Niveau : 1ère AM Année scolaire : 2020/2021

Composition du 1er trimestre

Texte :

L'Organisation mondiale de la santé recommande un minimum de deux heures d'activité physique par semaine chez un adulte en bonne santé. Mais quels sont les bienfaits de l'activité physique pour le corps ?

L'activité physique regroupe à la fois l'exercice physique de la vie quotidienne, l'activité physique de loisirs, et la pratique du sport. La pratique d'une activité physique régulièrement permet d'avoir une bonne condition physique, protège contre la survenue des maladies cardiovasculaires et réduit le risque de diabète.

Pratiquer une activité physique est donc nécessaire pour rester en bonne santé.

Texte adapté

Questions :

I) Compréhension de l'écrit :

1- De quoi parle-t-on dans ce texte ?

2- Qu'est-ce que l'activité physique ?

3- Trouve dans le texte **un synonyme** du mot : indispensable.

4- Réponds par **vrai** ou **faux** :

a) L'OMS recommande un minimum de cinq heures d'activité physique par semaine.

b) La pratique d'une activité physique régulièrement provoque les maladies cardiovasculaires.

c) L'activité physique est nécessaire pour rester en bonne santé.

Français CEM فرنسية متوسط

www.dzexams.com

5- Complète les phrases avec les mots de liaison suivants :d'abord, enfin, et, ensuite.

a) Je marche (……..) je parle au téléphone.

b) Lis (…….) les phrases, repère (…….) les mots de liaison et (……), souligne-les.

6- Souligne la proposition relative et entoure l'antécédent dans les phrases suivantes :

a) L'escalade est une activité physique qui a beaucoup de bienfaits.

b) Aya est une fille qui aime jouer à la corde à sauter.

7- Mets les verbes entre parenthèses au présent de l'indicatif :

a) Ramy (descendre) …… l'escalier à toute vitesse.

b) Je (pouvoir) …… escalader cet arbre.

8- Ponctue le texte suivant :

Le sport est une activité physique très importante pour le corps humain (..) (..) Il est excellent pour le cœur et la circulation du sang (..) les poumons et la respiration.

(..) Il entretient les muscles.

(..) Il permet de rester mince et d'éviter (..)

II) <u>Situation d'intégration : (7pts)</u>

Rédige un court texte dans lequel tu vas expliquer les bienfaits de ton sport préféré.

Bon courage

Français CEM فرنسية متوسط

www.dzexams.com

Correction de la composition

I /Compréhension de l'écrit : (13pts)

1- Dans ce texte on parle de **l'importance de l'activité physique.**

2- L'activité physique **regroupe à la fois l'exercice physique de la vie quotidienne, l'activité physique de loisirs, et la pratique du sport.**

3- **Le synonyme** du mot : indispensable = **nécessaire**

4- Je réponds par **vrai** ou **faux** :

a) faux **b) faux** **c) vrai**

5- Je complète les phrases avec les mots de liaison:

a) Je marche (*et*) je parle au téléphone.

b) Lis (*d'abord*) les phrases, repère (*ensuite*) les mots de liaison et (*enfin*), souligne-les.

6- Je souligne **la proposition relative** et j'entoure **l'antécédent** :

a) L'escalade est une activité physique qui a beaucoup de bienfaits.

b) Aya est une fille qui aime jouer à la corde à sauter.

7- Je mets les verbes entre parenthèses au présent de l'indicatif :

a) Ramy (descendre) **descend** l'escalier à toute vitesse.

b) Je (pouvoir) **peux** escalader cet arbre.

8- Je ponctue le texte suivant :

Le sport est une activité physique très importante pour le corps humain (:)
(-) Il est excellent pour le cœur et la circulation du sang (,) les poumons et la respiration.
(-) Il entretient les muscles.
(-) Il permet de rester mince et d'éviter (.)

Français CEM فرنسية متوسط

www.dzexams.com