

Nom i cognoms:

Centre escolar:

Curs:

Data:

Recorda

- Llegeix el text atentament, com a mínim dues vegades.
- Llegeix amb atenció els enunciats i resol totes les activitats.
- Respon amb lletra clara. Si t'equivoques, ratlla-ho i escriu la resposta correcta al costat.



Llegeix aquest text i resol les qüestions que hi ha a continuació:

Entrevista a Kilian Jornet, corredor i escalador de muntanya

Vas pujar a l'Everest equipat com si pugessis l'Aneto?

Doncs sí; l'única diferència és que les botes i les jaquetes eren una mica més gruixudes, però anava amb una motxilla, els grampons, un piolet i un frontal.

I com valores el fet de pujar-hi dues vegades en sis dies?

Doncs és el que menys m'importa. El que m'interessa és el procés; si no fas cim, tornes igual de ric de coneixements.

Tot això ho pots fer perquè et vas criar en altura?

El fet d'haver passat molts anys en altura fa que sempre em trobi molt a gust a 4.000 metres.

O sigui que ara, a nivell del mar, estàs com un pop en un garatge?

Per a mi la ciutat és un ecosistema més perillós que el cim del Montblanc: semàfors, cotxes, gent...

Com és que te n'has anat a viure a Noruega?

Hi hem anat amb la meva companya buscant muntanyes i tranquil·litat, per estar sols. A mi m'agrada molt l'hivern, el fred. Al desembre m'entreno dues vegades al dia i només veig tres persones.

I això et fa sentir bé?

Sí, no soc gaire social i no trobo a faltar la gent.

La teva mare explica que us treia al bosc, a la nit, a orientar-vos.

Sí, vivíem al refugi, i al voltant tot és bosc. I després de sopar la meva mare ens treia a la meva germana i a mi a passejar, i les primeres vegades ens espantàvem: tot negre, sorolls, el terra que no és pla... i ens enganxàvem a la cama de la mare... I amb el temps et vas acostumant als sorolls: això és un ocell, això és el vent, i al final, sense llum, t'orientes.

Si estàs enamorat de la muntanya, no hi hauries d'anar a poc a poc, a contemplar-la?

No, al contrari. Si estàs fort pots anar xiulant, corrent, mirant el paisatge, i amb una hora has vist molt més que no pas el que va mirant a terra amb la llengua a fora.

Amb tu sembla que hagi arribat una nova generació d'alpinistes.

Abans l'alpinisme eren grans expedicions de 50 persones; després va arribar l'estil alpi, i fa uns anys que la gent ha començat a entrenar-se específicament. Ueli Steck va començar a fer ascensions molt ràpides a vuitmils, en parets que abans no es podien fer amb aquest estil.

Com ha sigut l'experiència de l'Everest?

El més important d'aquesta expedició ha sigut l'aclimatació. Abans per anar dos mesos a l'Himàlaia duies molt material i molts portadors. Ara, amb entrenament físic d'anys i preparació psicològica per acceptar certs riscos, hem demostrat que pots fer tres o quatre cims de vuit mil metres en un mes, amb una maleta de 20 kg. Hem reduït estada, costos i cansament.

I com et prepares psicològicament?

Em poso sovint en situacions en què no em sento a gust, fins i tot situacions de por. Escalo i escalo en gel en un lloc remot, i el fet de tenir la sensació que de totes les decisions que prengui en dependrà la meua vida, fa que em pregunti: «Vull assumir aquest risc? Sí». Doncs endavant.

Has passat por?

Ara a l'Everest no, perquè vam tenir bones condicions. Altres vegades sí que n'he passat per les condicions atmosfèriques, per si hi hauria allaus, etc.

I per què no fas mitja volta?

És el que et preguntes a tu mateix: «Què hi faig, aquí?» Estàs pujant i et dius: «Sé que estic a prop del límit del risc». A vegades baixes content i al cap d'uns dies penses: «Per què m'hi vaig ficar? Em podria haver matat!». I el 50% de dies fas mitja volta i tornes cap a casa.

I a mesura que t'has fet més gran has tornat enrere més vegades?

Més vegades no, però sí per raons més diferents. Quan ets jove tens por de tu mateix, de si aguantaràs, si els piolets es clavaràn... A mesura que vas creixent, tens més por del medi i menys de tu mateix.

Vas cridar a dalt de l'Everest?

No, no et queda gaire energia. Arribes a dalt, filmes una mica, agafes forces per baixar i penses a tornar a un lloc segur.

Reses alguna vegada?

No, no soc religiós. Però d'alguna manera medito, perquè a la muntanya penses en els teus problemes i en els de la societat. I a vegades és al revés, has d'estar tan concentrat en els moviments del teu cos que buides el cervell durant tres o quatre hores.

Has notat el canvi climàtic?

Sí, d'any en any es nota. Les glaceres grans van baixant, es veuen canvis en els hàbits dels animals, els rius baixen amb més cabal, i això tant ho veus a Alaska com a Noruega com als Alps o a l'Himàlaia.

ANTONI BASSAS, www.ara.cat, 17 de juny del 2017 (fragment adaptat)

1 Marca amb una **X** la resposta correcta:

1 On se sent més a gust Kilian Jornet?

- | | |
|--|---|
| <input type="radio"/> a Al cim del Montblanc. | <input type="radio"/> c Passejant per la ciutat. |
| <input type="radio"/> b En un centre comercial. | <input type="radio"/> d Sortint de festa a la nit. |

2 Per què ha triat Noruega per viure-hi actualment?

- a** Perquè els dies són llargs.
- b** Per la natura i la tranquil·litat.
- c** Perquè el clima és benigne.
- d** Per l'oferta cultural.

3 Com creu Jornet que es gaudeix més de la muntanya?

- a** Passejant-hi amb calma.
- b** Corrent i contemplant el paisatge alhora.
- c** Entretenint-se a cada pas fent fotografies.
- d** Caminant mirant a terra.

4 Com es prepara psicològicament Kilian Jornet abans d'una expedició?

- a Relaxant-se a casa.
- b Reunint els instruments que necessitarà.
- c Escalant en gel en llocs remots i solitaris.
- d Corrent tot escoltant música.

5 Ha passat mai por Jornet? Per què?

- a Sí, durant l'escalada a l'Everest.
- b No, no en té mai perquè està acostumat als reptes.
- c Sí, a vegades, per les condicions atmosfèriques, el risc d'allaus, etc.
- d Sí, en té sempre que està sol.

6 Creu Jornet que hi ha canvi climàtic? En quins fenòmens ho ha percebut?

.....

.....

7 És religiós l'alpinista? Practica la meditació?

.....

8 Es defineix ell mateix com una persona sociable? Digues tres adjectius amb els quals el definiries tu.

.....

.....

2 Puntua el text següent i posa-hi majúscules quan calgui. Fes servir el punt, la coma, els dos punts, el signe d'interrogació, d'exclamació i els punts suspensius.

En Joan es lleva a les set..... A les set..... i per què tan d'hora..... Jo tindria una son.....
Perquè fa un bon esmorzar..... llet amb cereals..... torrades amb mantega i dues peces
de fruita..... Que bé.....



Llengua catalana

Prova de Competències Bàsiques

Educació Primària. Cicle Superior