

**Corrigé de la fiche d'activités  
CE (Compréhension Ecrite)  
sur le document  
¿Qué es la dieta mediterránea?**

**I/ Una dieta multicolor**

**1°) Enumera los productos del cartel y di su color**

<b>amarillo</b>	<b>naranja</b>	<b>rojo</b>	<b>blanco</b>	<b>verde</b>	<b>azul</b>	<b>violeta</b>
- la miel - el trigo (le blé) - el limón	- la zanahoria - la nuez (la noix)	- la sandía - el tomate - las uvas - el vino (le vin) - las gambas (les crevettes)	- el queso (le fromage) - el pan (le pain)	- el aceite de oliva (l'huile d'olive) - la lechuga ( la salade)	- el pescado (le poisson)	- las olivas

**2°) ¿De dónde vienen los alimentos del cartel?**

Estos alimentos vienen del campo y del mar.

**3°) Muchos alimentos de la dieta mediterránea son de origen vegetal. ¿Sí o no?**

Sí

**4°) Los alimentos emblemáticos de la dieta mediterránea son las frutas, las verduras, el pescado, la miel, el aceite de oliva.**

**5°) ¿Qué tienen en común los alimentos de la dieta mediterránea?**

Tienen muchos colores, dan mucho color a nuestros platos y dan ganas de comerlos. Además son alimentos frescos y sanos.

**II/ El corazón de la dieta mediterránea**

**1°) Lee el texto y contesta a las preguntas**

**a/ España produce mucho aceite de oliva. Justifica con elementos del texto.**

"España es el primer productor mundial de aceite de oliva"

"El cultivo de olivo ocupa más de 2 millones de hectáreas"

**b/ Localiza en el de España de tu libro dónde se sitúa la mayor producción de aceite de oliva.**

La mayor producción de aceite de oliva se sitúa en Andalucía que es una Comunidad Autónoma española que se sitúa en el sur de España.

**c/ En la cocina, se utiliza el aceite de oliva para freír, aliñar y comer con pan.**

**2º) Observa el cartel y di lo que toman las niñas para la merienda.**

Para la merienda, las niñas toman pan con aceite de oliva.

### **III/ Lo bueno de la dieta mediterránea**

**Lee el cartel y presenta las ventajas de la dieta mediterránea**

**1º) Explica por qué es bueno comer frutas y verduras.**

Es bueno comer frutas y verduras porque son la fuente principal de vitaminas y de agua y favorecen el tránsito intestinal.

**2º) Completa la frase : Consumir fibras comiendo cereales, leguminosas, frutas y verduras favorece el tránsito intestinal.**

**3º) Cita productos de origen vegetales que hay que comer a diario.**

A diario, hay que comer frutas y frutos secos, verduras y leguminosas, cereales y aceite de oliva.

**TE (Trace Ecrite dans le cahier)**  
**iOJO! (points grammaticaux importants)**  
et Agenda

Hoy es :

**¿Qué es la dieta mediterránea?**

**I/ Una dieta multicolor**

El documento es un cartel realizado por el Ministerio de Agricultura, Alimentación y Medio Ambiente del Gobierno de España para promover la dieta mediterránea.

Podemos observar varios colores vivos y muchos productos como frutas, verduras, mariscos, grasa vegetal :

<b>amarillo</b>	<b>naranja</b>	<b>rojo</b>	<b>blanco</b>	<b>verde</b>	<b>azul</b>	<b>violeta</b>
- la miel - el trigo (le blé) - el limón	- la zanahoria - la nuez (la noix)	- la sandía - el tomate - las uvas - el vino (le vin) - las gambas (les crevettes)	- el queso (le fromage) - el pan (le pain)	- el aceite de oliva (l'huile d'olive) - la lechuga ( la salade)	- el pescado (le poisson)	- las olivas

Estos alimentos vienen del campo y del mar. Tienen muchos colores, dan mucho color a nuestros platos y dan ganas de comerlos. Además son alimentos frescos y sanos.

**Vocabulario**

- un cartel (une affiche)
- el gobierno (le gouvernement)
- promover (promouvoir)
- una dieta (un régime)
- varios (plusieurs)
- dar ganas de (donner envie de)
- los mariscos (les fruits de mer)

**II/ El corazón de la dieta mediterránea**

El documento se compone de un texto y de una foto.

El texto trata del aceite de oliva que es el alimento más importante de la dieta mediterránea. España es el primer productor de aceite de oliva. El cultivo del olivo se concentra principalmente en la Andalucía en el sur del país. El aceite de oliva es muy bueno para la salud y hay un refrán que dice : «Aceite de oliva, todo mal quita».

La foto representa a dos chicas que hablan y comen pan con aceite de oliva para la merienda. Parecen muy contentas.

El aceite de oliva se utiliza para freír, aliñar y también se come con pan.

## Vocabulario

- el corazón (le cœur)
- el cultivo (la culture)
- la salud (la santé)
- un refrán (un proverbe)
- quitar (enlever)
- comer (manger)
- la merienda (le goûter)
- aliñar (assaisonner)

## III/ Lo bueno de la dieta mediterránea

El documento es un cartel que presenta las ventajas de la dieta mediterránea.

Las frutas	Las verduras	Los legumbres	Cereales	Los frutos secos	La carne	Grasa vegetal
- la fresa - las olivas - el melón	- la calabacín (la courgette) - el tomate	- frijoles rojos (les haricots rouges)	- el trigo	- la nuez	- el pescado	- el aceite de oliva
<b>Proporcionan vitaminas y agua al cuerpo</b>				<b>Reducen el colesterol</b>		
<b>Favorecen el tránsito intestinal</b>						

**Hay que comer** frutas y frutos secos, verduras y leguminosas, cereales y aceite de oliva porque es bueno para la salud.

## Vocabulario

- una ventaja (un avantage)
- los legumbres (les légumes secs)
- la carne (la viande)
- proporcionar (apporter/donner)
- el agua (l'eau)
- el cuerpo (le corps)
- favorecer (favoriser)
- reducir (réduire)

**¡OJO! L'obligation impersonnelle avec HAY QUE + verbo à l'infinitif**

Ejemplo: Hay que comer frutas y verduras.

(---} Il faut manger des fruits et des légumes)

## **Agenda**

**1º) Aprended de memoria la lección y el vocabulario**

**2º) Traducid las frases**

a/ Il faut boire de l'eau.

b/ Il faut manger des légumes secs et des céréales pour favoriser le transite intestinal.

c/ Il faut consommer des fruits secs, du poisson et de l'huile d'olive pour réduire le cholestérol.