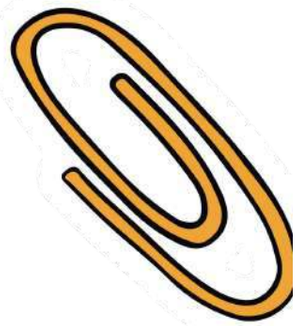
213.com • نجاح 213 • najah213.com • نجاح 213 • najah213.com • نجاح 213 · najah213.com • نجاح 213 • najah213.com • نجاح 213 • najah213.com • 213



SPORT



1°AM



Résumé

DES LEÇONS

Séquence n°03

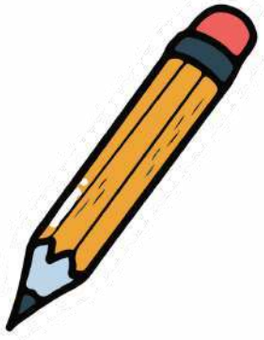




PAR L'ENSEIGNANT: SOUALHIA ANTAR



Prof de Français dz



فروض واختبارات مع الحلول لكل المستويات — مجاناً

213.com • نجاح 213 • najah213.com • نجاح 213 • najah213.com · najah213.com • نجاح 213 • najah213.com • نجاح 213 • najah213.com • 213

najah213.com · نجاح 213

Français 1°AM





ما يجب على التلميذ في السنة الأولى متوسط معرفته

Texte explicatif
النص التفسيري

01 Phase de questionnement

Sujet + Question (Pourquoi ?, Comment ?,...
الموضوع + طرح سؤال (لماذا؟ كيف ؟..)

02 Phase d'explication

- ✓ Explications تقديم تفسيرات وشروحات
- ✓ Exemples أمثلة للتوضيح
- ✓ Connecteurs روابط لترتيب الأفكار

03 Phase de conclusion

خاتمة وتكون على شكل استنتاج او نصيحة



Prof de Français DZ

Antar

Prof de Français DZ

فروض واختبارات مع الحلول لكل المستويات — مجاناً

najah213.com

najah213.com · نجاح 213

Prof. SOUALHIA Antar

1AM

الأولى متوسط

Vive le sport





Les mots fréquents dans la séquence n°03

الكلمات الأكثر استعمالا في المقطع الثالث

Noms	أسماء
Sport	رياضة
Activité	نشاط
Exercice	تمرين
Importance	أهمية
Amélioration	تحسين
Entrainement	تدريب
Discipline	انضباط
Croissance	نمو
Fair-play	روح رياضية
Jeu	لعبة
Pratique	ممارسة
Santé	صحة
Divertissement	ترفيه
Loisirs	هوايات
Souplesse	ليونة
Corps = organisme	جسم
Esprit	عقل
Muscles	عضلات
Os	عظام
Sang	دم
Obésité = surpoids	سمنة
Echauffement	تسخين
Mouvement	حركة
Athlétisme	ألعاب القوى
Athlète	رياضي
Amateur	هاوي
Joueur	لاعب
Equipe	فريق
Adversaire	فريق الخصم
Compétition	منافسة
Match	مباراة
Champion	بطل
Alpinisme	تسلق الجبال
Cyclisme	ركوب الدراجة
Marche	مشي
Handball	كرة اليد
Basketball	كرة السلة
Football	كرة القدم
Ski	تزلج
Natation	سباحة
Equitation	فروسية

Verbes	أفعال
Faire	يقوم بـ
Jouer	يلعب
Marcher	يمشي
Courir	يجري
Bouger	يتحرك
Améliorer	يحسن
Développer	يطور
S’entrainer	يتدرب
Pratiquer	يمارس
Aimer	يحب
Préférer	يفضل
Prévenir	يتقي
Protéger	يحمي
Garder	يحافظ
Apprendre	يتعلم
Se concentrer	يركز
Assurer	يضمن
Perdre	يضيع
Augmenter	يرفع
Diminuer	يخفض
Permettre	يسمح
Participer	يشارك
Obtenir	يتحصل
Avoir	يملك
Gérer	يدير
Maigrir	يتضمر/يهزل
Eviter	يتجنب
Avoir besoin de(Loc.v)	يحتاج
Respecter	يحترم
Respirer	يتنفس
Encourager	يشجع
Considérer	يعتبر
Motiver	يحفز
Aider	يساعد
Contrôler	يضبط
Récupérer	يسترجع

Adjectifs	صفات
Sportif	رياضي
Physique	جسدي
Moral	معنوي
Important	مهم
Utile	نافع
Bénéfique	مفيد
Essentiel	أساسي
Indispensable	ضروري
Individuel	فردي
Collectif	جماعي
Meilleur	أحسن / أفضل
Actif	نشيط
Régulier	اعتيادي
Dynamique	حيوي
Corporel	جسمي / بدني
Convenable	ملائم
Musculaire	عضلي
Sanguin	دموي
Osseux	عظمي
Social	اجتماعي
Cérébral	عقلي /دماغي
Puissant	قادر
Harmonieux	توافقي / متناغم
Exemplaire	نموذجي
Personnel	شخصي
Sain	صحي
Bon	جيد
Solide	صلب
Souple	لين
Faible	ضعيف
Fort	قوي

Prof de Français DZ Prof de Français DZ

فروض واختبارات مع الحلول لكل المستويات — مجاناً

najah213.com

najah213.com · نجاح 213

Prof de Français DZ
Prof de Français DZ
Prof de Français DZ

1AM

Séquence 03 : Vive le sport !

Leçon 01 : Vocabulaire

Les procédés explicatifs (l'énumération)

Je retiens

التعداد

L'énumération permet d'énoncer successivement ou faire une liste d'idées ou d'objets.

Pour énumérer, on utilise :
Des **tirets (-),** des **chiffres (1-2-3…)** des **virgules(,)** ou des **connecteurs : d'abord, ensuite…**

Exemple

Il y a plusieurs sports individuels : **la randonnée, la natation, la marche à pieds,…**

Enumération

Les connecteurs d'énumération روابط التعداد

- الفكرة الأولى — 1re idée — D'abord /en premier lieu / premièrement / d'une part /…
- الفكرة الثانية — 2ème idée — Ensuite /en second lieu / deuxièmement / d'autre part / …
- اضافة فكرة — Ajouter une idée — De plus / puis / aussi / ….
- الفكرة الأخيرة — Dernière idée — Enfin / en dernier lieu / …

Prof SOUALHIA Antar
Prof de Français DZ
t.me/Antar_prof_de_fr_CEM

فروض واختبارات مع الحلول لكل المستويات — مجاناً
najah213.com

najah213.com · نجاح 213

Je m'entraîne



Activité 01

Souligne les connecteurs d'énumération dans l'énoncé suivant.

La marche à pied est bonne pour la santé. D'abord, elle permet d'avoir une force physique. Ensuite, elle améliore le rythme cardiaque et respiratoire. Enfin, elle prévient contre l'obésité et d'autres maladies.

Activité 02

Mets en ordre les phrases suivantes en utilisant des connecteurs d'énumération.

- ✓ Je dois varier mon alimentation.
- ✓ Je dois faire du sport.
- ✓ Pour avoir une bonne hygiène de vie.
- ✓ Je dois me laver régulièrement.

Vocabulaire

Activité 03

Complète par : enfin – premièrement – de plus - deuxièmement.

L'activité physique est essentielle pour notre bien-être. …… elle nous aide à maintenir notre poids. ……, elle renforce notre système cardiovasculaire en améliorant la circulation sanguine. ……, elle réduit le risque de maladies cardiaques en augmentant notre endurance. ……., l'exercice régulier améliore la flexibilité de nos muscles et de nos articulations.

J'écris

Ecris un court paragraphe dans lequel tu présenteras les avantages de ton sport préféré en utilisant les mots de liaison:« d'abord », « ensuite », « enfin »





Prof SOUALHIA Antar
Prof de Français DZ
t.me/Antar_prof_de_fr_CEM

فروض واختبارات مع الحلول لكل المستويات — مجاناً
najah213.com

najah213.com · نجاح 213

Je me corrige



Activité 01 — Je souligne les connecteurs d'énumération dans l'énoncé suivant.

La marche à pied est bonne pour la santé. **D'abord**, elle permet d'avoir une force physique. **Ensuite**, elle améliore le rythme cardiaque et respiratoire. **Enfin**, elle prévient contre l'obésité et d'autres maladies.

Activité 02 — Je mets en ordre les phrases en utilisant des connecteurs d'énumération.

Pour avoir une bonne hygiène de vie :

- ✓ **D'abord**, je dois me laver régulièrement.
- ✓ **Ensuite**, je dois varier mon alimentation.
- ✓ **Enfin**, je dois faire du sport.

Vocabulaire

Activité 03 — Je complète.

L'activité physique est essentielle pour notre bien-être. **Premièrement** elle nous aide à maintenir notre poids. **Deuxièmement**, elle renforce notre système cardiovasculaire en améliorant la circulation sanguine. **De plus**, elle réduit le risque de maladies cardiaques en augmentant notre endurance. **Enfin**, l'exercice régulier améliore la flexibilité de nos muscles et de nos articulations.





فروض واختبارات مع الحلول لكل المستويات — مجاناً
najah213.com

najah213.com · نجاح 213

Prof de Français DZ
Prof de Français DZ
Prof de Français DZ

1AM

Séquence 03

Vive le sport !



Leçon 02 Grammaire

La phrase déclarative et la phrase interrogative

Je retiens

الجملة الخبرية

La phrase déclarative sert à **déclarer**, **annoncer** **ou** **donner une information**.

Elle commence par **une majuscule** et se termine par **un point (.)**.

الجملة الاستفهامية

La phrase interrogative sert à **poser une question.**

Elle se termine par **un point d'interrogation (?).**

Exemples

- Le sport est très important dans notre vie.
- **Quel** sport préfères-tu ?
- **Quand** tu arrives ?

Les formes

توكيد

La forme affirmative

J'aime le sport.

نفي

La forme négative

Je n'aime pas le sport.

Pour nier une phrase on utilise :

Ne ... pas
ne... jamais
ne ... personne
ne ... plus

فروض واختبارات مع الحلول لكل المستويات — مجاناً
najah213.com

najah213.com · نجاح 213

Je m'entraîne

Activité 01 Mets ✓ dans la bonne case :

	Phrase déclarative	Phrase interrogative
• Je fais du sport régulièrement.	☐	☐
• Quels sont les avantages du sport ?	☐	☐
• Mon frère ne pratique pas le sport.	☐	☐
• Ils obéissent aux conseils du médecin.	☐	☐
• Pourquoi doit-t-on bouger ?	☐	☐

Grammaire

Activité 02 Indique la forme (affirmative ou négative) de chacune des phrases suivantes.

a. Le sport est une activité physique très importante.

b. Mes camarades ne pratiquent pas le sport.

c. Ils ne jouent plus au ballon.

d. Tu fais du sport pour avoir une bonne santé.

Activité 03 Transforme les phrases suivantes à la forme négative.

- Les enfants aiment le football.

➡ .....

- Mon frère fait toujours du sport.

➡ .....

- Les joueurs sortent du stade.

➡ .....

J'écris

Rédige un court paragraphe dans lequel tu expliqueras l'importance du sport.
Emploie des phrases déclaratives et interrogatives.



Prof SOUALHIA Antar
Prof de Français DZ
t.me/Antar_prof_de_fr_CEM

فروض واختبارات مع الحلول لكل المستويات — مجاناً
najah213.com

najah213.com · نجاح 213

Je me corrige

Grammaire

Activité 01 Je mets ✓ dans la bonne case :

	Phrase déclarative	Phrase interrogative
• Je fais du sport régulièrement.	✓	
• Quels sont les avantages du sport ?		✓
• Mon frère ne pratique pas le sport.	✓	
• Ils obéissent aux conseils du médecin.	✓	
• Pourquoi doit-t-on bouger ?		✓

Activité 02 J'indique la forme (affirmative ou négative) de chacune des phrases suivantes.

a. Le sport est une activité physique très importante. **Affirmative**

b. Mes camarades ne pratiquent pas le sport. **Négative**

c. Ils ne jouent plus au ballon. **Négative**

d. Tu fais du sport pour avoir une bonne santé. **Affirmative**

Activité 03 Je transforme les phrases à la forme négative.

- Les enfants aiment le football.
  Les enfants n'aiment pas le football.
- Mon frère fait toujours du sport.
  Mon frère ne fait jamais du sport
- Les joueurs sortent du stade.
  Les joueurs ne sortent pas du stade.



Prof SOUALHIA Antar
Prof de Français DZ
t.me/Antar_prof_de_fr_CEM

فروض واختبارات مع الحلول لكل المستويات — مجاناً
najah213.com

najah213.com · نجاح 213

1AM

Séquence 03

Vive le sport

ملخصات اللغة الفرنسية

Prof de Français DZ

Prof de Français DZ

Prof de Français DZ

Leçon 03 Orthographe 01

L'accord du verbe avec le sujet

Je retiens

يتوافق الفعل

Le verbe s'accorde

في العدد

En nombre

Singulier مفرد

Pluriel جمع

مع الفاعل

Avec son sujet.

Exemples

Ahmed joue au ballon.

Sujet Verbe

Singulier

Les enfants jouent au ballon.

Sujet Verbe

Pluriel

Important

Sujet + moi = nous

Sujet + toi = vous

Sujet + sujet = ils/elles



Prof SOUALHIA Antar

Prof de Français DZ

t.me/Antar_prof_de_fr_CEM

فروض واختبارات مع الحلول لكل المستويات — مجاناً

najah213.com

najah213.com · نجاح 213

Je m'entraîne

Activité 01 — Trouve la terminaison qui manque.

a. Tu pratiqu….. le sport.
b. Samir et son camarade réalis……. leur projet.
c. Tous les jours, tes camarades et toi all…… au jardin.
d. Les joueurs sort……. du stade.
e. Mes camarades et moi fin…… de jouer.

Activité 02 — Choisis la forme du verbe qui convient :

a. Ton camarade et toi (**jouez/jouent**) au ballon.
b. Mes amis (**faisons/font**) du sport.
c. Mon frère et moi (**aimez/aimons**) la natation.
d. Ma sœur n'(**aimes/aime**) pas le football.
e. Ahmed et Omar (**pratique/pratiquent**) le sport.

Orthographe

Activité 03 — Relie chaque groupe du sujet au groupe du verbe qui convient.

Mes camarades	suis sportif.
Je	aiment le sport.
Mon camarade et moi	finis tes exercices.
Amine	allons au stade.
Tu	remportez la médaille d'or.
Ton frère et toi	joue au ballon.



فروض واختبارات مع الحلول لكل المستويات — مجاناً
najah213.com

najah213.com · نجاح 213

Je me corrige

Activité 01 Je trouve la terminaison qui manque.

a. Tu pratiqu**es** le sport.
b. Samir et son camarade réalis**ent** leur projet.
c. Tous les jours, tes camarades et toi all**ez** au jardin.
d. Les joueurs sort**ent** du stade.
e. Mes camarades et moi fin**issons** de jouer.

Activité 02 Choisis la forme du verbe qui convient :

a. Ton camarade et toi (**jouez/jouent**) au ballon.
b. Mes amis (**faisons/font**) du sport.
c. Mon frère et moi (**aimez/aimons**) la natation.
d. Ma sœur n'(**aimes/aime**) pas le football.
e. Ahmed et Omar (**pratique/pratiquent**) le sport.

Orthographe

Activité 03 Je relie chaque groupe du sujet au groupe du verbe qui convient.

Mes camarades	suis sportif.
Je	aiment le sport.
Mon camarade et moi	finis tes exercices.
Amine	allons au stade.
Tu	remportez la médaille d'or.
Ton frère et toi	joue au ballon.



فروض واختبارات مع الحلول لكل المستويات — مجاناً
najah213.com

najah213.com · نجاح 213

1AM

Séquence 03

Vive le sport

ملخصات اللغة الفرنسية
Prof de Français DZ
Prof de Français DZ
Prof de Français DZ



Leçon 04 Orthographe 02

Les signes de ponctuation

Je retiens

Pour qu'un texte soit cohérent et qu'il ait du sens, j'utilise :

Pour marquer la fin d'une phrase.

Pour séparer des mots ou des groupes de mots dans une énumération.

Les signes de ponctuation
علامات الوقف

01 Le point .

02 La virgule ,

03 Les deux points :

04 Le tiret -

Pour introduire :
- un dialogue.
- Le procédé explicatif de l'énumération.

Pour introduire :
- une explication
- une prise de parole.

Prof SOUALHIA Antar
Prof de Français DZ
t.me/Antar_prof_de_fr_CEM

فروض واختبارات مع الحلول لكل المستويات — مجاناً
najah213.com

najah213.com · نجاح 213

Je m'entraîne

Orthographe 02

Activité 01 — Encadre les signes de ponctuation utilisés dans le texte suivant.

Le sport est un ensemble d'exercices physiques , il se pratique individuellement ou collectivement . Il existe différentes disciplines sportives comme :

- Le football .
- Le basketball .
- Le tennis .
- Le handball .

Activité 02 — Ponctue l'énoncé suivant par les signes de ponctuation qui conviennent :

L'activité physique est très importante .. elle nous permet de ..

.. Etre toujours actif ..

.. Renforcer les muscles ..

.. Améliorer le rythme cardiaque ..

Activité 03 — Relie la définition à son signe de ponctuation.

• Je marque la fin d'une phrase.	,
• J'introduis une explication.	.
• J'introduis un dialogue et le procédé explicatif de l'énumération.	:
• Je sépare des mots ou des groupes de mots dans une énumération.	-



Prof SOUALHIA Antar
Prof de Français DZ
t.me/Antar_prof_de_fr_CEM

فروض واختبارات مع الحلول لكل المستويات — مجاناً
najah213.com

najah213.com · نجاح 213

Je me corrige

Activité 01 J'encadre les signes de ponctuation utilisés dans le texte suivant.

Le sport est un ensemble d'exercices physiques , il se pratique individuellement ou collectivement . Il existe différentes disciplines sportives comme :

- Le football .
- Le basketball .
- Le tennis .
- Le handball .

Activité 02 Je ponctue l'énoncé suivant par les signes de ponctuation qui conviennent :

L'activité physique est très importante, elle nous permet de :

- Etre toujours actif .
- Renforcer les muscles .
- Améliorer le rythme cardiaque .

Orthographe 02

Activité 03 Je relie la définition à son signe de ponctuation.

• Je marque la fin d'une phrase.	,
• J'introduis une explication.	.
• J'introduis un dialogue et le procédé explicatif d'énumération.	:
• Je sépare des mots ou des groupes de mots dans une énumération.	-



فروض واختبارات مع الحلول لكل المستويات — مجاناً
najah213.com