

Leggi attentamente il testo seguente e rispondi alle domande :

Il nostro pianeta è in pericolo

Da molti anni possiamo notare che nel **nostro** paese ci sono evidenti cambiamenti nelle stagioni. Infatti la temperatura estiva è molto aumentata e la piovosità è diventata molto più abbondante tanto che a volte provoca danni imprevedibili.

Gli scienziati affermano che in tutto il nostro pianeta il clima è notevolmente cambiato a causa dell'inquinamento ambientale che crea scompensi nell'alternarsi delle stagioni, nelle precipitazioni e nella temperatura durante il corso dell'anno.

Sempre più spesso assistiamo a fenomeni atmosferici che provocano disastri naturali come allagamenti, smottamenti e crolli; le conseguenze sono veramente spaventose. [...]

Se le cause sono ormai facilmente identificabili (come affermano i nostri scienziati) le soluzioni sono molto più difficili perché prevedono un impegno globale nel cambiare completamente il modo di affrontare la vita quotidiana di **ognuno** di noi. Dovremmo consumare di meno, sfruttare di meno il terreno in modo superfluo, bisogna diminuire l'uso di carburanti che inquinano l'atmosfera che respiriamo e che influisce sulla nostra salute e anche sul cambiamento climatico.

In conclusione se l'uomo che vive su questo pianeta non decide di cambiare comportamento nell'utilizzare le risorse del territorio di cui si serve, le conseguenze negli anni futuri saranno sempre più disastrose.

Tratto da: <https://scuola.repubblica.it>

I. COMPrensione DEL TESTO : (07 pti)

a) Rispondi con “vero” o “falso”:

- | | |
|---|--|
| 1) Ultimamente, la temperatura estiva e la piovosità invernale sono diminuite. | |
| 2) Il cambiamento delle stagioni è una causa dell'inquinamento ambientale. | |
| 3) Le conseguenze dei disastri naturali assistiti sempre più spesso sono terribili. | |
| 4) Le cause dell'inquinamento sono chiare, però le soluzioni sono difficili. | |

b) Rispondi alle domande dal testo:

- 1) Che cosa provoca la piovosità abbondante a volte?
- 2) Qual è la causa del cambiamento climatico del nostro pianeta?
- 3) Estrarre dal testo tre soluzioni per ridurre l'inquinamento?
- 4) Che succederà se l'uomo non cambia il comportamento nell'uso delle risorse del territorio?

II. COMPETENZE LINGUISTICHE : (08 pti)

a) LESSICO

1) Trova nel testo i sinonimi:

deterioramenti (§1)= _____ causano (§3)= _____

2) Trova nel testo i contrari:

difficilmente (§4)≠ _____ scorsi (§5)≠ _____

3) Abbina le parole seguenti con la definizione adatta:

riciclaggio – inquinamento discarica - riscaldamento globale

- a. Riutilizzo dei rifiuti: _____
- b. Luogo dove si portano gli scarti industriali, i materiali inerti e rifiuti: _____
- c. Aumento della temperatura media della terra causando un cambiamento climatico: _____
- d. Alterazione dell'ambiente che produce danni e malattie: _____

4) Completa il brano con le parole seguenti: rifiuti – inquinamento – ambiente – conseguenze

«L' _____ (1) _____ del nostro pianeta è causato principalmente da quello che noi uomini gettiamo nell' _____ (2) _____, cioè i _____ (3) _____. Molte volte non pensiamo alle _____ (4) _____ che potrebbero avere le nostre azioni sull'ambiente e sfruttiamo la natura senza metterci dei limiti».

b) GRAMMATICA

1) Dai la classe grammaticale delle parole sottolineate nel testo:

a. “nostro” è: _____ b. “ognuno” è: _____

2) Metti i verbi tra parentesi all'imperfetto indicativo:

«... se l'uomo che (vivere) _____ su questo pianeta non (decidere) _____ di cambiare comportamento... ».

3) Completa le frasi con la forma adatta di “bisognare” o “avere bisogno di”:

- a. _____ mantenere l'ambiente pulito.
- b. Noi _____ vivere in un ambiente meno inquinato.

4) Fai l'avverbio di modo con gli aggettivi seguenti:

- a. Veloce: _____ c. Altro: _____
- b. Particolare: _____ d. Leggero: _____

III. PRODUZIONE SCRITTA : (05 pti)

Svolgi a scelta uno dei temi seguenti. (80 a 100 parole)

Tema 1

Tanti sono i pericoli che minacciano la stabilità del nostro pianeta, e di conseguenza minacciano la vita dell'essere umano. In qualche riga mostra;

- 1. Quali sono i maggiori pericoli che minacciano il nostro pianeta?
- 2. Quali sono i loro effetti sul pianeta?
- 3. Quali sono le soluzioni per mettere fine o almeno ridurre questi pericoli?
- 4. Chi è il responsabile di questi pericoli?

Tema 2

Preservare il pianeta è il dovere di tutti gli esseri umani. In qualche riga mostra come si può mantenere la stabilità e l'esistenza del nostro pianeta.

انتهى الموضوع الأول

الموضوع الثاني:

Leggi attentamente il testo seguente e rispondi alle domande :

Salute fisica e mentale : effetti dello Stop allo Sport.

Lo scoppio della pandemia da Covid-19 ha modificato drasticamente gli stili di vita di milioni di persone. Basti pensare all'assenza di sport e di attività fisica, che sta influenzando negativamente su forma fisica e salute mentale. La chiusura di palestre, campi da calcio, piscine, parchi, centri di danza e fitness, di fatto, sta impedendo a molti di dedicarsi alle abituali attività sportive o fisiche, individuali o di gruppo, al di fuori delle proprie case.

Le conseguenze, secondo un paper delle Nazioni Unite dello scorso mese di Maggio 2020, sono diverse: si tende a essere meno attivi fisicamente, il sonno diventa irregolare, non si segue un'alimentazione corretta e bilanciata. Tuttociò porta a un aumento di peso e a una perdita di forma fisica. L'OMS, l'Organizzazione Mondiale della Sanità, raccomanda come allenamento ideale per mantenersi in salute 150 minuti di attività fisica a intensità moderata o 75 minuti di attività fisica ad alta intensità a settimana. Non sempre, però, è possibile allenarsi in casa. Nel migliore di casi, tappetini, pesetti, corda o, per i più attrezzati, cyclette e tapis roulant fanno il loro ingresso in soggiorni e camere da letto. Spesso, però, è lo spazio a mancare, circostanza che rende assai più difficile impegnarsi nell'esercizio fisico ed essere costanti [...]

Per non parlare degli impatti dell'assenza di sport sulla salute mentale, che possono aggravare lo stress o l'ansia che molti sperimenteranno di fronte all'isolamento dalla normale vita sociale, alle preoccupazioni economiche, alle difficoltà da affrontare e all'idea di ammalarsi o che il virus colpisca un familiare [...] A soffrire di questa condizione di clausura senza sport dettata dalla pandemia sono soprattutto i giovani, che solitamente trovano nelle attività fuori casa una forma di socialità e condivisione e tra coetanei.

adattato da: my-personaltrainer.it/sport/covid-19

I-Comprensione del testo:

A) Dire se è vero o falso:

Frasi	Vero	Falso
1. A causa della pandemia, la gente ha fermato di incontrarsi nei luoghi pubblici.		
2. Nel 2020, la salute fisica e mentale era più equilibrata e bilanciata.		
3. Non praticare un'attività sportiva può rendere lo stress più grave.		
4. La pratica dello sport non è limitata a causa della pandemia.		

B) Rispondere alle seguenti domande :

1. Che cosa ha modificato lo scoppio della pandemia da Covid-19?
2. Quali sono le conseguenze di questa pandemia?
3. Quanto tempo ci vuole per un allenamento ideale ?
4. Quali sono gli impatti dell'assenza di sport sulla salute mentale?

II- Competenza linguistica:

A) Lessico:

1. Trovare nel testo i sinonimi di:

- consacrarsi = (1° paragrafo) - effetti = (2° paragrafo)

2. Trovare nel testo i contrari di:

- positivamente ≠ (1° paragrafo) - peggiore ≠ (2° paragrafo)

3. Indicare la parola intrusa :

- | | | | |
|-----------------|---------------|---------------|------------------|
| a. Pallamano | b. Judo | c. Calcio | d. Pallacanestro |
| a. Pediatra | b. Dentista | c. Cardiologo | d. Farmacista |
| a. Motociclista | b. Calciatore | c. Oculista | d. Giocatore |
| a. Stadio | b. Ospedale | c. Palestra | d. Piscina |

Scegliere la risposta corretta.

4. Completare il brano seguente con le parole date:

mascherine – respiratoria – sicurezza - limitare

Il Coronavirus è una malattia, simile all'influenza, che ha ucciso quasi trentamila persone. Tutti noi sappiamo quindi quanto sia importante rimanere a casa, i contatti con persone estranee e rispettare le misure di stabilite dal sistema sanitario nazionale, indossando e guanti nel caso in cui dobbiamo uscire.

B) Grammatica:

1. Riscrivere la frase sostituendo la parte sottolineata con pronomi diretti:

“Lo stress ha danneggiato la salute mentale”.

2. Estrarre dal testo:

- a. un pronome indefinito
- b. un aggettivo dimostrativo

3. Completare con la forma giusta di “volerci o metterci” al presente:

- a. Luca due ore per finire la mezza maratona.
- b. Quanta pazienza con la quarantena per adattarsi.

4. Volgere all'imperfetto la frase seguente :

“... il sonno diventa irregolare, non si segue un'alimentazione corretta e bilanciata.”

III. Produzione Scritta : (80 a 100 parole) Scegliere una delle due prove:

Tema1: La salute è un dono di Dio che dobbiamo proteggere sempre. In qualche riga parla di :

- Come possiamo proteggere la nostra salute e stare sempre in forma con la pratica dello sport?
- Qual è il tuo sport preferito? E di quale tipo?
- Dove lo pratichi?
- Quali sono i suoi benefici psicofisici?

Tema 2: Per la maggior parte delle persone la tecnologia è diventata ancora più che prima al centro della vita quotidiana. In qualche riga parla del ruolo della tecnologia, e cosa ha offerto all'umanità?