



Texte :

L'hygiène de vie

Une bonne hygiène de vie est l'ensemble des règles et pratiques nécessaires au maintien d'une bonne santé. Mais, comment une bonne hygiène de vie peut garantir notre santé ?

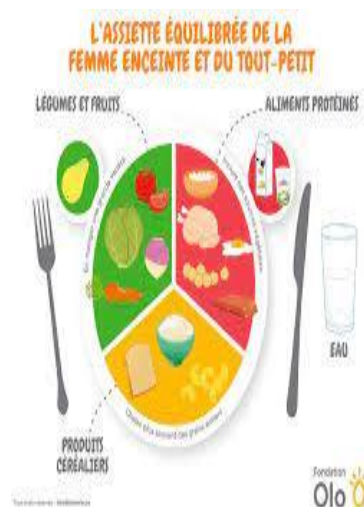
D'abord, on maintient sa propreté car le nettoyage de la peau permet de se débarrasser des impuretés accumulées tout au long de la journée.

Puis, on consomme une nutrition convenable : des fruits, des légumes, des féculents, des protéines et on boit de l'eau à volonté.

Enfin, on pratique un exercice physique : au moins l'équivalent de 30 minutes de marche rapide par jour.

Donc, la propreté du corps, la bonne alimentation et le sport sont les trois éléments essentiels pour avoir une santé saine et pour éviter les maladies.

soin-du-corps.ooreka.fr



Collège Chibane Aïssa / 4AM



I)- Compréhension de l'écrit : 13 pts

1- Le thème abordé dans ce texte est : (Choisis la bonne réponse) 1pt

- a- Le repas équilibré b- L'activité physique c- L'hygiène de vie d- la propreté

2- Complète le tableau suivant : 1,5 pts

Phase de questionnement (Introduction)	Phase explicative (développement)	Conclusion
- Du : une bonne hygiène de vie jusqu'à :	- Du jusqu'à : par jour	- Du : Jusqu'à : maladies

3- Réponds par (Vrai) ou (Faux) : 1.5 pts

- a- L'hygiène de vie n'est pas nécessaire pour avoir une bonne santé.
- b- La marche est considérée comme un sport.
- c- Pour être en bonne santé on peut manger n'importe quoi.

4- Relève du texte une **définition**. 1pt

5- « La propreté, la bonne alimentation et le sport sont les trois éléments essentiels pour avoir une santé saine. »

- Cherche dans le premier paragraphe le synonyme du mot « Essentiels ». 1pt

6- Relie par des flèches les connecteurs d'énumération semblables : 1,5 pts

- D'abord
- D'autre part
- Puis
- Finalement
- Enfin
- D'une part

7- « Une bonne hygiène de vie est nécessaire pour rester en bonne santé. » 2pts

- Réécris cette phrase en soulignant le complément du nom et en encadrant l'adjectif qualificatif (épithète).

8- Conjugue les verbes mis entre parenthèses au présent de l'indicatif. 2pt

- Il se (**nourrir**) de la viande.
- Vous (**pratiquer**) quelle discipline ?

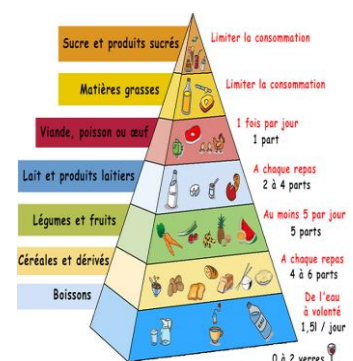
9- Ce texte est de type : (Choisis la bonne réponse) 1,5 pts

- a- explicatif
- b- narratif
- c- informatif

II)- Situation d'intégration : 7pts

Tu as remarqué que tes camarades de classe mangent des chips, des grains de tournesol salés et des sucreries. Ton professeur de sciences naturelles te demande de leur expliquer les risques de ses aliments et la signification d'un repas équilibré.

En te servant de tout ce que tu as appris, rédige un texte de **6 à 8 lignes** dans lequel tu expliqueras l'importance de prendre un repas équilibré.



Corrigé type

1)- Compréhension de l'écrit : 13 pts

1- Le thème abordé dans ce texte est : c- L'hygiène de vie 1pt

2- Je complète le tableau suivant : 1,5 pts

Phase de questionnement (Introduction)	Phase explicative (développement)	Conclusion
- Du : une bonne hygiène de vie jusqu'à : garantir notre santé.	- Du : D'abord jusqu'à : par jour	- Du : Donc Jusqu'à : maladies

3- Je réponds par (Vrai) ou (Faux) : 1.5 pts

a- L'hygiène de vie n'est pas nécessaire pour avoir une bonne santé. **Faux**

b- La marche est considérée comme un sport. **Vrai**

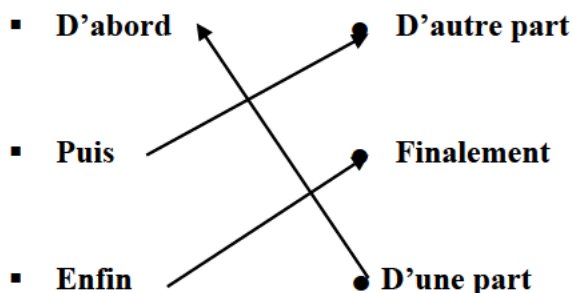
c- Pour être en bonne santé on peut manger n'importe quoi. **Faux**

4- Je relève du texte **une définition.** 1pt

Une bonne hygiène de vie est l'ensemble des règles et pratiques nécessaires au maintien d'une bonne santé.

5- « La propreté, la bonne alimentation et le sport sont les trois éléments essentiels pour avoir une santé saine. » « Essentiels » = nécessaires . 1pt

6- Je relie par des flèches : 1,5 pts



7- « Une bonne hygiène **de vie** est nécessaire pour rester en bonne santé. » 2pts (1 adjectif)

ADJ

CN

ADJ

8- Je conjugue les verbes mis entre parenthèses au présent de l'indicatif. 2pt

- Il se **nourrit** de la viande. - Vous **pratiquez** quelle discipline ?

9- Ce texte est de type : a- explicatif 1,5 pts

II) Situation d'intégration

Critères	Indicateurs	Note	
		Détail	Total
Adéquation et conformité de la production	- Respect de la consigne d'écriture (<i>Thème + Nombre de lignes à rédiger</i>) - Production conforme à la situation de communication (<i>requis : texte explicatif</i>)	0,5 1	01,5
Pertinence et cohérence textuelle	- organisé son essai en trois parties - Emploi correct des caractéristiques d'un texte explicatif.	01 01	02
Soin et Justesse de la langue	- Emploi syntaxique correct des : phrases, accords, temps et modes verbaux (présent de l'indicatif) - Lexique convenable ; ponctuation appropriée	1,5 1	02,5
Originalité et créativité	- Idées exceptionnelles ; style personnalisé - Production bien présentée :(Mise en page, Écriture lisible ; sans rature)	0.5 0,5	01