



COMPREENSIÓ ORAL



Escolta l'entrevista a una nutricionista i marca la resposta correcta a cada pregunta.

Quina és la professió de l'entrevistada?

- ☐ Cuinera.
- ☐ Nutricionista.
- ☐ Esportista.

En què consistix la seua faena?

- ☐ Explicar la importància de la dieta.
- ☐ Explicar com es fan els menús.
- ☐ Ajudar als esportistes a ser més ràpids.

Què explica als esportistes?

- ☐ La importància de millorar les marques.
- ☐ La importància d'adquirir hàbits saludables.
- ☐ La importància d'aprimar-se i d'estar en forma.

Com influeix la nutrició en el rendiment dels esportistes?

- ☐ La nutrició és bàsica, evita les lesions i millora els resultats.
- ☐ La nutrició no és el més important.
- ☐ La nutrició és bàsica, però entrenar ho és més.





Quantes menjades al dia ha de fer una persona que practica l'esport?

- ☐ Sols una.
- ☐ Tres.
- ☐ Diverses, començant per un bon desdejuni.



Quina advertencia dona a la gent que practica algun esport?

- ☐ Que no pensé que l'esport és només per aprimar-se.
 - ☐ Que és important menjar abans de fer esport.
 - ☐ Que poden menjar el que vulguen, perquè amb l'esport ja s'aprimaran.
- 