najah213.com · نجاح 213

Lycée Draâ M^ed Saddek — **Niveau : 01ère année**

Année scolaire : 2016- 2017 — **Durée: 02 heures**

Composition trimestrielle N°01

Texte/

L'EXCES DE SEL

S'il est indispensable au bon fonctionnement de l'organisme, le sel (chlorure de sodium) peut, lorsqu'***il*** est consommé en excès, s'avérer nocif. L'une des principales conséquences de cette surconsommation chronique, c'est d'augmenter le risque d'hypertension artérielle, et donc le risque de maladies cardiovasculaires. ***Cela*** favoriserait même le cancer de l'estomac. Alors que les besoins physiologiques du corps sont d'environ 2g/jour et que l'OMS a fixé à 5g/j le seuil maximal à ne pas dépasser, on en avale en moyenne 10g/jour pour les hommes et 8g/jour pour les femmes.

Ce n'est pas la salière posée sur la table la plus dangereuse, mais la consommation de produits salés ou/et transformés: pain, biscottes, charcuterie, soupe et plats tout prêts chips, fromage, pizza, quiche, sauces, conserves… A eux seuls, ***ils*** représenteraient 80% des apports en sel

SCIENCE &AVENIR, NOVEMBRE 2014, N813

فروض واختبارات مع الحلول لكل المستويات — مجاناً
najah213.com

najah213.com · نجاح 213

Nom: ..... **Prénom:** ..... **Classe:** .....

Questions

I- Compréhension:

❶ Selon ce texte, l'excès de sel est ***indispensable au bon fonctionnement du corps***, ***il est nocif pour notre bien-être***, ***il est important pour notre santé***.

☑Choisissez la bonne réponse.

.....

❷ **«l'excès de sel»,** relevez du texte une expression de même sens que celle-ci.

«l'excès de sel»: .....

❸ Relevez du texte une conséquence de l'excès de sel.

.....

❹ Trouvez dans le texte le synonyme de «**sel**».
«**sel**»= .....

❺ A combien sont les besoins du corps en sel?

.....

.....

❻ **«produits salés»,** cette expression veut dire; **produits mal propres, produits qui contiennent du sel, produits qui ne contiennent pas du sel**.

☑Choisissez la bonne réponse.

.....

❼ Relevez du texte trois sources du sel pour l'homme.

① ..... ② ..... ③ .....

❽ A quoi renvoient les pronoms soulignés dans le texte.

il ..... ***cela*** ..... ***ils*** .....

❾ Proposez un autre titre au texte.

.....

فروض واختبارات مع الحلول لكل المستويات — مجاناً
najah213.com

II- Production écrite: ✍ **Traitez l'un des deux sujets au choix**.

① **Résumé**: Vous voulez partager avec vos amis (e) ce que vous avez lu dans ce texte, résumez-le pour les informer de tout ce que vous venez d'apprendre.

② **Sujet personnel**: Vous avez remarqué que vos camarades ne mangent pas équilibré pendant la récréation, rédigez un court texte explicatif dans lequel vous leur expliquez ce qu'une alimentation équilibrée en citant deux de ses avantages..

PAGE3/3	FIN	BON COURAGE

فروض واختبارات مع الحلول لكل المستويات — مجاناً