

# QUADERN D'ACTIVITATS DE LLENGUA B2

Lola Valero (Coordinació)  
Ivan Carbonell  
Ignasi Moral

**TABARCA  
ECIR  
MARFIL**



Disseny coberta: Nina Llorens

© Tabarca Llibres, S.L.

© Lola Valero (Coordinació)  
Ivan Carbonell  
Ignasi Moral

I.S.B.N.: 978-84-8025-630-8  
Dipòsit Legal: V-1557-2024

Edita:

Tabarca Llibres, S.L.  
Pl. Alqueria de la Culla, 4 (Edif. Albufera Center, of. 104-B)  
46910 • ALFAFAR (València)  
Tel.: 963 186 007  
[www.tabarcallibres.com](http://www.tabarcallibres.com)  
e-mail: [info@tabarcallibres.com](mailto:info@tabarcallibres.com)

Imprés:

Gráficas Leitzarán

Qualsevol forma de reproducció, distribució, comunicació pública o transformació d'aquesta obra sols es pot realitzar amb l'autorització dels seus titulars, llevat de les excepcions previstes per la llei. Si necessita fotocopiar o escanejar algun fragment d'aquesta obra, s'ha d'adreçar a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, [www.cedro.org](http://www.cedro.org)).



## ÍNDIX

|                   |    |
|-------------------|----|
| PRESENTACIÓ ..... | 5  |
| UNITAT 1 .....    | 7  |
| UNITAT 2 .....    | 21 |
| UNITAT 3 .....    | 35 |
| UNITAT 4 .....    | 51 |
| UNITAT 5 .....    | 65 |

Accés als àudios de la CO  
i al solucionari  
a través de codis QR.



# PRESENTACIÓ

Aprendre un idioma és un repte. Aquest repte és sovint un desafiament amb un mateix i consisteix a analitzar i comprovar amb tasques concretes si s'ha assolit l'entrellat de l'idioma que aprenem. Per a acarar aquest repte necessitem instruments que ens ajuden a plantejar-nos si som capaços de fer les proves d'una llengua i comprovar com les hem fetes.

El llibre que tens a les mans vol ser aquest instrument. Aquest manual vol ser la clau que et permeta testar els teus coneixements, i també vol oferir-te models de solució a les tasques que et proposem perquè comproves com evoluciones en l'assoliment del nivell B2 de valencià. Per això, aquest llibre està adequat als principis del Marc Europeu Comú de Referència i adaptat específicament als continguts que el MECR estipula per al nivell B2. Les proves que en aquest manual t'oferim emulen les del nivell B2 de les Proves Unificades de Certificació de les Escoles Oficials d'Idiomes, però són igualment útils per a preparar els exàmens de la JQCV i de la CIEACOVA.

Cada unitat d'aquest llibre consta de comprensions orals i escrites, produccions orals i escrites i mediacions orals i escrites. Cada unitat està dissenyada perquè l'estudiant practique les cinc habilitats bàsiques i després pugua comprovar com calia haver fet la tasca. L'autocorrecció i el models de solució són les eines que aquest llibre interactiu facilita a l'aprenent perquè hi accedisca a l'aula o a casa, amb el guiatge del docent o de manera autònoma.

El solucionari que acompanya aquest manual segueix els criteris d'avaluació de les EOI i ha estat elaborat per professorat examinador expert en l'avaluació, en la redacció i en la formació de correctors de les proves PUC, les proves de la JQCV i les proves de la CIEACOVA. Aquest solucionari vol ser per a l'aprenent la clau que òbriga tots els panys del seu aprenentatge; vol proveir-lo de redaccions fetes, de diàlegs i monòlegs fets, de mediacions resoltes i de bancs de solucions de comprensions. En aquest llibre trobarem, doncs, l'enunciat del problema i la solució, la pregunta i la resposta, la tasca i el model de resolució.

Amb els models de proves que ofereix aquest llibre i el solucionari que exemplifica les respostes a aquestes proves, el repte d'aprendre un idioma pot ser més fàcil de plantejar, ja siga a l'aula sota el lideratge del docent o a casa de manera autodidacta per l'aprenent. Que el resultat d'aquest repte siga positiu és també part de l'esperit d'aquest manual que a les teues mans adquireix per fi tot el seu sentit per a existir.



# UNITAT 1

Aquesta unitat conté:

- ⦿ Dues tasques de producció i coproducció de textos escrits.
- ⦿ Una tasca de mediació escrita.
- ⦿ Una tasca de comprensió de textos escrits.
- ⦿ Una tasca de comprensió de textos orals.
- ⦿ Dues tasques de producció i coproducció de textos orals.
- ⦿ Una tasca de mediació oral.

Enllaços a la CO.

**SOLUCIONS I COMENTARIS**



# 1. PRODUCCIÓ I COPRODUCCIÓ DE TEXTOS ESCRITS

CAL QUE REDACTEU DUES TASQUES. TINGUEU EN COMPTE QUE L'EXCÉS O DEFECTE EN EL NOMBRE DE PARAULES ES PENALITZARÀ TOT I RESPECTANT-NE UN MARGE DEL +/- 10%.

## TASCA I.

(60 punts)

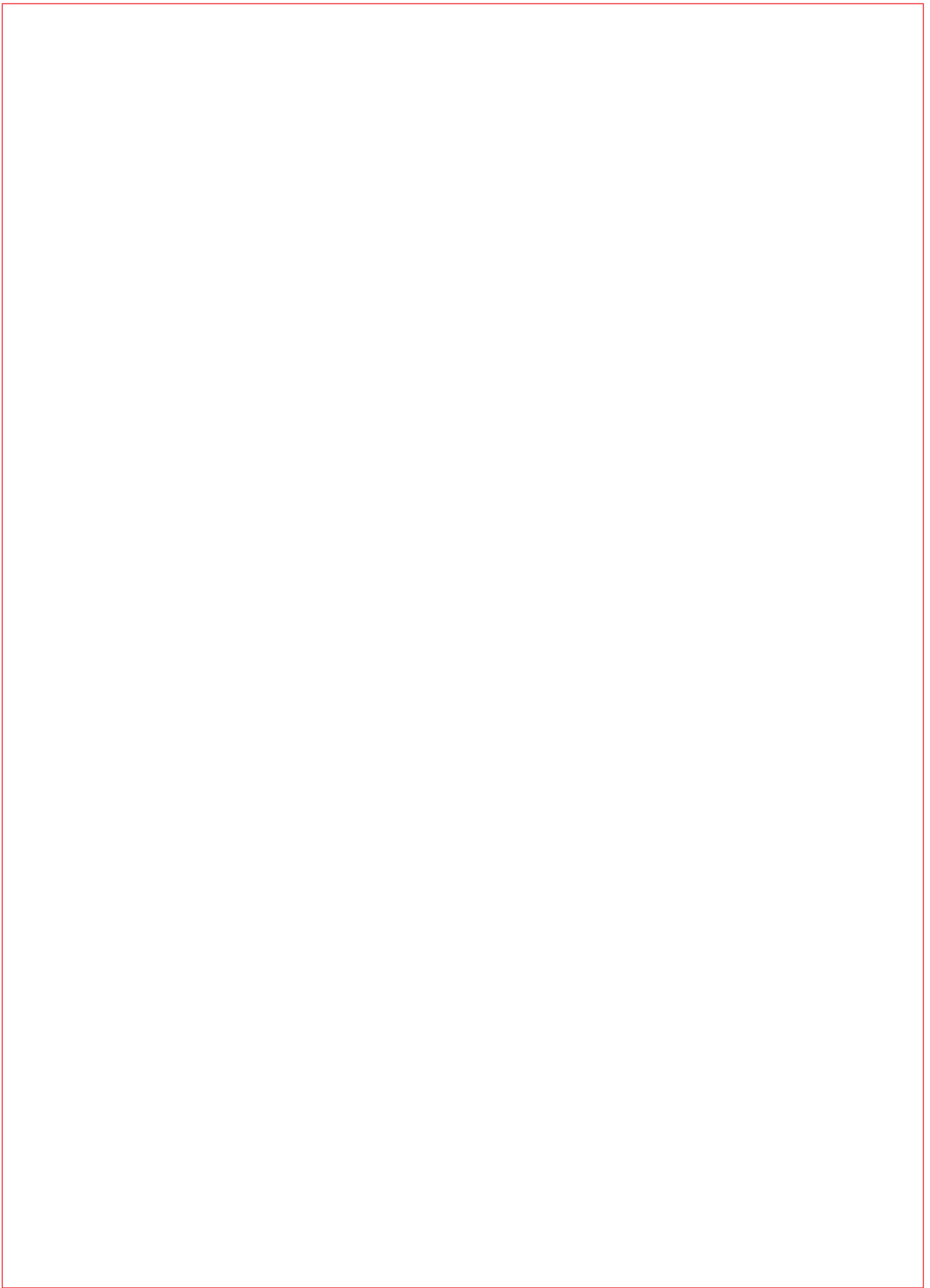
Redacteu un text entre 180 i 210 paraules.

L'ajuntament del municipi en què resideixes hi ha creat una xarxa de carrils bici. Com a usuari d'aquests carrils, decideixes escriure un article per a la secció del correu del ciutadà en què expresses la teua satisfacció per aquesta decisió.

Hi hauràs d'incloure:

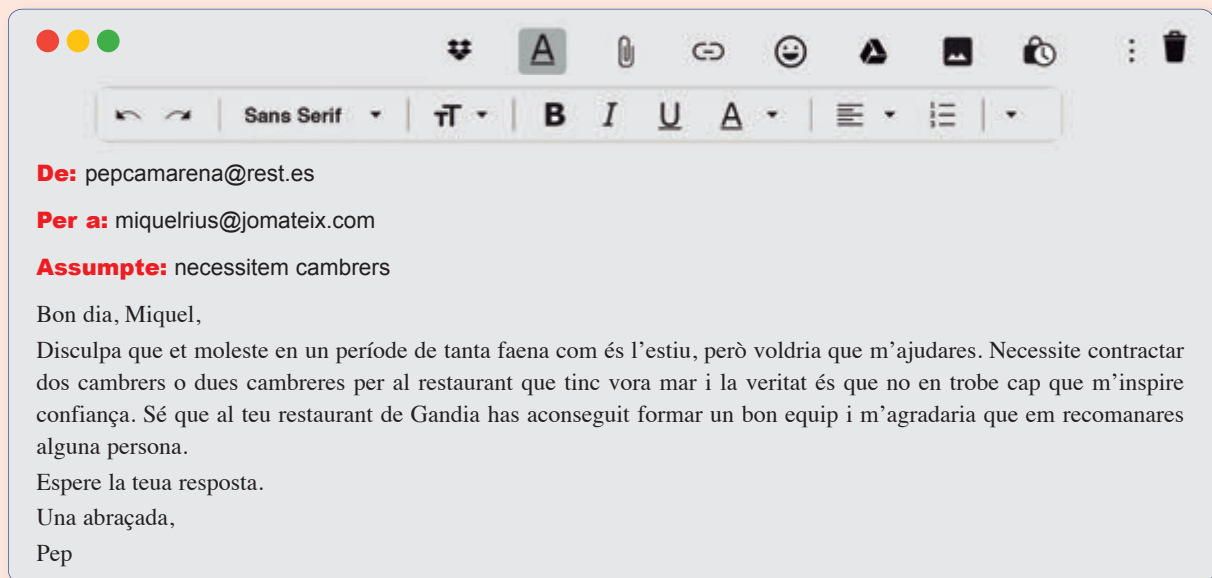
- Trànsit i contaminació
- Impacte en la salut
- Propostes





Redacteu un text entre 120 i 140 paraules.

Un amic restaurador t'ha escrit el següent correu:



Li respon amb un altre correu en què li recomanes una persona que ja havia treballat amb tu.

Hi hauràs d'incloure:

- Aptituds i actituds de la persona
- Formació i experiència
- Expectatives laborals

## 2. MEDIACIÓ ESCRITA

### TASCA

(50 punts)

Escriviu entre 120 i 140 paraules. Tingueu en compte que l'excés o defecte en el nombre de paraules es penalitzarà tot i respectant-ne un marge del +/- 10%.

Com a viatger habitual, recentment has tingut diverses experiències de *house sitting*, una nova forma de viatjar que consideres molt interessant. És per això que has decidit escriure un article per a la web de l'associació de viatgers de què formes part en el qual expliques en què consisteix aquesta forma de viatjar.



**HOUSE SITTING**

"House sitting" és un acord on una persona es queda a casa d'algu, fent-se càrrec de la propietat i les tasques associades mentre el propietari està fora.

**BENEFICIS DEL "HOUSE SITTING"**

- Els "house sitters" solen cuidar de les mascotes del propietari.
- Els viatgers estalvien en despeses de lloguer o allotjament.
- La casa romandrà ocupada, cosa que redueix el risc de robatoris o danys.

**TASQUES D'UN "HOUSE SITTER"**

- Donar menjar, passejar i donar afecte a les mascotes.
- Recollir el correu, regar plantes, mantenir l'ordre.
- Informar sobre qualsevol problema o emergència.

**PER ALS "HOUSE SITTERS"**

- Establir una comunicació clara amb el propietari abans de l'acord.
- Ser responsable i respectuós amb la propietat i les normes de la casa.
- Tenir en compte les necessitats de les mascotes i complir amb els horaris d'alimentació i passeig.

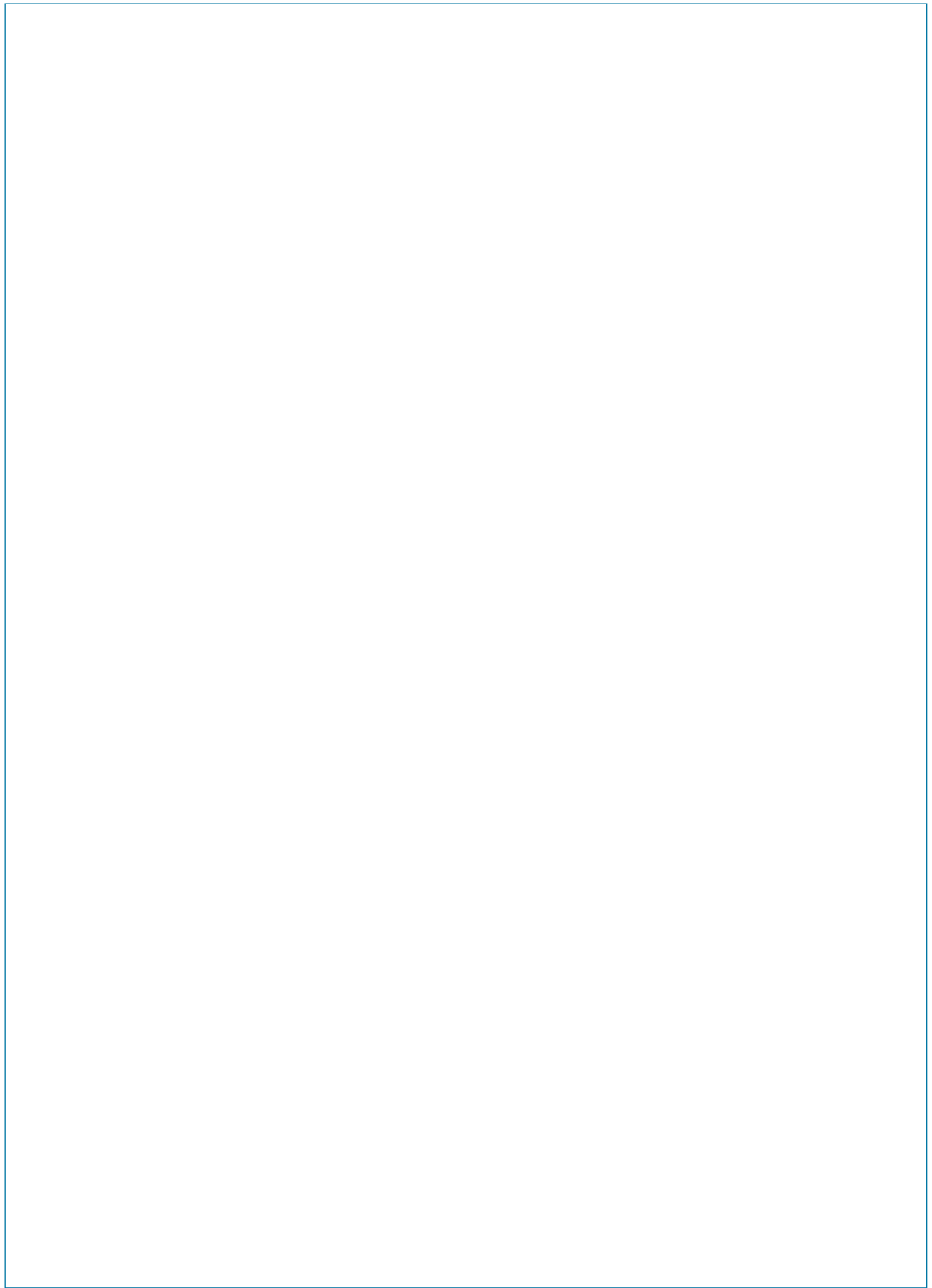
**CONSELLS**

- Realitzar una entrevista amb el "house sitter" per a conèixer-lo millor.
- Proporcionar instruccions detallades per a les tasques i les mascotes.
- Deixar informació de contacte d'emergència i un amic o familiar proper.

**PER ALS PROPIETARIS**

**PLATAFORMES DE "HOUSE SITTING"**

- Trusted Housesitters
- house carers .com
- MindMyHouse
- nomador



## 3. COMPRENSIÓ DE TEXTOS ESCRITS

### TASCA **FREGIDORES D'AIRE**

(14 punts)

Llegiu amb atenció aquest text sobre les fregidores d'aire i els enunciats que hi ha a continuació. Trieu l'opció correcta de cada pregunta. El primer enunciat (o) és un exemple.

### Fregidores d'aire

Joana Costa

A hores d'ara en un gran nombre de llars hi ha, sobre el marbre de la cuina, una fregidora d'aire, gadget d'èxit ja durant les festes de Nadal de fa dos anys i regal fàcil per a cuinetes i no tan cuinetes. Passat el temps prudencial d'implantació d'aquest innovador electrodomèstic, ja se'n pot traure l'aigua clara i decidir si realment ha estat un bluf o una revolució culinària a la qual s'abonarà tota la societat al llarg del temps. De fet, des dels seus inicis aquest invent es comercialitza sota la promesa de canviar els hàbits alimentaris i permetre preparacions més saludables, gustoses i fàcils de fer. Aquest gadget ja habita les cuines de gairebé la meitat de les llars nord-americanes (que, d'altra banda, tan poc tenen a veure amb les mediterrànies). Com en tot, no hi ha una única opinió, i en els fòrums de ressenyes de les empreses i botigues que els comercialitzen trobem apreciacions de tota mena, entre els que defensen aquest forn com a invent que els ha canviat la manera de cuinar i els que ho consideren una andròmina que mai hauria d'haver entrat a sa casa. A més, hi ha una gran diversitat de models, gammes, preus i funcionalitats, de manera que cada cas és un món. Finalment, un nou element entra en disputa: el preu de l'oli d'oliva està disparat. Per a algunes llars, ara sí, que serà el seu moment?

#### Una despesa energètica qüestionable

Entre els comentaris més comuns, i en ple auge dels preus per la inflació, hi ha una crítica generalitzada a la despesa energètica d'aquests aparells. Si bé se sol comparar la despesa amb la d'un forn com a molt menor, i és cert, això és com comparar peres i pomes, ja que la quantitat d'aliments que caben en un forn és molt superior perquè en una fornada es poden elaborar molts més productes. A més, la seua despesa és, de mitjana, de 1.500 watts (tot i que se solen moure en un ventall molt ampli entre 800 i 2000 watts) i en funció del temps que s'utilitze pot suposar costos destacats en la factura.

#### Temps llargs de cocció

Un altre dels retrets més comuns dels usuaris és que alguns aliments, com la carn, requereixen bastant temps per a cuinar-se, fet que incrementa el temps i també els costos de la preparació dels menjars ja que hi ha programes que van més enllà dels 60 minuts. "Les creïlles fregides, més que cuites, són bullides", critica una usuària que, després de preparar molts plats diferents, es mostra decebuda amb els resultats. Fins i tot lamenta que unes simples roses ni han esclatat amb aquesta mena de forn.

## **Plats secs, no fregits**

Igualment, una altra crítica a aquest invent és que el resultat no és semblant al de les fregidores convencionals sinó que s'assembla més a les textures que aconsegueix el forn. En aquest marc, nombrosos usuaris retrauen a aquest aparell que el peix no hi sol quedar bé. Altres consumidors també critiquen la sequedat dels resultats en preparacions com els calamars a la romana. De fet, com que funciona com un forn de convecció xicotet, la fregidora d'aire té un funcionament similar al d'un forn amb ventilador que escalfa molt l'aire per aconseguir la textura del fregit: exterior cruixent i interior tendre. Aquest funcionament és el que provoca que les capes externes s'assequen, amb el risc de deixar-les dures, i per això el peix sense arrebossar i de filet fi queda massa sec.

## **Sense olors ni fum**

Ara bé, no tot són crítiques, sinó que entre els que celebren haver conegut aquest gadget destaquen com a avantatges, sobretot, el fet de poder gaudir de menjars més saludables i que d'alguna manera recorden les fritures. "No genera males olors ni fum", destaca també un usuari que fa referència a l'olor que sí que es desprèn amb els fregits a casa. Aquest usuari també celebra el resultat aconseguit en les creïlles fregides i el seu bon gust. Hi ha fins i tot qui usa aquesta màquina cada dia per fer verdures i carns. La facilitat d'ús i la seguretat pel que fa a prescindir d'olis bullint prop de la pell són altres avantatges que remarquen els usuaris convençuts d'aquest aparell. En una cuina amb criatures, per exemple, que no hi haja olis cremant és molt més segur.

## **Menys oli i menys calories**

També des de la postura de recomanar aquest aparell pels seus avantatges, l'Organització de Consumidors i Usuaris (OCU) defensa la compra d'una d'aquestes màquines perquè, des dels primers llançaments al mercat, la qualitat ha millorat molt i el preu ha baixat. A més, subratlla que permet un triple estalvi: "d'oli, de calories i d'energia". En primer lloc, la reducció en la quantitat d'oli resulta evident si es compara aquest forn de convecció amb una fregidora de tota la vida, un avantatge que hui té una doble lectura si es té en compte com ha pujat el preu del litre d'oli. Igualment, en relació amb el consum energètic, l'OCU compara la despesa amb la de la fregidora convencional, que és superior. Pel que fa a la reducció de calories, remarca la possibilitat d'elaborar plats menys greixosos i que tenen un efecte beneficiós per a la salut, alhora que es tracta de preparacions plaents. Dit això, tot és qüestió de punts de vista i d'encert en la compra.

Font: [https://mengem.ara.cat/receptes/preu-l-oli-torna-posar-focus-fregidora-d-aire-detractors-admiradors-s-hi-cuinar\\_130\\_4794550.html](https://mengem.ara.cat/receptes/preu-l-oli-torna-posar-focus-fregidora-d-aire-detractors-admiradors-s-hi-cuinar_130_4794550.html) (adaptació)

## EXEMPLE

### *o. Les fregidores d'aire són un regal...*

- a) *útil per a diferents perfils de persones.*
- b) típic de Nadal.
- c) que amb el temps es deixa d'usar.

### **1. Per a poder valorar l'èxit d'aquest tipus de fregidores...**

- a) cal esperar un temps.
- b) cal fixar-se sobretot en el mercat nord-americà.
- c) podem basar-nos en valoracions actuals.

### **2. La valoració d'aquestes fregidores...**

- a) és molt positiva perquè hui dia en comptem amb molts models.
- b) pot incrementar-se a causa de l'augment del preu de l'oli d'oliva.
- c) varia segons el país.

### **3. Les fregidores d'aire...**

- a) consumeixen la mateixa quantitat d'energia que un forn.
- b) són molt eficients des del punt de vista energètic.
- c) poden tindre un impacte important en la factura de la llum.

### **4. Hi ha qui critica que...**

- a) la carn sol quedar crua.
- b) algun aliment no es frig com cal.
- c) que les roses es cremen.

### **5. Si hi fregim peix quedarà...**

- a) massa sec si no l'arrebossem.
- b) igual que si l'haguérem cuinat al microones.
- c) massa cruixent per fora.

### **6. Hi ha usuaris que destaquen com a avantatge...**

- a) el resultat gairebé idèntic al que s'obtindria amb una fregidora convencional.
- b) la impossibilitat de cremar-se.
- c) la possibilitat de fregir-hi qualsevol aliment.

7. L'OCU defensa la compra d'aquestes fregidores perquè...

- a) suposen una reducció de l'oli usat.
- b) el preu ha baixat molt en els últims mesos.
- c) realitzen la mateixa funció que un forn de convecció.

**TASCA FREGIDORES D'AIRE**

|           |    |    |    |    |    |    |    |    |
|-----------|----|----|----|----|----|----|----|----|
| ENUNCIAT  | o. | 1. | 2. | 3. | 4. | 5. | 6. | 7. |
| RESPOSTA  | a  |    |    |    |    |    |    |    |
| CORRECCIÓ | ✓  |    |    |    |    |    |    |    |

TOTAL (7 x 2 punts) \_\_\_\_\_ / 14 punts



## 4. COMPRENSIÓ DE TEXTOS ORALS

### TASCA AL MALNOM BONA CARA

(14 punts)



A continuació escoltareu dues vegades uns fragments que tracten sobre els malnoms. En acabar, disposareu d'un minut per a contestar o per a repassar les respostes. Emparelleu els enunciats amb els fragments que tot seguit escoltareu. Tingueu en compte que hi ha 2 enunciats que no es corresponen amb cap fragment. El primer fragment (o) és un exemple. Ara teniu un minut i mig per a llegir els enunciats.

#### ENUNCIATS

|    |   |
|----|---|
| A. | <i>Un malnom del qual no s'especifica l'origen.</i>           |
| B. | Un malnom que té relació amb un problema fisiològic.          |
| C. | Un malnom que està vinculat a les creences religioses.        |
| D. | El malnom que sol rebre el capità moro de les festes d'Alcoi. |
| E. | Un malnom que s'ha fet famós pertot arreu.                    |
| F. | Un malnom que té l'origen en una característica física.       |
| G. | Un malnom que deriva d'un greuge històric.                    |
| H. | Un malnom que procedeix de Vallada.                           |
| I. | Un malnom que es relaciona amb un tret de caràcter.           |
| J. | Un dels malnoms més antics.                                   |

Font: À Punt. Al malnom, bona cara. <https://www.apuntmedia.es/programes/al-malnom-bona-cara/>

### TASCA AL MALNOM BONA CARA

| FRAGMENT  | o. | 1. | 2. | 3. | 4. | 5. | 6. | 7. |
|-----------|----|----|----|----|----|----|----|----|
| ENUNCIAT  | A  |    |    |    |    |    |    |    |
| CORRECCIÓ | ✓  |    |    |    |    |    |    |    |

TOTAL (7 x 2 punts) \_\_\_\_\_ / 14 punts

# 5. PRODUCCIÓ I COPRODUCCIÓ DE TEXTOS ORALS

## PRODUCCIÓ ORAL FITXA 1 CANDIDAT A

### TASCA 1. MONÒLEG

- 🕒 Llegiu la introducció del tema i els suggeriments.
- 🕒 Escolliu almenys 3 de les 4 idees suggerides.
- 🕒 Durada de la intervenció: **3-3.30 minuts**.

### ACTIVITAT FÍSICA PER A LA SALUT

La pràctica habitual d'activitat física contribueix positivament en la salut. Parla sobre aquest tema.



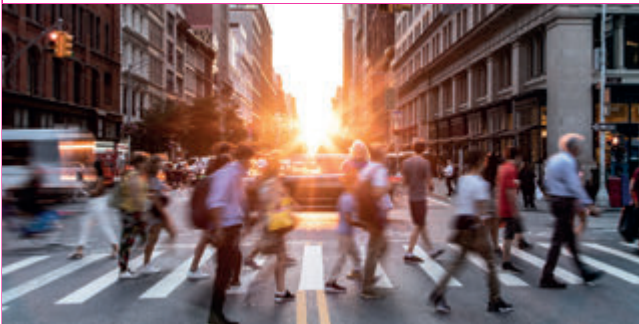
- ✓ Salut
- ✓ Benestar mental
- ✓ Constància
- ✓ Consells

### TASCA 2. DIÀLEG

- 🕒 Recordeu que és una conversa, per tant, eviteu donar respostes massa curtes i mostreu-vos-hi participatius.
- 🕒 Durada de la conversa: **5-6 minuts**.
- 🕒 Tu comences la conversa.

### CAMP O CIUTAT?

El teu amic s'ha mudat recentment a viure a un poble xicotet mentre que tu consideres que no hi ha res com viure a la ciutat. Discutiu sobre aquest tema a partir dels ítems proposats.



- ✓ Accés a serveis i infraestructures
- ✓ Oportunitat d'oci i cultura
- ✓ Oportunitats laborals
- ✓ Relacions familiars i d'amistat

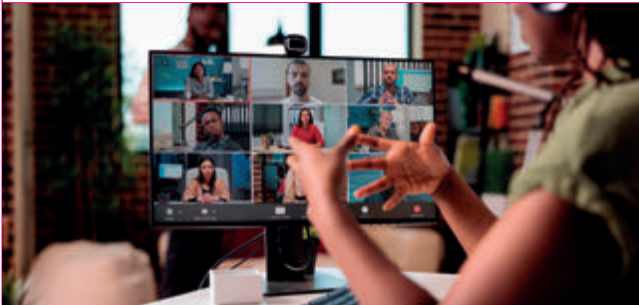
## PRODUCCIÓ ORAL FITXA 1 CANDIDAT B

### TASCA 1. MONÒLEG

- 🕒 Llegiu la introducció del tema i els suggeriments.
- 🕒 Escolliu almenys 3 de les 4 idees suggerides.
- 🕒 Durada de la intervenció: **3-3.30 minuts.**

### EL TELETREBALL

En l'actualitat cada vegada més les empreses opten pel teletreball. Parla sobre aquest tema.



- ✓ Conciliació
- ✓ Horaris i mobilitat
- ✓ Desavantatges
- ✓ Preferència

### TASCA 2. DIÀLEG

- 🕒 Recordeu que és una conversa, per tant, eviteu donar respostes massa curtes i mostreu-vos-hi participatius.
- 🕒 Durada de la conversa: **5-6 minuts.**
- 🕒 El candidat A comença la conversa.

### CAMP O CIUTAT?

Recentment t'has traslladat a viure a un poble xicotet, mentre que un dels teus millors amics és un clar defensor de la vida a la ciutat. Discussiu sobre aquest tema a partir dels ítems proposats.



- ✓ Qualitat de vida
- ✓ Pau i tranquil·litat
- ✓ Cost de la vida
- ✓ Relacions personals

# 6. MEDIACIÓ ORAL

## TASCA

- Ⓞ Llegiu amb atenció l'enunciat de la tasca.
- Ⓞ Utilitzeu les vostres paraules.
- Ⓞ Durada de la intervenció: 1.30–2 minuts.

## HIGIENE DEL SON

Tens un videoblog en què tractes diversos temes relacionats amb la salut. En l'entrada de hui parles de la higiene del son. Per a fer-ho et bases en la infografia que has penjat en el teu blog.

**Higiene del son**  
*Com dormir bé*

**1 Què es la higiene del son?**  
Conjunt d'hàbits i de tècniques que afavoreixen un son més adequat i descansat.

**2 Trastorns del son**

- Insomni. Problemes per a adormir-se o per a mantindre el son.
- Hipersòmnia. Trastorns que provoquen somnolència diürna.
- Alteracions dels cicles circadians. El temps del son (concliació i despertar) presenten un retard respecte dels horaris convencionals.
- Parasòmnia. Conductes anòmales durant el son: somnambulisme, despertar confusional.

**3 Conseqüències**  
Els problemes de son s'associen amb danys en la motivació, l'emoció i el funcionament cognitiu, i amb més risc de malalties greus.

**4 Per què és important dormir bé?**  
El nostre organisme necessita aquest descans per a preparar-se físicament i mental per a l'endemà.

**5 Consells**

1. Establiu horaris.
2. Dormiu aproximadament 8 hores.
3. Manteniu un estil de vida actiu.
4. Reguleu la temperatura de l'habitació.
5. Sopeu lleuger i almenys 2 hores abans d'anar al llit.

En conclusió, dormir és important per a fer front al dia amb energia i motivació. I no oblideu que descansar bé és encara més important. Les recomanacions genèriques d'higiene del son us ajudaran a aconseguir un son de qualitat i a alleujar les molèsties que causen els trastorns del son.

Font: <https://www.fiatc.es/ca/blog/post/higiene-del-son-definicio-pautes-tecniques>

# UNITAT 2

Aquesta unitat conté:

- ⦿ Dues tasques de producció i coproducció de textos escrits.
- ⦿ Una tasca de mediació escrita.
- ⦿ Una tasca de comprensió de textos escrits.
- ⦿ Una tasca de comprensió de textos orals.
- ⦿ Dues tasques de producció i coproducció de textos orals.
- ⦿ Una tasca de mediació oral.

Enllaços a la CO.

**SOLUCIONS I COMENTARIS**



# 1. PRODUCCIÓ I COPRODUCCIÓ DE TEXTOS ESCRITS

CAL QUE REDACTEU DUES TASQUES. TINGUEU EN COMPTE QUE L'EXCÉS O DEFECTE EN EL NOMBRE DE PARAULES ES PENALITZARÀ TOT I RESPECTANT-NE UN MARGE DEL +/- 10%.

## TASCA I.

(60 punts)

**Redacteu un text entre 180 i 210 paraules.**

Eres alumna d'una classe de valencià de nivell B2 d'una EOI. La professora us ha proposat que escrigueu un text en què recomaneu algun llibre que hàgeu llegit en valencià. El text serà penjat en un arbre lector que teniu a classe amb l'objectiu que els companys i les companyes trien algun llibre després de llegir els textos de recomanació.

Hi hauràs d'incloure:

- Tema i argument
- Personatges
- Recomanació



## TASCA 2.

(40 punts)

**Redacteu un text entre 120 i 140 paraules.**

En l'últim episodi de pluges fortes vas tindre unes goteres a casa. T'has posat en contacte telefònicament en diverses ocasions amb la companyia d'assegurances per a comunicar-los el sinistre, però després d'un mes encara no t'han respost ni han solucionat el problema. Decideixes escriure una carta de queixa a la companyia mostrant la teua disconformitat amb la gestió de l'incident.

Hi hauràs d'incloure:

- Breu descripció del problema
- Explicació de les comunicacions prèvies
- Demanda d'una solució



## 2. MEDIACIÓ ESCRITA

TASCA

(50 punts)

Escriuiu entre 120 i 140 paraules. Tingueu en compte que l'excés o defecte en el nombre de paraules es penalitzarà tot i respectant-ne un marge del +/- 10%.

Tens un blog dedicat a la vida sana i hui has decidit escriure-hi una entrada per a recomanar una activitat esportiva anomenada *Fit boxing* que està molt de moda.



The infographic features a purple background with a red diagonal stripe. On the left, there is a silhouette of a woman lifting a dumbbell. On the right, there is a stylized illustration of a woman in boxing gear. The text is arranged in sections: a title, a definition, a list of benefits, and a list of tips.

*Una nova modalitat esportiva*

# FIT BOXING

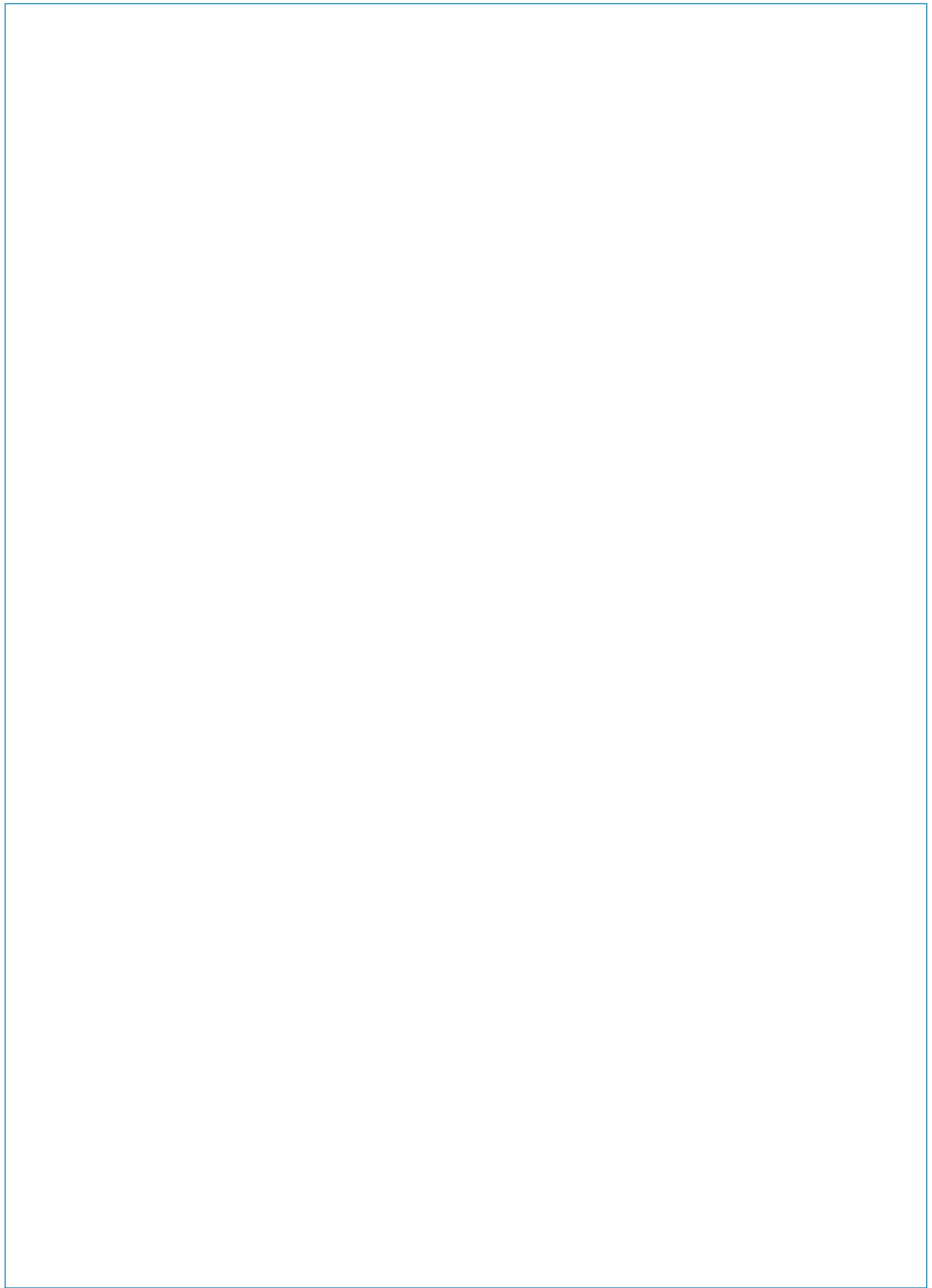
**QUÈ ÉS?**  
Pràctica que reuneix tècniques pròpies de la boxa i de les arts marcial amb exercicis de l'entrenament fitness.

**BENEFICIS**  
A més d'ajudar a mantindre la forma física del cos, el fitboxing afavoreix el guany de massa muscular i la pèrdua de pes. No obstant això, aquest exercici té molts més beneficis, perquè les seues sessions a alta intensitat, durant 47 minuts, permeten la crema de fins a mil calories. Així mateix, enforteix la funció cardiorespiratòria, augmenta la resistència física i millora la coordinació i l'agilitat. El millor de tot és que no requereix massa temps i és apta per a quasi qualsevol persona.

**CONSELLS**

- ✓ Cal travessar un període d'adaptació per a aprendre bé els exercicis.
- ✓ És recomanable, almenys en la fase inicial, contractar un entrenador.
- ✓ Aquest esport ha de completar-se amb una dieta sana.

Font: [https://planetatriatlon.com/fitboxing-el-deporte-de-moda-para-adelgazar-y-estar-en-forma/#Beneficios\\_del\\_fitboxing](https://planetatriatlon.com/fitboxing-el-deporte-de-moda-para-adelgazar-y-estar-en-forma/#Beneficios_del_fitboxing)



# 3. COMPRESIÓ DE TEXTOS ESCRITS

## TASCA LES LLÀGRIMES DE SANT LLORENÇ

(12 punts)

Llegiu atentament aquest text sobre les llàgrimes de Sant Llorenç i ompliu cada buit (1-12) amb la paraula més adequada al context de les que teniu a continuació (B-R). Tingueu en compte que hi ha 5 paraules donades de més i que cada paraula només es pot utilitzar una vegada. El primer buit (0) és un exemple.

### Manual per a veure les llàgrimes de Sant Llorenç

La nit del 12 al 13 d'agost serà la més favorable per a observar la pluja d'estels més popular de l'estiu

**Olga Vallejo**

El turisme astronòmic no és nou, es tracta d'anar a llocs amb condicions           (0)           per a observar el cel, les estrelles o els astres a cel           (1)          , a simple vista o a través           (2)           com telescopis o prismàtics. És una activitat fàcil, barata i molt           (3)           en què només cal tenir ganes de contemplar l'espectacle que ens ofereix la natura. "És tan senzill com mirar el cel, encara que si vols           (4)           realment l'experiència és millor preparar-se abans d'anar-hi. Saber què t'hi trobaràs i en què t'hauràs de fixar", recomana Joan Anton Català, astrofísic i divulgador científic.

L'estiu és perfecte per a contemplar el cel de nit, ja que les temperatures són agradables i conviden a estar a la           (5)          . I a València durant l'estiu i el principi de la           (6)           fins i tot es pot veure la Via Làctia, la nostra galàxia, si es tenen les condicions adequades i se segueixen una sèrie de recomanacions. Un altre dels espectacles astronòmics           (7)           és la pluja de Sant Llorenç, els Perseids, la pluja d'estels més famosa i una de les més boniques, que té lloc entre el 12 i el 15 d'agost i la màxima activitat de la qual           (8)           serà durant la nit de dissabte a diumenge, amb uns 100 meteors per hora.

#### Com les observem?

Depèn del que es vulga observar és millor fer-ho a ull nu, com ara amb les pluges d'estels o un cel estrellat,           (9)           en què no té cap sentit utilitzar un instrument perquè redueix la capacitat de           (10)          . Fins i tot es pot veure a simple vista la Via Làctia, encara que amb prismàtics aquella taca difusa es transformarà en un mar d'estels. També són recomanables els prismàtics per a algunes nebuloses o agrupacions d'estels i per a la Lluna, sobretot quan està en fase           (11)           o minvant -res a fer si està plena, perquè hi ha massa llum i ni tan sols es poden veure els cràters-. Si vols més llunes, amb prismàtics es poden veure les quatre principals de Júpiter des de pràcticament qualsevol lloc. Això sí, aquest estiu es veuran més de matinada i en qualsevol moment a la tardor. Només cal saber a on s'ha d'enfocar i tenir paciència.

### Recomanacions per a contemplar el cel nocturn

L'astrofísic i divulgador científic Joan Anton Català ens ofereix un           (12)           de consells per a gaudir de l'espectacle que ens ofereix el cel.

1. Allunya't dels nuclis urbans. Si no t'és possible, almenys has de pujar en alçada, a un terrat o tan amunt com pugues per deixar els llums de la ciutat per sota.
2. Prohibides les llums. Apaga mòbils, fars de cotxe... És recomanable evitar qualsevol llum blanca perquè tanca la pupil·la, que tarda uns minuts fins que torna a obrir-se i a habitar-se a les condicions de la foscor.
3. Posa't còmode. Estira't per poder mirar enlaire, i així, podràs evitar obstacles com arbres o edificis.

Font: [https://www.ara.cat/estiu/manual-gaudir-llagrimessant-llorenc\\_130\\_4773828.html](https://www.ara.cat/estiu/manual-gaudir-llagrimessant-llorenc_130_4773828.html) (Adaptació)

### PARAULES

|           |                |           |            |           |           |           |              |
|-----------|----------------|-----------|------------|-----------|-----------|-----------|--------------|
| <b>A.</b> | <b>ÒPTIMES</b> | <b>B.</b> | ACTUALMENT | <b>C.</b> | ESTIUENCS | <b>D.</b> | SEGUIT       |
| <b>E.</b> | D'ESTRIS       | <b>F.</b> | OBERT      | <b>G.</b> | VISIÓ     | <b>H.</b> | ENRIQUIDORA  |
| <b>I.</b> | RICA           | <b>J.</b> | FRESCA     | <b>K.</b> | TARDOR    | <b>L.</b> | EXPERIMENTAR |
| <b>M.</b> | GAUDIR         | <b>N.</b> | FETS       | <b>O.</b> | DE COSES  | <b>P.</b> | ENGUANY      |
| <b>Q.</b> | FENÒMENS       | <b>R.</b> | CREIXENT   |           |           |           |              |

### TASCA **LES LLÀGRIMES DE SANT LLORENÇ**

| BUIT      | 0. | 1. | 2. | 3. | 4. | 5. | 6. | 7. | 8. | 9. | 10. | 11. | 12. |
|-----------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|-----|-----|
| PARAULA   | A  |    |    |    |    |    |    |    |    |    |     |     |     |
| CORRECCIÓ | ✓  |    |    |    |    |    |    |    |    |    |     |     |     |

TOTAL (12 x 1 punts) \_\_\_\_\_ / 12 punts

## 4. COMPRESIÓ DE TEXTOS ORALS

### TASCA **L'ALQUERIA BLANCA**

(12 punts)



A continuació escoltareu dues vegades un fragment del pòdcast *L'últim videoclip* que parla sobre la sèrie de ficció *L'Alqueria Blanca*. En acabar, disposareu d'un minut i mig per a contestar o per a repassar les respostes. Ompliu cada buit amb la o les paraules exactes que escoltareu (màxim 3 paraules per buit). La frase *o* és un exemple. Ara teniu un minut i mig per a llegir les frases.

**PARAULA:** unitat lèxica compresa entre 2 espais.

|     |  |
|-----|--|
| o.  | <i>La <b>MELODIA</b> de la sèrie és fàcilment reconeixible per tot el món.</i>   |
| 1.  | <i>L'Alqueria Blanca es va estrenar i fou un _____ de la ja desapareguda Canal 9.</i>  |
| 2.  | <i>À Punt va recuperar la sèrie i va anar tan bé que _____ el 10% d'audiència.</i>   |
| 3.  | <i>En la seua etapa anterior, la sèrie tenia _____ d'audiència gens habituals.</i>   |
| 4.  | <i>La sèrie _____ les vivències dels habitants d'una població rural de la comarca de l'Alcoià.</i>   |
| 5.  | <i>Les trames de la sèrie tracten temes relacionats amb la _____ o les lluites entre famílies, entre d'altres.</i>                           |
| 6.  | <i>Els exteriors de la sèrie es van rodar en _____ que es troba entre Sax i Villena.</i>   |
| 7.  | <i>El tancament de Canal 9 va provocar que la sèrie fora _____.</i>  |
| 8.  | <i>Una de les actrius, Carme Juan, és també la compositora de la melodia _____ de la sèrie.</i>  |
| 9.  | <i>Per a Carme Juan, la participació en la sèrie, ha suposat _____ en la seua carrera professional.</i>                                      |
| 10. | <i>Carme Juan afirma que la sèrie li ha permés, a més, descobrir-se _____, fet que li ha produït molta satisfacció.</i>                      |
| 11. | <i>L'actriu explica que perquè una obra tinga èxit cal pensar quins són en cada moment els ingredients _____, els bons, perquè funcione.</i> |
| 12. | <i>Amb <i>L'Alqueria Blanca</i> es va aconseguir un _____ en l'ús de la llengua, amb un valencià del carrer però correcte.</i>               |

Font: [https://www.apuntmedia.es/programes/l-ultim-videoclub/31-10-2021-series-valencianes\\_135\\_1462532.html](https://www.apuntmedia.es/programes/l-ultim-videoclub/31-10-2021-series-valencianes_135_1462532.html)

**TASCA L'ALQUERIA BLANCA**

|     | PARAULA o PARAULES | Corr. |
|-----|--------------------|-------|
| 0.  | <i>MELODIA</i>     | ✓     |
| 1.  |                    |       |
| 2.  |                    |       |
| 3.  |                    |       |
| 4.  |                    |       |
| 5.  |                    |       |
| 6.  |                    |       |
| 7.  |                    |       |
| 8.  |                    |       |
| 9.  |                    |       |
| 10. |                    |       |
| 11. |                    |       |
| 12. |                    |       |

TOTAL (12 x 1 punt) \_\_\_\_\_ / 12 punts

# 5. PRODUCCIÓ I COPRODUCCIÓ DE TEXTOS ORALS

## PRODUCCIÓ ORAL FITXA 2 CANDIDAT A

### TASCA 1. MONÒLEG

- ⊗ Llegiu la introducció del tema i els suggeriments.
- ⊗ Escolliu almenys 3 de les 4 idees suggerides.
- ⊗ Durada de la intervenció: **3-3,30 minuts**.

### L'ORATGE NO ÉS EL QUE ERA

En els últims anys l'oratge ha canviat molt. Parla d'aquest tema.



- ✓ Temperatures
- ✓ Fenòmens meteorològics
- ✓ Conseqüències
- ✓ Futur

### TASCA 2. DIÀLEG

- ⊗ Recordeu que és una conversa, per tant, eviteu donar respostes massa curtes i mostreu-vos-hi participatius.
- ⊗ Durada de la conversa: **5-6 minuts**.
- ⊗ Tu comences la conversa.

### ESTUDIAR UN IDIOMA

Vols apuntar-te a un idioma per a millorar el teu currículum i et planteges quin estudiar. Potser és el moment d'optar per un idioma poc habitual en els currículums i així destacar, però alhora et fa por que siga massa difícil assolir-hi un nivell B. En parles amb un amic a veure què en pensa.



- ✓ Beneficis dels idiomes en els currículums
- ✓ Idiomes més sol·licitats
- ✓ Idiomes que poden marcar la diferència
- ✓ Inversió de temps

## PRODUCCIÓ ORAL

### FITXA 2 CANDIDAT B

#### TASCA 1. MONÒLEG

- 🕒 Llegiu la introducció del tema i els suggeriments.
- 🕒 Escolliu almenys 3 de les 4 idees suggerides.
- 🕒 Durada de la intervenció: **3-3.30 minuts**.

#### HABITATGES I JOVES

Hui dia els joves troben moltes dificultats per a poder accedir a un habitatge. Parla sobre aquest tema.



- ✓ Lloguer, compra i hipoteques
- ✓ Precarietat laboral
- ✓ Viure amb els pares o compartir
- ✓ Parc de vivenda pública

#### TASCA 2. DIÀLEG

- 🕒 Recordeu que és una conversa, per tant, eviteu donar respostes massa curtes i mostreu-vos-hi participatius.
- 🕒 Durada de la conversa: **5-6 minuts**.
- 🕒 El candidat A comença la conversa.

#### ESTUDIAR UN IDIOMA

Un amic vol apuntar-se a un idioma per a millorar el seu currículum i es planteja quin estudiar. Potser és el moment d'optar per un idioma poc habitual en els currículums i així destacar, però alhora li fa por que siga massa difícil assolir-hi un nivell B. En parla amb tu, que també t'estàs plantejant la mateixa idea.



- ✓ Beneficis dels idiomes en els currículums
- ✓ Idiomes més sol·licitats
- ✓ Idiomes que poden marcar la diferència
- ✓ Inversió de temps



## 6. MEDIACIÓ ORAL

### TASCA

- 📌 Llegeix amb atenció l'enunciat de la tasca.
- 📌 Utilitzeu les vostres paraules.
- 📌 Durada de la intervenció: 1.30–2 minuts.

### eBiblio

Tens una amiga que últimament només llig llibres en format electrònic i li agradaria saber on pot prendre'ls en préstec. Com que sap que tu treballes a la regidoria de cultura d'un ajuntament et pregunta com es pot fer. Li envies un missatge de veu tot basant-te en la informació que teniu penjada en el web municipal.

### Préstec llibres electrònics: eBiblio

#### Què és eBiblio Comunitat Valenciana?

- eBiblio Comunitat Valenciana és un servei de la Xarxa Electrònica de Lectura Pública Valenciana que fa possible la lectura de llibres electrònics a través d'Internet. eBiblio posa a disposició de la ciutadania una plataforma tecnològica que li permet accedir al catàleg i prendre en préstec les principals novetats editorials en format digital per a poder-les llegir en diferents dispositius.
- El servei ha sigut promogut pel Ministeri de Cultura i Esport amb la col·laboració de la Conselleria d'Educació, Investigació, Cultura i Esport de la Generalitat Valenciana i és gestionat per aquesta.
- El servei està disponible en l'adreça [comunitatvalenciana.ebiblio.es](http://comunitatvalenciana.ebiblio.es). També es pot accedir als llibres prestats a través de l'app eBiblio Comunitat Valenciana, disponible per a iOS i Android.

#### Qui pot utilitzar eBiblio?

- Pot fer ús d'eBiblio qualsevol persona que dispose d'un carnet de lector expedit per una biblioteca integrada en la Xarxa Electrònica de Lectura Pública Valenciana.
- La identificació per a l'accés a eBiblio es realitzarà per mitjà del número de lector, que apareix en el carnet, i la contrasenya amb què s'identifica en el catàleg de la Xarxa Electrònica de Lectura Pública Valenciana. Si la desconeix, pot dirigir-se a qualsevol biblioteca pública que forme part de la Xarxa.

**Altres requisits:** Per a poder ser usuari d'eBiblio és necessari complir els requisits següents relacionats amb els equips informàtics:

- Disposar d'un dispositiu compatible i d'accés a Internet.
- Per als dispositius mòbils, tindre instal·lada l'app eBiblio Comunitat Valenciana.

### **Quins llibres puc trobar en eBiblio?**

eBiblio oferix als ciutadans una col·lecció de novetats editorials de qualsevol tipus. D'acord amb la classificació que s'ha utilitzat per a la selecció i adquisició de les obres, hi ha llibres electrònics amb el contingut següent:

- Ficció per a públic adult, incloent-hi narrativa, poesia i teatre.
- Obres generals sobre ciència i tecnologia i ciències socials, art i humanitats.
- Obres de ficció i de no ficció per al públic infantil i juvenil, incloent-hi tot tipus de matèries (com art, música, història, ciència i tecnologia, oci, esports, etc.).
- Audiollibres, que siguen versions íntegres de l'obra escrita, narrades per professionals i gravades en format àudio.

Font: <https://www.alboraya.es/va/pagina/prestec-llibres-electronics-ebiblio>