



2

PROBA B (ORAL)

Caderno do persoal
examinador

C2-B-19-2-LF

PROBA B

A continuación, le o seguinte artigo sobre como facer unha boa lista da compra para aforrar. Toma as notas que precises.

Na entrevista oral tes que:

- Resumir o texto.
- Facer un breve relato.
- Conversar co/a examinador/a sobre o tema.

Aforrar na compra: como facer a lista perfecta



Para aforrar diñeiro e non tirar comida debemos pensar ben os menús que imos preparar cada semana e facer a lista da compra só co que necesitamos.

Para ter boa saúde temos que comer ben e variado, sen gastar máis do necesario. Unha maneira de conseguilo é pensar ben o que anotar na lista da compra e facela sen prása.

A importancia de facer unha lista da compra



<https://pixabay.com/es/illustrations/lista-de-comprobaci%C3%B3n-portapapeles-1622517/>

O primeiro que temos que facer é mirar o que temos na neveira e na despensa. Despois de revisar ben, apuntamos na **lista da compra** os produtos que faltan.

A continuación revisamos o que hai no conxelador, miramos nos baños, no lavadoiro e na cociña e seguimos apuntando o que falta na lista.

Unha vez feito todo o anterior, xa podemos ir ao supermercado.

Un dos trucos para facer unha lista completa e que nos axude a aforrar sen ter que gastar moito diñeiro é pensar ben os **menús** que se prepararán ao longo da semana.

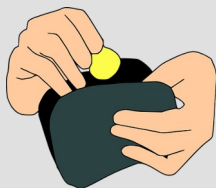
Os menús deben ser variados, sans e non repetidos. Sobre todo se hai nenos ou nenas que comen no colexio ou se alguén da familia come fóra da casa.

Facer listas da compra axúdanos a non esquecer nada e tamén a non comprar produtos que xa temos.

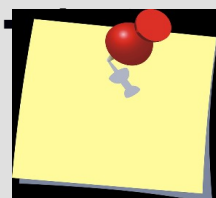
Seis consellos para facer unha lista perfecta

Hai moitísimas maneiras de facer unha lista da compra.

A continuación, propoñémosche uns consellos moi sinxelos para facer ben unha lista da compra. Pódenche ser útiles e ademais axudarache a aforrar e non tirar a comida.



- Pensar no **diñeiro** que podemos gastar e non gastar máis desa cantidade.



que temos que comprar nun lugar fácil para apuntar e que se vexa ben. Debemos saber que produtos necesitamos e cales se compraron xa.



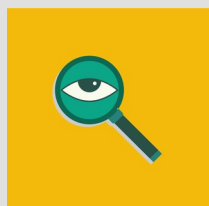
- Pensar nos **menús** semanais para aforrar e non tirar comida.



- **Pensar ben que necesitamos:** carne, peixe, verduras, sobremesas, bebidas, aseo persoal, limpeza do fogar...



- Escribir o que necesitamos na **lista**.



- Por último, xa no **supermercado**, é moi importante fixarse nos prezos, na data de caducidade dos produtos e nas ofertas do día.

PARTE 2

1. BENVIDA E PREGUNTAS DE CONTACTO PERSOAL

1-2 minutos aprox.

Orientacións para o avaliador: esta parte NON é un interrogatorio e as preguntas NON se avalían. Trátase de que o candidato se sinta a gusto e de que se tranquilice, polo que cómpre evitar as preguntas que o poidan incomodar ou as que resulten molestas.

- Como te chamas?
 - A que te dedicas?
 - De onde es? Fala un pouco sobre a túa cidade/vila/aldea...
 - Canto tempo levas estudando galego?
 - Por que o estudas?
 - Que che gusta facer no tempo libre? Que afeccións tes?
- (Se procede)
- Que che gusta máis da cultura galega?
 - Que diferenzas atopas entre a cultura galega e a túa?

2. RESUMO

2 minutos aprox.

Orientacións para a persoa avaliadora: o/a candidato/a ten que realizar un resumo do artigo. Nesta fase preténdese comprobar que a persoa candidata entendeu o texto. NON é unha proba de memoria e, polo tanto, non é relevante que non lembre detalles concretos. En caso de que quede en branco, ou de que o seu resumo resulte excesivamente breve, pódese axudar formulando algunha(s) das seguintes preguntas:

Fai un resumo do contido do artigo.

- Como podemos aforrar na compra?
- Por que é importante facer unha lista da compra?
- Cales son os ásos que debemos seguir para facer ben a lista da compra?

3. RELATO

3 minutos aprox.

Orientacións para a persoa avaliadora: nesta parte a persoa candidata debe relatar unha anécdota ou unha historia. A persoa entrevistadora escollerá unha das alternativas e diralle á persoa candidata que faga un relato. Se este non avanza, poderáselle axudar con preguntas do tipo: Que pasou? Cando? Como? Onde? Con quen? A opción de relato que se lle dá á persoa candidata (A, B, C...) debe manterse tamén na parte de interacción.

- A. Conta con detalle como faces ti ou alguén da túa familia a compra semanal
- B. Conta algunha anécdota curiosa que che pasou a ti ou a algún coñecido cando estabas comprando algo
- C. Conta con detalle como fas ti para aforrar á hora de facer a compra ofertas, vales de desconto...

4. INTERACCIÓN

4 minutos aprox.

Orientacións para a persoa avaliadora:

A partir de temas relacionados co texto, establecerase unha conversa coa persoa candidata.

Hai que ter en conta que NON se trata dun interrogatorio.

As preguntas son só suxestións e DEBEN ADECUARSE, na medida do posible, ao discurso da persoa candidata.

OPCIÓN A

- Normalmente fas unha lista da compra? Apuntas todo o que necesitas?
- Fas unha compra semanal ou vas mercar comida cada día?
- Compras nun hipermercado ou prefires tendas máis pequenas? Que diferenzas hai? Onde prefires mercar ti?
- Cres que os produtos frescos teñen a mesma calidade nun hipermercado ca nun mercado? Entón, por que cres que hai tanta diferenza de prezos?
- Gústache comprar nos mercados? Compras produtos da túa zona? Por que?

Se procede

- En Galicia facemos a compra igual ca no teu lugar de orixe?

OPCIÓN B

- Que che gusta máis, comprar todo o necesario para toda a semana ou prefires comprar día a día os produtos que necesitas, que están de oferta ou son de tempada? Por que?
- Á hora de facer os menús/as comidas, prefires carne ou peixe? Comes moita froita e verdura? Gústanche as sobremesas?
- Ti ou alguén da túa familia comedes algunha vez fóra da casa? Por que? Tedes en conta isto á hora de organizar as comidas da semana?
- Cres que é posible comer variado e san sen gastar moito? Que pratos se fan máis na túa casa?

Se procede

- Compara como se come en Galicia con respecto ao teu lugar de orixe.

OPCIÓN C

- Normalmente fas ti a compra? Por que? Gústache levar unha lista co que necesitas? Por que?
- Cando vas mercar, compras o que realmente necesitas ou acabas sempre levando produtos de máis? Por que?
- Apartas o diñeiro que necesitas para facer compra semanal? Compras sempre o mesmo ou depende da época do ano?
- Cal cres que é a mellor maneira de aforrar na compra? Utilizas algún truco para aforrar (promocións, ofertas...)?

Se procede

- Aforramos igual en Galicia que no teu lugar de orixe?

