



ΓΛΩΣΣΑ – ΕΠΙΠΕΔΟ Γ (Γ1&Γ2) – ΕΝΟΤΗΤΑ 3 2025 Β

## TRANSCRIPCIÓN

### ACTIVIDAD 1

Lee las instrucciones de la actividad 1. Escucha y contesta.

#### 1.1.

-Ay, mi hijo, ay, ay, ay, cómo me tiene la casa. Me lo tiene to(do) por medio y no limpia na(da).

-Ay, Dios mío, otra vez. Ya van a empezar otra vez con lo mismo.

-Ay, nene, hijo. Y digo yo: ¿no me vas a hacer abuela, hijo? ¿No me vas a dar un nieto? Y me dice el señorito que no va a tener niños, que ya tiene un perro. ¡Será sinvergüenza!

Escucha de nuevo.

#### 1.2.

-Basta ya, jolines, tanto hablar de tu hijo. Tu hijo tiene cincuenta años y no se ha casado, porque no hay una mujer que lo aguante, porque no hay una mujer que lo aguante, Dolores. Le haces la comida, lo tienes muy mal enseñado. Y haciéndole todos los días las cosas, basta ya. Que ya estoy cansada de tanto escuchar hablar de tu hijo.

-Si estás cansada, siéntate.

-Mi hijo se ha quedado sin trabajo. Todos los días me llama. Está preocupado porque a su mujer no le ascienden en el trabajo. La chiquilla no para de trabajar, muy duro, y aun no le reconocen su esfuerzo. Por suerte mi hijo, gracias a su madre, sabe hacer las cosas solito, solito.

-¿Y qué pasa? ¿Que hay que decir “Ay, qué bien”, ¿como si tu hijo fuera un héroe que lo sabe hacer todo?

Escucha de nuevo.

### ACTIVIDAD 2

Lee las instrucciones de la actividad 2. Escucha y contesta.

#### 2.1.

- *El Cautivo* es la nueva película, la de Alejandro Amenábar, que explora el periodo de cinco años en el que Cervantes estuvo preso en Argel, una película que, a pesar de llamarse *El Cautivo*, respira libertad, donde nos acerca la vida del escritor mucho antes de que escribiese *El Quijote* y se convirtiese en leyenda. Buenos días, Alejandro, bienvenido al Trípode.
- Buenos días.

- Bueno, Alejandro, claro, a raíz de la película hemos podido descubrir un poco más la vida del escritor, que en realidad es una aventura en sí misma. No sé por qué nadie se había atrevido a llevarla a la gran pantalla hasta ahora.
- Pues después de todo ese viaje, que para mí ha sido un largo viaje que empezó hace ocho años, esa era una de las preguntas que me hacía una y otra vez. Digo, pero ¿y por qué no se ha hecho antes? Porque en realidad no se ha contado prácticamente la historia de Cervantes. Está la película de 1967 de Víctor Sherman, la miniserie de Alfonso Hungria de los 80 y ya está. No hay más sobre la biografía de Cervantes. Y a mí me parece realmente interesante, muy concretamente este periodo.
- No sé qué relación tenías tú con Cervantes o con la obra de Cervantes antes de que llegase *El Cautivo*.
- Pues mi relación era como la mayoría de gente, yo creo, en ese país. Cervantes era ese ilustre desconocido que tenía yo concretamente delante de mi casa. Tengo su estatua, tengo allí a Don Quijote, a Sancho Panza, pero es que como que pasas por el lado y ni siquiera la miras. Formaba parte de mi vida, porque lo hemos estudiado, yo creo, desde niños, dónde nació Cervantes, el Manco de Lepanto, etc., pero no sabía quién era la persona y eso fue también en un momento lo que empecé a tirar del hilo y por lo que este proyecto se hizo apasionante para mí porque pude... he intentado conocer a la persona... al personaje.

## 2.2.

- Esta película, *El cautivo*, nace hace ya unos cuantos años. De hecho, contaba en alguna entrevista que se quedó dormido el proyecto, pero luego vuelve a despertar. No sé qué tiene que pasar en un proyecto para que de repente, una vez que ya estaba, como decías, dormido, despierte.
- Pues a veces los proyectos nacen de una crisis. En concreto, este proyecto nació de la crisis de financiación de *Mientras dura la guerra*. Se me cayó la película porque alguien en algún consejo de dirección dijo “una película con Franco ni hablar”. Y en medio de ese bajonazo, pues me puse a investigar este periodo concreto de Cervantes. Luego ya por fin pude levantar la película, hice la serie de televisión *La Fortuna* y hace dos años no tenía proyecto a la vista, lo cual en mí es bastante común porque me centro tanto en una cosa que voy dejando y no tengo proyectos, no voy solapando proyectos. Y se me ocurrió volver a mirar las notas de lo que habíamos hecho, Alejandro Hernández y yo, y dije, pues yo creo que aquí hay la posibilidad de hacer una muy buena película.

**Escucha de nuevo todo el texto.**

## ACTIVIDAD 3

**Lee las instrucciones de la actividad 3. Escucha y contesta.**

### 3.1.

- Son muchos los estudios que ya revelan la importancia de la salud mental en el rendimiento deportivo. Los últimos datos del Comité Olímpico Internacional señalan un 33% de atletas de élite con problemas de ansiedad y depresión. De ahí que en el entrenamiento de los deportistas profesionales gane relevancia mantener un bienestar emocional que incide en la toma de decisiones y la motivación. Funciones que dependen del área ejecutiva cerebral. Funciones que permiten la adaptación al entorno y la consecución de metas.
- La primera pregunta que le hacemos a cualquier deportista es qué porcentaje creen que es importante de trabajar el trabajo mental respecto al trabajo técnico. Nos responden que viene a ser una parte igualitaria, o sea, 50% mental y 50% parte técnica. Partiendo de esta base, ahora dime qué porcentaje de tiempo dedicas a trabajar la parte mental en tu entrenamiento y qué porcentaje dedicas a trabajar la parte técnica. Y al final nos dicen que entre un 5 y un 10% la parte mental y entre un 90 y un 95 la parte técnica. Y a partir de aquí es cuando nosotros ya les damos un primer paso para que entiendan la importancia de trabajar el tema mental.

- Como explica Ricard Ventura, *coach* y entrenador deportivo, es importante que los atletas puedan enfrentar situaciones de presión, estrés y lesiones.
- También les hacemos ver un concepto que es el “secuestro de la amígdala”, un concepto que acuñó en su día Daniel Goleman. Al final el resumen es que hay situaciones en las que pierdes el control de las emociones o reaccionas de una manera totalmente exagerada e irracional que no puedes controlar. Pues trabajamos estas fases, de dónde puede venir esa historia, por qué reaccionas lo que reaccionas. Y luego también la escalera emocional y es cuánto de grande es esa reacción desproporcionada, ¿no?

### 3.2.

- En el deporte la competición supone situaciones de presión que pueden afectar al rendimiento deportivo y por supuesto al bienestar emocional del deportista. Se trata de encontrar un equilibrio en el que la tensión no se traduzca en presión.
- Hay cosas que dependen de cada deportista, otras cosas que no dependen pero sí que pueden influir (en) el deportista y hay cosas que ni dependen ni puede influir (en) el deportista. Entonces lo que les decimos es que la zona de incertidumbre es el círculo del medio. O sea, aquello que no depende de ti, pero en cambio sí que puedes influir. Pues son conceptos que el deportista tiene que estar tensionado pero no presionado.
- Comprobado el impacto del bienestar emocional en el rendimiento deportivo, este entrenamiento se toma en cuenta tanto como el físico.
- Los hábitos mentales se pueden entrenar lo mismo que los técnicos. Una de las dinámicas que les hacemos es que piensen cosas positivas que obtienen después de una sesión de entrenamiento. Pues tiro mejor, boto mejor, he tomado una mejor decisión, he hecho una buena defensa y tal... Pero la que ya le decimos que cada día esos hábitos tienen que ser diferentes, también bien la potencia que tiene alrededor del deporte. De decir, pues mira, hoy (a) un compañero mío lo han llamado a la selección. Les hacemos hacer este cuaderno de bitácora, apuntando esos hábitos positivos, los cuales, pues, provocan ese impacto en la psicología positiva, que de hecho, insisto, es un tema que también se entrena y una de las maneras de entrenarlo es de esta manera.
- Así, gana importancia en los nuevos entrenamientos deportivos generar un espacio de comunicación emocional para liberar tensión y afrontar incluso derrotas. Por tanto, es esencial que los entrenadores, los médicos y los psicólogos deportivos trabajen juntos para promover la salud mental de los atletas.

## ACTIVIDAD 4

**Lee las instrucciones de la actividad 4. Escucha y contesta.**

El pelo largo era una tradición ancestral, sancionada incluso por la Biblia. “A la mujer le es honroso dejarse crecer el cabello”, decía San Pablo. La cabellera se consideraba un elemento esencial de la identidad femenina, mientras que el pelo corto se veía como un indicio de enfermedad o bien de pobreza, pues era habitual que las mujeres, en situación de necesidad, se cortaran el cabello para venderlo, como hacía uno de los personajes de *Mujercitas*, de Louisa May Alcott, en 1868. En el cuento *El regalo de Navidad*, de Ohn Henry, dos jóvenes esposos que viven en la pobreza sacrifican cada uno su posesión más preciada para hacerle un regalo al otro. Ella vende su pelo, que le llega hasta las rodillas; y él, su reloj. Pese a ello, el pelo corto en las mujeres no era algo desconocido. En las dos últimas décadas del siglo XIX se encuentran muchas alusiones en la prensa, a veces en tono crítico, pero a menudo con naturalidad, a mujeres que llevaban el cabello corto. En 1884, un artículo en un diario de Indianápolis censuraba ligeramente la nueva tendencia. La moda de llevar el pelo muy corto está ganando rápidamente favor tanto en Europa como en Estados Unidos, y es sorprendente descubrir cuántas damas están dispuestas a sacrificar su tesoro de brillantes melenas a esta moda pasajera. Ya entonces se daba como justificación que el pelo corto era más práctico para el trabajo y la vida diaria, en lugar de los complicados peinados y aparatosos sombreros que se estilaban. También había quien los recomendaba por razones

higiénicas. El magnate Andrew Karnebi decía en 1906, ante una reunión de estudiantes femeninas, que el pelo corto atraía menos gérmenes y era más higiénico que el pelo largo.

## **ACTIVIDAD 5**

**Lee las instrucciones de la actividad 5.**

En los últimos años se han popularizado distintas aplicaciones que facilitan la compra y la venta de artículos de segunda mano. Estos servicios online permiten, por ejemplo, publicar las imágenes y características del producto, el precio e incluso mantener una conversación a través de un chat. Por tanto, estos servicios se convierten en intermediarios entre quien compra y quien vende. Pero, a pesar de sus ventajas, que las tienen, su uso también entraña riesgos que debes conocer, y para evitar ser víctima de un fraude, aquí van unos consejos: Si lo que quieres es comprar, antes de hacerlo debes obtener información sobre quién es el vendedor. Realiza búsquedas por el nombre y fíjate bien en los comentarios y las valoraciones de otros usuarios. Evita anuncios que lleven fotos genéricas del artículo en venta o en los que tampoco coincide la descripción. Y desconfía si la redacción no está cuidada o si el texto está traducido automáticamente o mal traducido. Y no dudes en rechazar la compra si el vendedor empieza a ponerte excusas del estilo “hay que tramitarlo todo de una manera determinada porque estoy en el extranjero”. Si te suena raro, no continúes con la compra.

**Escucha de nuevo.**

## **ACTIVIDAD 6**

**Lee las instrucciones de la actividad 6.**

Uno de los modelos de crecimiento económico más aceptado es el modelo de Solow-Swan, que fue desarrollado por Robert Solow y Trevor Swan independientemente en la década de 1950. El modelo relaciona la interacción entre el capital, el trabajo y el progreso tecnológico. Su expresión matemática fue inicialmente descrita por una ecuación diferencial que determina que el capital per cápita aumenta proporcionalmente a la tasa de ahorro y la producción por trabajador, y disminuye debido a la depreciación y el crecimiento poblacional. Las investigaciones posteriores incorporaron la evolución temporal de la mano de obra y de la tecnología. Más recientemente, diversos investigadores han considerado matemáticamente los efectos de la movilidad del capital y del trabajo, sirviendo así como modelos para las migraciones y las desigualdades geográficas. Los modelos de Solow-Swan constituyen hoy en día un amplio campo de investigación en matemáticas, economía y sociología.

**ΤΕΛΟΣ ΤΗΣ ΕΞΕΤΑΣΗΣ.**