najah213.com · نجاح 213

CEM: Tayeb TAKLIT/Bougaa

Niveau: 1A.M (2018/2019).

Devoir N.2

Nom: ……..

Prénom: ……..

Classe: …… N. …….

L'importance d'une alimentation saine.

Une alimentation saine et équilibrée est essentielle au maintien de la santé des gens de tout âge. Elle permet de:

- Prévenir plusieurs maladies telles les maladies du cœur, le diabète, l'obésité, l'ostéoporose.

-Réparer et remplacer les cellules et les tissus de notre corps.

- Produire l'énergie utilisée pour pouvoir bouger, travailler et ne pas avoir froid.

Bref, en mangeant équilibré, on se protège contre les infections, on reste en bonne santé, actif et bien concentré à l'école.

Questions

I-Compréhension de l'écrit:

1- Entoure la bonne réponse:
Ce texte est: - narratif - explicatif - descriptif

2- Choisis la bonne réponse: Dans ce texte
-On donne la définition de "l'alimentation équilibré"
-On explique l'importance de "l'alimentation équilibré"

3- Quel est le procédé explicatif utilisé dans ce texte.
(la définition ou l'énumération)
……
.

4- Réponds par **vrai** ou **faux**:
- Une alimentation équilibrée peut causer plusieurs maladies. ……..
- Manger équilibré protège notre corps des infections. ……..
- pour pouvoir travailler et bouger il faut se nourrir. ……..

5- Relève du texte:
Le synonyme de : saine = …….
Le contraire de : chaud ≠ …….

6- Relève du texte:
Un complément du nom: ……
Un adjectif qualificatif: ……...

7- Complète :

فروض واختبارات مع الحلول لكل المستويات — مجاناً
najah213.com

najah213.com · نجاح 213

On se nourrit bien donc on reste en bonne santé.
Nous nous ……... Donc nous …… en bonne santé.

8- Complète :
Une alimentation saine et équilibrée nous assure une bonne santé.
Des recettes …….. nous assurent une bonne santé.

II-Production écrite:

Complète le texte avec les mots suivants:

sucres - bonne- eau- féculents- corps - graisses- fruits- repas- protéines –légumes

La consommation de différentes sortes d'aliments assure une …… santé. Un …… équilibré comprend des …….. (pâtes, riz ou pain) et cinq …….. et …….. par jour. Une petite quantité de …….. (fromage ou viande par exemple) complète le repas. Consommés en faible quantité, les …….. et les …… sont des aliments utiles.

L' …… nous est bénéfique car notre …….. en a besoin pour fonctionner correctement.

Mme: Idder/Mme: Slimani

فروض واختبارات مع الحلول لكل المستويات — مجاناً
najah213.com