

Collège F. X. Vogt		Année scolaire 2021/ 2022
Departamento de LVII	CONTROL	Dec, 2021
ESPAÑOL		
Curso : 3e Duración : 1h		

Fecha :

NOMBRE **CLASE**.....

Texto:

Ntolo es muy viejo y resistente, tiene más de 95 años de edad. Vive en un pequeño pueblo cerca de la selva ecuatorial, por eso está en comunión con la naturaleza y los animales. Es una de las personas más longevas del pueblo y los niños lo llaman Tará.

Su modo de vida y su tipo de alimentación tiene mucho que ver con su larga y saludable vida. Ntolo tiene un secreto y se lo da con mucho orgullo. Por la mañana y sin fallar en su higiene alimenticia, toma como desayuno una tasa de infusión de jengibre y citronela con virtudes curativas. También consume una variedad de frutas y verduras.

A las diez se bebe un zumo de frutas. Al mediodía se come vegetales cocidos con pescado, a veces con muy poca carne. Por la tarde, se toma sopas o el resto de vegetales.

Tará es un modelo de disciplina alimenticia, come poca sal, poco azúcar y aceite vegetal; bebe mucha agua, un poco de vino de palma y practica cada día ejercicios físicos además del trabajo manual.

Adaptación

I. *COMPRENSIÓN* 10 ptos

- 1) ¿Cómo es Ntolo y cuántos años tiene? (en letras) 2ptos
.....
.....
- 2) ¿Cuál es según el texto, el secreto de su larga y saludable vida? 2ptos
.....
.....
- 3) ¿Qué bebida toma Ntolo por la mañana para disfrutar de su buena salud? 2ptos
.....
.....
- 4) ¿De qué se compone su plato del mediodía? ¿y tú, con qué almuerzas en el colegio? 2ptos
.....
.....
- 5) Di qué nutrientes necesita nuestro organismo cada día. Cita dos elementos esenciales para el bienestar. 2ptos
.....
.....
.....

II. *ESTRUCTURAS DE COMUNICACIÓN* (14puntos)

A. *Vocabulario*

1. *Completa con la palabra adecuada* 6ptos

- Las frutas enriquecen el organismo en..... (grasas – proteínas- vitaminas)
- Debemos.....los residuos (quemar – reciclar – destruir)
- Eles la comida del mediodía (cena – desayuno – almuerzo)
- Durante el.....hace mucho calor (invierno – otoño – verano)

