



COMPRENSIÓN ESCRITA

MIS SENTIMIENTOS

UNIDAD 3

- LENGUA CASTELLANA 6
- CICLO SUPERIOR





COMPRENSIÓN LECTORA: LOS CHICOS QUE DESAYUNAN MAL RINDEN MENOS

Competencias básicas 2008-09

LOS JÓVENES QUE DESAYUNAN MAL RINDEN MENOS

Sólo un tercio de los chicos de 12 a 17 años se alimenta bien por la mañana

CARMEN GIRONA · MADRID

Son 7 de cada 10 adolescentes los que toman un desayuno insuficiente, y la calidad de esa alimentación está directamente relacionada con la nota media del curso. Éstas son algunas de las ideas que se desprenden de un estudio coordinado por María Victorina Aguilar, de la Universidad de Alcalá de Henares de Madrid.

Para evaluar la calidad de la primera comida del día, el grupo madrileño clasificó los desayunos en: "completo" (cubre el 25% de las necesidades diarias de energía e incluye alimentos de cuatro grupos: lácteos, cereales, frutas y aceites); de "buena calidad" (contiene los cuatro grupos pero no llega al 25% del aporte energético); de "mejorable calidad" (alimentos de tres grupos); de "insuficiente calidad" (sólo de dos); y de "mala calidad" (no se desayuna). Para evaluar el rendimiento se usó la

nota media final del curso y la de seis asignaturas obligatorias relacionadas con la comprensión, la memoria y la actividad física.

Los datos reflejan que cuanto más completo es el desayuno, mejores notas se obtienen (6,18 para los que desayunan mal y 7,17 para los que toman un desayuno completo).

La investigadora resalta la importancia de un desayuno completo antes de salir de casa para rendir tanto física como mentalmente.



El País, 11.11.2008 (Texto adaptado).



Marca la respuesta correcta en la hoja de respuestas.

1. Marca con una X si las frases siguientes son verdaderas (V) o falsas (F):

	V	F
a. Sólo dos tercios de los chicos desayunan correctamente	☐	☐
b. La coordinadora del estudio es María Victorina Aguilar	☐	☐
c. La investigadora destaca la importancia de un desayuno completo después de hacer ejercicio	☐	☐
d. El texto habla de los estudiantes de la Universidad de Alcalá de Henares	☐	☐

2. ¿Qué se hizo para valorar la calidad del desayuno?

a. Clasificar los desayunos en tres grupos	☐
b. Clasificar los desayunos en cuatro grupos	☐
c. Clasificar los desayunos en cinco grupos	☐
d. Clasificar los desayunos en seis grupos	☐

3. Los datos demuestran que...

a. no hay ninguna diferencia en las notas de los que desayunan mal y las notas de los que desayunan bien	☐
b. las notas de los que desayunan bien son superiores a las notas de los que desayunan mal	☐
c. las notas de los que desayunan bien y las notas de los que desayunan mal son muy parecidas	☐
d. las notas de los que desayunan mal son superiores a las de los que desayunan bien	☐

4. Los desayunos de *insuficiente calidad* contienen alimentos de:

a. Cuatro grupos	☐
b. Tres grupos	☐
c. Un grupo	☐
d. Dos grupos	☐

5. Un desayuno completo debe aportar...

a. una cuarta parte de la energía que se necesita en un día	☐
b. toda la energía que se necesita durante el horario escolar	☐
c. la energía que cada uno necesite, según su edad y su peso	☐
d. toda la energía que se necesita durante un día	☐

6. Para evaluar el rendimiento escolar se utilizó...

- a. la opinión de los profesores ☐
- b. la nota media del curso y la de las asignaturas más difíciles ☐
- c. las notas de las asignaturas que requieren memoria y actividad física ☐
- d. la nota media del curso y la de seis asignaturas obligatorias ☐

7. ¿Cuál es el objetivo del artículo?

- a. Animar a los jóvenes a desayunar temprano ☐
- b. Dar a conocer los diferentes tipos de desayuno de los jóvenes ☐
- c. Explicar la influencia del desayuno en el rendimiento académico ☐
- d. Animar a desayunar productos lácteos ☐

8. A partir de la lectura del texto, ¿qué es un estudio?

- a. Una conferencia ☐
- b. Una investigación ☐
- c. Una explicación ☐
- d. Una lección ☐

9. ¿Cuál de estos desayunos es el más correcto según el texto?

- a. Bocado de jamón, zumo de naranja y leche ☐
- b. Tostadas, leche y chocolate ☐
- c. Cereales, leche y tostadas ☐
- d. Zumo de naranja y bocadillo de jamón ☐

10. ¿Qué entendemos por nota media de curso?

- a. La nota del examen con mejor puntuación ☐
- b. La suma de la mejor nota y la peor nota dividida por dos ☐
- c. La suma de las notas de todos los exámenes dividida por el número de exámenes ☐
- d. La suma de las notas de todos los exámenes del curso dividida por el número de trimestres ☐

11. Completa la siguiente frase con las palabras o letras que faltan:

La maestra nos ____ dicho que de ____ emos desayunar bien antes de salir de casa. ____ acostumbro a tomar leche y cereales.

12. Señala cual de los siguientes alimentos **NO es un cereal:**

- a. Arroz ☐
- b. Alubias ☐
- c. Trigo ☐
- d. Avena ☐

13. A continuación tienes unas frases que se identifican con letras (A, B, C, D). Escribe en cada recuadro la letra correspondiente de manera que cada frase tenga sentido.

A. Cuanto más completo es el desayuno...	B. La investigación destaca la importancia de...	C. La calidad del desayuno se mide por...	D. No son completos...
--	--	---	----------------------------------

- a. un desayuno completo antes de salir de casa ☐
- b. los grupos de alimentos que contiene y la energía que aportan ☐
- c. los desayunos que no aportan la cuarta parte de la energía diaria ☐
- d. mejores resultados se obtienen ☐

En la mayoría de preguntas, tendrás que seguir lo que el recuadro te indica.

Solo hay una respuesta correcta para cada pregunta.
Si te equivocas, debes rellenar todo el cuadrado y marcar de nuevo con una X la respuesta correcta.
Para volver a marcar como correcta una respuesta previamente rellenada, rodéala con un círculo.

01	a ☒	b ☐	← Respuesta: a
02	a ☐	b ☒	← Respuesta: b
03	a ☐	b ☒	← Respuesta: a

En otras preguntas deberás decidir si es verdadero (V) o falso (F). En otras, deberás escribir.

Tienes la hoja de respuestas en la siguiente página.

¡¡Suerte!!



	V	F	REFLEXIÓN	
01	a. ☐	☐		
	b. ☐	☐		
	c. ☐	☐		
	d. ☐	☐		
02	a ☐	b ☐	c ☐	d ☐
03	a ☐	b ☐	c ☐	d ☐
04	a ☐	b ☐	c ☐	d ☐
05	a ☐	b ☐	c ☐	d ☐
06	a ☐	b ☐	c ☐	d ☐
07	a ☐	b ☐	c ☐	d ☐
08	a ☐	b ☐	c ☐	d ☐
09	a ☐	b ☐	c ☐	d ☐
10	a ☐	b ☐	c ☐	d ☐
11	La maestra nos ____ dicho que de__emos desayunar bien antes de salir de casa. ____ acostumbro a tomar leche y cereales.			
12	a ☐	b ☐	c ☐	d ☐
13	a. ☐			
	b. ☐			
	c. ☐			
	d. ☐			

ACIERTOS →

PORCENTAJE →