najah213.com · نجاح 213

CEM: Larbi Kouider -Tighalimet- ***Niveau: 1AM***

Composition n01 du premier trimestre. ***Durée: 2h***

Texte:

Les féculents occupent une place considérable dans un régime alimentaire équilibré. Mais pourquoi sont-ils si importants pour notre corps?.

Les féculents sont des aliments qui renferment de la fécule (qui est une poudre de couleur blanche) comme le riz et les pates. **Ils** sont indispensables dans un régime alimentaire équilibré et ce pour plusieurs raisons:

. Les féculents sont notre principale source de glucides.

. Tout comme l'amidon, les féculents contiennent des fibres, du calcium, du fer et des vitamines du complexe B.

. Des aliments comme les pates et la pomme de terre constituent une bonne source d'énergie.

Pour votre santé, mangez des féculents et équilibrez votre assiette en mangeant aussi des fruits et légumes chaque jour.

Questions:

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

1/-*Lis le texte puis choisis la bonne réponse:*

a-Le type de ce texte est: **narratif, informatif, explicatif.(1pt)**

b- Dans ce texte, l'auteur parle: **des vitamines, de l'hygiène du corps, des féculents.(1pt)**

2/-A partir du texte, donne **la définition** des féculents.**(1pt)**

3/-*Réponds par: **vrai** ou **faux:*** **(1,5pt)**

a)- Les féculents sont indispensables dans un régime alimentaire équilibré.

b)-Le riz et les pates ne sont pas une bonne source d'énergie.

c)-Les féculents sont riches en fibres.

4/-Complète le tableau suivant:**(2pts)**

Nom	*Verbe*
.....	Alimenter
Changement	.....

فروض واختبارات مع الحلول لكل المستويات — مجاناً

najah213.com

najah213.com · نجاح 213

5/-Quel est le type de cette phrase? -Transforme cette phrase à la forme négative: **(2pts)**

-"Les féculents occupent une place considérable dans un régime alimentaire équilibré."

6/-Que remplace le pronom souligné dans le texte?. **(1pt)**

"Les féculents sont des aliments qui renferment de la fécule (qui est une poudre de couleur blanche) comme le riz et les pates. **Ils** sont indispensables dans un régime alimentaire équilibré."

7/-Souligne **l'adjectif qualificatif**, le **complément du nom et** entoure le **nom** qu'il précise dans la phrase suivante: **(1,5pt)**

-"Les pates contiennent une bonne source d'énergie."

8/-Mets les verbes entre ( ) au présent de l'indicatif: **(2pts)**

- Le lait (**occuper**) une place importante dans notre alimentation.
- Ton frère et toi (**choisir**) un gâteau au framboise.

II)-Production écrite: (7pts)

-Complète le texte avec les mots suivants: **maladies- équilibrée- cinq- santé- grandir- féculents- viandes.**

Pour.....et rester en bonne.....,notre corps a besoin d'une variété d'aliments.

Notre alimentation doit contenir :

-De l'eau.

-.....fruits et légumes par jour.

-Des..... comme le riz, le pain et les pates.

-Des protéines: ....., fromage.

-Une faible quantité de gras et de sucre.

Une alimentation .....nous permet de garder une bonne forme et d'éviter plusieurs .....

فروض واختبارات مع الحلول لكل المستويات — مجاناً
najah213.com