



Nom :
Prénom :
Classe : 1^{ère} AM

Devoir surveillé n° : 1

Texte :

L'hygiène corporelle est essentielle pour maintenir une bonne santé mentale et physique, elle comprend des pratiques quotidiennes visant à préserver la propreté du corps. Quelle est donc son utilité ?

L'hygiène corporelle est l'ensemble de gestes et routines quotidiens et réguliers qui visent à maintenir la propreté du corps et à prévenir la propagation des maladies. En effet, une bonne hygiène aide à réduire le risque d'infections et de maladies par exemple, se laver les mains d'une façon régulière et constante permet d'éliminer les germes qui provoquent des maladies infectieuses. En outre, garder une bonne hygiène physique améliore l'estime de soi et réduit l'anxiété car se sentir propre et soigné contribue à un meilleur bien être mental.

En conclusion, en adoptant des pratiques d'hygiène régulières, vous bonifiez votre santé physique mais aussi votre bien-être mental et social

Texte adapté par PEM : H. Idder

Questions :

- ## 2. Que fait l'auteur ?

3. Relève du texte la définition :

4. Relie par une flèche le mot à son synonyme :

- Propreté • constante
- Corporelle • physique
- Essentielle • hygiène
- Régulière • importante

5. Réponds par « vrai » ou « faux »

- L'hygiène n'est pas utile pour la santé
 - Le lavage des mains élimine les germes
 - Il faut être propre pour une bonne santé mentale.....

6. Conjugue les verbes mis entre parenthèses au présent de l'indicatif

Tes camarades et toi (adopter) de bonnes habitudes.

Nous (rincer)..... nos mains avec de l'eau propre.

7. « Cela permet d'éliminer les germes qui provoquent des maladies »

-Souligne la proposition subordonnée relative et encadre l'antécédent

8. Mets au pluriel :

« L'enfant se mouille les mains »

.....

9. Propose un titre au texte :

.....

Situation d'intégration : Complète l'énoncé suivant avec les mots proposés :
(gestes, corporelle, mentale, essentielle, physique

L'hygièneestpour être en bonne santé

.....et En adoptant dessimples
quotidiennement, nous évitons beaucoup de maladies infectieuses.

Bon courage

7. « Cela permet d'éliminer les germes qui provoquent des maladies »

-Souligne la proposition subordonnée relative et encadre l'antécédent

8. Mets au pluriel :
« L'enfant se mouille les mains »

Les enfants se mouillent les mains

9. Propose un titre au texte :

L'importance de la propreté corporelle

Situation d'intégration : Complète l'énoncé suivant avec les mots proposés :
(gestes, corporelle, mentale, essentielle, physique)

L'hygiène corporelle est essentielle pour être en bonne santé physique et mentale en adoptant des gestes simples quotidiennement, nous évitons beaucoup de maladies infectieuses.