

Devoir surveillé du deuxième trimestre.

Niveau : 1Am

Durée : 1h

L'importance de l'activité physique

Le sport est un ensemble d'activités physiques que l'on pratique pour rester en bonne santé. On peut faire du sport seul ou en groupe. Alors, pourquoi est-il important de pratiquer du sport régulièrement ?

D'abord, il existe plusieurs sports, comme les sports collectifs (football, basketball) qui favorisent l'esprit d'équipe, et les sports individuels (la natation, la course) qui développent l'autonomie.

Ensuite, pratiquer une activité renforce les muscles, améliore la circulation sanguine et protège le cœur. Il aide aussi à garder un bon équilibre mental et à réduire le stress.

Enfin, bouger régulièrement permet de garder un poids équilibré et de rester en forme.

Pour conclure, le sport est essentiel pour la santé physique et morale.

Organisation mondiale de la Santé (OMS).

Compréhension de l'écrit :

1. Dans ce texte l'auteur nous parle de : (1pt)

- a. L'hygiène corporelle
- b. L'alimentation
- c. Sport

2. Le type de ce texte est : (1pt)

- a. Explicatif
- b. Descriptif
- c. Narratif

❖ **Choisis la bonne réponse**

3. Quels sont les deux (2) types d'activités physiques cités dans le texte ? (2pts)

4. Relève du texte deux (2) bienfaits de l'activité physique. (2pts)

5. Il est important de faire du sport pour avoir une bonne santé.

Le mot souligné veut dire :

(1pt)

a. inutile

b. dangereux

c. nécessaire

6. Réponds par **Vrai** ou **Faux** :

(2pts)

a. Le sport aide au bien-être physique et moral.

b. Les sports individuels favorisent l'esprit d'équipe.

7. Relève du texte deux (2) connecteurs d'énumération.

(2 pts)

8. Donne le type de chaque phrase (déclaratif ou interrogatif).

(2 pts)

a. Pourquoi est-il important de pratiquer du sport ?

b. Le sport est essentiel pour la santé.

9. Mets les verbes entre parenthèses au présent de l'indicatif.

Le sport (permettre) de rester en bonne santé. Nous (devoir) le pratiquer.

(2pts)

10. Complète le texte suivant avec les mots qui conviennent :

(4.5pts)

Tout d'abord - Puis - En conclusion- l'activité physique- permet - améliorer - rester- bonnes stress.

.....est très importante pour la santé.

....., elle de en bonne santé.

....., elle aide à la concentration et à réduire le.....

....., elle permet d'adopter de habitudes de vie.

- +0,5 point pour la présentation de la copie.

Bon courage.

Corrigé type du devoir surveillé du deuxième trimestre :

1. Dans ce texte l'auteur nous parle du **Sport** (1pt)
2. Le type de ce texte est : **Explicatif** (1pt)
3. Les deux types d'activités physiques cités dans le texte sont : **Les sports collectifs et les sports individuels.** (2pts)

4. Relève deux bienfaits de l'activité physique. (2 pts)

Favorise l'esprit d'équipe/ Développe l'autonomie/ Renforce les muscles/ Améliore la circulation sanguine et protège le cœur/ Aide à garder un bon équilibre mental et à réduire le stress/ Bouger régulièrement permet de garder un poids équilibré et de rester en forme

5. Il est important de faire du sport pour avoir une bonne santé. Le mot souligné veut dire : **nécessaire** (1pt)

6. Réponds par Vrai ou Faux : (2pts)

a. Vrai b. Faux

7. Relève deux (2) connecteurs d'énumération. (2 pts)

D'abord / Ensuite / Enfin (deux au choix)

8. Donne le type de chaque phrase (déclaratif ou interrogatif). (2pts)

a. pourquoi est-il important de pratiquer du sport ? **Interrogatif**

b. Le sport est essentiel pour la santé. **Déclaratif**

9. Mets les verbes entre parenthèses au présent de l'indicatif. (2pts)

Le sport **permet** de rester en bonne santé. Nous devons le pratiquer.

10. Complète le texte suivant avec les mots proposés. (4.5pts)

L'activité physique est très importante pour la santé.

Tout d'abord, elle **permet** de **rester** en bonne santé.

Puis, elle aide à **améliorer** la concentration et à réduire le **stress**.

En conclusion, elle permet d'adopter de **bonnes** habitudes de vie.

❖ +0.5 sur la présentation de la copie.