



UNDERVISNINGS
MINISTERIET
KVALITETS- OG
TILSYNSSTYRELSEN

Prøve i Dansk 3

November-december 2014

Skriftlig del

Opgavehæfte

Læseforståelse 2

Delprøve 2A: Sundhed og faste

Delprøve 2B: Nabohjælp

Der er et teksthæfte og et opgavehæfte.
Læs først instruktionen i opgavehæftet.

- Hjælpemidler: ingen
- Tid: 65 minutter

Udfyldes af prøvedeltageren

Navn

CPR-nummer

Dato

Prøvenummer

Udfyldes af udbyderen

Prøveafholdende udbyder

Prøvegruppenummer

Tilsynsførendes underskrift

Instruktion

- Læs teksterne om sundhed og faste: **Bliv sund og rask ved at faste og To dage om ugen uden mad og drikke.**
- Til hvert spørgsmål er der fire svarmuligheder: A, B, C og D.
- Sæt kryds ved det rigtige svar.

Der gives 2 point for hvert korrekt svar.

Opgaver til tekst 1

1. Hvorfor er det ifølge tilhængerne af 5:2-kuren sundt at faste?
Sæt ét kryds.
 - ☐ A. Faste udskyder aldringsprocessen, fordi stofskiftet nedsættes.
 - ☐ B. Forskning viser, at folk, der faster, ikke får diabetes og kræft.
 - ☐ C. Kun ved at faste kan kroppen fordøje den mad, vi spiser.
 - ☐ D. Ved at faste får kroppen mulighed for at restituere sig.
2. Hvis man er overvægtig og gerne vil tabe sig, kan der ifølge tilhængerne af 5:2-kuren være en fordel ved at faste to dage om ugen frem for at være på slankekur hver dag. Hvilken fordel?
Sæt ét kryds.
 - ☐ A. Ens blodsukker og kolesteroltal falder.
 - ☐ B. Man taber relativt mere fedt.
 - ☐ C. Ens stofskifte nedsættes.
 - ☐ D. Man taber sig mere.
3. Hvorfor vil Preben Vestergaard Hansen ikke anbefale folk at følge 5:2-kuren?
Sæt ét kryds.
 - ☐ A. Man kan ikke undgå at skade kroppens proteiner.
 - ☐ B. Det er ikke sikkert, at man taber andet end væske.
 - ☐ C. Det er ikke lægeligt bevist, at det er sundt at faste.
 - ☐ D. Man kan ikke undgå, at kroppen bliver fejlnæret.

Opgaver til tekst 2

4. Hvad var afgørende for, at Anne Johansen valgte 5:2-kuren?

Sæt ét kryds.

- ☐ A. Der var ikke nogen sundhedsmæssig risiko ved at følge kuren.
- ☐ B. Mange mennesker følger kuren og har succes med den.
- ☐ C. Ved at faste kan man udskyde aldringsprocessen.
- ☐ D. Hendes læge anbefalede hende at prøve kuren.

5. Hvad overvejede Anne Johansen især, før hun begyndte på 5:2-kuren?

Sæt ét kryds.

- ☐ A. Om hun ville have overskud til at hygge sig med andre.
- ☐ B. Om hendes venner, familie og kolleger ville forstå hende.
- ☐ C. Om det ville være svært at undvære mad på fastedagene.
- ☐ D. Om hun kunne lave fysisk hårde aktiviteter på fastedagene.

6. Hvorfor har traditionelle slankeure aldrig fungeret for Anne Johansen?

Sæt ét kryds.

- ☐ A. Kroppen har ikke kunnet holde til det.
- ☐ B. Det har været for svært at spise varieret.
- ☐ C. Hun har prøvet for mange kure på én gang.
- ☐ D. Det har været for svært at gennemføre kurene.

7. Hvad har overrasket Anne Johansen mest ved hendes nye livsstil med to fastedage?

Sæt ét kryds.

- ☐ A. Hun bliver nødt til at belønne sig selv med andet end mad.
- ☐ B. Hun har viljestyrke til næsten ikke at spise en hel dag.
- ☐ C. Hun er blevet meget bedre til at slappe af.
- ☐ D. Hun kan hygge sig uden at spise.



Instruktion

- Læs teksten **Nabohjælp**.

Der er fjernet otte ord eller udtryk, og de otte huller er angivet med tallene 1-8.

På dette opgaveark er der for hvert hul (1-8) angivet fire ord eller udtryk: A, B, C og D.

- Sæt kryds i opgavearket nedenfor ved det ord eller udtryk, der passer til hvert af hullerne i teksten.

Der er et eksempel angivet som 0.

Der gives 1 point for hvert korrekt svar.

	A		B		C		D	
0	desværre	X	heldigvis		sommetider		muligvis	
1	ofte		måske		faktisk		normalt	
2	episoden		oplevelsen		ordningen		beslutningen	
3	ligeledes		dermed		desuden		sandsynligvis	
4	kræver		bekræfter		sikrer		godkender	
5	imidlertid		i hvert fald		trods alt		med andre ord	
6	stadig		dog		nemlig		ellers	
7	tidligere		alternativ		øjeblikkelig		permanent	
8	opmærksomheden		behovet		sandsynligheden		fordelen	