

Shadowing: las emociones

Todas las frases del vídeo, con su traducción al inglés y el ejemplo que repites

1 • Escucha

Oye la frase completa y fíjate en el ritmo.

2 • Repite

Dila en voz alta justo después, imitando la entonación.

3 • Insiste

Vuelve a hacerlo hasta que te salga natural.

BLOQUE 1 · 00:00 Emociones básicas

Estoy + emoción

Estoy contento/a

I'm happy

“Hoy he aprobado el examen y estoy muy contento.”

Estoy triste

I'm sad

“Mi amiga se va a vivir a otro país y estoy un poco triste.”

Estoy nervioso/a

I'm nervous

“Mañana tengo una entrevista de trabajo y estoy bastante nervioso.”

Estoy enfadado/a

I'm angry

“He perdido el autobús y estoy muy enfadado.”

Estoy sorprendido/a

I'm surprised

“Me han llamado de una empresa nueva. ¡Estoy muy sorprendido!”

BLOQUE 2 · 02:48 Expresiones con «tener»

Tener + emoción o sensación

Tengo miedo

I'm scared

“Tengo miedo de hablar en público.”

Tengo vergüenza

I'm embarrassed

“Cometí un error delante de todos y tengo mucha vergüenza.”

Tengo ganas de...

I feel like...

“Tengo ganas de salir a dar un paseo.”

No tengo nada de ganas

I don't feel like it at all

“No tengo nada de ganas de trabajar hoy.”

Tengo la sensación de que...

I have a feeling that...

“Tengo la sensación de que algo va a cambiar pronto.”

BLOQUE 3 · 05:06 Expresiones con «sentir»

Me siento + adjetivo

Me siento solo/a

I feel lonely

“Cuando estoy lejos de mi familia, me siento solo.”

Me siento seguro/a

I feel confident

“Con más práctica, me siento mucho más seguro hablando español.”

Me siento orgulloso/a

I feel proud

“He terminado el proyecto y me siento muy orgulloso.”

Me siento aliviado/a

I feel relieved

“El médico me ha dicho que todo está bien y me siento muy aliviado.”

Me siento angustiado/a

I feel anxious

“Cuando veo las noticias, me siento muy angustiado.”

Estoy hecho/a polvo*I'm exhausted, I'm wrecked*

“Tras el viaje de doce horas, estoy hecho polvo.”

No puedo más*I can't take it anymore*

“Llevo tres semanas sin descansar. No puedo más.”

Me tiene harto/a*I'm fed up with it*

“El ruido del vecino me tiene harto.”

Se me ha quitado el mal humor*My bad mood has gone away*

“He tomado un café y se me ha quitado el mal humor.”

Me ha entrado la risa*I burst out laughing*

“En medio de la reunión me ha entrado la risa. ¡Qué vergüenza!”

Cada vez que...*every time...*

“Cada vez que hablo en español me siento más seguro.”

Lo que más me estresa es...*what stresses me most is...*

“Lo que más me estresa es no tener tiempo para nada.”

Lo que más me alegra es...*what makes me happiest is...*

“Lo que más me alegra es ver a mi familia los fines de semana.”

A pesar de estar...*despite being...*

“A pesar de estar cansado, consigo terminar mis tareas.”

Cuando me siento mal, lo que me ayuda es...*when I feel bad, what helps me is...*

“Cuando me siento mal, lo que me ayuda es escuchar música o salir a caminar.”

- | | |
|---|--|
| ☐ Estoy hecho polvo. | ☐ No puedo más. |
| ☐ Tengo ganas de salir a dar un paseo. | ☐ Se me ha quitado el mal humor. |
| ☐ Cada vez que hablo en español me siento más seguro. | ☐ Lo que más me alegra es ver a mi familia. |
| ☐ A pesar de estar cansado, consigo terminar mis tareas. | |