المادّة: اللّغة الفرنسية
المستوى: الأولى متوسّط

التّاريخ: 04/ 12/ 2019
المدّة: ساعتان

اختبار الفصل الأول

Texte :

Les dattes sont de petits fruits secs et sucrés de forme ovale, elles poussent sur des palmiers qui peuvent atteindre 30 mètres de hauteur. Elles renferment d'excellents éléments nutritifs essentiels à un bon équilibre alimentaire, à la santé et au bien-être. Mais, quels sont en réalité leurs vertus?



Comme tous les fruits, les dattes sont une source d'énergie grâce aux sucres naturels et contiennent des vitamines, en particuliers des vitamines A et du groupe B. Ces fruits sont riches en minéraux, notamment en potassium qui permet de réduire le risque des maladies cardio-vasculaires en réduisant le taux de cholestérol dans le corps. Elles apportent beaucoup de fibres alimentaires qui favorisent un bon fonctionnement du système digestif et renforcent les intestins.

De plus, ce fruit est idéal pour fortifier les os, tonifier les muscles et améliorer la vision, ce qui en fait un aliment de choix pour les sportifs, les enfants et les personnes âgées.

Consommé à la fois frais et sec, ce petit fruit de couleur marron et au goût sucré contient de nombreux bienfaits pour le corps humain. Les spécialistes de la nutrition recommandent de consommer 3 à 5 dattes par jour.

Encyclopédie des aliments

Lis bien le texte puis réponds aux questions par des phrases correctes et complètes.

I. Compréhension de l'écrit : (13pts)

1/Choisis puis recopie la bonne réponse :

A/ Ce texte est de type : a) descriptif. b) narratif. c) explicatif.

B/ Dans ce texte, l'auteur parle : a) des origines des dattes.
b) des bienfaits des dattes.
c) des différentes variétés de dattes.

C/ Les dattes sont des fruits: a) riches en minéraux et en potassium.
b) riches en protéines.
c) faibles en sucres naturels et en vitamines.

www.dzexams.com

2/<u>Réécris ces phrases puis réponds par « vrai » ou « faux »</u>:

a) Les dattes rendent les os plus solides. .....

b) Elles sont déconseillées aux enfants.....

c) Ce fruit facilite la digestion et améliore la vision.....

3/ a) Quel est le rôle du potassium dans le corps humain ?.....

b) Combien de dattes faut-il consommer quotidiennement ?.....

4/ Propose un titre au texte: .....

5/ <u>Relève du texte</u>:

a) Une définition : .....

b) Le synonyme de « **vertus** » : .....

6/ <u>Complète le tableau suivant</u>:

Verbes	**Noms**
Consommer	.....
.....	Fonctionnement

7/ <u>Complète le tableau ci-dessous à partir de la phrase suivante en relevant l'adjectif qualificatif épithète et le complément du nom qui précisent le non «**fonctionnement »**</u>

« Les dattes favorisent un bon fonctionnement du système digestif »

Nom noyau	Adjectif qualificatif	Complément du nom
fonctionnement	.....	.....

8/ <u>Mets les verbes entre parenthèses (....) au présent de l'indicatif</u>:

A/ les vitamines (**protéger**) .....notre corps.

B/ ma sœur et moi (**grandir**) ..... grâce à une bonne alimentation.

C) Le sportif (**choisir**) ..... un repas équilibré.

9/<u>Complète au masculin singulier</u>:

- Les dattes sont délicieuses et nourrissantes.
- Ce fruit .....

II. <u>Production écrite</u> : (07pts)

<u>Consigne</u>:

D'après ton médecin, bien manger est essentiel pour le bon fonctionnement du corps humain. Rédige un texte (de 6 à 8 lignes) dans lequel tu expliqueras les composants d'un repas sain et équilibré et son importance pour être toujours en bonne santé.



Bon courage !

www.dzexams.com

Date : 04décembre 2019 **Niveau : 1ère AM**

Matière : Français
Durée : 2heures

Corrigé de la composition du Premier trimestre

Compréhension de l'écrit : (13pts)

1/ Choisis puis recopie la bonne réponse :(1,50pt)

A / Ce texte est de type : c) **explicatif**

B/ Dans ce texte, l'auteur parle : b) **des bienfaits des dattes**.

C/ Les dattes sont des fruits : a) **riches en minéraux et en potassium**.

2/Réécris ces phrases puis réponds par « vrai » ou « faux » : (1,50pt)

A / Les dattes rendent les os plus solides. (**Vrai**)
B/ Elles sont déconseillées aux enfants. (**Faux**)
C/ Ce fruit facilite la digestion et améliore la vision. (**Vrai**)

3/a) Le rôle du potassium dans le corps humain :il permet de réduire le risque des maladies cardio-vasculaires en réduisant le taux de cholestérol dans le corps. (**01pt**)
b) Il faut consommer 3 à 4 dattes quotidiennement. (**0,75pt**)

4) Propose un titre au texte : **Les vertus des dattes**. (**0,75pt**)

5/ Relève du texte :

a) Une définition : Les dattes sont de petits fruits secs et sucrés de forme ovale, elles poussent sur des palmiers qui peuvent atteindre 30mètres de hauteur. (**01pt**)
b) Le synonyme de « **vertus** » : bienfaits (**0,50pt**)

6/ Complète le tableau suivant : (01pt)

Verbes	**Noms**
Consommer	**Consommation**
Fonctionner	Fonctionnement

7/ Complète le tableau ci-dessous à partir de la phrase suivante en relevant l'adjectif qualificatif épithète et le complément du nom qui précisent le non «**fonctionnement »** (**01pt**)

« Les dattes favorisent un bon fonctionnement du système digestif »

Nom noyau	Adjectif qualificatif	Complément du nom
fonctionnement	bon	du système

www.dzexams.com

8/ Mets les verbes entre parenthèses (....) au présent de l'indicatif : (03pts)

A/ les vitamines **protègent** **notre** corps.

B/ ma sœur et moi **grandissons** grâce à une bonne alimentation.

C) Le sportif **choisit** un repas équilibré.

9/Complète au masculin singulier : (01pt)

-Les dattes sont délicieuses et nourrissantes.

-Ce fruit est **délicieux** et **nourrissant**.

Production écrite : (07pts)



La bonne alimentation

Bien manger est essentiel pour le bon fonctionnement de notre Corps**. Mais que doit-on consommer au juste ?**

Un repas sain et équilibré comprend des féculents (pain, riz, pâtes) Et cinq fruits et légumes par jour. En effet, une quantité de protéines (Viande, fromage, œufs par exemple) est importante et complète le repas. Les graisses, les sucres et le sel sont des aliments utiles mais on doit les consommer en faible quantité.

Pour que notre organisme fonctionne correctement, il faut boire beaucoup d'eau durant la journée.

Une alimentation riche et varié nous permet donc de rester toujours en bonne santé et de se protéger des maladies chroniques comme le diabète, l'obésité et les maladies du cœur.

www.dzexams.com