CEM Ennour filles, Ghardaia			Association Ennour, At-Bounour
Enseignant: Mimouni Sarah			1er examen du français
24 Février 2021	Durée: 1 Heures		Niveau: 1 AM

Texte:

Qu'est-ce qu'une bonne hygiène de vie?

Les médecins parlent souvent de l'importance d'avoir une bonne hygiène de vie, et **ils** insistent sur l'application de ses bonnes habitudes. Qu'est-ce qu'une "hygiène de vie"? Et quelles sont ses règles?

Une bonne hygiène de vie est l'ensemble des règles et pratiques nécessaires au maintien d'une bonne santé. Elle se traduit par des habitudes à prendre dans la vie quotidienne pour garder un équilibre de bonne santé physique et mentale. D'abord, il est essentiel de garder son corps propre en faisant sa toilette chaque jours (se laver les mains, se brosser les dents, se doucher…). Ensuite, il faut privilégier une alimentation variée, équilibrée, composée d'aliments sains, et de respecter des horaires de repas réguliers. Puis, il est nécessaire d'éviter au maximum les aliments trop gras ou trop sucrés. Enfin, une bonne hygiène de vie consiste également à avoir une activité qui doit être régulière.

La propreté du corps, la bonne alimentation et le sport sont les quatre éléments primordiaux pour avoir une santé saine et pour éviter les maladies.

Hygiène de vie, EduCatout. Com

QUESTIONS:

***I*/ Compréhension de l'écrit: (13pts)**

1-Encadre dans le texte le paragraphe qui représente la partie du **questionnement. (1pt)**

2- Souligne la bonne réponse: **(1pt)**

- Ce texte est: a- explicatif b-narratif c-prescriptif c- argumentatif
- Le thème est: a- le sport b- la propreté c- l'alimentation c- l'hygiène de vie

3- Réponds par (**Vrai**) ou (**Faux**): **(1pt)**

- Les médecins ne parlent pas de l'importance d'avoir une bonne hygiène de vie. (……).
- Il est nécessaire d'éviter au maximum les aliments trop gras ou trop sucrés. (……).

4- A qui renvoie le pronom souligné dans le texte? **(0,5pt)**

- **Ils= …… .**

www.dzexams.com

5- Relève du texte: **(5pts)**

Une énumération	……
Une définition	……
Un adjectif qualificatif	……
Un complément du nom	……
Une proposition relative	……

6- " Les médecins insistent sur l'importance d'avoir une bonne hygiène de vie." Quel est le **type** de cette phrase:
a- déclarative b- interrogative c-exclamative **(1pt)**

7- Mets les verbes entre ( ) au **présent de l'indicatif**: **(1,5pts)**

Je (respecter) …… les règles d'hygiène
Nous (choisir) …… une alimentation saine et variée.
Tu (pouvoir) …… pratiquer un sport.

8- Ponctue le texte suivant: **(1pt)**
Chaque jour ( ) je fais ma toilette ( ) je prends mon petit déjeuner ( ) un verre de lait ( ) un fruit ( ) des céréales ( ) une tartine au chocolat ou à la confiture ( ) Je vais à l'école à pieds ( )

9- Relève du texte les **connecteurs d'énumérations**? **(1pt)**

……

***II*- Production écrite: (7pts)**

Réécris ce passage en remplaçant le pronom personnel « Tu » par «Il »

<<Tu grandis en dormant ! Ton corps se répare et se construit. Durant le sommeil, ton cerveau produit une substance qu'on appelle l'hormone de croissance qui t'aide à grandir.
Pas de bonne mémoire sans un bon sommeil ! Pendant le sommeil, tu ranges dans ta mémoire ce que tu as appris pendant la journée>>.

……
……
……
……
……
……

www.dzexams.com