TRANSCRIPT · EPISODE 202

# Weekly English Recap: Popcorn, Health and Everyday English

English learning resource · ES

**Line-by-line · English + Spanish**

113 lines

**Study task: Listen again and notice the expressions you studied.**

Welcome back to Your English Toolbox.

Bienvenido de nuevo a Your English Toolbox.

I am Peter, and this is your weekly English recap.

Soy Peter y este es tu repaso semanal de inglés.

Today we will practise forty-two sentence pairs from episodes one hundred and ninety-five to two hundred and one.

Hoy practicaremos cuarenta y dos parejas de frases de los episodios ciento noventa y cinco al doscientos uno.

We will revisit popcorn, health, appointments, careful science, a story about giving, clear explanations and the word light.

Repasaremos las palomitas, la salud, las citas, el lenguaje prudente sobre ciencia, un cuento sobre dar, las explicaciones claras y la palabra light.

First, listen to a useful sentence.

Primero, escucha una frase útil.

Then you will have four seconds to repeat it aloud.

Después tendrás cuatro segundos para repetirla en voz alta.

After those four seconds, I will say the same idea in different words.

Después de esos cuatro segundos, expresaré la misma idea con otras palabras.

Listen for the meaning and notice what changes.

Escucha el significado y observa qué cambia.

The first sentence comes from an episode you heard this week.

La primera frase procede de un episodio que has escuchado esta semana.

The second sentence gives you another way to communicate that idea.

La segunda frase te ofrece otra manera de expresar esa idea.

You will also have a short pause after the second sentence.

También tendrás una breve pausa después de la segunda frase.

Use that pause to try the alternative phrasing yourself.

Aprovecha esa pausa para probar tú mismo la expresión alternativa.

If the sentence feels difficult, say the part you remember and keep going.

Si la frase te parece difícil, di la parte que recuerdes y sigue adelante.

This is a chance to practise speaking, not a test of perfect memory.

Esta es una oportunidad para practicar el habla, no un examen de memoria perfecta.

Keep your voice relaxed and take the full four seconds.

Relaja la voz y utiliza los cuatro segundos completos.

Let us begin in the kitchen with popcorn and useful action words.

Empecemos en la cocina con las palomitas y algunos verbos útiles.

A popcorn kernel contains a small amount of water surrounded by starch.

Un grano de palomitas contiene una pequeña cantidad de agua rodeada de almidón.

A little water sits inside each popcorn seed, with starch around it.

Dentro de cada grano de maíz hay un poco de agua rodeada de almidón.

A tough outer hull holds the contents inside.

Una cubierta exterior resistente mantiene el contenido dentro.

A strong outer covering keeps everything in the kernel.

Una cubierta exterior fuerte mantiene todo dentro del grano.

Some of it turns into steam.

Parte de ella se convierte en vapor.

Part of the water changes into hot water vapour.

Parte del agua se transforma en vapor de agua caliente.

The steam cannot escape easily through the strong hull.

El vapor no puede escapar fácilmente a través de la cubierta resistente.

The hard outer layer makes it difficult for the steam to get out.

La capa exterior dura dificulta que salga el vapor.

So pressure builds up inside.

Así que la presión se acumula en el interior.

The pressure gradually increases within the kernel.

La presión aumenta gradualmente dentro del grano.

The kernel bursts open.

El grano revienta.

The popcorn seed suddenly breaks apart.

El grano de palomitas se abre de repente.

Now we will practise expressions for health and recovery.

Ahora practicaremos expresiones sobre la salud y la recuperación.

I am getting over a cold.

Me estoy recuperando de un resfriado.

I am recovering from a cold.

Me estoy recuperando de un resfriado.

I hope you will be back on your feet soon.

Espero que pronto vuelvas a estar en forma.

I hope you can return to your normal activity soon.

Espero que pronto puedas retomar tu actividad habitual.

I am feeling a bit under the weather today.

Hoy me encuentro un poco indispuesto.

I feel slightly ill today.

Hoy me siento ligeramente enfermo.

My grandfather is eighty and still fit as a fiddle.

Mi abuelo tiene ochenta años y sigue estando en plena forma.

My grandfather is eighty and still very healthy.

Mi abuelo tiene ochenta años y sigue estando muy sano.

I have been feeling run down this week.

Esta semana me he sentido agotado.

I have felt tired and low in energy this week.

Esta semana me he sentido cansado y con poca energía.

A quiet weekend helped me recharge my batteries.

Un fin de semana tranquilo me ayudó a recargar las pilas.

A peaceful weekend helped me get my energy back.

Un fin de semana tranquilo me ayudó a recuperar la energía.

Next, let us make and change plans politely.

A continuación, hagamos y cambiemos planes con cortesía.

Could we move our appointment to Thursday?

¿Podríamos cambiar nuestra cita al jueves?

Would it be possible to arrange our appointment for Thursday instead?

¿Sería posible fijar nuestra cita para el jueves en su lugar?

Would Friday morning work for you instead?

¿Te vendría bien el viernes por la mañana en su lugar?

Would Friday morning be convenient for you as another option?

¿Te vendría bien el viernes por la mañana como otra opción?

Something has come up at work, so I cannot make Wednesday.

Ha surgido algo en el trabajo, así que no puedo el miércoles.

An unexpected work issue means I cannot attend on Wednesday.

Un asunto inesperado de trabajo hace que no pueda asistir el miércoles.

Is there another time that suits you?

¿Hay otro momento que te venga bien?

Is a different time convenient for you?

¿Te viene bien otro momento?

I am afraid I cannot do Friday, but Tuesday afternoon is free.

Me temo que no puedo el viernes, pero tengo libre el martes por la tarde.

Friday does not work for me, but I am available on Tuesday afternoon.

El viernes no me viene bien, pero estoy disponible el martes por la tarde.

I am sorry for the change.

Siento el cambio.

I apologise for changing the arrangement.

Me disculpo por cambiar lo acordado.

Now let us practise describing research carefully.

Ahora practiquemos cómo describir investigaciones con cuidado.

Why do our fingers wrinkle in water?

¿Por qué se arrugan los dedos en el agua?

Why does the skin on our fingers form lines after time in water?

¿Por qué se forman líneas en la piel de los dedos después de estar un tiempo en el agua?

One question is whether the wrinkles help us grip wet objects.

Una pregunta es si las arrugas nos ayudan a sujetar objetos mojados.

Researchers ask if those lines help us hold wet things firmly.

Los investigadores se preguntan si esas líneas nos ayudan a sujetar firmemente cosas mojadas.

A hypothesis is an idea that can be tested, not a settled fact.

Una hipótesis es una idea que se puede poner a prueba, no un hecho establecido.

A hypothesis is a testable explanation, rather than an established conclusion.

Una hipótesis es una explicación que se puede comprobar, en lugar de una conclusión establecida.

This pattern may help us handle wet things.

Este patrón podría ayudarnos a manejar objetos mojados.

These wrinkles might make it easier to manage wet objects.

Estas arrugas podrían facilitar el manejo de objetos mojados.

It shows possibility, not certainty.

Indica posibilidad, no certeza.

It indicates that something is possible, without saying it is sure.

Indica que algo es posible, sin afirmar que sea seguro.

And researchers have not proved the evolutionary explanation.

Y los investigadores no han demostrado la explicación evolutiva.

Scientists have not established that explanation about evolution as fact.

Los científicos no han establecido como un hecho esa explicación sobre la evolución.

The Gift of the Magi gives us language for generosity and difficult choices.

El regalo de los Reyes Magos nos aporta lenguaje para hablar de generosidad y decisiones difíciles.

Della counted the money she had saved.

Della contó el dinero que había ahorrado.

Della added up the money she had put aside.

Della sumó el dinero que había reservado.

It was her greatest treasure.

Era su mayor tesoro.

It was the thing she valued most.

Era lo que más valoraba.

With the money, she searched the shops for something worthy of Jim.

Con el dinero, buscó en las tiendas algo digno de Jim.

Using that money, she looked through shops for a suitable gift for Jim.

Con ese dinero, recorrió las tiendas buscando un regalo adecuado para Jim.

Jim held out a small package.

Jim le tendió un pequeño paquete.

Jim extended a little parcel towards her.

Jim extendió un pequeño paquete hacia ella.

Their gifts could not be used as they were.

Sus regalos no podían usarse tal como estaban las cosas.

Neither present was usable in the circumstances.

Ninguno de los regalos se podía usar en esas circunstancias.

Their presents were thoughtful, even though neither could use them as planned.

Sus regalos fueron considerados, aunque ninguno pudiera usarlos como había planeado.

Their gifts showed care, although they could not use them as intended.

Sus regalos mostraban cariño, aunque no pudieran usarlos como pretendían.

Let us make the pattern after explain feel natural.

Hagamos que la estructura con explain resulte natural.

The simple structure is explain something to someone.

La estructura sencilla es explicar algo a alguien.

The usual pattern is to explain a thing to a person.

La estructura habitual es explicar una cosa a una persona.

For example, explain the problem to your manager.

Por ejemplo, explica el problema a tu responsable.

For instance, describe the problem clearly to your manager.

Por ejemplo, describe claramente el problema a tu responsable.

Please explain to me why the train is late.

Por favor, explícame por qué llega tarde el tren.

Please tell me the reason for the train being late.

Por favor, dime el motivo del retraso del tren.

Could you explain the schedule?

¿Podrías explicar el horario?

Could you make the timetable clear?

¿Podrías aclarar el horario?

Please explain to me what happened.

Por favor, explícame qué pasó.

Please tell me clearly what took place.

Por favor, cuéntame claramente qué ocurrió.

Could you explain the rule to me?

¿Podrías explicarme la regla?

Could you make the rule clear to me?

¿Podrías aclararme la regla?

Finally, listen for three uses of light.

Por último, escucha tres usos de light.

This suitcase is light enough to carry upstairs.

Esta maleta es lo bastante ligera para subirla por las escaleras.

This suitcase is not too heavy to take upstairs.

Esta maleta no pesa demasiado para subirla por las escaleras.

The light in the hallway is still on.

La luz del pasillo sigue encendida.

The hallway lamp has not been switched off.

La lámpara del pasillo no se ha apagado.

For example, stop when the traffic lights turn red.

Por ejemplo, detente cuando los semáforos se pongan en rojo.

For instance, stop when the road signals show red.

Por ejemplo, detente cuando las señales de tráfico estén en rojo.

Please light the candle before dinner.

Por favor, enciende la vela antes de cenar.

Please make the candle start burning before dinner.

Por favor, haz que la vela empiece a arder antes de cenar.

She lit a small fire to keep warm.

Ella encendió una pequeña hoguera para mantenerse caliente.

She started a little fire so that she could stay warm.

Ella hizo una pequeña hoguera para mantenerse caliente.

Light pollution makes the night sky harder to see.

La contaminación lumínica dificulta ver el cielo nocturno.

Excess artificial light makes it more difficult to see the night sky.

El exceso de luz artificial hace más difícil ver el cielo nocturno.

You have practised forty-two pairs from this week's seven episodes.

Has practicado cuarenta y dos parejas de los siete episodios de esta semana.

Choose one expression about health and one for making plans.

Elige una expresión sobre salud y otra para hacer planes.

Now make a true sentence about your own life with each of them.

Ahora crea una frase verdadera sobre tu propia vida con cada una.

If you want a second round, say the alternative sentence before I do.

Si quieres una segunda ronda, di la frase alternativa antes que yo.

Visit Your English Toolbox for the full transcript, vocabulary and practice.

Visita Your English Toolbox para consultar la transcripción completa, el vocabulario y la práctica.

Thank you for practising with me.

Gracias por practicar conmigo.

This is Peter, and I will see you next time.

Soy Peter y nos vemos la próxima vez.