



УКРАЇНСЬКИЙ
ЦЕНТР
ОЦІНЮВАННЯ
ЯКОСТІ ОСВІТИ

НМТ
2026

ІСПАНСЬКА МОВА

*демонстраційний варіант
правильні відповіди*



Зміст завдань з іспанської мови
буде відповідати чинній
програмі ЗНО з іноземних мов

TAREA 2

Después de leer el siguiente texto, elija para cada pregunta (6–10) la respuesta correcta entre las cuatro que se le ofrecen.

Yoga: la clave para una vida más saludable y plena

¿Has oído hablar del yoga? Su lugar de nacimiento es la India. Las pruebas arqueológicas más antiguas que respaldan la práctica del yoga datan del año 3000 a.C. Aunque comparte características con la gimnasia, la religión y la psicoterapia, el yoga constituye un sistema filosófico y práctico independiente.

¿Cuál es su objetivo? Eliminar las causas de la mala salud, reducir el peso, tonificar los músculos, controlar los nervios, aumentar la capacidad mental, agudizar los sentidos y ampliar nuestro horizonte intelectual. Diversas investigaciones señalan que el yoga puede contribuir a mejorar el bienestar general.

¿Qué diferencia hay entre los ejercicios del yoga y los ejercicios gimnásticos? El objetivo de las *asanas* (posturas) del yoga no es solo desarrollar los músculos desde la planta del pie hasta la coronilla, sino también normalizar las funciones del organismo y de la mente. Sus pilares principales son una respiración adecuada durante los ejercicios, técnicas de relajación y una dieta equilibrada.

Observa a un animal: nunca realizará un movimiento que no sea armónico. Todos sus gestos naturales son libres y graciosos, y eso es precisamente lo que busca el yoga. Aunque las posturas puedan parecer difíciles y complicadas, la práctica demuestra lo contrario. Eso sí, es importante saber elegir las más adecuadas para cada persona y practicarlas día tras día hasta acostumbrarse a ellas.

¿Cuál es el mejor momento del día para practicar yoga? Por la mañana, antes de desayunar, ya que es importante hacerlo con el estómago vacío. Otro detalle importante es la regularidad, pues los descuidos suelen llevar al sedentarismo.

Una de las primeras normas del yoga es dormir en una cama dura, con una tabla debajo del colchón. Jamás hay que saltar de la cama, aunque tengamos mucha prisa, porque eso puede producir un impacto en el sistema nervioso. Por el contrario, son convenientes los movimientos lentos, como los de un gato estirándose al sol. A continuación, lo ideal es tomar un vaso de agua tibia.

A todo esto se añaden recomendaciones de carácter nutricional y espiritual. Es importante comer con gusto y en un ambiente agradable: los alimentos que se consumen en un momento de cólera o nerviosismo pueden generar un estado tóxico en el organismo. De igual forma, comunicar noticias desagradables antes de comer puede afectar no solo la digestión, sino también el funcionamiento del organismo en general.

En España, el yoga ha crecido mucho en popularidad en las últimas décadas, integrándose en centros deportivos y culturales. Muchas personas lo practican para mejorar su calidad de vida y reducir el estrés diario.

6 ¿Cuáles son los beneficios del yoga?

- ☐ A Permite conseguir una unión perfecta entre el alma y el cuerpo.
- ☐ B Es una panacea para todos los males físicos o morales.
- ☐ C Permite conocer la historia de la India medieval.
- ☐ D Los ejercicios de yoga no requieren una dieta especial.

7 Según el texto, ¿qué sucede si se olvida practicar el yoga con regularidad?

- ☐ A La persona adelgaza lentamente.
- ☐ B La persona bebe menos líquidos.
- ☐ C La persona se alimenta mal.
- ☐ D La persona se mueve poco.

8 ¿En qué sentido se parece un buen practicante del yoga a un animal?

- ☐ A Se alimenta de frutas y verduras.
- ☐ B Suele dormir mucho por la mañana.
- ☐ C Sus movimientos son suaves.
- ☐ D Su respiración es profunda y rápida.

9 Según el texto, ¿cómo debemos levantarnos de la cama?

- ☐ A Sin prisa.
- ☐ B Con el pie derecho.
- ☐ C Bruscamente.
- ☐ D Fatigosamente.

10 ¿Por qué es dañino ponerse nervioso cuando se come?

- ☐ A Las vitaminas no se absorben adecuadamente.
- ☐ B La comida puede envenenar el cuerpo.
- ☐ C Cambia drásticamente el sentido del gusto.
- ☐ D Las grasas nos sientan mal.

TAREA 3

Lea seis textos (11–16) y ocho enunciados. Seleccione el enunciado que corresponde a cada texto.
Hay dos enunciados de más.

11

Ojalá (Madrid)

El restaurante *Ojalá* fue inaugurado en el año 2004 en la calle San Andrés. Prepara cocina mediterránea y ha organizado su carta en: tapas, verduras y ensaladas, arroces y pastas, pescados y carnes. Cuenta con un concepto arquitectónico bastante peculiar. El ambiente se asemeja a la playa, donde podrás disfrutar de la experiencia gastronómica tumbado sobre el suelo cubierto de arena o encima de unos cojines.

12

Vertical (Valencia)

Este restaurante está en el último piso de Ático Hotel, en una de las zonas más nuevas de la capital valenciana. Presume del mejor panorama de la Ciudad de las Artes y las Ciencias. Es un lugar donde la elegancia y el buen gusto se reúnen con la calidad en un ambiente insuperable. Para asegurar una mesa junto al ventanal, es necesario reservarla con antelación.

13

NÜA (Barcelona)

La tecnología es la parte esencial de este 'restaurante inteligente' y permite disfrutar de un menú rico sobre mesas interactivas (grandes pantallas táctiles), donde los comensales pueden realizar su pedido, pagar la cuenta, jugar a videojuegos, ver vídeos, pintar... Un concepto totalmente innovador en el que la tecnología y la gastronomía se unen para ofrecer una experiencia multisensorial y divertida a los clientes de diferentes edades.

14

Limbo (Madrid)

Está situado en la calle San Mateo en el barrio de Malasaña. Tiene dos zonas: la cervecería y el restaurante. La oferta de comida en *Limbo* es bastante reducida: tres platos principales, tres guarniciones, tres entrantes y tres postres. Lo más recomendable son el pollo asado al carbón, salmorejo de tomate y el chocolate blanco con gelatina de mango. El precio del menú es de 50 € para dos personas.

15 **Abuela María (Cádiz)**

Los amantes del queso tienen su rincón en Cádiz. Se trata de *Abuela María*, una parada gastronómica frecuentada por turistas, donde se puede degustar más de una veintena de tapas cuyo ingrediente principal es el queso. Está a dos pasos de la Plaza de Mina donde nació el famoso compositor Manuel de Falla. La terraza del restaurante también se usa como improvisada sala de exposiciones de escultura y pintura.

16 **Betelu (Madrid)**

Este restaurante abrió sus puertas en 1987. Su comedor, pequeño pero acogedor, es regentado por un matrimonio que se esfuerza por atender a sus clientes con toda amabilidad. Si decide comer en *Betelu*, no olvide pedir de postre la leche frita o la tarta de queso casera. Tenga en cuenta que, si no ha reservado mesa con anterioridad, puede encontrarse con el comedor lleno.

- A Se encuentra en un edificio alto.
- B Se puede escuchar buena música de diferentes estilos.
- C Tiene una carta pequeña, que hace que sea más fácil elegir.
- D Comer tapas en la terraza y observar obras de arte al mismo tiempo.
- E Todos los comensales de la mesa deberán tomar el mismo menú.
- F Aquí puedo pasar un rato divertido y diferente junto a mis hijos.
- G Es un establecimiento pequeño con ambiente familiar.
- H Se destaca por su decoración muy original.

	A	B	C	D	E	F	G	H
11	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

TAREA 4

Lea el texto del que se han extraído seis fragmentos. A continuación, lea los fragmentos propuestos y decida en qué lugar del texto (17–22) hay que colocar cada uno de ellos.

Hay dos fragmentos que no debe utilizar.

Algunos consejos para organizar tu jornada de trabajo desde casa

Para mantener un equilibrio entre tus horas de trabajo y tu vida personal, créate una rutina de horarios como si (17)_____ con sus horas de comienzo y finalización, hora de comida, etc.

El lugar donde se va a realizar el teletrabajo es muy importante. Debemos ser conscientes de que (18)_____. No podemos mezclar las áreas de descanso y relajación con las de trabajo.

El espacio ideal es uno con buena luz, temperatura agradable y poco ruido. Además, no (19)_____: una silla adecuada y un escritorio son objetos simples, pero que traen resultados beneficiosos.

En cuanto al contacto con los compañeros, (20)_____ utilizando Webex, Zoom u otras herramientas de comunicación digital.

Muchos científicos ven con buenos ojos el hecho de escuchar música mientras realizas alguna tarea intelectual, pero no todos los géneros musicales están recomendados para trabajar. Debemos optar por estilos musicales que (21)_____ y elevan la energía.

Haz ejercicio. El sedentarismo tiene varios efectos negativos sobre nuestra salud, por lo que es importante que (22)_____ como sea posible.

- A estimulan la concentración
- B han dejado de ser suficientes
- C hay que dividir correctamente los espacios
- D aprovecha las posibilidades de la tecnología
- E te muevas tanto
- F se tratara del horario de oficina
- G estés cómodamente sentado en el suelo
- H hay que dejar de lado la comodidad

	A	B	C	D	E	F	G	H
17	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

CONCIENCIA COMUNICATIVA

TAREA 5

Lea el texto y rellene los huecos (23–27) con alguna de las opciones que se le proponen.

La cola es una parte muy importante del cuerpo del gato. Cuando salta, por ejemplo, la mueve para dirigir el salto en una (23)_____ dirección. También la cola (24)_____ una importante función comunicativa a través de distintas posiciones y movimientos. El gato la levanta y la pone recta para saludar, la mueve de un (25)_____ a otro con rapidez cuando está irritado y suavemente cuando se encuentra en un (26)_____ tranquilo y pensativo. Pero esta es solo una parte del (27)_____ corporal del gato, que abarca muchos otros movimientos realizados con las orejas y los bigotes, entre otros.

- | | | | | |
|-------------------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------|---------------------------------------|-------------------------------------|
| 23 <input type="checkbox"/> A determinada | 24 <input type="checkbox"/> A escoge | 25 <input type="checkbox"/> A puesto | 26 <input type="checkbox"/> A espacio | 27 <input type="checkbox"/> A hueso |
| <input type="checkbox"/> B confirmada | <input type="checkbox"/> B valora | <input type="checkbox"/> B término | <input type="checkbox"/> B objetivo | <input type="checkbox"/> B gesto |
| <input type="checkbox"/> C ejecutada | <input type="checkbox"/> C cumple | <input type="checkbox"/> C local | <input type="checkbox"/> C estado | <input type="checkbox"/> C pasaje |
| <input type="checkbox"/> D destacada | <input type="checkbox"/> D extrae | <input type="checkbox"/> D lado | <input type="checkbox"/> D foro | <input type="checkbox"/> D lenguaje |

TAREA 6

Complete las oraciones eligiendo para cada uno de los huecos (28–32) una de las cuatro opciones que se le ofrecen.

- | | | |
|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|
| 28 Estoy a dieta desde hace dos semanas, pero sigo _____ perder ni un kilo. | <input type="checkbox"/> A de | <input type="checkbox"/> C a |
| | <input type="checkbox"/> B en | <input type="checkbox"/> D sin |
| 29 Chicos, ¿_____ de vosotros puede explicármelo? | <input type="checkbox"/> A algunos | <input type="checkbox"/> C alguien |
| | <input type="checkbox"/> B alguno | <input type="checkbox"/> D algún |
| 30 Si continuamos trabajando a este ritmo, no llegaremos _____ terminarlo a tiempo. | <input type="checkbox"/> A a | <input type="checkbox"/> C en |
| | <input type="checkbox"/> B de | <input type="checkbox"/> D por |
| 31 Estamos muy contentas de que _____ aquí con nosotras. | <input type="checkbox"/> A estás | <input type="checkbox"/> C estés |
| | <input type="checkbox"/> B has estado | <input type="checkbox"/> D estarás |
| 32 ¡Hasta pronto, amigos, y que no os _____ de telefonearnos! | <input type="checkbox"/> A olvidad | <input type="checkbox"/> C olvidáis |
| | <input type="checkbox"/> B olvidéis | <input type="checkbox"/> D olvidaréis |

Номер завдання	Правильна відповідь
1	D
2	B
3	F
4	A
5	G
6	A
7	D
8	C
9	A
10	B
11	H
12	A
13	F
14	C
15	D
16	G
17	F
18	C
19	H
20	D
21	A
22	E
23	A
24	C
25	D
26	C
27	D
28	D
29	B
30	A
31	C
32	B

Все буде
УКРАЇНА

