

2^{ESO}

Transcripcions



6

proves
de competència
comunicativa i
lingüística

Recursos pedagògics ▪ 2 ESO



Prova 01

pág. 03

- M'escoltes?

Prova 02

pág. 04

- La intel·ligència artificial

Prova 03

pág. 05

- La felicitat

Prova 04

pág. 08

- Sostenibilitat

Prova 05

pág. 10

- La conducció

Prova 06

pág. 11

- Grans desigualtats

Els textos utilitzats en aquest material han estat adaptats i locutats exclusivament amb finalitats pedagògiques per al treball de la competència oral de l'ESO. (Art. 32, RDL 1/1996 de Propietat Intel·lectual). Les fonts consultades es poden veure en la citació inclosa al final de cada transcripció.

Transcripció del text oral

Un de cada quatre joves d'entre 12 i 34 anys escolta música i fa servir els auriculars en general a un volum massa alt. Més de mil milions de joves estan en risc de perdre oïda per culpa dels auriculars. Segons un estudi internacional que recull aquest dimecres el diari britànic The Guardian, un de cada quatre joves d'entre 12 i 34 anys (un 24%) escolta música i fa servir els auriculars en general a un volum massa alt.

A l'estudi, fet per investigadors de la Universitat de Carolina del Sud, als Estats Units, hi van participar més de 19.000 persones i es van tenir en compte altres anàlisis prèvies sobre l'ús de dispositius d'escolta personal i del volum de la música als llocs públics entre el 2000 i el 2021.

Això no és exclusiu de la gent jove, es dona a totes les edats, però els adolescents són especialment vulnerables, ja que utilitzen aquests dispositius durant més hores al dia. A més, en el seu cas s'agreuja perquè van més sovint a discoteques i concerts.

L'Organització Mundial de la Salut (OMS) estima que més de 430 milions de persones de totes les edats a tot el món tenen actualment pèrdua auditiva discapacitant.

I ha detallat quins són els factors de risc: "El dany a l'audició es provoca per una combinació de temps d'exposició i d'intensitat. L'auricular ens posa la intensitat del so molt a prop i molt directament a l'orella. I el fet que el tinguem connectat tanta estona, acumula hores d'exposició a intensitats sonores molt altes".

Pel que fa a quin tipus d'auriculars són millors o pitjors, l'expert ha avisat: "La recomanació des del punt de vista mèdic seria reduir al màxim l'ús d'aquests dispositius. Com menor sigui l'exposició, menor és l'impacte". I ha afegit: "Els auriculars que cobreixen tota l'orella tenen capacitat de produir més intensitat sonora. Els audiòfons de conducció òssia són relativament segurs perquè quan s'apuja el volum, acostuma a ser incòmode, patim una vibració que és desagradable. Els de botó posen el so molt endins, però el risc ve del volum".

La sensació de percebre un soroll de manera contínua o intermitent sense que hi hagi cap soroll extern que l'origini s'anomena acúfen.

Els acúfens poden ser conseqüència d'aquesta exposició al soroll? El doctor ha comentat que "les causes d'aquesta patologia són molt variades i no es pot parlar d'un sol motiu. Però sí que un d'ells és la lesió de l'orella interna produïda per l'exposició a sorolls. Si això apareix, s'ha de visitar el metge per veure què està passant".

Text: Adaptació

Font: *Més de mil milions de joves podrien perdre oïda per culpa dels auriculars*, RAC1

Paraules: 577



Transcripció del text oral

Ei, tu! Sí, precisament tu, que estàs buscant descobrir els secrets més allucinants de la tecnologia.

Avui vull descobrir-te un misteri que sembla tret d'una pel·lícula de ciència-ficció, però que és tan real com el sol que ens il·lumina cada dia, la intel·ligència artificial, o com m'agrada dir-li, la IA, el nostre amic invisible capaç de proeses inimaginables. Aquest company digital, que ja forma part de la nostra quotidianitat, viu entre nosaltres, està present en els ordinadors, els telèfons i fins i tot en alguns dels nostres electrodomèstics més quotidians.

Aquesta tecnologia és la que ens suggereix quina música escoltar, com arribar al nostre destí sense tocar el volant i ens obre les portes d'un món ple de possibilitats. Però, et deus estar preguntant, com és possible aquesta mena de màgia? Doncs, comencem pel principi.

És com quan intentem ensenyar a un nen petit a reconèixer els animals. Li mostrem una col·lecció de fotos dient-li, això és un gat, fins que, de mica en mica, ho comença a entendre. La IA fa quelcom semblant, però amb dades, aprèn de patrons i fa prediccions o pren decisions basades en aquest aprenentatge. I el més increïble de tot és que estem liderant aquesta revolució aquí, a Catalunya, des del desenvolupament de videojocs fins a l'abans en el diagnòstic de malalties.

La IA és el nostre superheroi digital, treballant incansablement per fer del nostre món un lloc millor. No obstant això, com tot gran poder, la IA ve amb una gran responsabilitat. És crucial que reflexionem sobre l'ús que li donem, per garantir que els seus beneficis arribin a tothom, sempre amb un ull posat en la privacitat i l'ètica. I mira ara... Deixa't sorprendre! Aquest pòdcast ha estat creat amb l'ajuda de la intel·ligència artificial. Sorprès, oi? I el millor és que estic aquí per revelar-te com pots fer-ho tu mateix. La IA està canviant al món que ens envolta i, al mateix temps, ens està dotant d'eines creatives fascinants per explorar camins mai imaginats.

Qui sap, potser tu seràs qui faci el pròxim gran salt en la IA. Si t'ha captivat aquesta introducció al món meravellós de la intel·ligència artificial i estàs ansiós per continuar aprenent i descobrint com la IA està redefinint el nostre futur, i com tu pots ser part d'aquesta transformació, no dubtis ni un segon a subscriure't al canal. T'esperen moltes més històries, tutorials i debats que segur t'enamoraran.

Ens veiem en el pròxim pòdcast. Fins aviat!

Text: Adaptació

Font: *Pòdcast Intel·ligència Artificial*, Cambra de Barcelona

Paraules: 467



Transcripció del text oral

Benvinguts al vostre espai de meditacions. Aquesta és la primera meditació pensada tant per a nens com per a adults.

És una meditació sobretot dirigida a començar a notar com el nostre cos és capaç de relaxar-se a través d'aquest tipus d'exercici i també per si tenim algun examen, una excursió, alguna coseta que ens generi neguit, que ens estressi, és perfecte per fer també abans d'anar a dormir, per un descans, un moment per a un mateix.

Per poder-la fer només necessites estar en una postura còmoda. Així que, sense més preàmbuls, comencem.

Vull que vegis allà dalt, per damunt del teu cap, una estrella. Pot ser del color que tu vulguis: rosa, verda, a puntets... Potser et ve de gust imaginar-te les ratlles. La teva estrella està plena d'energia i de colors. Ara, l'energia de l'estrella va caient per sobre teu. Primer la notes al cap, baixa per les espatlles. Quan l'energia baixa, sents que se't relaxa tot el cos. Notes com els braços et pesen, els dits de les mans també, la panxa està tranquil·la i relaxada, l'energia de l'estrella també cau per la cintura i les cames, que cada vegada pesen més i més, fins a arribar als peus.

Quan el teu cos ja estigui tranquil i en calma, imagina't un arbre. És només teu, per tant, que tingui el color i la forma que tu vulguis. Potser s'assembla al que tens a prop de casa o a l'escola. Només és teu, així que sigui com a tu et faci feliç. Ara, en aquest arbre hi pots penjar totes les teves preocupacions. L'examen de mates, alguna baralla amb els amics, el puré de verdures...

El teu arbre accepta en les seves branques tot el que et preocupa. Ho pots anar penjant, de mica en mica, i sentir com el pit s'alleuja sense totes les coses que t'amoïnen.

Quan ja hagi penjat en l'arbre tot el que et preocupa, imagina les portes del teu jardí. La forma que més il·lusió et faci de fusta, metàl·lica, roses, blaves... És només el teu jardí, és només per a tu. Ara, les portes s'obren perquè puguis entrar i passar-t'ho bé, jugant amb el que tu vulguis. Poden haver-hi gronxadors, pilotes, tot el que et faci feliç. Gaudeix del teu jardí. Nota la brisa fresca en la cara. Potser plou perquè t'agrada la pluja o potser no. Potser fa un sol esplèndid.

Transcripció del text oral

Pots estar-te allà tota l'estona que vulguis, perquè tot ho han posat per a tu, perquè et sentis bé, còmode, perquè notis com estàs a casa. Quan hagis acabat de jugar, de mica en mica has de començar a moure els dits dels peus i de les mans.

Comença a sentir el teu cos com està present, més relaxat, però a punt. I a poc a poc, quan et sentis preparat, podràs obrir els ulls.

Text: Adaptació

Font: *Meditació per a nens (en català)*, Vilma Montoliu

Paraules: 521



Transcripció del text oral

Segons un estudi fet l'any 2015 per la Universitat Autònoma de Barcelona i l'Agència de Residus de Catalunya, és a les llars/cases on es llença a les escombraries un percentatge més elevat d'aliments, fins a un 58%. Un 7% del que comprem va directe a les escombraries. Val la pena reflexionar en aquest sentit, perquè poques persones són conscients de tot el que llencen.

Després de saber la xifra, tots ens acostem al cubell de les escombraries de casa amb la intenció de constatar que no som els culpables de tal volum de deixalles. La majoria considerem que a casa gairebé no llencem res.

Hauríem de fer una revisió del cubell de les escombraries i potser confirmariem la idea que en tenim, però és la suma de totes les llars el que fa que el volum es dispari. De manera que som tots, junts, els responsables del malbaratament alimentari. La bona notícia és que per aquesta raó tots, absolutament tots, podem posar-hi remei.

Algunes idees per reduir el malbaratament a casa poden ser:

- Planificar. Hem de planificar amb detall els menús que elaborarem al llarg de la setmana. No hem de comprar més aliments que els que sabem que consumirem, ajustem les racions. És millor que fem curt que llençar...
- Comprar. És millor comprar un cop per setmana que un cop al mes, sobretot si es tracta de carn, peix, fruita i verdura, és a dir, els productes frescos. Podem comprar les conserves, les espècies i els productes que caduquen a llarg termini (arròs, pasta, sucre...) un cop al mes.
- Conservar. La nevera i el congelador són la nostra «caixa forta», on guardarem els tresors i la nostra gran inversió, per tant, els hem de tenir nets i endreçats. Com més bé estiguin, millor funcionaran i menys es malmetran els aliments. Si portem un ordre sistemàtic, sabrem què és el que fa més temps que hi és i no ens quedarà res arraconat. A més, una nevera i un congelador endreçats són molt abellidors.

Transcripció del text oral

- Cuinar. Quan arribem a casa amb la compra, és convenient processar els aliments i avançar cocccions, així n'allarguem la caducitat i preparem les bases per als dies següents, quan farem plats ràpids i saborosos.
- Servir. Si vols veure el plat escurat, serveix-te poca quantitat, sempre ets a temps de repetir. Recorda que pots conservar les restes de la cassola o safata en recipients de plàstic i tornar-ho a servir, o integrar-ho en receptes futures. En canvi, el que queda als plats irremeiablement anirà a parar a les escombraries.

Text: Adaptació

Font: *La cuina sostenible*, Ada Parellada

Paraules: 456



Transcripció del text oral

Benvinguts i benvingudes!

Avui us parlarem d'una iniciativa molt especial que combina creativitat, compromís i un objectiu clau: fer que la mobilitat sigui més segura, sostenible i responsable. Estem parlant del concurs Joves i Mobilitat, una convocatòria impulsada pel RACC que busca implicar nois i noies d'entre 13 i 17 anys en el debat sobre el futur de la mobilitat.

Aquest concurs, que enguany arriba a la seva 14a edició, ja ha aconseguit la participació de més de 18.000 joves des que va començar. Però, per què és tan important? Doncs perquè els adolescents són els futurs usuaris de les nostres carreteres, carrers i transports, i tenir una consciència cívica sobre la mobilitat des de ben joves pot marcar la diferència en termes de seguretat i convivència.

En l'edició del 2020, sota el lema "Mobilitat segura i sostenible", el concurs va rebre gairebé 800 treballs provinents de 38 centres educatius de tot Catalunya. La majoria d'aquestes propostes posaven l'accent en dues qüestions fonamentals:

- La convivència entre bicicletes, patinets i altres sistemes de mobilitat amb els vehicles tradicionals.
- La responsabilitat cívica per garantir una utilització segura d'aquests mitjans de transport tan populars.

I és que no podem oblidar una dada preocupant: fins a l'inici d'aquest mes, ja s'havien registrat 11 morts per accidents de circulació només a Barcelona, algunes d'elles amb implicació directa d'usuaris de bicicletes i patinets.

A més, el 2019 es van comptabilitzar 796 accidents amb ciclistes a la ciutat, i la Guàrdia Urbana va imposar més de 6.500 multes a usuaris de vehicles de mobilitat personal. És evident que encara queda molta feina per fer per garantir que aquests nous mitjans de transport s'integrin de manera segura a la nostra xarxa viària.

Transcripció del text oral

Tot i això, hi ha bones notícies! Els treballs presentats al concurs han demostrat que els joves són plenament conscients dels riscos que hi ha en la mobilitat. A través de vídeos curts per xarxes socials, anuncis gràfics i altres formats creatius, aquests nois i noies han plasmat idees clares sobre la necessitat d'erradicar actituds irresponsables i de construir un futur amb una mobilitat més segura.

Però aquí no acaba tot! La 14a edició del concurs Joves i Mobilitat ja està en marxa. Aquest any, el tema central és "Protegits a l'escola. Com protegim també la mobilitat del seu entorn?". Una qüestió que, sens dubte, interpella tant els joves com les seves famílies, i que convida a reflexionar sobre com podem garantir que l'entorn escolar sigui un espai segur per als més petits. Si voleu participar o simplement informar-vos, podeu visitar el web www.jovesimobilitat.cat.

La mobilitat no és només un mitjà per moure'ns; és també una responsabilitat col·lectiva. Així que, sigueu conductors, ciclistes, usuaris de patinets o vianants, recordeu sempre que el civisme i la seguretat són claus per a un futur millor. Ens retrobem aviat!



Text: Adaptació
Font: *Quan la seguretat viària és, sortosament, un joc per a nens i joves*, Diari Ara - Criatures
Paraules: 473

Transcripció del text oral

Per a moltes persones, el Nadal és una època plena de llum, alegria i reunions familiars. Però per a d'altres, especialment aquelles que viuen situacions complicades, aquestes dates poden ser un moment trist i difícil, que fa encara més visibles les desigualtats socials i econòmiques.

La societat sovint ens mostra un Nadal idealitzat: ple de regals, àpats abundants i decoracions lluents. Tanmateix, per a les famílies que tenen dificultats per arribar a final de mes, aquestes expectatives poden ser una càrrega molt pesada. Aquestes persones no només han de lluitar per cobrir les seves necessitats bàsiques, sinó que també senten la pressió de no poder complir amb el model de Nadal que veuen arreu. Això pot fer que se sentin culpables, tristes o fins i tot excloses de la celebració.

A més, el Nadal no només es viu a través dels regals i els àpats; també és un moment per reunir-nos amb les persones que estimem. Però, què passa amb aquells que no tenen una família o una xarxa d'amics? Per exemple, a la Fundació Comtal ajudem infants i joves que han crescut sense una família estable o que han vingut de lluny, deixant enrere els seus éssers estimats. Per a aquestes persones, Nadal pot ser sinònim de solitud. Mentre moltes cases s'omplen de converses i abraçades, altres viuen una realitat molt diferent.

Tot i que vivim en un món amb molts avenços tecnològics i econòmics, el benestar no arriba a tothom de manera igual. La pobresa, la manca d'oportunitats laborals i la solitud afecten moltes persones, i aquestes desigualtats es fan més evidents en èpoques com el Nadal, quan es dona per fet que tothom pot celebrar i consumir.

Per canviar aquesta realitat, hem de treballar junts per lluitar contra les causes de les desigualtats. Això vol dir repensar com celebrem el Nadal. En lloc de centrar-nos només en el consum, podríem buscar maneres de fer aquestes festes més solidàries i inclusives, ajudant aquells que ho necessiten.

El Nadal pot ser una època realment especial si tothom hi té cabuda. Això implica posar més atenció en valors com la solidaritat, compartir i cuidar-nos els uns als altres. Així, la felicitat no depèn de quants diners gastem, sinó de la connexió i l'amor que compartim amb els altres. Transformar el Nadal en una celebració inclusiva no només milloraria la vida de moltes persones, sinó que també ens faria sentir més units com a societat.

Text: Adaptació

Font: *Nadal és un moment en què ens plantejem com podem contribuir a un món més just*, XarxaNet

Paraules: 408

