

Niveau : 1AM

CEM : 11 décembre 1960

Composition du premier trimestre 2016-2017

TEXTE : *Le petit déjeuner.*

Le petit déjeuner reste l'un des repas de la journée à privilégier, alors que doit-il comporter ?

Un petit-déjeuner complet et bien adapté à toute la famille devrait comprendre : 1 produit céréalier + 1 produit laitier + 1 fruit + 1 boisson.

- **Quel produit céréalier ?** Du pain ou des céréales, en favorisant les moins sucrées.
- **Quel produit laitier ?** Un bol de lait (froid ou chaud), un yaourt ou un fromage blanc.
- **Quel fruit ?** Kiwi, pêche, banane, abricot, orange, pomme... en fonction des saisons, un jus de fruits pressés ou un 100 % pur jus.
- **Quelle boisson ?** Café, thé, eau ou chocolat chaud.



Source Internet.

I) Compréhension de l'écrit :

- 1- **A-** Ce texte est de type : **a-** explicatif. **b-** informatif. **c-** narratif.
-B- L'auteur nous montre comment : **a-** être propre. **b-** manger convenablement.

Choisis les bonnes réponses.

2- Qu'est ce qu'il comporte un petit déjeuner complet ?

3- Quels sont les produits laitiers cités dans le texte ?

4- Réponds par **Vrai** ou **Faux** :

- a- On favorise les céréales les plus sucrées.
- b- Le petit déjeuner est un repas très important.

5- Trouve dans le texte le synonyme de mot : **verre**

6- souligne le nom et encadre l'adjectif qualificatif :

« **Pour être en bonne santé, il faut bouger.** »

7- Souligne le nom et entoure le complément du nom :

« **je mange un pain au chocolat chaque matin.** »

8- Conjugue les verbes au présent de l'indicatif :

- Nous (choisir) la recette du chocolat.
- Les élèves (remplir) leurs fiches d'identité.

9- Transforme au féminin puis au pluriel :

- il prend un jus **froid**
- il prend une tisane.....
- il prend des petits pains.....

II) Production écrite :

Rédige un petit texte (3 à 4 phrases) dans lequel tu expliqueras la composition d'un repas équilibré.

- Donne un titre à ce texte.
- Commence ta rédaction par la partie du questionnement.
- Conjugue les verbes au présent de l'indicatif.
- Emploie des adjectifs qualificatifs et des compléments du nom.

BON COURAGE.

Ma première composition de français (1AM).

Texte :

Faire du sport a plusieurs avantages sur la santé et le corps.

D'abord, il est bon pour maigrir **c'est-à-dire** perdre du poids.

Ensuite, Il nous évite les maladies cardiaques et respiratoires et accélère la circulation du sang.

Puis, quand un homme pratique un sport, il a des os solides et en bonne santé.

Enfin, Sa vitesse et sa force augmentent : il devient souple et puissant.

Pour cela, il suffit de faire du sport (**marche ou course**) tous les jours pendant **30 minutes** au minimum.



Site internet

Questions :

1- Choisis la bonne réponse : (1pt)

→ Le texte est :

a- narratif

b- explicatif

c- informatif.

→ Le texte parle de :

a- la nourriture.

b- la voiture.

c- l'activité physique.

2- Relie par une flèche : (1.5pt)

• Je fais du sport comme

attaquent des poumons.

• Un sportif est

la marche.

• Les maladies respiratoires

souple et puissant.

3- Recopie les deux (2) bonnes réponses : (2pts)

• Le sport fait grossir.

• L'activité physique fortifie les os.

• La durée minimale d'un sport est 30 minutes.

4- Mets en ordre les mots pour trouver le titre du texte (1pt) : votre - Pour- bougez. - santé,

5- Trouve dans le texte : (1.5pt)

• Le synonyme de « fort » :

• Un complément du nom :

• Un connecteur :

6- Complète par : « définition / reformulation » : (1pt)

• Maigrir **c'est-à-dire** perdre du poids. →

• Le sport **est** une activité physique. →

Tourne la page

7- Décompose en : GNS/ GV/ : (2pts)

L'homme fait une course.

8- Réécris la phrase en suivant l'exemple : (1pt)

Ex : l'homme pratique **le sport**. → L'homme **le** pratique.

Le sport fait maigrir **le corps**. →

9- Mets au présent : (1pt)

Le corpsgrâce au sport. (**maigrir**)

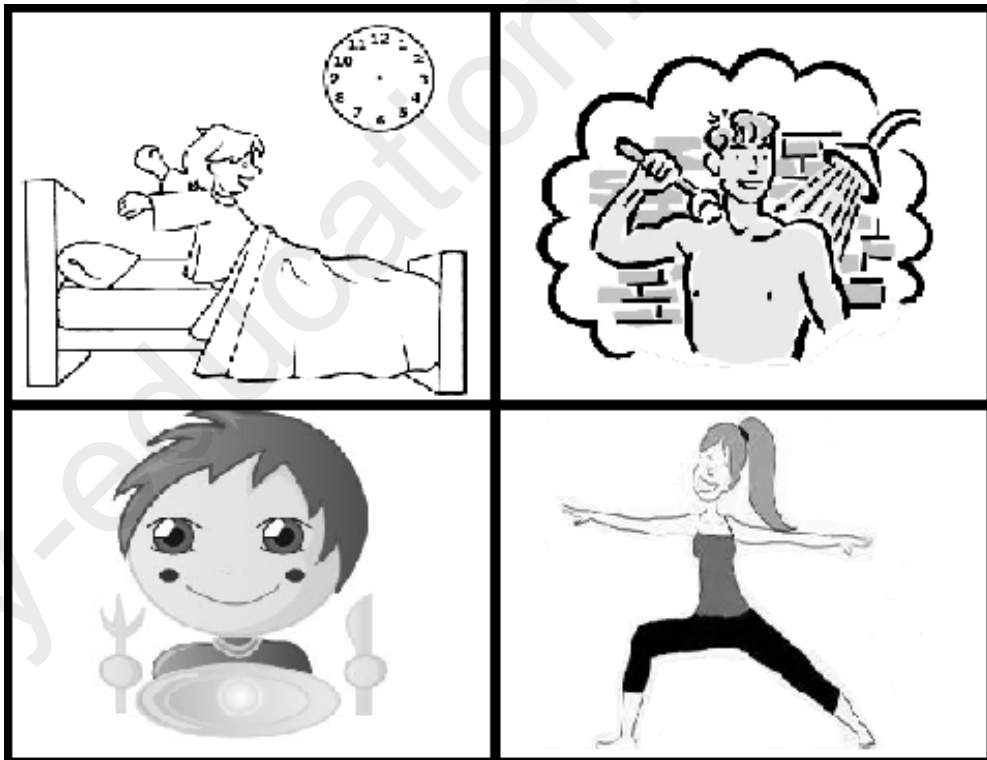
10- Complète : (2pts)

L'homme fait du sport. → Lesdu sport.

Production écrite : (6pts)

Dans un paragraphe de 5 à 6 phrases, donne **4 conseils** pour être toujours en bonne santé.

- Utilise des connecteurs (**d'abord, ensuite, puis, enfin**)
- Utilise « **je** »
- Aide- toi des images suivantes :



😊 *Bon courage* 😊

Prof : Mlle Boumadani Hanane