

	Comprensió oral 3	Curs: 5è
	Nom i cognoms:	
	Data:	Nº llista:

1. Visualitza el vídeo sobre “Els mòbils i la son” i digues si les afirmacions són certes (C) o falses (F):

<https://www.ccma.cat/tv3/sx3/piriscopi-els-mobils-i-la-son/video/5740689/>

- a) Quan dormim és quan el nostre cervell genera els records. ____
- b) És difícil enganxar-se a les xarxes socials. ____
- c) Els nens han de dormir entre deu i onze hores per tenir energia. ____
- d) La melatonina és una hormona que tenim a la pell i ens protegeix del sol. ____
- e) El cervell segrega una substància que ens activa la son per anar a dormir. ____
- f) La llum de la pantalla del mòbil activa la melatonina i fa que no ens puguem dormir. ____
- g) Els experts recomanen mirar el mòbil entre una hora i una hora i mitja a la nit. ____
- h) Els experts recomanen apagar els aparells i deixar-los fora de la nostra habitació. ____
- i) Hi ha estudis que demostren que com més hores de pantalla, menys hores de son i, per tant, menys rendiment escolar. ____
- j) Els casos de miopia estan disminuint en els nens. ____