

Composition de français du premier trimestre

Les fruits et les légumes.

Pourquoi est-il conseillé de manger cinq fruits et légumes par jour ?

Les légumes et les fruits sont remplis de vitamines et de minéraux qui sont nécessaires au bon fonctionnement de l'organisme. Ils apportent de l'énergie et aident à lutter contre de nombreuses maladies comme **le diabète et l'excès de cholestérol**.

Il est conseillé de manger cinq fruits et légumes par jour pour satisfaire le besoin de l'organisme en vitamines, minéraux et en fibres.

D'après <http://www.PASSEPORTTSN>

I- Compréhension de l'écrit : (13pts)

1-Dans ce texte l'auteur : (souligne la bonne réponse) (1pt)

a- Raconte

b- Explique

2-Ce texte est : (1pt)

a- Explicatif

b- Narratif

3- Il est conseillé de : (1pt)

a/Consommer des fruits et des légumes.

b/ Ne pas consommer des fruits et des légumes.

4-Complete le tableau suivant : (1.5pt)

<i>Le titre</i>	<i>La source</i>	<i>Le nombre de paragraphes</i>
.....

5-Quelles sont les deux (02) maladies citées dans le texte ? (1pt)

a-

b-

6-Trouve dans le texte le synonyme du verbe « se nourrir » (0.5pt)

7-Répons par « Vrai » ou « Faux » : (2pts)

- Il est conseillé de manger cinq fruits et légumes par semaine.
 - Les fruits et les légumes contiennent beaucoup de vitamines et minéraux.

8-Souligne l'exemple dans la phrase suivante : (0.5pt)

Les fruits et les légumes luttent contre des maladies *comme* le diabète et l'excès de cholestérol.

9-Souligne le nom et encadre le C.N dans la phrase suivante : (2pts)

- L'enfant boit une boisson de fruits.

10-Conjugue le verbe entre parenthèses *au présent (...)* de l'indicatif : (1pt)

- Le lait (occuper)une place importante dans notre alimentation.

11-Relie correctement : (1.5pt)

- Phase de questionnement. * 2^{ème} parti du texte explicatif
- Phase d'explication. * 1^{ère} partie du texte explicatif
- Phase de conclusion * 3^{ème} partie du texte explicatif

II- Situation d'intégration : (7pts)

Complète le paragraphe ci-dessous par les mots suivants :

équilibré / saine / grandir / santé / vitamines / maladies / consommer.

Pour et rester en bonne, nous devons Un

repas..... et riche en

Une alimentation.....nous permet d'éviter plusieurs.....