

	Nom i Cognoms: _____		PROVA 2 LLN CE PT3
	Curs: _____	Data: _____	

1.Llig el següent text i tria l'opció correcta:

ALIMENTACIÓ I NUTRICIÓ.

L'home és un animal omnívor, és a dir, pot prendre aliments d'origen vegetal, d'origen animal i d'origen mineral. També necessitem prendre una quantitat suficient d'aigua. Els aliments aporten a l'home energia per a créixer o per a reparar el desgast i conservar les forces.

En la digestió s'absorbeixen les parts aprofitables dels aliments i s'expulsa les que no ho són. Aquestes parts aprofitables passen a la sang i són els principis alimentaris o nutrients. Els més importants són els hidrats de carboni, les proteïnes, els greixos, les vitamines i els minerals.

La roda dels aliments

Segons les seves propietats nutritives els aliments es poden classificar en grups. Per seguir una dieta correcta, cada dia hem de prendre aliments de cada grup.

- **Cereals, llegums i patates:** Són rics en hidrats de carboni. Els llegums també són rics en proteïnes.
- **Carn, peix i ous:** Són rics en proteïnes. Solen dur també greixos.
- **Llet i derivats:** Són rics en proteïnes, greixos, substàncies minerals i vitamines.
- **Verdura:** Són rics en vitamines i substàncies minerals.
- **Fruita:** Són rics en vitamines i substàncies minerals.
- **Greixos:** Són rics en greixos.

L'origen dels aliments

- Els aliments **d'origen animal**: Surten dels animals. Per obtenir-los s'ha hagut de matar un animal i extreure'n l'aliment. Són la carn, el peix, els ous i la llet.
- Els aliments **d'origen vegetal**: Surten de les plantes. Són l'arròs, les patates, les fruites, verdures, cereals, llegums...
- Els aliments **d'origen mineral**: Són els aliments que s'extreuen de la Terra com l'aigua i la sal.
- **Aliments sintètics**: Són els colorants i conservants. Els trobem a molts aliments.
- **Aliments transgènics**: Són aquells que se'ls canvia els gens. Per exemple, la llimona, neix d'un arbre molt fluix, primer és un mandariner, i després li canvien una cèl·lula i es converteix en llimoner.

Envasos i conservació dels aliments

Els aliments es fan malbé fàcilment per això cal conservar-los. És poden conservar d'aquestes maneres:

- **En llaunes i pots de vidre**: Així es guarden les sardines, la mermelada i els préssecs.
- **En envasos de plàstic o cartró**: Així es guarda la llet, la salsa de tomàquet, els batuts i les galetes.
- **Congelats**: Així es guarda la carn i el peix.
- **En sal**: És el cas del bacallà i les anxoves.

Les etiquetes

En qualsevol producte com el iogurt o les magdalenes, hi ha d'haver una etiqueta on explique de què està fet l'aliment (els ingredients), on s'ha fabricat i el pes.

Els aliments no es poden conservar tot el temps que volem. Tots els aliments han de portar a l'etiqueta la data de caducitat. Els aliments caducats no s'han de consumir.

Maneres de preparar

Hi ha moltes maneres de preparar els plats com fregir, bullir, gratinar,... Una vegada està preparat li afegim complements per donar-li més bon gust, com l'oli, el vinagre, la sal,...

També hi ha la cuina industrial, que és el menjar que ha passat per la indústria per envasar-lo i afegir-li alguns productes com els colorants.

Els aliments li aporten a l'ésser humà:

- A) L'energia i la fibra suficients per a créixer i conservar les forces.
- B) L'energia i els materials de rebuig per a créixer i reproduir-se.
- C) L'energia i els materials necessaris per a la nutrició.
- D) L'energia per a créixer o per a reparar el desgast i conservar les forces.

Segons les seves propietats nutritives els aliments es poden classificar en els següents grups:

- A) Cereals, llegums i patates; carn, peix i ous; derivats lactis; verdura; fruita i greixos.
- B) Cereals i llegums; carn i peix; llet, verdura i fruita.
- C) Cereals, llegums i patates; carn i peix; derivats lactis; fruita i verdura.
- D) Cereals i llegums; patates, carn i peix; derivats lactis; verdura, fruita i greixos.

Els aliments d'origen mineral són aquells que s'extrauen de:

- A) Les roques i les plantes de la superfície terrestre a més de l'aigua.
- B) Les roques de la superfície terrestre com els colorants i l'aigua.
- C) La superfície terrestre com l'aigua i la sal.
- D) La superfície terrestre com el carbó i l'aigua.

En l'etiqueta dels aliments s'ha d'incloure:

- A) Ingredients de l'aliment, on s'ha fabricat, les kcal i la data de consum preferent.
- B) Ingredients de l'aliment, data de fabricació, pes i data de consum preferent.
- C) Ingredients de l'aliment, on s'ha fabricat i la data de caducitat.
- D) Ingredients de l'aliment, lloc de fabricació, el pes i la data de caducitat.

Llig el següent text:



Rememora les Festes de **SANT PASQUAL** des de casa

13.00 h Tradicional porrat popular des de casa. Dona suport i compra al comerç local. Prepareu cacaus, tramussos, faves... 🇪🇸

14.00 h Mascletada a través d'una tamborada des de casa que realitzarà l'Agrupació de Bombs i Tambors de Vila-real, amb la participació dels veïns i veïnes que es vulguen unir amb el que tinguen per casa, per tal de retre homenatge al nostre patró sant Pasqual. 🇪🇸

18.00 h Processó en honor a sant Pasqual dels últims anys. 🇪🇸

22.00 h Vasko Vassiliev amb Vila-real Talent, present i futur. Des de les nostres xarxes socials. 🇪🇸

DILLUNS 18 de maig de 2020

10.30 h Concurs de dibuix per als més menuts amb el lema «Què són per a tu les festes del teu poble, Vila-real?». Per a participar en el concurs heu de publicar els dibuixos en les xarxes socials amb l'etiqueta #SPconcursdibutx. El dibuix guanyador es donarà a conèixer el dijous 21 i serà la portada del programa de mà de la Comissió de Penyes per a les festes de setembre.

13.00 h Vaques pel recinte de cadafals dels últims anys. 🇪🇸

20.00 h Elaboració d'allioli abans de la xulla a les nostres cases, amenitzada per la xaranga Els Buñits des de les nostres xarxes socials. 🇪🇸

20.00 h Tertúlia televisiva amb convidats. 🇪🇸

21.00 h Nit de la Xulla, Festa d'Interès Turístic provincial, a les nostres cases. Dona suport i compra al comerç local. Podeu seguir la recepta de la xulla tradicional al forn elaborada per l'Associació de les Ames de Casa des de les nostres xarxes socials. 🇪🇸

Recepta pàgina 7

21.00 h Nit de la Xulla Sant Pasqual dels últims anys. 🇪🇸

DIMARTS 19 de maig de 2020

12.00 h Elaboració de la coca de Vila-real. Dona suport i compra al comerç local. Podeu seguir la recepta de l'Associació de les Ames de Casa des de les nostres xarxes socials. 🇪🇸

Recepta pàgina 8

12.00 h Tertúlia televisiva amb convidats. 🇪🇸

13.00 h Vaques pel recinte de cadafals dels últims anys. 🇪🇸

*: Compartiu les vostres fotos i vídeos en les xarxes socials amb l'etiqueta #SPdesdeocasa. Anomenau-nos o etiqueteu-nos en les vostres històries i publicacions en 🇪🇸 Junta de Festes Vila-real, 🇪🇸 festesvilareal i 🇪🇸 penyesvilareal

*: Vídeo disponible al You Tube de l'Ajuntament de Vila-real - *: Acte emès per TEVE4



2. D'acord amb les dades de la graella, relaciona les dades de la primera columna amb les dades de la segona columna:

Mascletada i Vasko Vassilev.

Opció sense dada a relacionar.

Tertúlia televisiva amb convidats.

Dilluns per la nit i dimarts al migdia.

Vaques pel recinte.

Dilluns i dimarts a migdia.

Elaboració d'allioli i nit de la xulla.

Dilluns al matí

Elaboracions i receptes de l'associació d'ames de casa.

La nit del dilluns.

Concurs de dibuix.

Dimarts a migdia i dilluns per la nit.

3. Marca només les opcions que siguen falses:

ÒRGANS

a) Les **artèries**: porten la sang del cor a les diferents parts del cos.

b) Les **venes**: retornen la sang cap al cor.

c) Els **capil·lars**: aquí té lloc l'intercanvi de substàncies entre la sang i les diferents parts del cos.

FUNCIONAMENT

El **cor** és l'òrgan que impulsa la sang pels vasos sanguinis. Aquest moviment s'anomena batec. Cada batec té dues fases:

a) **Sístole**: el cor es contreu i expulsa la sang cap a les artèries.

b) **Diàstole**: el cor s'eixampla i s'omple de sang que prové de les venes.

Les artèries retornen al cor la sang.	
Les venes porten la sang de les diferents parts del cos al cor.	
Els capil·lars intercanvien oxigen, nutrients i aigua per substàncies de rebuig.	
Cada batec s'hi compona d'una sola fase.	
Al moviment diàstole el cor expulsa la sang cap a les artèries.	