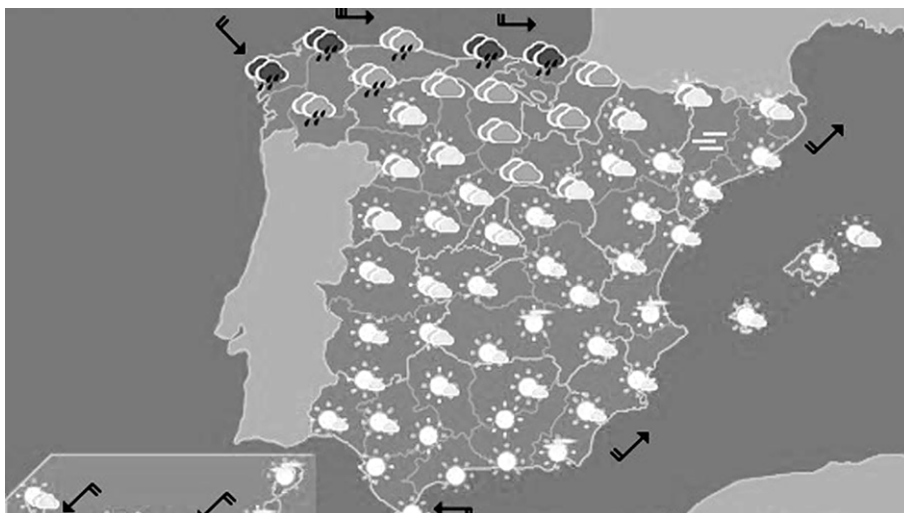


**Bijlage VMBO-KB**  
**2018**

tijdvak 1

**Spaans CSE KB**

Tekstboekje



## NUBES Y CLAROS CON TEMPERATURAS SUAVES EN LA PROVINCIA DE VALENCIA

El fin de semana se presenta con una variación constante de nubes y claros, con posibilidad de alguna tormenta por el interior y temperaturas suaves para esta época del año.

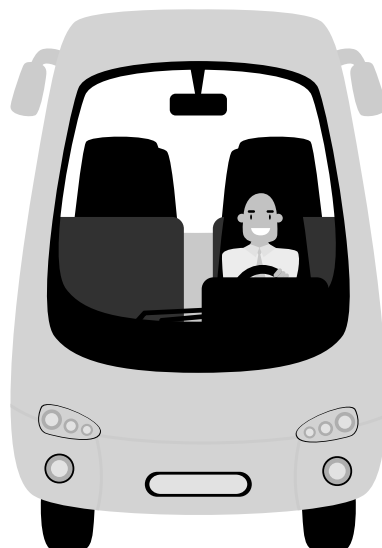
**El viernes** hay nubes con posibilidad de lluvia. Las temperaturas siguen en los mismos valores que en los días anteriores, unos 23 °C, con mínimas alrededor de los 12 °C.

**El sábado** el cielo está prácticamente despejado en la provincia de Valencia, con tan solo algunas nubes que aparecen principalmente por la tarde. Las temperaturas siguen en valores muy agradables, unos 23 °C, con mínimas bastante bajas alrededor de los 12 °C.

**El domingo** el tiempo se presenta algo más inestable, con cielos más nubosos a partir de mediodía y con la posibilidad de tormentas y lluvias sobre todo por la tarde. Las temperaturas serán frescas y el ambiente será húmedo en la zona de la costa.

*adaptado de: [www.lasprovincias.es](http://www.lasprovincias.es), 22-05-15*

# CORDONES SUELTOS



En las redes sociales se puede leer ahora lo que ha hecho un conductor de autobús. Ese conductor ha parado su autobús y se ha bajado para ayudar a una anciana. Al salir del autobús la mujer casi cayó<sup>1)</sup> porque los cordones de sus zapatos estaban sueltos<sup>2)</sup>. El conductor la ayudó.

Una de las pasajeras, una joven estudiante que viajaba también en este autobús, hizo una foto de este bonito momento. Después compartió la imagen en Facebook. “Quiero felicitar a uno de los conductores del autobús de la línea 17 por su ayuda” escribió la autora de la foto.

La foto ha emocionado al público y han llegado muchas felicitaciones al conductor del autobús para darle las gracias. Y una cadena de hoteles le ha ofrecido una estancia de dos noches gratis.

*adaptado de: [www.que.es](http://www.que.es), 22-01-2016*

noot 1 caerse = vallen

noot 2 suelto = hier: los

### Queralt Castellet, subcampeona de *snowboard*



La española Queralt Castellet, de 25 años, ya ha participado tres veces en los Juegos Olímpicos. En los juegos de Socchi de 2014 en Rusia era una de las favoritas, pero se quedó sin medalla. Este año ha participado en los campeonatos mundiales de *snowboard* en Austria y es la primera española que ha ganado una medalla de plata en estos campeonatos. Por eso contesta a unas preguntas de la revista *20Minutos* con una sonrisa de oreja a oreja.

**(1) ¿Cómo es tu rutina diaria? ¿Cómo son los entrenamientos?**

No tengo una rutina diaria como otros deportistas. Dependemos de muchos otros factores, por ejemplo las condiciones meteorológicas. A veces hace un día increíble y puedo entrenar todo el día fuera. Tengo que aprovecharlo, porque quizás al día siguiente solo tengo dos horas para poder entrenar. Cuando hace mal tiempo no entreno en la nieve. Voy al gimnasio para hacer ejercicios de estiramiento<sup>1)</sup>.

**(2) ¿Cómo te sientes antes de salir a competir?**

Depende. Si me encuentro a gusto, disfruto mucho de la competición. Cuando las condiciones meteorológicas son difíciles, hay que hacer estrategia y no siempre es divertido. No me lo paso bien cuando hay viento fuerte. El viento me lleva, ¡peso solo 53 kilos!

**(3) ¿Hay instalaciones profesionales en España, por ejemplo los *pipes*, para practicar el *snowboard*?**

No, no hay *pipes*, los han hecho alguna vez pero no los han mantenido. En este momento no hay posibilidades para practicar el *snowboard* profesional, solo si puedes viajar. Es importante tener instalaciones profesionales en España. También necesitamos más reconocimiento y publicidad: la gente tiene que conocer mejor nuestro deporte.

**(4) No vives en España, ¿qué echas de menos<sup>2)</sup>?**

Exactamente eso, vivir en España. Y sobre todo echo de menos estar en casa con la familia, tenerla cerca. Antes entrenaba y vivía en Estados Unidos, ahora vivo en Suiza y son solo dos horas de vuelo. Normalmente puedo pasar dos semanas en España antes y después de la temporada de las competiciones, y alguna visita breve. Pero no voy tanto como me gustaría.

**(5) ¿Qué pasa en este momento con las mujeres y el deporte?**

¡Pues que somos increíbles! Ha habido una explosión de éxitos en los últimos años. Hay muchas mujeres que hacen deporte a alto nivel. Eso es importante.

*adaptado de: [www.20minutos.es](http://www.20minutos.es), 21-01-2015*

noot 1 los ejercicios de estiramiento = de rek- en strekcoefeningen

noot 2 echar de menos = missen

### El niño y la Tierra

Se llama Félix y su misión en la vida podría muy bien titularse: “El niño y la Tierra”. Desde los nueve años este chico alemán ha logrado dar una auténtica lección a los adultos. Le ayudaron 36.000 niños de todo el mundo en la plantación más masiva que uno pueda imaginarse. Su objetivo: un billón de árboles en el año 2020.



Félix con el grupo de jóvenes mallorquines que quieren convertir Mallorca en un vergel<sup>1)</sup>

(1) A los 9 años, gracias a un trabajo en el colegio, Félix se dio cuenta del problema del cambio climático. Le influyó mucho su padre. Pero su mayor inspiración fue Wangari Maathai, la activista keniana y ganadora del Premio Nobel de la Paz, y su proyecto de plantar 30 millones de árboles  
5 en África. Félix pensó que esta idea se podía trasplantar a su escuela y después a otra escuela, y finalmente a toda Alemania, hasta llegar al millón de árboles en tres años. A los 13 años Félix dio su famoso discurso en la ONU<sup>2)</sup>, muy crítico con los adultos: “Desde hace muchos años  
10 conocéis los efectos del cambio climático y no habéis hecho nada, así que tendremos que hacerlo los niños...”

(2) Félix que ya tiene 17 años y estudia Relaciones Internacionales en Londres explica: “El problema es que mucha gente piensa que la crisis del clima no les va a afectar. Su típico pensamiento es: si no vemos el peligro, no existe. Los responsables de las grandes empresas solo  
15 piensan en el dinero que pueden ganar. Pero solo si actuamos como ciudadanos del mundo lograremos ese cambio de vista sobre el clima, y para eso necesitamos el apoyo de líderes a todos los niveles de la sociedad, para alcanzar una masa crítica. No es nada fácil”.

**(3)** Félix está convencido de que los niños y los jóvenes son capaces de  
20 crear conciencia y buscar soluciones a la crisis climática. Cree que la  
educación y las campañas a gran escala pueden ayudar a abrir los ojos  
ante lo que está ocurriendo. Su iniciativa, que se llama “Plant for the  
Planet”, ha tenido éxito en muchos países, entre ellos España. Por  
ejemplo, este fin de semana Félix ha estado en Mallorca donde más de  
25 70 niños y jóvenes participarán en el proyecto de convertir la isla en un  
vergel<sup>1)</sup>.

**(4)** Félix se ha propuesto continuar su trabajo y unir las varias  
generaciones: “Como una red de jóvenes y niños, de los puntos más  
diferentes del planeta, tenemos realmente la capacidad de cambiar el  
30 mundo”.

*adaptado de: [www.elmundo.es](http://www.elmundo.es), 03-10-2015*

noot 1 el vergel = de boomgaard

noot 2 la ONU = de VN, de Verenigde Naties



Neko Atsume es una aplicación japonesa con la que puedes coleccionar gatos de una manera divertida. Es un juego fácil y corto. Ahora puedes usar la aplicación también en inglés y la cantidad de usuarios ha aumentado.

### **(1) ¿Cómo se juega?**

Es muy simple. Debes tener los platos llenos de comida y comprar juguetes para los gatos y cerrar el *app*. Cada cierto tiempo entras al *app* para ver qué gatos están en tu patio y pones más comida cuando sea necesario. Al principio, solo tienes un plato de comida y poco espacio para poner los juguetes. Con el tiempo, puedes comprar más espacio para poder tener más gatos.

### **(2) ¿Cómo compras?**

Los gatos dejan dos colores de peces: oro y gris. Los grises son los más comunes. Puedes cambiar 500 peces grises por 10 de oro o comprar peces de oro con dinero. Con los peces de oro puedes agrandar tu patio, comprar algunas comidas o juguetes y remodelar el patio si no te gusta.

**(3)** Si pones más juguetes y mejor comida, vienen más gatos. Incluso vienen gatos especiales. Estos gatos especiales son caricaturas de personas famosas o actores de películas o series. Si los gatos están contentos con la comida y los juguetes, te dejan un regalo como agradecimiento.

*adaptado de: [www.n-punto.com](http://www.n-punto.com), 19-03-2016*



### Bizcocho de chocolate

Puedes hacer un sabroso bizcocho de chocolate para sorprender a tus familiares y amigos.

Es muy fácil de hacer:

- Calentar 200 gramos de chocolate negro en un cazo.
- Cuando el chocolate esté fundido<sup>1)</sup>, añadir 150 gramos de mantequilla, luego 3 huevos, 125 gramos de harina y 125 de azúcar.
- Después de mezclar todo, introducirlo en un molde y ponerlo en el horno durante una hora a 150 grados. Lo importante es que lo de dentro se quede un poco blando.

Lo mejor es comer este bizcocho un día después de hacerlo.

*adaptado de: Mía, 2012*



noot 1 fundido = gesmolten

## Una joven panadera

Sí, existe un Campeonato Europeo de Panadería y sí, España cuenta con su propia selección. Es un grupo de panaderos artesanos de diferentes edades que cada año compiten en torneos internacionales. Y en el último Campeonato, celebrado en Francia, Raquel López Van Beek, una joven española de 19 años fue la mejor joven profesional del continente en la clase para menores de 23 años. Poco después de este éxito le hacemos una entrevista.

### (1) ¿Por qué quieres ser panadera?

Me gusta hacer cosas con las manos y la panadería es una de las profesiones en las que al final del día ves el resultado de tu esfuerzo: un pan estupendo. Pero no todos los panes me han salido perfectos.

- 5 Recuerdo cómo fue mi primer pan, en la Escuela de Cocina. Hice todo lo que no hay que hacer: tamizar<sup>1)</sup> la harina, diluir la levadura<sup>2)</sup> en agua caliente... Fatal, fatal... Pero al final quedó bastante bien.

### (2) Pues ahora eres la mejor joven panadera de Europa.

- 10 Aún ni me lo creo. Es verdad que cuando estudiaba, en Panadería sacaba muy buenas notas. Y por eso mi profesor le dio mi nombre al seleccionador nacional: tuvo buen ojo. Mis profesores veían que yo le ponía algo más que  
15 el resto de mis compañeros. Que no solo hacía el pan sino que le ponía corazón.

### (3) Entraste en la selección y directamente al Campeonato Europeo. ¿Cómo fue?

- Fue una locura. Tuve que combinar los entrenamientos con mis estudios.  
20 Aprovechaba las horas libres para prepararme. Y todos los panaderos de la selección estuvimos una semana de concentración en Madrid y eso me vino muy bien. En mi categoría, menores de 23 años, competíamos once países. Cada uno teníamos que preparar una comida para diez niños de 6 a 10 años. El objetivo era hacer algo que les gustara pero en formato  
25 pequeño. Y la presentación era esencial. Fui la única que pensé en hacer algo salado. Preparé un pan salado en forma de piruleta<sup>3)</sup> y le puse todo lo que me gustaba a mí de pequeña. Luego preparé unos conos rellenos de pizza (tomate, orégano, queso y bacón) y cubiertos con queso. Les gustó mucho. Y cerré con un brioche con palomitas<sup>4)</sup>, dulces y chocolate.



30 **(4) Y quedaste la primera, la mejor de Europa... seguramente te han llegado muchas ofertas de trabajo.**

Me han llamado para hacer cursos en Madrid y Barcelona, pero de trabajo, nada de nada. Algún día me encantaría tener mi propia panadería pero aún tardará en llegar. Primero seguiré estudiando y practicando.

35 Luego ya lo veremos.

**(5) ¿Crees que la gente sabe apreciar un buen pan?**

Uff... los de mi edad no. Compran cualquier cosa en el centro comercial y listo. No van a las panaderías. Es una pena. Pero un buen pan tiene detrás un profesional, buenas materias primas y mucho tiempo y eso hay  
40 que pagarlo. Y claro, no queremos pagar más de 1,20 € por una barra de pan. Hay gente que piensa que el pan engorda, pero depende mucho de lo que le pongas encima (risas). Un panecillo de 50 gramos con aceite es maravilloso.

*adaptado de: [www.lasprovincias.es](http://www.lasprovincias.es), 09-10-2015*

noot 1 tamizar = zeven

noot 2 la levadura = de gist

noot 3 la piruleta = de lolly

noot 4 las palomitas = de popcorn

# ¡Salvemos a los leones africanos!

En unos años estos animales pueden desaparecer si no hacemos nada.



**(1)** Antes, los leones africanos estaban distribuidos por todo el continente africano. Ahora solo se encuentran en el sur del desierto del Sahara y en algunas partes del África oriental y meridional, porque con el tiempo los seres humanos ocuparon su territorio.

Según la Unión Internacional para la Conservación de la Naturaleza, hace 30 años la población de leones en África era de 75.800 ejemplares, cantidad que se ha reducido un 30%, y la situación puede empeorar si no hacemos nada.

**(2)** Todos los gobiernos pueden hacer algo para ayudar a salvarlos. Por ejemplo, los Estados Unidos intentan poner este magnífico animal en la lista de especies amenazadas y así protegerlos. Si tienen éxito, el gobierno de los Estados Unidos puede prohibir la importación de leones y también puede cuidar mejor a los leones que ya viven en los Estados Unidos. Además el gobierno puede ayudar a crear conciencia y recaudar<sup>1)</sup> dinero para la protección de los leones.

*adaptado de: [www.muyinteresante.com](http://www.muyinteresante.com), 04-11-2014*

noot 1 recaudar = inzamelen



### Jóvenes se van de España

Tres jóvenes que han terminado sus estudios cuentan por qué se van de España.

**Álex** ha hecho los estudios de comunicación audiovisual y ahora estudia música. Terminó sus estudios en 2008 y desde entonces no ha encontrado un trabajo fijo en su profesión. “He trabajado como *freelance*, pero no gano suficiente. Hace unos años decidí hacer algo con mi otra  
5 pasión, la música, y ahora me voy a Francia. En Francia hay cultura de música y teatro en la calle. Aquí en España he tratado de ser músico callejero, pero no está permitido y la policía siempre da problemas a estos músicos”, cuenta Álex.

**Rocío** ha terminado sus estudios de periodismo. La situación laboral de  
10 su sector es muy mala, por eso ha decidido marcharse a Londres. Tiene un buen nivel de inglés y espera encontrar trabajo pronto. “Tengo cinco entrevistas, alguna dará resultado”, comenta con esperanza. Aunque al principio necesita ayuda de sus padres, ella está dispuesta a trabajar de otra cosa hasta encontrar una oferta atractiva. “Pero si voy a vivir allí y  
15 trabajar de camarera para siempre, puedo hacerlo mejor en España. Tengo menos gastos porque vivo en casa de mis padres y el trabajo de camarera se encuentra en España también”.

**Diego** ha hecho la formación de mecánico y electricista. “No quiero quedarme esperando, prefiero irme a buscar un trabajo”, comenta. Diego,  
20 de 21 años, es argentino y vive en España desde 2002 pero ahora hace las maletas para volver. “También tengo ganas de ver a mi familia y ver cómo es la vida allá, ahora que soy adulto. La situación económica en España no va a cambiar de la noche a la mañana. Trabajé dos años en Barcelona, pero no me renovaron el contrato”.

*adaptado de: www.lasprovincias.es, 2013*

### Investigación sobre aves marinas



Las aves marinas, como los albatros, vuelan durante días sobre el mar abierto en busca de comida, y luego vuelven a sus nidos sin ningún problema. ¿Alguna vez te has preguntado cómo lo hacen? Un equipo de investigadores europeos parece tener la respuesta. Los científicos colocaron un GPS en las espaldas de doscientas aves marinas para seguir los viajes de estos pájaros.

Después de analizar los datos recogidos, descubrieron que las aves siguen casi siempre las mismas rutas a sus nidos y concluyeron que se orientan por los olores. Según los investigadores, estas aves se orientan usando su memoria olfativa<sup>1)</sup>. Es decir, siguen los olores transportados por el viento.

*adaptado de: [www.muyinteresante.com](http://www.muyinteresante.com), 08-07-2015*

noot 1 olfativo = reuk-, van de reuk

### Un árbitro de fútbol



Un árbitro de la Segunda División alemana se expulsó a sí mismo porque había cometido muchos errores en las apreciaciones de las faltas. Unos jugadores le explicaron al árbitro que cometía muchos errores y por eso él decidió sacarse la tarjeta amarilla a sí mismo. Esta situación no le gustó nada y por eso empezó a protestar gritando palabras feas y groseras a sí mismo. Entonces se dio la tarjeta roja y abandonó el campo.

*adaptado de: [www.eljueves.es](http://www.eljueves.es), 14-04-2015*

# Estilos de meterse en el agua y su significado



¿Has pensado alguna vez cómo te metes en el agua? De cabeza, de bomba, poquito a poco... Todos los movimientos de nuestro cuerpo transmiten información sobre nuestro carácter. Al entrar en el agua, cada chica o chico tiene su propio estilo y ¡todos significan algo!

### De cabeza

**Estilo y significado:** ¿te tiras de cabeza y con el máximo estilo posible? Está claro que eres una persona muy cuidadosa y organizada. Trabajas mucho en tu *look*, te encanta organizar actividades para tus amigos, tienes tu habitación ordenada... ¡Haces de todo y siempre perfecto!

### Poquito a poco

**Estilo y significado:** ¿te tomas tu tiempo? Primero te mojas las manos, luego los pies y finalmente el resto del cuerpo... Tu personalidad es la de una persona tranquila y muy paciente. Te encanta observar a los amigos y tienes mucha imaginación.

### Bomba

**Estilo y significado:** cuando ves el agua ¿te sube la adrenalina y te entran ganas de hacer locuras? ¡Aquí tenemos a la persona bomba! Eres bromista<sup>1)</sup>, te gustan las fiestas y tienes energía de sobras. Tus amigos se divierten mucho contigo.

### Variable

**Estilo y significado:** ¿no tienes un estilo en concreto de meterte en el agua? Eso significa que eres una persona muy segura de ti misma. Tienes las ideas muy claras y eres una persona súper independiente y decidida.



## **El acróbata**

**Estilo y significado:** ¿te gusta tirarte de espaldas o haciendo volteretas<sup>2)</sup>? ¿Te gusta hacer competiciones con tus amigos para ver quién llega más lejos? Entonces eres el deportista del grupo. Eres una persona competitiva, muy sociable y habladora. Te encantan las situaciones de riesgo y las aventuras.

*adaptado de: Super Pop – nº 64*

noot 1 bromista = dol op grappen

noot 2 la voltereta = de buiteling

Lees bij vraag 37 eerst de vraag voordat je de bijbehorende tekst raadpleegt.

## Tekst 13

### El *street workout* llega a España

(1) El *street workout* nació en Nueva York como una forma de diversión para los jóvenes que buscaban nuevas formas de entrenar. La calle es para ellos un lugar de encuentro donde pueden practicar su deporte.

Actualmente, el *street workout* ha llegado a las ciudades más importantes del mundo y ha conquistado a todos los jóvenes que buscan unos músculos potentes y definidos. La flexibilidad se deja a un lado para dar paso al aumento de la masa corporal. Se trata de un deporte extremadamente exigente y requiere una fuerza, constancia y musculatura especialmente importantes. No es apta para todo el mundo.



(2) Estos son los principales ejercicios para la práctica del *street workout*:

#### Ejercicios con barra

**Las dominadas:** este ejercicio consiste en elevar el cuerpo sujeto únicamente a una barra horizontal por encima de la cabeza. El cuerpo se levanta con la flexión de los brazos y las piernas no se apoyan en ningún lado.

**Los dips:** son ejercicios para fortalecer los músculos del pecho. Se trata de levantar el peso del cuerpo agarrándose a unas barras paralelas horizontales que se encuentran a altura de la cintura.

#### Ejercicios sin barra

**Las abdominales:** esta práctica es para fortalecer los músculos del vientre. Hay que tumbarse boca arriba con las piernas flexionadas y los pies apoyados en el suelo. Se mueve lentamente la cabeza y el tronco hacia las rodillas.

**Las sentadillas:** es un ejercicio para fortalecer los músculos de las piernas. Consiste en flexionar repetidamente las piernas manteniendo recto el cuerpo. Este ejercicio también te da mucha energía.

**Las flexiones de codo:** hay que levantar el cuerpo únicamente con los brazos y bajarlo de nuevo hacia el suelo.

*adaptado de: [www.elmundo.es/yodona](http://www.elmundo.es/yodona), 14-10-2015*