los corazones ( <i>Los corazones</i> )
-z	La nariz ( <i>La nariz</i> ) "c" + "es" -> Las narices ( <i>Las narices</i> )
-s	El iris ( <i>El iris</i> ) / -> Los iris

1. En la foto del póster vemos el cuerpo de una persona: la cabeza, los \_\_\_\_\_ y las piernas.  
 a. *brazo*      b. *braçós*      c. *brazos*      d. *brazoses*
2. Hoy me duelen mucho las \_\_\_\_\_ y los pies después de la clase de yoga.  
 a. *pierna*      b. *piernaes*      c. *piernas*      d. *piernés*
3. No puedo ir a la oficina porque tengo las \_\_\_\_\_ y los ojos muy irritados.  
 a. *manoses*      b. *manos*      c. *mano*      d. *manes*
4. Estoy en casa porque me duele la nariz y tengo las \_\_\_\_\_ muy rojas.  
 a. *orejaz*      b. *oreja*      c. *orejas*      d. *orejases*

**1. brazos 2. piernas 3. manos 4. orejas**

### 3. Ejercicios

#### 1. WhatsApp



Recibes un mensaje de tu amiga Claudia que te habla de su dolor de hombro y de unos estiramientos; responde contando cómo está tu cuerpo y si quieres hacer los ejercicios con ella.

##### Claudia

Hola, ¿cómo estás?

Yo estoy un poco mal. Me **duele** el **hombro** y el **cuello** después de muchas horas frente al ordenador.

Hoy hago **ejercicios** de estiramiento: cruzo el **brazo** delante del **pecho** y mantengo la **espalda** recta, unos 30 segundos.

¿Y tú? ¿Te duele la **espalda**, el **brazo** o la **cabeza** también con el trabajo?

Mañana puedo hacer los ejercicios por videollamada. ¿Quieres?

**Escribe una respuesta adecuada:** *Hola Claudia, gracias por tu mensaje. / A mí me duele... / Sí, quiero hacer los ejercicios contigo.*

---

---

---

#### 2. Relaciona cada comienzo con su final correcto.

- |                          |                                       |
|--------------------------|---------------------------------------|
| 1. Me duelen mucho       | a. cuando trabajo muchas horas.       |
| 2. Hoy tengo las piernas | b. muy cansadas después del gimnasio. |
| 3. Me molestan los ojos  | c. los hombros y el cuello.           |
| 4. Tengo la nariz        | d. tapada y no puedo dormir bien.     |

**1-c:** *Me duelen mucho los hombros y el cuello.* **2-b:** *Hoy tengo las piernas muy cansadas después del gimnasio.* **3-a:** *Se me cansan los ojos cuando trabajo muchas horas.* **4-d:** *Tengo la nariz tapada y no puedo dormir bien.*

#### 3. Elige la solución correcta

1. Cuando me duele la cabeza, yo \_\_\_\_\_ al médico y le digo que estoy enfermo.  
a. llamar      b. llamo      c. llamáis      d. llamas
2. Ahora me \_\_\_\_\_ muy cansado, me duelen las piernas y no quiero trabajar más hoy.  
a. sentir      b. sientes      c. siento      d. sentimos
3. En la revisión médica, el doctor \_\_\_\_\_ mis ojos y mi boca y escribe todo en el informe.  
a. mirar      b. miro      c. mira      d. miran

4. Cuando tengo dolor de espalda, \_\_\_\_\_ un correo a Recursos Humanos y pido trabajar desde casa.

- a. escriben      b. escribo      c. escribes      d. escribir

1. llamo 2. siento 3. mira 4. escribo

#### 4. Completa los diálogos

##### a. Dolor de cabeza en la oficina

**Empleado:** *Laura, me duele mucho la cabeza y el cuello, estoy muy mal.*

**Jefa Laura:** 1. \_\_\_\_\_

**Empleado:** *Sí, me duelen los ojos y los hombros, no puedo mirar más el ordenador.*

**Jefa Laura:** 2. \_\_\_\_\_

##### b. Explicar un dolor en la farmacia

**Farmacéutica:** *Buenas, ¿qué te pasa, dónde te duele?*

**Cliente:** 3. \_\_\_\_\_

**Farmacéutica:** *Vale, ¿te duelen también la espalda o los hombros?*

**Cliente:** 4. \_\_\_\_\_

1. *Uf, lo siento, ¿te duelen también los ojos o los hombros?* 2. *Vale, vete a casa, descansa y mañana me dices cómo estás.* 3. *Me duelen mucho las piernas y los pies, camino mucho al trabajo.* 4. *No, solo las piernas y los pies, pero el dolor es muy fuerte.*

#### 5. Practica en parejas o con tu profesor.

1. Estás en la consulta del médico en España. El médico te pregunta: "¿Dónde te duele?". Explica qué parte del cuerpo te duele. (Usa: el brazo, la pierna, me duele)

*Me duele \_\_\_\_\_*

2. Estás en el trabajo y hablas con tu jefe por la mañana. No te sientes bien. Explica de forma simple qué parte del cuerpo te duele. (Usa: la cabeza, me duele, un poco)

*Hoy me duele \_\_\_\_\_*

3. Estás en la farmacia en España. La farmacéutica te pregunta: "¿Qué problema tienes?". Explica que tienes dolor en la garganta y en el cuello. (Usa: el cuello, dolor, la garganta)

*Tengo dolor en \_\_\_\_\_*

4. Estás en una clase de deporte en el gimnasio de la empresa. El entrenador te pregunta: "¿Qué te duele ahora?". Explica qué parte del cuerpo te molesta después del ejercicio. (Usa: las piernas, los pies, mucho)

*Ahora me duelen \_\_\_\_\_*

**6. Escribe 4 o 5 frases sobre cómo te sientes físicamente después de un día de trabajo y qué partes de tu cuerpo te duelen a veces.**

*Me duele... / Después del trabajo, estoy... / Normalmente, me siento bien, pero... / Necesito descansar / estirar...*

---

---

---