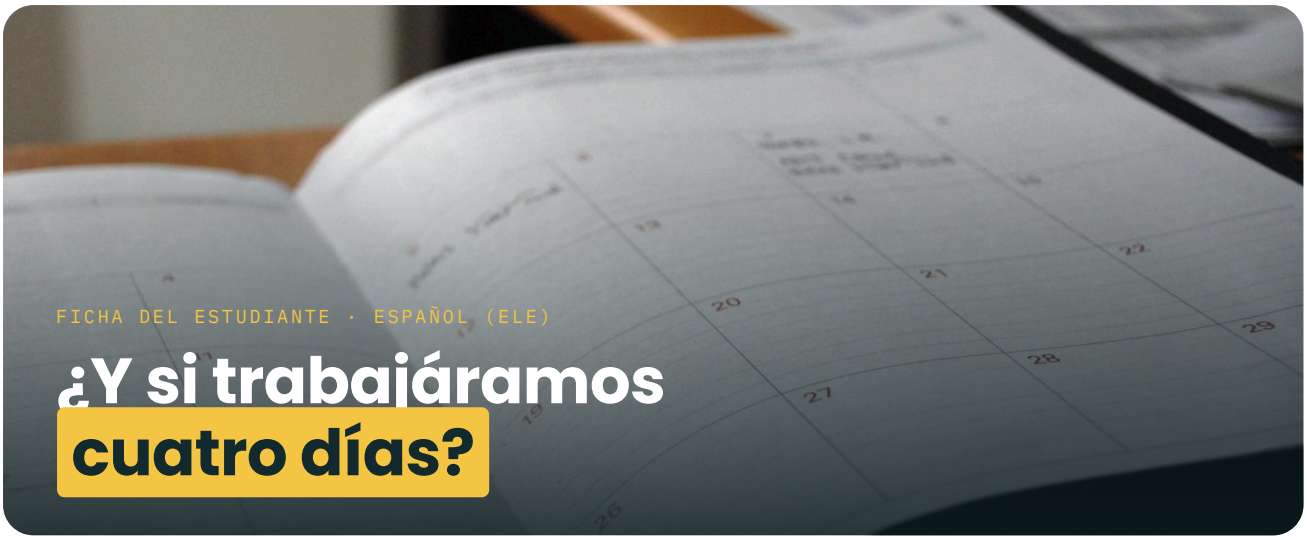

FICHA DEL ESTUDIANTE · ESPAÑOL (ELE)

¿Y si trabajáramos cuatro días?

NIVEL
B2 · Intermedio alto

DURACIÓN
60 min

DESTREZAS
Lectura · Expresión oral · Gramática · Escritura

Objetivos de aprendizaje

En esta clase, puedes:

- entender una noticia sobre un estudio científico
- formular hipótesis con si + imperfecto de subjuntivo y condicional
- argumentar a favor y en contra de la semana de cuatro días
- proponer una prueba piloto en tu empresa

Vocabulario clave

la jornada · recortar · el sueldo · el agotamiento · rendir · la encuesta · el grupo de control · la satisfacción laboral · la fatiga · la calidad del sueño

Materiales

- esta ficha
- noticia: *La ciencia lo confirma: Las jornadas laborales de 4 días, sin reducción de sueldo, son buenas para las personas y las empresas* (CNN Chile)

1 Calentamiento

EXPRESIÓN ORAL

Mira las imágenes. ¿Qué ves? ¿Qué relación tienen con el tema? Después, responde a las preguntas con tu profesor.



IMAGEN A · un equipo trabajando



IMAGEN B · un equipo celebrando un resultado



IMAGEN C · una agenda semanal

 · © NATeacher. Fotocopiable para las clases de NATeacher.

1. ¿Cuántos días y cuántas horas trabajas a la semana?
2. ¿Qué harías con un día libre más cada semana?
3. ¿Crees que se puede trabajar menos y producir lo mismo?

2 Preparación del vocabulario

VOCABULARY

Parte A Relaciona las palabras con sus definiciones.

el agotamiento *(n.)* · la jornada *(n.)* · el grupo de control *(n.)* · rendir *(v.)* · la encuesta *(n.)* · recortar *(v.)*

1. _____ reducir una cantidad, por ejemplo de horas o de dinero
2. _____ cansancio extremo, físico o mental
3. _____ conjunto de preguntas para conocer opiniones o datos
4. _____ grupo que no recibe el cambio y sirve para comparar
5. _____ dar buenos resultados en el trabajo
6. _____ tiempo de trabajo diario o semanal

Parte B Completa las frases con las palabras del recuadro.

salud mental · sueldo · sueño · satisfacción laboral · productividad · fatiga

1. Trabajaron menos horas sin reducción de _____ .
2. Los participantes mejoraron mucho la calidad del _____ .
3. Con más descanso, la _____ suele disminuir.
4. Aumentó la _____ : estaban más contentos con su empleo.
5. El estudio midió la _____ y la salud física.
6. Si se trabaja mejor, puede aumentar la _____ .

3 Texto principal: lee la noticia

LECTURA

Un estudio internacional publicado en la revista *Nature Human Behaviour* analizó qué pasa cuando las empresas reducen la jornada sin bajar el sueldo. CNN Chile resume sus resultados.

NOTICIA

La ciencia lo confirma: Las jornadas laborales de 4 días, sin reducción de sueldo, son buenas para las personas y las empresas

CNN Chile · Carlos Reyes, EFE y CNN · 22 jul 2025 · 3 min de lectura · gratis, sin registro

https://www.cnnchile.com/tendencias/la-ciencia-lo-confirma-las-jornadas-laborales-de-4-dias-sin-reduccion-de-sueldo-son-buenas-para-las-personas-y-las-empresas/

Lee los dos primeros párrafos. ¿Qué conclusión presenta la noticia? Resúmela en una frase.

FICHA DEL ESTUDIANTE

 · © NATeacher. Fotocopiable para las clases de NATeacher.

Foco gramatical: condicionales: si + imperfecto de subjuntivo

Para hablar de situaciones **hipotéticas** o poco probables usamos **si + imperfecto de subjuntivo** y el **condicional**:

Tipo	Estructura	Ejemplo
real / posible	si + presente → presente o futuro	Si la empresa reduce la jornada, los empleados descansarán más.
hipotética	si + imperfecto de subjuntivo → condicional	Si trabajáramos cuatro días, dormiríamos mejor.
formación	3.ª pl. del indefinido – *ron* + *ra*	trabajaron → trabajara; tuvieron → tuviera; fueron → fuera
orden inverso	condicional + si...	Rendiríamos más si tuviéramos menos reuniones.

Nunca usamos el condicional después de *si*: × *Si trabajaría menos...* → ✓ *Si trabajara menos...* Las formas en **-ra** y en **-se** son equivalentes (*trabajara / trabajase*); la forma en **-ra** es más frecuente al hablar.

Práctica: Completa con el imperfecto de subjuntivo y el condicional de los verbos entre paréntesis.

1. Si mi empresa _____ (probar) la semana de cuatro días, yo _____ (estar) encantada.
2. Si _____ (tener, nosotros) los viernes libres, _____ (poder) descansar más.
3. ¿Qué _____ (hacer, tú) si no _____ (tener) que trabajar los lunes?
4. Los empleados _____ (rendir) más si _____ (dormir) mejor.
5. Si el sueldo _____ (bajar), muchos trabajadores no _____ (aceptar) el cambio.
6. Si _____ (ser, yo) directora, _____ (reducir) las reuniones.

4 Comprensión lectora

LECTURA

Parte A Lee otra vez. ¿Las frases son verdaderas (V) o falsas (F)? Rodea la respuesta.

1. En el estudio participaron 2.896 empleados de 141 empresas. **V / F**
2. Todos los participantes redujeron su jornada en 8 horas o más. **V / F**
3. El grupo de control estaba formado por 285 trabajadores de 12 empresas. **V / F**
4. Los trabajadores que redujeron la jornada cobraron menos. **V / F**
5. Los trabajadores respondieron encuestas durante seis meses. **V / F**
6. Los beneficios fueron iguales en todos los grupos. **V / F**

 · © NATeacher. Fotocopiable para las clases de NATeacher.

Parte B Elige la respuesta correcta.

1. ¿En qué revista se publicaron las conclusiones?
   (a) Nature (b) Nature Human Behaviour (c) Science
2. ¿Qué instituciones hicieron la investigación?
   (a) la Universidad de Boston y el University College de Dublín (b) Harvard y Oxford
   (c) la Universidad de Chile y la de Madrid
3. ¿En qué mejoraron mucho los trabajadores, «particularmente»?
   (a) en el salario (b) en el número de clientes (c) en la calidad del sueño
4. ¿En cuántos países se hizo el estudio?
   (a) en cuatro (b) en seis (c) en doce

Parte C Piensa y responde.

1. ¿Qué indicadores compararon los investigadores antes y después del cambio?

2. ¿Qué diferencia hubo entre el grupo de 8 horas menos y los otros grupos?

3. ¿Crees que estos resultados se podrían aplicar en tu sector? ¿Por qué?

5 Práctica oral y conversación

EXPRESIÓN ORAL

Parte A Elige DOS tarjetas. Habla de cada una con tu profesor durante 1–2 minutos.

Tarjeta 1: Mi semana ideal

- ¿Cuántos días trabajarías?
- ¿Qué harías el día libre?
- ¿Cómo te organizarías?

Tarjeta 2: Mi sector

- ¿Sería posible?
- ¿Qué problemas habría?
- ¿Quién saldría ganando?

Tarjeta 3: Productividad

- ¿Qué te hace rendir más?
- ¿Qué te distrae?
- un cambio útil

Tarjeta 4: Salud y trabajo

- el sueño
- el estrés
- el tiempo libre

Tarjeta 5: Una prueba piloto

- ¿Qué probarías?
- ¿Cómo medirías los resultados?
- ¿Durante cuánto tiempo?

FICHA DEL ESTUDIANTE

 · © NATeacher. Fotocopiable para las clases de NATeacher.

Parte B Responde a las preguntas con tu profesor. Da razones y ejemplos.

1. Si tu empresa te ofreciera trabajar cuatro días con el mismo sueldo, ¿aceptarías? ¿Por qué?
2. ¿Qué pasaría con los clientes si todo el equipo descansara los viernes?
3. ¿Crees que trabajar menos horas siempre significa rendir más? Da un ejemplo.
4. Si pudieras cambiar una cosa de tu jornada laboral, ¿qué cambiarías?
5. ¿Qué sectores tendrían más dificultades para aplicar la semana de cuatro días?

6 Idea clave y cierre

REPASO

Completa las frases. Después, díselas a tu profesor.

1. Según el estudio, la semana de cuatro días _____
2. Si yo trabajara cuatro días, _____
3. Si mi empresa redujera la jornada, _____
4. Una condición necesaria sería _____

Para recordar: Para hablar de situaciones hipotéticas usamos **si + imperfecto de subjuntivo** y el **condicional**: *Si trabajáramos cuatro días, dormiríamos mejor.* Nunca pongas el condicional después de *si*.

+ Ampliación opcional / tarea

ESCRITURA

Escribe un correo (120–150 palabras) a tu responsable proponiendo una prueba piloto de semana de cuatro días en tu equipo. Explica qué pasaría, qué beneficios habría y cómo medirías los resultados. Usa al menos cuatro oraciones condicionales.

Actividad alternativa: Escribe un párrafo sobre los riesgos de la semana de cuatro días en tu sector.

Referencias

Reyes, C. (2025, 22 de julio). *La ciencia lo confirma: Las jornadas laborales de 4 días, sin reducción de sueldo, son buenas para las personas y las empresas*. CNN Chile. https://www.cnnchile.com/tendencias/la-ciencia-lo-confirma-las-jornadas-laborales-de-4-dias-sin-reduccion-de-sueldo-son-buenas-para-las-personas-y-las-empresas/

Material original: el vocabulario, los ejemplos y los ejercicios se escribieron para NATeacher para estudiantes de nivel B2.

Fotos: Eric Rothermel, Jud Mackrill, Vitaly Gariev, Estée Janssens en Unsplash (unsplash.com), con la licencia de Unsplash.

 · © NATeacher. Fotocopiable para las clases de NATeacher.