

**Факультет иностранных языков**  
**Специальность «Перевод и переводоведение»**  
**испанский язык**  
**Дополнительное вступительное испытание**  
**Текст для аудирования**

**EL DEPORTE ES SALUD**

Cuando mencionamos el deporte, a todos nos viene a la cabeza la palabra “salud”. La vida sedentaria que muchos de nosotros llevamos, sin mencionar otro tipo de hábitos perjudiciales para el organismo, son el gran enemigo de nuestro cuerpo. Es importante concienciarnos de que la práctica deportiva es beneficiosa tanto para nosotros como para la sociedad en su conjunto. Debemos tener muy presente que, si no fuera por el deporte, las camas de los hospitales estarían más saturadas de lo que están hoy en día.

Hace menos de un siglo, una tarea tan habitual como ir a correr al parque, era cosa de locos, y aquellos que osaban practicarla eran objeto de burla. Los tiempos han cambiado y, en la sociedad actual, entusiastas de todo el mundo se lanzan a diario a consumir calorías a golpe de zancada. En mayor o menor medida, todos hemos interiorizado la necesidad de estar en movimiento para eliminar la grasa que se acumula en nuestros cuerpos. Aquí entra en juego el componente de la alimentación. No cabe duda de que dieta y salud también van de la mano.

La vida sana no es una moda pasajera, ni tampoco una novedad. En la antigua Grecia, hace más de dos milenios, el culto al cuerpo estaba a la orden del día. El canon de belleza constaba de un cuerpo perfectamente modelado, que solo era posible tras incontables horas de dedicación y esfuerzo físico. No habría sido posible imaginarnos hasta que punto esto fue así, de no ser por las representaciones artísticas de la época. Los grandes escultores griegos fueron testigos de esta devoción por un cuerpo sano y lo dejaron plasmado en obras maestras, que han perdurado hasta nuestros días.

Todos nosotros tenemos vidas ajetreadas, pero deberíamos ser capaces de encontrar una hora, un mínimo de tres veces por semana, para ejercitarnos. Si esto no es posible, deberíamos al menos cuidar nuestra alimentación, con una dieta equilibrada en la que moderemos la ingesta de calorías, y aprovechar cualquier oportunidad para realizar algún tipo de actividad física. Esto incluye pequeños gestos, como caminar a un ritmo más rápido del habitual. Y por supuesto, debemos olvidarnos de la opción de ver deporte por televisión, ya que esto no entra dentro de los denominados hábitos de vida saludables.

**2. Oзнакомьтесь с утверждениями, представленными в таблице. По результатам прослушивания текста отметьте в соответствующей графе, какие утверждения являются правильными, какие – неправильными, а какие не упоминались в прослушанном тексте.**

1. Cuando mencionamos el deporte, a todos nos viene a la cabeza la palabra “cansancio”.

Verdadero	<b>Falso</b>	No está mencionado
-----------	--------------	--------------------

2. La vida sedentaria es el gran enemigo de nuestro cuerpo.

<b>Verdadero</b>	Falso	No está mencionado
------------------	-------	--------------------

3. Si no fuera por el deporte, las camas de los hospitales estarían más saturadas de lo que están hoy en día

<b>Verdadero</b>	Falso	No está mencionado
------------------	-------	--------------------

4. Hace 3 siglos, una tarea tan habitual como ir a correr al parque, era cosa de locos, y aquellos que osaban practicarla eran objeto de burla.

Verdadero	<b>Falso</b>	No está mencionado
-----------	--------------	--------------------

5. Todos hemos interiorizado la necesidad de estar en movimiento para eliminar la grasa que se acumula en nuestros cuerpos.

<b>Verdadero</b>	Falso	No está mencionado
------------------	-------	--------------------

6. La vida sana es una moda pasajera, y también una novedad.

Verdadero	<b>Falso</b>	No está mencionado
-----------	--------------	--------------------

7. No cabe duda de que dieta y salud también van de la mano

<b>Verdadero</b>	Falso	No está mencionado
------------------	-------	--------------------

8. En la antigua Roma, hace más de dos milenios, el culto al cuerpo estaba a la orden del día.

Verdadero	<b>Falso</b>	No está mencionado
-----------	--------------	--------------------

9. Deberíamos ser capaces de encontrar una hora, un mínimo de tres veces por semana, para ejercitarnos.

<b>Verdadero</b>	Falso	No está mencionado
------------------	-------	--------------------

10. No debemos olvidarnos de la opción de ver deporte por televisión, ya que esto entra dentro de los denominados hábitos de vida saludables.

Verdadero	<b>Falso</b>	No está mencionado
-----------	--------------	--------------------