

# BIGARREN HIZKUNTZA ESKAKIZUNA

Hizkuntzen Europako Erreferentzia Marko Bateratuaren B2 maila

## IDATZIZKO AZTERKETA

### [ A eredua ]

- Idatzizko azterketak **bi proba** ditu: irakurmena eta idazmena.
- **2h 5 min** dituzu azterketa egiteko.

	PROBEN EZAUGARRIAK	AURREIKUSITAKO DENBORA	PUNTUAZIOA (GEHIENEZ)	PUNTUAZIOA (GUTXIENEZ)
IRAKURMEN PROBA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hiru ariketa dauzka. Hirurak egin behar dira.</li> <li>• Hiru irakurgai eta guztira 34 item.</li> <li>• Lehenengo eta bigarren ariketetan item bakoitzak 0,8 puntu balio du eta hirugarrenean 0,4 puntu.</li> <li>• Txarto erantzuteagatik ez da punturik kenduko.</li> <li>• Testuen luzera guztira: 1.500 hitz gehienez.</li> </ul>	50 min	20	10
IDAZMEN PROBA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bi ariketa ditu. Biak balio berekoak (15 puntu). Biak egin behar dira eta eskatutako hitz kopurua bete. Eskatutako hitz kopurua ez idazteagatik puntuak kenduko dira.</li> </ul>	75 min	30	15

- **Irakurri** atal bakoitzean datozen **argibideak** eta egizu bertan jartzen duena.
- Egin **idazmen-probako ariketak** horretarako eman zaizkizun **aparteko orrietan**.
- Azterketa-koaderno hau ez da jasoko, **zuzetzat da**.

### 1. ariketa

Ondoren testu bat daukazu. Irakurri eta erantzun galderai.

**Aukeratu erantzuna.** Bakarra da zuzena.

## OSASUNAREN MAKULU

Euskal Herrian gero eta zale gehiago ditu ibilketa nordikoak. Kirol hori egiteko talde ugari osatu dira Euskal Herrian. Makila pare bat eta oinetako pare bat baino ez dira behar horretan ibiltzeko. Hirian nahiz landan egin daiteke, baita elurretan edo hondartzan ere. Finlandian du jatorria ibilketa nordikoak. Hango eskiatzaileek entrenamenduak moldatu behar izaten zituzten udan, garai horretan ez baitzuten elur nahikorik izaten. Makila berezi batzuekin hasi ziren elurrik gabeko lurzoruetan ibiltzen eta hala sortu zen egun ibilketa nordikoa izenez ezagutzen den kirola.

Donejakue bidea egiten ari zela ikusi zituen lehenengo aldiz Xabier Madinak, Euskadiko ibilketa nordikoko elkarteko presidentea, ibilketa nordikoan ari ziren erromes batzuk. Haien zeramatzaten ibilaldietarako makilak guztiz ezberdinak ziren. Material arinez eginda zeuden. Eskumuturrari eusteko lokarri bat zuten eta beheko muturrean metalezko punta zorrotza. Etxera iritsi eta Google bilatzailean saiatu zen aurkitzen Madina: makilekin ibili. Orduantxe irakurri zituen lehendabizikoz *Nordic Walking* hitzak. Beste bilaketa bat egin zuen: *Euskal Herria Nordic Walking*. Bilatzaileak ez zuen ezer topatu. Logroñora joan behar izan zuen ikastaroa egitera, Espainian ikastaroa ematen zuten lekuen artean hurbilena baitzen. Bost ordu: hiru, oinarriak ikasteko; eta bi, teknifikazioa lantzeko. Orain, sei orduko ikastaroak dira: hiru eta hiru.

Euskadiko ibilketa nordikoko elkarteko presidentea sinetsita dago gutxi barru ibilketa nordikoa kirol ezaguna egingo dela. Eskandinavian, Suitzan, Austrian eta Alemanian aspalditik dago errotuta. Esaterako, Alemanian osasun publikoak ibilketa nordikoko ikastaroak ordaintzen ditu; bai errehabilitazio-programetan, bai gaixotasunen prebentziorako teknikan. Madinaren esanetan, ibilketa nordikoaren aurreneko oinarria osasuna da. Gorputz osorako ariketa fisikoa da: 600 bat gihar mugiarazten ditu, gorputzeko giharren % 90. Gainera, laguntzen du lepo hezurreko tentsioak eta estresa gutxitzen, gorputzaren

enborra indartzen, oreka mantentzen eta koordinazio-gaitasunak garatzen. Onura guztiak aprobetxatzeko komenigarria da teknika barneratu eta praktikan jartzea. Baina teknika guztiz menderatzea zailagoa da. Kirol honek onura asko ekartzen dizkie hasiberriei, baina, teknikan sakonduz gero, onura handiagoak lor daitezke.

Zaila da jakitea Euskal Herrian zenbat jende egiten duen. Aurreneko urtean, 500 pertsonak egin zuten ikastaroa. Zifra hori asko handituko da denbora laburrean. Euskadin 200 bat mendi elkarte daude. Horietako bakoitzetik hiruzpalau batuko balira, pentsa! Dena den, asko kostatu da kirol mota hau gurean zabaltzea. Euskal Herrian betiko kluxeak daude: 'Bizitza osoa daramat mendira makilekin joaten. Orain zuk azaldu behar al didazu makilak nola erabili?' eta 'Nik oraindik ez dut makilarik behar martxan ibiltzeko'. 23, 30 eta 50 urteko jendea etortzen da. Gaur egun talde ugari daude Euskal Herrian. Araban, esaterako, Agurainen, Asparrenan eta Kanpezun ibilketa nordikoa egiteko ibilbideak daude markatuta. Bizkaian, besteak beste, Balmasedan, Gorrizen eta Markina-Xemeinen. Gipuzkoan, berriz, Deban, Donostian eta Zumaian daude ibilbiderik proposenak. Lapurdin, berriz, Baionan, Angelun, Hazparnen... ibilketa nordikoa praktikatzeko taldeak osatu dira.

Nazioarteko sistema aintzat harturik, lau mailatan sailkatzen dira ibilbideak: berdea, urdina, gorria eta beltza. Bakoitzak bere kolorea du. Horiek dira, ordena horretan, zailtasun gutxiena eta zailtasun handiena duten ibilbide mailak. Sailkatzeko garaian, kilometroak eta pendizak neurtzen dituzte, baina baita ibilbide hori osatzeko erabili beharreko teknika ere. Hasiberrientzat kolore berdeko ibilbideak egitea da egokiena. Beti gomendatzen dute errazenetatik hastea, gero urdinekin saiatzeko. Gainera, mundu guztiak ez ditu ibilbide gorriak edo beltzak egin behar. Jende asko oso eroso eta gustura egoten da ibilbide berdeetan eta urdinetan. Zentro bakoitzak informazio gune bat dauka, herriko

turismo bulegoetan edo kiroldegietan aurki daitekeena. Makilak alokatzeko aukera izateaz gain, mapak ere eskuragarri daude informazio puntuetan. Gainera, ibilbidea aurretiaz prestatu nahi dutenentzat, *nordicwalkingunea.net* webguneak mapak deskargatzeko aukera eskaintzen die, bai GPS-rako eta bai *Google*

*Earth*, *Google maps* eta *Wikiloc* aplikazioetarako. Mota askotako ibilbideak egin daitezke Euskal Herrian. Paisaia aldetik aukera sorta handia dago. Beraz, badago non aukeratu.

GARTZIA, A. *Berria*, 2016ko urtarrilaren 26a. Egokitua

## 1. ariketa. Aukeratu erantzuna

### 1. Zertarako sortu zen Finlandian ibilketa nordikoa?

- a) Neguan elurrik ez dagoenean kirola praktikatzeko.
- b) Eskiatzaileek udan entrenatzeko.
- c) Hondartzetan neguan kirola egiteko.

### 2. Zer aurkitu zuen Madinak Interneten?

- a) Euskal Herrian kirol horretaz ez zegoela ezer.
- b) Espainian ikastaroak bakarrik Logroñon zeudela.
- c) Oinarriak ikasteko bost orduko ikastaroak zeudela.

### 3. Zer uste du Madinak gertatuko dela ibilketa nordikoarekin?

- a) Laster izango dela kirol ezagunagoa.
- b) Hemen ez dugula inoiz Europako iparraldekoen maila izango.
- c) Errotuta badago ere, kostako dela ezaguna izatea.

### 4. Zertarako ordaintzen ditu ikastaroak Alemaniako osasun publikoak?

- a) Jendeak kirolaren onurak aprobetxatzeko, hau da, hobeto bizitzeko.
- b) Jendeak kirol bat gutxienez praktikatzeko.
- c) Hainbat gaixotasuni aurre egiteko zein errehabilitaziorako.

### 5. Zer onura lor dezakegu ibilketa nordikoarekin?

- a) Gorputz osoko giharrak aldi batera mugitzea.
- b) Onura handiak, teknika erabat menderatzea erraza baita.
- c) Koordinazio-gaitasunak garatzea, besteak beste.

### 6. Zergatik kostatu da Euskal Herrian zabaltzea?

- a) Poliki-poliki ari delako gero eta jende gehiago praktikatzen.
- b) Hemengo jendeak makilen inguruko aurreiritziak zituelako.
- c) Hemen mendi elkarte gutxi daudenez, aukera gutxi dagoelako.

### 7. Zer neurtzen da ibilbideak sailkatzeko?

- a) Kilometroak, pendizak eta beharrezko teknika.
- b) Iraupena, ibiltarien ezaugarriak eta pendizak.
- c) Erabili beharreko teknika eta luzera bakarrik.

### 8. Zer dio testuak ibilbideen koloreez?

- a) Mundu guztiak gorriak eta beltzak egin behar dituela.
- b) Hasiberrientzat urdinekin hastea gomendatzen dutela.
- c) Jendea erosoago egoten den koloretan ibili ahal dela.

## 2. ariketa

Ondorengo testuari zatiak falta zaizkio. Hurrengo orrian dituzu falta diren testu zatiak.

Sartu **testu zatia** dagokion **hutsunean**.

Markatu testuko hutsuneak (9, 10, 11...) betetzeko zein diren galdera egokienak (A, B, C...).

**Testu zati bat sobera dago.**

## TEKNOLOGIA BERRIEN ATZAPARRETAN

Gero eta gehiago dira teknologia berriek eragindako mendekotasunari lotutako estresa pairatzen dutenak. Lanari lotuta sortzen da askotan estres hori, eta hori dela eta, langileei mugak jartzeko beharraz ohartarazi dute adituek. Jende asko oraindik ez da jabetzen arazoaz, baina gero eta handiagoa da. Etorkizunean langileen gaixotasunen arrazoi nagusietako bat izango da.

Marc Masip psikologoak kezka hitz egin du teknologia berriek eragin ditzaketen estres eta mendekotasun egoeren inguruan. «Gurpil zoroa» dela azaldu du eta adibide argigarri bat jarri du: «Zure nagusiak *whatsapp* bat bidaltzen dizu arazo bat azalduz. Bulegotik kanpo zaude, zure atsedendian edo denbora librean, baina konpondu behar denez, banatzaileari deitzen diozu, eta hark horren ardura duen beste langile bati». **9** Gainera, kasu askotan konturatzen direnerako berandu da. Askok jada benetako mendekotasuna dutenean konturatzen dira benetan arazo bat dutela. Benetan gaixotasuna denean. **10**

Kontzeptu zaharra da teknologia berriek eragindako estresa edo mendekotasuna. Duela 30 bat urte asmatu zuen Craig Brod psikologoak. Ameriketako Estatu Batuetako liburuzain batzuk izan ziren pairatzen aurrenak, liburuen katalogoak kudeatzeko sistema informatiko bat ezarri zieten. Gaur egun teknologia berriek eragiten duten estresarekin ez du zerikusirik, ordea, ordukoak. **11**

Teknologiak garatuz eta ugarituz joan ahala, hazi egin da estres eta mendekotasun hori. *Intel* teknologia enpresak egindako ikerketa baten arabera, erabiltzaileen % 40k egun osoa ematen du gailu teknologikoei konektatuta eta % 80k sakelako telefonoa ondoan duela lo egiten du. Morrontza edo kontrola dago teknologia berrien eta sare sozialen inguruan eta hori estres sortzaile garrantzitsua da. Estres mota berria da, oso indartsua eta etorkizunean eragin handia izango duena. Ohiko estresarekin

hainbat sintoma partekatzen ditu teknologia berriek eragindakoak: lo egiteko arazoak, arnasa hartzeko zailtasuna, tentsio altua, nekea, beldurrak eta dardarak. **12** Kontrol sentsazioa handia da.

Batez ere enpresa gizonen eta ardura handiko lanpostuak dituztenek jasan dute azken hamarkadetan estres hori. **13** Gazteak dira horren adibide argigarriena. Alde horretatik, gurasoek eredu izan beharko lukete. Haiek egun osoa sakelakoari edo tabletari lotuta badaude, hori da seme-alabek ikusiko dutena.

Estres horrek laneko giroa txartu dezakeela gogorarazi du Masipek. Bakoitzak bere mugak ditu maila pertsonalean eta laboralean. **14** Adibide gisa jartzen dute oporretan edo lanorduetatik kanpo mezu bat bidaltzea. Kasu askotan nahikoa da langile batek mendekotasun edo estres hori edukitzea gainerakoei eragiteko, eta haiek ere berdin jokatzeko. Egoera are gehiago okertu ahal da horrela eta horrek eragin zuzena du ezinbestean langileen ekoizpenean.

Hori dela eta, mugak hasieratik jartzearen beharra azpimarratu du Masipek. Hori da halako arazoak saihesteko modurik onena. **15** Eskoletatik gehiago egin beharko litzateke, azken batean horiek direlako etorkizuneko langileak. Horretarako, irakasleak formatu behar dira eta, horren arabera, eskola bakoitzak bere ibilbide-orria zehaztu teknologia berrien erabileraren inguruko heziketari buruz.

Bestelako gomendio batzuk ere eman dituzte adituek. Horietako bat da lanordu bakoitzeko siesta digitala egitea. **16** Edo astialdian ere gailu elektronikoez ahaztea. Adibidez, paseora edo lagunekin afaltzera joanez gero, telefonoari ez begiratzea.

ARRATIBEL, A. *Berria*, 2015eko martxoaren 11.  
Egokitua

**2. ariketa. Txertatu testu zatia**

- A. Hala, aditu askok diote teknologia berrien ondorioz horiek zeharkatuz gero, haserreak sor daitezkeela lankideen artean.
- B. Hau da, hamar minutuz gailu elektronikoak erabiltzeari uztea, baita gailu elektronikorik gabe egin daitezkeen jarduerak egiten jarraitzea ere.
- C. Horregatik, kontuan hartu behar dugu teknologiak, beti ez bada ere, gizartean onurak dituela eta aipatutako kasuak salbuespenak baino ez direla.
- D. Izan ere, sistema informatiko harekiko mendekotasunak ez, hura erabiltzen ez jakiteak eragiten zien estresa eta, horren ondorioz, lana galtzeko arriskua ere.
- E. Joera hori gero eta gehiago zabaltzen ari da eta horietako inork ez du lortzen lana alde batera uztea, teknologia berriek eragindako murruntzaren ondorioz.
- F. Horren aurrean kontzientziaraz eta arduraz jokatzeko eskatu du, atsedean orduak errespetatu egin behar dira eta ordu batzuetan alde batera utzi behar dira teknologiak.
- G. Baina teknologia berrien erabilera oker eta gehiegizkoaren ondorioz, arazoa jende gehiagorengana iristen ari da, ez bakarrik, gainera, lan kontuengatik.
- H. Horrekin batera, heziketa jo du gaketzat gazteen kasuan eta, esan bezala, horretan zerikusia handia dute gurasoek eta, batez ere, irakasleek.
- I. Baditu, ordea, propioak diren batzuk: sozialki bakartuta egotea, ideiak sortzeko gaitasuna gutxitzea eta gailu batekin baino gehiagorekin batera ibiltzea, lan zehatz batean arreta jarri gabe.

■ **Idatzi zenbakiari dagokion letra ondoko laukietan, eta ez ahaztu erantzun-orrira pasatzea:**

<b>Hutsuneak</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>
<b>Testu zatiak</b>								

<b>Soberakoa</b>	
------------------	--

**Soberako aukera hau ez da jaso behar erantzun-orriran.**

### 3. ariketa

**Hutsuneak bete.** Testutik zenbait hitz ezabatu ditugu. Erantzun-orrian aukera ezazu zenbaki bakoitzari dagokion hitza.

## SOPELAN, TUPERRA KALERA!

Sopelako Udalak *Sopelan tupperra kalera* kanpaina martxan jarri du, herriko komertzioetan tupperraren erabilera **17** asmoz. Arraina edo haragia erosterakoan, plastikozko eta paperezko hondakinak ahalik eta gehien **18** da ekimen honen helburu nagusia.

Tupperra erabiltzeak **19** ugari ditu. Alde batetik, erosoagoa da: etxera heldu eta zuzenean tupperra hozkailura sar daiteke. Beste alde batetik, **20** txiki horrekin paperaren eta plastikoaren kopurua nabarmen jaitea lortuko genuke, elikagaiak gordetzerakoan ez dugulako inolako hondakinik sortzen. Beraz, hondakin gutxiago sortzen dugunez, **21** zaintzen lagunduko dugu, eta horrek eragin zuzena du herrian eta herritar guztiengan. **22**, kanpaina honen bidez herriko komertzioen kontsumoa ere bultzatu nahi da.

Tupperra erabiltzeko **23** oso erraza da. Lehenik eta behin, erosketak egitera joan baino lehen, tupper bat hartu beharko dugu etxetik. Harategian edo arrandegian erosten dugunean, dendariari tupperra emango diogu elikagaia bertan sar dezan, plastikoa edo papera erabili **24**, eta guk etxera eraman dezagun.

Auzokideei **25** emateko asmoz, Udalak familia-unitateei tupper bana emango die. Tupperrak udaletxean edo Larrabasterrako udal-bulegoan jaso ahal izango dira, martxoaren 31ra arte, honako ordutegian: 09:00etatik 13:30era. **26** banatuko den tupperrak tamaina nahikoa du edozein elikagai gordetzeko, eta **27** SHK Sopelako Hondakinen Kontseiluaren eta Sopelako Udalaren logotipoa du.

Gainera, tupperraren erabilera bultzatzeko asmoz, lehenengo urtean tupperra erabiltzen duten auzokideek **28** bat jasotzeko aukera izango dute. Hilaro 30 euroko bonoa zozketatuko da tupperra erabiltzen duten auzokideen artean. Hogeita hamar euroko bono hori herriko dendetan gastatzeko izango da. Zozketan parte hartzeko, **29** txartel bat bete beharko dute komertzioetan, eta **30** baten barruan sartuko dute beren datuekin.

Kanpaina honen abiapuntua SHK Sopelako Hondakinen Kontseiluak egindako lana da. SHK 2013. urteko martxoan hasi zen lanean eta udalerriko alderdi politiko eta **31** batzuek osatzen dute. Kanpainak Sopelako hainbat komertzioen babesa du.

Tupperraren erabilera oso **32** dago beste leku batzuetan. Gipuzkoan, adibidez, oso **33** izan diren kanpainak egin dira. Bizkaian, **34** Markina-Xemeingo Udalak baino ez du egin horrelako ekimenik, beraz, ekintza aitzindaria dela esan dezakegu.

<sopelaudala.org.>, 2014ko otsailaren 7a. Egokitua

**3. ariketa. Aukeratu hutsuneak betetzeko hitz egokia**

- 17.a) ekiditeko  
b) sustatzeko  
c) hausnartzako  
d) neurtzeko

- 18.a) ekoiztea  
b) indartzea  
c) gutxitzea  
d) irabaztea

- 19.a) abantaila  
b) esanahi  
c) adierazpen  
d) eragozpen

- 20.a) aholku  
b) lehia  
c) keinu  
d) lelo

- 21.a) otordua  
b) bilduma  
c) ingurumena  
d) proiektua

- 22.a) Azkenik  
b) Hala ere  
c) Baina  
d) Edonola ere

- 23.a) beharra  
b) iraupena  
c) kokapena  
d) prozedura

- 24.a) besterik  
b) gabe  
c) arte  
d) aurretik

- 25.a) erraztasunak  
b) aginduak  
c) azalpenak  
d) aurrekontuak

- 26.a) Dohainik  
b) Ezinbestez  
c) Ustez  
d) Inguruan

- 27.a) zeharka  
b) aurkibidean  
c) erakusketan  
d) kanpoaldean

- 28.a) sari  
b) zigor  
c) baimen  
d) arau

- 29.a) udaletxekoek  
b) arduradunek  
c) parte-hartzaileek  
d) antolatzaileek

- 30.a) egitasmu  
b) lehiaketa  
c) kutxa  
d) apalategi

- 31.a) atal  
b) sailburu  
c) ikur  
d) elkarte

- 32.a) berrituta  
b) zigortuta  
c) zabaldua  
d) sakabanatuta

- 33.a) apaingarriak  
b) arrakastatsuak  
c) sendagarriak  
d) berritsuak

- 34.a) jakina  
b) ordea  
c) gutxienez  
d) orduan

### Oharrak

- Ondoren, **bi ariketa** dituzu. **Biak egin behar dituzu.**
- Oso kontuan hartu behar dituzu gaia eta eskatzen zaizun ariketa mota.
- Garbi idatzi eta saiatu letra argia egiten: **ez da zuzenduko irakurri ezin denik.**
- Erabili boligrafoa idazteko.
- Ez jarri zure izen-abizenik; **asmatu izenpea anonimotasuna bermatzeko.**
- Zuzentzeko orduan, hauexek hartuko dira kontuan:
  - Eskatutako guztiari erantzun diozun.
  - Ideiak garbi adierazi dituzun.
  - Euskara nola erabili duzun: egokitasuna, zuzentasuna eta aberastasuna.

**ZIRRIBORROAK EGITEKO LEKUA ONDORENGO ORRIETAN DAUKAZU.  
EGIN ARIKETAK HORRETARAKO EMAN ZAIZKIZUN APARTEKO ORRIETAN.**



## 1. ariketa

Gaia kontuan hartu eta **eskutitza** idatzi behar duzu.  
**Gutxienez 125 hitz** idatzi behar dituzu.

**GAIA:** Herrira etorri diren turisten kopurua nabari handitu da azken urteotan. Hori dela eta, Udalak turismo departamendua sortzea pentsatu du.

Lan horretan oso interesatuta zaudenez, idatzi gutun bat arduradunari departamentu horretarako zeure burua eskaintzeko eta turismoak herrian duen garrantzia nabarmentzeko.

## 2. ariketa

Gaia kontuan hartuta, iritzia eman behar duzu herriko aldizkarian, *Herritarren txokoa* sailean.  
**Gutxienez 125 hitz** idatzi behar dituzu.

**GAIA:** Herrian alokatzeko etxebizitza falta dela eta, Udalak hutsik dauden etxebizitzei zerga berezia jartzea erabaki du; hau da, bostehun eta mila euro arteko zerga. Neurri honek eztabaida handia sortu du herritarren artean.

Gaiaren garrantziaz jabeturik, herriko aldizkarian zure iritzia ematea erabaki duzu.

Zirriborroetarako lekua

Zirriborroetarako lekua

**IVAP**

HERRI ARDURALARITZAREN  
EUSKAL ERAKUNDEA

- 1. ariketa. Aukeratu erantzuna
- Irakurgaia: «OSASUNAREN MAKULU»

1.	B	2.	A	3.	A
4.	C	5.	C	6.	B
7.	A	8.	C		

- 2. ariketa. Sartu testu zatia dagokion hutsunean
- Irakurgaia: «TEKNOLOGIA BERRIEN ATZAPARRETAN»

Hutsuneak	9	10	11	12	13	14	15	16
Testu zatiak	E	F	D	I	G	A	H	B

Soberakoa	C
-----------	---

- 3. ariketa. Hutsuneak bete
- Irakurgaia: «SOPELAN, TUPERRA KALERA!»

17.	B	18.	C	19.	A
20.	C	21.	C	22.	A
23.	D	24.	B	25.	A
26.	A	27.	D	28.	A
29.	C	30.	C	31.	D
32.	C	33.	B	34.	B