

2º ESO

EXERCICIOS RESOLTOS 2º ESO. SEMANA DO 16-20 DE MARZO

1ª SESIÓN

Lectura: Empeora a calidade dos menús e un da cada tres presenta carencias nutricionais

1. Procura outros dous títulos acaídos para a lectura anterior. Ten en conta que deberán dar unha idea xeral do contido do texto.

Resposta libre, pero déixovos algún exemplo para ver se coinciden cos que fixestes vós.

- Os menús escolares perden calidade dietética dende 2008.
- Nos menús escolares abúsase dos precociñados e das sobremesas doces.

2. Explica o significado que teñen na lectura os seguintes termos:

-*Sometéronse*: presentáronse a unha análise para elaborar un xuízo.

-*Gornición*: conxunto de legumes ou hortalizas que acompañan un prato de carne ou peixe.

-*Desmedida*: que excede o que considera normal ou conveniente.

-*Carne magra*: carne que non presenta nin graxa nin ovos.

3. Responde brevemente estas cuestións:
 - *Cales son os alimentos básicos que non deben faltar nun menú equilibrado?*
Verduras, ensaladas, legumes, peixes e froita fresca.
 - *Que alimentos se deben evitar ou limitar o seu consumo?*
Precociñados e sobremesas doces.
 - *Que nutrientes básicos achegan os legumes*
Hidratos de carbono, proteínas, fibra, vitaminas, minerais e antioxidantes.
 - *Cales son os beneficios do consumo do peixe?*
Riqueza en proteínas e graxas saudables, así como en vitaminas e minerais.
 - *Por que razóns os menús escolares abusan dos produtos precociñados?*
Debido ao seu menor custo, á súa sinxela e rápida preparación e máis á súa boa aceptación.
 - *Que características debe reunir a cea?*
Debe ser lixeira, sen moitas calorías nin graxas e en familia.
 - *Canta verdura e hortalizas se recomenda consumir para que sexa a dieta sexa sa?*
 - Recoméndase dúas ou tres porcións ao día, unha delas crúa.

4. Escribe as catro ideas máis importantes que se poden extraer despois de facer a lectura anterior.
- No colexio tamén debemos adquirir hábitos de alimentación saudables.
 - As verduras, as ensaladas, os legumes, o peixe e mais a froita fresca son os alimentos básicos para unha alimentación saudable.
 - Debemos evitar as frituras, os precociñados e as sobremesas doces.
 - A cea ten que complementar a inxestión do xantar.

2º SESIÓN

5. Enche o cadro con cinco posibles menús dun comedor escolar:

Resposta libre, pero déixovos aquí un exemplo.

	LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
1º prato	Crema de verduras	Lentellas	Sopa de oasta	Ensalada mixta	Sopa de cocido con tropezones
2º preto	Polo con salsa de tomate e patacas cocidas	Berenxenas recheas	Bacallau ao forno con arroz branco	Cocido	Filete de abadexo con prebe da champiñons
Sobremesa	logur de sabores	Macedonia de froitas	Queixo fresco con marmelo	Compota de mazá	Pera e mandarina

6. Resposta libre, pero debes empregar, fundamentalmente, o léxico relacionado coa unidade: a alimentación.
7. Resposta libre.
8. Indica a pronuncia do X en cada unha das palabras do cadro da marxe.

Xamón [j]
Exame [ks]

explicar [ks]
taxi [ks]

xabrón [j]
coxo [j]

10. Escribe con letra os numerais que aparezan na lectura representados en cifras:

209: duascenas nove
19: dezanove
30: trinta
418: catrocentos dezaioito
2008: dous mil oito
27: vinte e sete

2: dúas
3: tres
6: seis
9: nove
5: cinco

3ª SESIÓN

11. Índica o xénero das seguintes palabras:

-Femininos: *ponte, análise, aguia, aula, paisaxe.*

-Mascullinos: *mel, be, leite, nariz, costume, lume, couce.*

12. Completa o cadro da marxe.

Resposta libre, pero engado algún exemplo

Verduras e legumes	<i>berenxena, cabaza e lentellas</i>
Froitas	<i>mazá, granada e amorodo</i>
Peixe	<i>ollomol, robaliza e rapante</i>
Precociñados	<i>sopa de sobre, polo empanado e pizza</i>
sobremesas	<i>filloas, marmelo e torta de chocolate</i>

13. Explica o significado desoutras palabras que teñen o mesmo sufixo e escribe a palabra da que derivan.

-Nutricionista (nutrición): *Especialista en nutrición.*

-Analista (análise): *Especialista en análises.*

-Dentista (dente): *Médico especialista no coidade dos dentes.*

-Oculista (óculo): *Médico especialista en enfermidades dos ollos.*

- Calista (calo): *Persoa que se dedica ao tratamento das durezas, uñeiros e outras doenzas propias dos pés.*

- Internista (interno): *Médico especialista en medicina interna.*

-Masaxista (masaxe): *Persoa que se dedica profesionalmente a dar masaxes.*

14. Completa estes ocos coa forma máis axeitada:

-É mentira que a miña veciña roubase a moto

-Ti e máis eu somos boas amigas dende a escola.

-Seguro que é ela a que chama por teléfono á unha da mañá?

-A que prezo ten os grelos? E o repolo?

Texto . ***Desfacerse das cousa inútiles (páx. 130)***

1. Resume brevemente o contido do texto.

Un rapaz está aburrido durante as vacacións a pesar de ter un feixe de aparellos tecnolóxicos de última xeración ao seu alcance. Ademais, agora incluso se aburre con Internet e as redes sociais, que era o único co que se divertía.