

	<p style="text-align: center;">UNIVERSIDADES PÚBLICAS DE LA COMUNIDAD DE MADRID PRUEBA DE ACCESO A LA UNIVERSIDAD</p> <p style="text-align: center;">Curso 2024-2025</p> <p style="text-align: center;">MATERIA: INGLÉS</p>	Modelo
<p style="text-align: center;"><u>INSTRUCCIONES GENERALES Y CALIFICACIÓN</u></p> <p>Después de leer atentamente el texto y las cuestiones, responda EN INGLÉS a las cinco preguntas.</p> <p>Las preguntas 1, 4 y 5 ofrecen optatividad: la pregunta 1 presenta 3 cuestiones para elegir 2, la pregunta 4 presenta 6 oraciones para elegir 4 y la pregunta 5 ofrece 2 opciones para elegir solo 1. En aquellos casos en los que se conteste a más opciones de las pedidas, se corregirán solo aquellas que estén en primer lugar, descartando el resto.</p> <p>TIEMPO Y CALIFICACIÓN: 90 minutos. Las preguntas 1, 2 y 4 se calificarán sobre 2 puntos cada una, la pregunta 3 sobre 1 punto y la pregunta 5 sobre 3 puntos.</p>		

Breath Meditation: A Great Way to Relieve Stress

Stress can be defined as a state of worry or mental tension caused by a difficult situation in your personal life that prevents you from relaxing. Everyone experiences stress from time to time. However, according to an article published by the Harvard Medical School, psychological stress has a devastating effect on health. Research shows that people with heart disease do worse over time if they don't control stress, and stress seems to be associated with a higher risk for cancer, poorer memory, and more aches. However, reducing stress helps you sleep restfully and control high blood pressure.

One of the easiest ways to reduce stress is connected to breathing. Paying attention to your breath is a form of "entry level" meditation that anyone can do. You'll notice an immediate sense of relaxation that could help protect your health over time. Simple breathing meditation requires only that you find a comfortable position in a place with minimal distractions. You may sit, stand, or walk—whichever you prefer. Many people find the sitting position to be best.

If you enjoy it, breath meditation can be a gateway to a broader practice of "mindfulness," in which you learn to accept and appreciate what comes in life and stop fighting your own thoughts and feelings. Mindfulness is a concept that originated in Buddhism, although its fundamental principles are shared by many spiritual traditions, philosophies, and religions. Mindfulness simply means the practice of purposely focusing your attention on the present moment—and accepting it without judgment.

"Many people take up mindfulness practices thinking they'd like to relax more, but where it leads is a very different approach to life and its inevitable challenges," says Dr. Ronald D. Siegel. The mind can be a noisy, busy place. As you try to focus your attention, thoughts will often arise. The key is not to get annoyed or impatient with your restless mind. Acknowledge the thoughts and let your attention slip from them. "Learning to focus attention and relax is a skill," Dr. Siegel says. "As with any skill, your ability to focus and relax will improve with practice."

Adapted from "Breath Meditation: A great way to relieve stress," *Harvard.edu*, April 15, 2014.
<https://www.health.harvard.edu/mind-and-mood/breath-meditation-a-great-way-to-relieve-stress#:~:text=Many%20people%20find%20it%20helpful,the%20same%20time%20every%20day>

QUESTIONS

1.- Indicate whether TWO of the following statements are True, False or the information is Not Given in the text (T/F/NG). In true and false cases, copy the complete sentence that contains the evidence which justifies your answer. No marks are given for only TRUE or FALSE.

- a) Only experienced meditators can relax by focusing on breathing.
- b) Listening to music while practicing breathing exercises is becoming very popular.
- c) The practice of mindfulness requires deliberate observation of the here and now without forming particular opinions.

(Puntuación máxima: **2 puntos**)

2.- In your own words and based on the ideas in the text, answer the following questions. Do not copy from the text.

- a) Explain two negative consequences of stress on health.
- b) Why do people start practicing mindfulness and what is the result of that practice?

(Puntuación máxima: **2 puntos**)

3.- Find the words in the text that mean:

- a) terrible (paragraph 1)
- b) wish (paragraph 2)
- c) door (paragraph 3)
- d) emerge (paragraph 4)

(Puntuación máxima: **1 punto**)

4.- Answer FOUR questions (from a to f) of your choice.

Write a new sentence that has the same meaning as the one given. Use the word or expression in brackets. Do not change the word(s) given.

- a) I should have started working on the project last month. (*if only*)
- b) When I play football, I feel very happy. (*makes*)
- c) "I won't go to that boring party," said Nick. (*refused*)
- d) First, David wrote his mother an email, and then he apologised for his behaviour. (*after*)

Complete the following sentences to report what was said.

- e) "What is he going to do to relax?" Sue asked me.

Sue asked me

Rephrase the sentence beginning with the words given.

- f) They are building a new high-technology hospital in my town.

A new high-technology

(Puntuación máxima: **2 puntos**)

5.- Write between 150 and 200 words on ONE of the following questions.

- a) Should physical education be mandatory in secondary schools? Justify your answer.
- b) Write an informal e-mail to an English friend about something positive and interesting that has happened in your school recently.

(Puntuación máxima: **3 puntos**)

PRUEBAS DE EVALUACIÓN DE ACCESO A LAS ENSEÑANZAS UNIVERSITARIAS OFICIALES DE GRADO

INGLÉS

ORIENTACIONES, CRITERIOS ESPECÍFICOS DE CORRECCIÓN Y SOLUCIONES

1. ORIENTACIONES PARA EL EXAMEN DE LA ASIGNATURA DE INGLÉS EN LAS PRUEBAS DE ACCESO A LA UNIVERSIDAD

Introducción

Para la elaboración del examen de Inglés se han tenido en cuenta los saberes básicos y las competencias específicas con sus correspondientes criterios de evaluación de la materia de Lengua Extranjera presentes en el Real Decreto 243/2022, de 5 de abril, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas del Bachillerato. Asimismo, este examen de Inglés se sustenta en lo establecido por el Real Decreto 534/2024, de 11 de junio, por el que se regulan los requisitos de acceso a las enseñanzas universitarias oficiales de Grado que, en su artículo 13 sobre las características básicas de los ejercicios de los que consta la prueba, establece que estos ejercicios requerirán del alumnado la “resolución por escrito de una serie de preguntas o tareas adecuadas a las competencias específicas evaluadas.”

Teniendo en cuenta la normativa vigente, el examen de Inglés tiene como objetivo evaluar diferentes aspectos de la dimensión comunicativa de la lengua inglesa, valorando la consecución de las competencias específicas relacionadas con la comprensión, producción, interacción y mediación intralingüística de textos escritos. Se podrán incluir asimismo aspectos socioculturales. A su vez, se evaluará el dominio de contenidos recogidos en el currículo como saberes básicos, entre los que pueden figurar funciones comunicativas asociadas a diversas situaciones de comunicación, léxico común y especializado, así como diferentes convenciones ortográficas. Las preguntas de este examen podrán integrar varias competencias específicas a la vez, como, por ejemplo, comprender el sentido de un texto escrito y producir un mensaje relacionado con ese mismo texto.

Concreciones

A continuación, se detallan aspectos concretos que se evaluarán en el examen de Inglés:

1. Comprende instrucciones claras y precisas para resolver las cuestiones planteadas.
2. Comprende, analiza e interpreta las ideas principales y la información detallada de textos escritos de cierta longitud expresados en lengua estándar sobre temas de relevancia personal para el alumnado o de interés público.
3. Hace uso de los repertorios lingüísticos personales y de las estrategias de inferencia y comprobación de significados.
4. Produce textos escritos, como mensajes personales, descripciones o relatos, de diversa extensión y cierta complejidad, claros, detallados, bien organizados y adecuados a las características contextuales y a la tipología textual, respetando convenciones, normas de cortesía y registros.
5. Redacta textos de opinión y textos argumentativos sobre temas de relevancia personal o de interés público, con corrección, claridad, coherencia y una estructura adecuada.
6. Aplica estrategias de reformulación, síntesis, organización, producción o revisión en la producción de textos.
7. Aplica estrategias de enriquecimiento léxico—derivación, familias léxicas, polisemia, sinonimia, antonimia, etc.—ayudándose de la comparación de las lenguas y variedades que conforman el repertorio lingüístico personal.

8. Emplea funciones comunicativas adecuadas al ámbito y contexto comunicativo, y hace uso de unidades lingüísticas y los significados asociados a las mismas.
9. Demuestra dominio del léxico común, así como del léxico especializado, aplicándolo de forma precisa y coherente en función del contexto.
10. Maneja convenciones ortográficas y significados asociados a formatos y elementos gráficos.

Descripción del examen

Siguiendo las indicaciones del Real Decreto 534/2024, se hará entrega de un único modelo de examen, aunque en algunas preguntas se incluirá cierto grado de optatividad, pudiendo elegir entre varias cuestiones o tareas. En aquellos casos en los que se conteste a más opciones de las pedidas, se corregirán solo aquellas que estén en primer lugar, descartando el resto.

En un primer momento, se deberá leer atentamente un texto en inglés, de alrededor de 350-450 palabras, y responder por escrito, sin ayuda de diccionario ni de ningún otro manual didáctico, a cuestiones relacionadas con el texto propuesto. La dificultad del texto estará controlada, a fin de permitir al estudiante que realice el examen en el tiempo previsto de 90 minutos. Junto a las preguntas de comprensión, se incluirán otras relacionadas con funciones comunicativas y otros aspectos lingüísticos, así como preguntas de producción, interacción o mediación intralingüística de texto escritos.

Al comienzo del examen se incluirán unas instrucciones generales en español. El resto de la prueba estará totalmente redactada en inglés y el estudiante usará exclusivamente la lengua inglesa en sus respuestas.

2. CRITERIOS ESPECÍFICOS DE CORRECCIÓN

El examen incluirá 5 preguntas, pudiendo obtenerse por la suma de todas ellas una puntuación máxima de 10 puntos. Junto a cada pregunta se especifica la puntuación máxima otorgada. La valoración y los objetivos de cada una de estas preguntas son los siguientes:

Pregunta 1: Hasta 2 puntos. Se trata de medir exclusivamente la comprensión lectora. Se ofrecen tres enunciados y el estudiante responde sobre dos de ellos, a su elección, decidiendo si son verdaderos ("True", T), falsos ("False", F) o no se aporta la información en el texto ("Not given", NG). En los casos de verdadero o falso se deberá justificar la respuesta citando el fragmento del texto correspondiente. Si la información no se facilita en el texto (es decir, si la respuesta es "Not given", NG), el estudiante no tendrá que escribir nada más. Se otorgará 1 punto por cada apartado. Se calificará con 0 puntos la opción elegida de verdadero o falso que no vaya justificada o si se aporta alguna cita del texto cuando la respuesta sea "Not given".

Pregunta 2: Hasta 2 puntos. Se pretende evaluar dos competencias fundamentalmente: la comprensión lectora y la producción escrita, mediante la formulación de dos cuestiones de respuesta abierta que el estudiante deberá contestar basándose en la información del texto. La respuesta no puede ser copia literal del texto, aunque se puede emplear alguna palabra que aparezca en el texto. Cada una de las preguntas valdrá 1 punto, asignándose 0,5 puntos por las ideas reflejadas, **siempre que estén parafraseadas**, y 0,5 por la expresión de las mismas.

Pregunta 3: Hasta 1 punto. Esta pregunta trata de medir el dominio del léxico en el aspecto de la comprensión. El estudiante demostrará esta capacidad localizando en el párrafo del texto que se indica un sinónimo o expresión equivalente, adecuados al contexto, de cuatro ítems propuestos (palabras, definiciones breves o expresiones). Se adjudicará 0,25 por cada apartado.

Pregunta 4: Hasta 2 puntos. Con esta pregunta se pretende evaluar las funciones comunicativas (formular hipótesis, dar explicaciones, argumentar, preguntar, sugerir, etc.), así como las unidades lingüísticas y los significados asociados a las mismas (expresión de la cantidad, el espacio, el tiempo y las relaciones

temporales, etc.). Se presentarán oraciones que el estudiante deberá completar, reescribir o transformar. De las 6 cuestiones propuestas el estudiante responderá tan solo 4, a su elección. Se adjudicará 0,5 por cada ítem con carácter unitario, siempre y cuando se construya una oración ortográfica, gramatical y semánticamente correcta, de acuerdo con las indicaciones dadas.

Pregunta 5: Hasta 3 puntos. Se trata de la redacción de un texto sencillo de diversa tipología (redacción de opinión, mensajes personales, descripciones o relatos) con una extensión de 150 a 200 palabras, en la que el estudiante podrá demostrar su capacidad para expresarse libremente, interactuar o mediar por escrito en inglés. También es necesaria la comprensión escrita para entender las indicaciones de las cuestiones y los temas propuestos. Se propondrán dos opciones, a elegir una. Las cuestiones propuestas podrán tener relación con los aspectos sobre los que trate el texto o con cualquier otro tema de relevancia personal para el alumnado o de interés general.

Para corregir esta redacción se utilizará la siguiente escala de valoración:

Puntuación: de 0 – 3. Cada apartado se valorará entre 0 y 0,5, según se ajuste a lo que figura en el descriptor de “Excelente” (con la nota máxima de 0,5) o de “Deficiente” (con la nota mínima de 0).

	Excelente	Nota	Deficiente
ADECUACIÓN Cumplimiento de la tarea, organización, cohesión y coherencia	Responde completa y detalladamente a la tarea propuesta. Utiliza el registro correcto para este tipo de tarea a lo largo de todo el escrito. Se sigue el requisito de extensión mínima.	--- / 0,5	El contenido no se corresponde con la tarea propuesta. El registro no es el apropiado para este tipo de tarea. No se sigue el requisito de extensión mínima.
	Presenta amplia variedad de ideas, argumentos u opiniones. El texto es claro, preciso y está bien organizado. Las ideas se ilustran de forma adecuada.	--- / 0,5	Presenta escasas ideas, argumentos u opiniones El texto es demasiado confuso o ambiguo, con ideas irrelevantes, repetitivas o que no están bien organizadas. Se incluyen generalidades sin fundamento, porque no se aportan datos o ejemplos que ilustren las ideas expuestas.
	Se emplean conectores y elementos de referencia de forma efectiva y variada. El texto está escrito en su totalidad con gran coherencia y un desarrollo lógico.	--- / 0,5	Faltan conectores y elementos de referencia adecuados y se acusa una falta de transiciones temáticas lógicas. Presenta incoherencias en alguna parte del escrito.
EXPRESIÓN Repertorio gramatical, léxico, ortografía y puntuación	Utiliza una amplia variedad de recursos morfosintácticos con precisión y sin apenas errores (orden de los sintagmas, conjugación, concordancia, tiempos y modos verbales, subordinación...)	--- / 0,5	Emplea pocos recursos morfosintácticos, no siempre de manera satisfactoria, y estos son de nivel inferior al requerido. Comete numerosos errores, dificultando la comprensión.
	Riqueza y amplia variedad de vocabulario empleado de manera apropiada. Errores mínimos o	--- / 0,5	Emplea un vocabulario limitado, repetitivo, con algún uso inadecuado y errores que impiden la comprensión.

	irrelevantes. Demuestra variedad de recursos para expresar sus ideas (perífrasis, sinónimos, antónimos...).		No demuestra recursos para expresar ideas porque desconoce algunas palabras.
	Utiliza excelentemente las normas de ortografía y los signos de puntuación sin cometer errores importantes.	--- / 0,5	Comete errores frecuentes en el uso de las normas de ortografía y de los signos de puntuación que además dificultan la comprensión.
TOTAL		--- / 3	

3. SOLUCIONES PARA LA PRUEBA MODELO

SUGGESTED ANSWERS

Question 1

- a) **False:** "Paying attention to your breath is a form of "entry level" meditation that anyone can do."
- b) **Not given.**
- c) **True:** "Mindfulness simply means the practice of purposely focusing your attention on the present moment—and accepting it without judgment."

Question 2 (Key ideas)

- a) Psychological stress can be very damaging because, if you don't control it, you have more chances of suffering from cancer or problems with your memory or more pains.
- b) People start practicing mindfulness because they want to feel calmer, and the result is a change in their perspective of life.

Question 3

- a) devastating
- b) prefer
- c) gateway
- d) arise

Question 4

- a) If only I had started working on the project last month.
- b) Playing football makes me feel very happy.
- c) Nick refused to go to that boring party.
- d) After writing his mother an email, David apologised for his behaviour.
- e) Sue asked me what he was going to do to relax.
- f) A new high-technology hospital is being built in my town.