



**DIRETORIA DE EXTENSÃO E PROJETOS**  
**CENTRO DE LÍNGUAS DO IMPARH - CLI**



**TESTE DE NÍVEL – 2026.1**

CURSO: \_\_\_\_\_ SEMESTRE: 5º

DIAS: \_\_\_\_\_ HORÁRIO: \_\_\_\_\_

CANDIDATO: \_\_\_\_\_ DATA: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

**Compreensão textual | テキストを読んで、質問を答えましょう。**

わたし けんこう まいにち しゅうかん  
**私の健康のための毎日の習慣**

私は健康のために、いろいろな習慣を持ちます。まず、朝 7 時ごろ起きます。起きてから、水を飲みます。

朝ごはんのあとで、10 分ぐらいストレッチをします。毎日じゃないですが、週に 3 回ぐらい散歩をします。散歩をすると、気分がよくなって、リラックスできます。

夜 10 時からスマートフォンを使いません。寝る前に音楽を聞いたり、本を読んだりします。

とても疲れているときは、寝る前にお風呂に入るといいです。

体があたたかくなって、よく眠れると思います。

健康のためには、よく寝ることと、無理をしないことが大切だと思います。これからも、自分の体を大事にしたいです。



しゅうかん 習慣 : hábito, costume      きぶん 気分 : humor, sentimento

1. 朝、起きてから最初に何をしますか。

- A) 朝ごはんを食べます
- B) 散歩をします
- C) 水を飲みます
- D) ストレッチをします



2. この人は、健康のために毎日何をしていますか。

- A) ストレッチをします
- B) 毎日散歩しています
- C) 毎日ジムに行っています
- D) スマートフォンを使います。

3. とても疲れているとき、何をするといいですか。

- A) 夜遅くまで勉強します
- B) 寝る前にお風呂に入ります
- C) スマートフォンを使います
- D) 外で運動します

4. 夜、気をつけていることは何ですか

- A) 水を飲みます
- B) 散歩します
- C) スマートフォンを使いません
- D) お風呂に入ります

5. この人は、健康のために何が大切だと言っていますか。

- A) たくさん食べること
- B) 毎日運動すること
- C) 早く起きること
- D) よく寝ることと無理をしないこと

## Gramática | 文法

6. このカメラは動画（ ）とること（ ）できます。

- A) を、は
- B) が、が
- C) を、が
- D) に、を



7. くらいですから、電気をつけて（ ）いいですか。  
A) も B) に C) は D) と
8. 公園から桜（ ）見えます。  
A) を B) に C) で D) が
9. 1週間（ ）3回映画を見ます。  
A) で B) を C) に D) が
10. ねる前（ ）、お風呂に入る（ ）いいですよ。  
A) で、と B) に、は C) に、と D) の、で
11. アニスさんは週末、友だち（ ）外（ ）ヨガしています。  
A) と、で B) の、に C) は、の D) と、を
12. くび（ ）きゅう（ ）まわさないでください。  
A) は、を B) に、を C) は、に D) の、に
13. あの絵はとても\_\_\_\_\_と思います。  
A) きれい B) きれいだ C) きれ D) きれそう
14. ストレスを感じるとき、音楽を\_\_\_\_\_、散歩を\_\_\_\_\_します。  
A) 聞いて、したり B) 聞いて、して C) 聞いたり、して D) 聞いたり、したり
15. いそがしいですが、今日は\_\_\_\_\_と思います。  
A) あそぶ B) あそばない C) あそんで D) あそぶだ
16. お祝いはパーティーが\_\_\_\_\_と思います。  
A) いいだ B) よくて C) よく D) いい
17. カーラさんはかわいいものが\_\_\_\_\_と言っていました。  
A) 好きで B) 好きな C) 好きだ D) 好き



18. わたしはお金がありませんから、友達に\_\_\_\_\_。

- A) 借<sup>か</sup>りました      B) あげました      C) かえしました      D) かしました

19. 音楽を\_\_\_\_\_と、リラックスができます。

- A) 聞かなくて      B) 聞く      C) 聞いて      D) 聞き

20. 足がいたいです。

- A) うで      B) あし      C) あたま      D) て

21. 週末、どこに行きますか。

- A) しゅうらい      B) らいしゅう      C) しゅうまつ      D) らいげつ

22. 毎日午前8時に<sup>たいそう</sup>体操をします。

- A) ごぜん      B) ごご      C) ごまえ      D) せんまえ

23. この薬を飲むと、あたまがよくなりますよ。

- A) 豆      B) 体      C) 腕      D) 頭

24. お酒と おちゃと どちらがいいですか。

- A) お茶      B) お着      C) お作      D) お会

25. とうちゃくじかんがわかりますか。

- A) 出張時間      B) 空港時間      C) 出発時間      D) 到着時間

**Boa sorte!**  
頑張ってください!