

الصفحة 1 5	المملكة المغربية وزارة التربية الوطنية والتكوين المهني المركز الوطني للتقويم والامتحانات والتوجيه	
الإمتحان الوطني الموحد للبكالوريا الدورة العادية 2015 -الموضوع - NS 21		
2	مدة الإنجاز	اللغة الإيطالية
2	المعامل	كل مسالك الشعب العلمية والتقنية والأصيلة
		المادة
		الشعبية أو المسلك

I. LETTURA

Leggi il testo e rispondi alle domande.

Cosa mangiare prima di un allenamento¹ in palestra? Tutte le persone che frequentano le palestre si fanno continuamente questa domanda. Chi si allena regolarmente sa quanto sia importante lo spuntino² prima di un allenamento. Sa cosa significa arrivare in palestra pieno di energia e pronto a fare esercizi fisici.

Allora ecco nuovamente la domanda: cosa mangiare prima di un allenamento? È più importante ancora: quando mangiare prima di un allenamento? Gli esperti consigliano di mangiare almeno un paio di ore prima di andare in palestra, così quando **ci** si arriva, la digestione sarà completata. Allenarsi a stomaco pieno non è mai una buona idea. Cosa mangiare prima di un allenamento? I dietologi e gli specialisti in medicina dello sport, propongono un pasto leggero, ricco in carboidrati e povero di grassi, composto da:

- Un frutto (che potrebbe essere una banana, facile da portarsi dietro a scuola o sul posto di lavoro);
- Uno yogurt magro ;
- Un paio di fette biscottate, o di biscotti a basso contenuto calorico (non **quelli** fatti con il burro o pieni di cioccolato).

È un pasto che conviene alle persone che vanno in palestra direttamente dal posto di lavoro. Per **quelle** invece che fanno lo spuntino a casa, è meglio una piccola porzione di riso in bianco o di patate lessate al posto delle fette biscottate e del frutto. L'importante è non esagerare, non mangiare troppo, e fornire all'organismo quei carboidrati che serviranno come energia per i muscoli durante l'allenamento.

Altrettanto importante è lo spuntino immediatamente dopo l'allenamento; deve essere ricco non solo di carboidrati ma anche di proteine. Ma di questo parleremo un'altra volta.

(1) تدريب

(2) وجبة خفيفة

خاص بكتابة الامتحان	الإمتحان الوطني الموحد للبيكالوريا الدورة العادية 2015 الموضوع		المملكة المغربية وزارة التربية الوطنية والتكوين المهني المركز الوطني للتقويم والامتحانات والتوجيه	
رقم الامتحان	NS 21			
الاسم الشخصي و العائلي		تاريخ و مكان الازدياد		
2	المعامل	2	مدة الإنجاز	اللغة الإيطالية كل مسالك الشعب العلمية والتقنية والأصيلة
				المادة الشعبة و المسلك



خاص بكتابة الامتحان	النقطة النهائية على 20: بالأرقام..... والحروف..... (على المصحح التأكد من أن النقطة النهائية هي على 20)	المادة: اللغة الإيطالية كل مسالك الشعب العلمية والتقنية والأصيلة
الصفحة: 2 على 5	اسم المصحح و توقيعه:	ورقة الإجابة
		NS 21

I. LETTURA

Prova A

(1 punto)

Scegli il titolo più adeguato al testo.

1. L'allenamento e la dieta
2. L'allenamento e lo spuntino
3. L'allenamento e la palestra

Prova B

(3 punti)

Segna con una croce (X) se queste affermazioni sono vere o false: (1 punto per risposta)

AFFERMAZIONI		V	F
1	È meglio mangiare un'ora prima dell'allenamento.		
2	Gli specialisti consigliano di evitare biscotti fatti di burro o pieni di cioccolato.		
3	Si consiglia di mangiare due ore dopo lo sport.		

Prova C

(5 punti)

Completa le frasi con le informazioni del testo. (1 punto per risposta)

1. Secondo gli esperti prima di andare in palestra è meglio prendere un pasto:

- a. _____
- b. _____
- c. _____

2. Le persone che fanno lo spuntino a casa possono mangiare:

- a. _____
- b. _____

لا يكتب أي شيء في هذا الإطار



الامتحان الوطني الموحد للبكالوريا - الدورة العادية 2015 - الموضوع -
مادة: اللغة الإيطالية - كل مسالك الشعب العلمية والتقنية والأصيلة - NS 21

الصفحة: 3 على 5

Prova D

(3 punti)

Trova nel testo i contrari delle parole seguenti: (1 punto per risposta)

1. vuoto (paragrafo 1) ≠ _____
2. pesante (paragrafo 2) ≠ _____
3. povero (paragrafo 4) ≠ _____

Prova E

(3 punti)

A che cosa si riferiscono le parole evidenziate nel testo? (1 punto per risposta)

1. CI : _____
2. QUELLI : _____
3. QUELLE : _____

(TOTALE /15)

II. RIFLESSIONE SULLA LINGUA

Prova A

(4 punti)

Completa le frasi con la forma adeguata dei verbi tra parentesi. (1 punto per risposta)

1. Se tu mi (**comunicare**) _____ l'orario del tuo arrivo, verrei a prenderti alla stazione.
2. I Danielli sperano che il loro figlio Franco (**frequentare**) _____ la facoltà di Medicina.
3. Fra tre giorni Antonio (**prendere**) _____ la laurea e (**cercare**) _____ lavoro.

Prova B

(3 punti)

Scegli la parola giusta fra quelle proposte. (0,5 per risposta)

Dove passerò le vacanze questa primavera? Allora rimarrò in città **per - di - a** lavoro, ma mia moglie e **le - i - gli** miei figli andranno due settimane dai miei in campagna. Io **li - vi - le** raggiungerò domenica sera. Credo che **alcuni - qualche - alcune** volte potremo fare un salto nella città vicina, **dove - che - cui** andremo al cinema o a teatro. **Ci - Ne - Si** divertiremo un sacco.

لا يكتب أي شيء في هذا الإطار

الامتحان الوطني الموحد للبكالوريا - الدورة العادية 2015 - الموضوع -
مادة: اللغة الإيطالية - كل مسالك الشعب العلمية والتقنية والأصيلة - NS 21 -
الصفحة: 4 على 5

Prova C

(3 punti)

Completa il testo scegliendo le parole dalla lista. (1 punto per risposta)

aprono - chiudono - festa - molti - qualche - passeggiata

La maggior parte degli italiani va in vacanza in agosto, perché è il mese in cui _____ le fabbriche, le industrie e _____ uffici. Di solito il rientro dalle vacanze comincia dopo la _____ del 15 agosto.

Prova D

(1 punto)

Cancella la parola che non appartiene al gruppo. (0,5 per risposta)

Esempio: fratello - padre - ~~amico~~ - nonna

1. estroverso - biondo - orgoglioso - timido
2. cucina - soggiorno - bagno - poltrona

Prova E

(4 punti)

Abbina l'espressione alla funzione. (1 punto per risposta)

- | |
|---|
| 1. Se fossi in te, andrei dal medico. |
| 2. Le va di andare a teatro? |
| 3. Secondo me, l'italiano è una bella lingua. |
| 4. Purtroppo ho un appuntamento urgente. |

- | |
|--------------|
| a. Speranza |
| b. Richiesta |
| c. Rifiuto |
| d. Opinione |
| e. Proposta |
| f. Consiglio |

1	2	3	4

(TOTALE /15)

III. PRODUZIONE SCRITTA

Scrivi un'e-mail a un tuo amico italiano, dove gli parli del tuo paese. (Devi scrivere circa 100 parole)

لا يكتب أي شيء في هذا الإطار



الامتحان الوطني الموحد للبكالوريا - الدورة العادية 2015 - الموضوع -
مادة: اللغة الإيطالية - كل مسالك الشعب العلمية والتقنية والأصيلة - NS 21 -
الصفحة: 5 [على] 5

(TOTALE /10)

الصفحة 1	الإمتحان الوطني الموحد للبيكالوريا الدورة العادية 2015 - عناصر الإجابة -		المملكة المغربية وزارة التربية الوطنية والتكوين المهني المركز الوطني للتقويم والامتحانات والتوجيه
1	NR 21		
2	مدة الإنجاز	اللغة الإيطالية	المادة
2	المعامل	كل مسالك الشعب العلمية والتقنية والأصيلة	الشعبة أو المسلك

N.B. Si prega di accettare qualsiasi risposta conveniente non menzionata in queste chiavi.

I. LETTURA

Prova A	2. L'allenamento e lo spuntino	1 pt/
Prova B	1. F 2. V 3. F	3 pt/ 1 per item
Prova C	1. a. leggero. b. ricco in carboidrati c. povero di grassi 2. a. una piccola porzione di riso in bianco b. una piccola porzione di patate lessate Un'altra risposta possibile: uno yogurt magro	5 pt/ 1 per item
Prova D	1. pieno 2. leggero 3. ricco	3 pt/ 1 per item
Prova E	1. (in) palestra 2. (i) biscotti 3. (le) persone che vanno in palestra (direttamente dal posto di lavoro)	3 pt/ 1 per item
		TOTALE 15

II. RIFLESSIONE SULLA LINGUA

Prova A	1. comunicassi 2. frequenti/frequenterà 3. prenderà - cercherà	4 pt/ 1 per item
Prova B	per - i - li - alcune - dove - ci	3 pt/ 0.5 per item
Prova C	chiudono - molti - festa	3 pt/ 1 per item
Prova D	1. biende 2. poltrona	1 pt/ 0.5 per item
Prova E	1. f 2. e 3. d 4. c	4 pt/ 1 per item
		TOTALE 15

III. PRODUZIONE SCRITTA

Per la correzione, si utilizzi la seguente griglia:

1.	Adeguatezza e completezza	2.5 pt
2.	Efficacia comunicativa	2 pt
3.	Correttezza morfosintattica	2 pt
4.	Lessico	1.5 pt
5.	Ortografia e punteggiatura	1 pt
6.	Lunghezza	1 pt
		TOTALE 10

Per ottenere il punteggio finale si prega di dividere il totale ottenuto per 2.