

SECTION A

1. Lisez le texte et Répondez aux questions qui le suivent

Les bienfaits du sport sur la santé

Pratiquer une activité physique régulière renforce notre organisme, réduit le risque de nombreuses maladies et améliore notre moral.



Faire du sport est bon pour la santé. Sans doute, puisque cette « vérité » nous est régulièrement rappelée. Mais pourquoi ? Pourquoi une activité physique régulière améliorerait-elle notre santé et nous maintiendrait-elle en forme ? Avant d'expliquer pourquoi, rappelons que diverses études ont montré, entre autres, que bouger régulièrement réduit le risque de développer un diabète, de mourir d'un accident vasculaire cérébral ou d'une crise cardiaque, prévient certains cancers, améliore le moral, fortifie les os, renforce les muscles, augmente les capacités respiratoires, réduit les risques de chutes et de fractures chez la personne âgée, aide à contrôler l'excès de poids, etc. !

Ces dernières années, les recherches dans ce domaine ont explosé, étendant encore ces observations. Entre autres, l'exercice stimulerait le cerveau – et surtout l'aptitude à mener à bien des tâches qui exigent de l'attention, de l'organisation, de la planification – et réduirait les symptômes de la dépression et de l'anxiété chez certaines personnes. De plus, les biologistes commencent à comprendre les mécanismes déclenchés à l'échelle des cellules et des molécules par une activité physique régulière.

Des études sont aussi menées pour savoir comment les divers systèmes de l'organisme – cardiovasculaire, digestif, endocrinien, nerveux, etc. – sont modifiés par l'exercice physique. Elles suggèrent que les bénéfices résulteraient d'une petite amélioration de nombreux aspects physiologiques et non d'un effet important limité à quelques processus biologiques

A. Répondez aux questions suivantes : (2 au choix) :

4

- Qu'est-ce qui est bon pour la santé?
- Pourquoi une activité physique régulière améliorerait – elle notre santé ?
- Que les biologistes commencent-ils à comprendre ?
- Qu'est-ce qui stimulerait le cerveau ?

B. Dites « vrai » ou « faux » :

3

- (i) L'exercice physique aide à contrôler l'excès de poids
- (ii) L'exercice physique n'augmente pas les capacités respiratoires
- (iii) L'exercice physique réduit les risques de chutes et de fractures chez la personne âgée
- (iv) L'exercice physique augmente le risque de nombreuses maladies
- (v) L'exercice physique améliore notre moral.
- (vi) L'exercice physique augmenterait les symptômes de la dépression et de l'anxiété chez certaines personnes

**C. Trouvez dans le texte :**

**3**

- a) Une conjonction \_\_\_\_\_
- b) Un adjectif \_\_\_\_\_
- c) la forme verbale de « le commencement » \_\_\_\_\_
- d) le contraire de « vivre » \_\_\_\_\_
- e) le synonyme de « beaucoup de » \_\_\_\_\_
- f) la forme nominale de « améliorer » \_\_\_\_\_

**SECTION B**  
**(Expression Écrite)**

**2. Écrivez une lettre d'environ 80 mots sur un des sujets suivants :**

**10**

- a) à votre ami(e) du système éducatif en France
- b) à votre ami(e) d'une fable que vous avez lue très récemment
- c) à votre ami(e) de votre journal préféré

**Faites DEUX des questions Suivantes :**

**5 + 5**

**a) Mettez le dialogue en ordre**

Gilbert : Donc, on doit se coucher tôt et on ne doit pas regarder la télé si tard.

Marie : Tu arrives en avance au cours. Comment ?

Gilbert : À demain.

Marie : Tu as raison. Je me coucherai assez tôt ce soir et demain j'arriverai à l'heure. À demain.

Gilbert : Parce que je me réveille tôt le matin. Et toi ?

Marie : Moi, je ne me réveille pas tôt car je regarde la télé jusqu'à 10 heures et puis je me couche.

**b) Votre ami(e) vous a invité à la fête mais vous ne pouvez pas y aller. Écrivez un message de refus**

**c) complétez le texte avec les mots convenables donnés ci-dessous et Récrivez :**

(y/ lesquels/ décorations / plus/ guirlandes/ visiteurs/ marché / chaque/ verre/ place)

Le \_\_\_\_\_ de Noël de Strasbourg a lieu \_\_\_\_\_ année sur la \_\_\_\_\_ de la cathédrale et est très apprécié pour son animation et ses illuminations. Lorsque la ville s'illumine... le marché est

le \_\_\_\_\_ agréable. Les \_\_\_\_\_ se promènent dans les allées.. On trouve de petits kiosques dans \_\_\_\_\_ on vend des

\_\_\_\_\_ de Noël : des \_\_\_\_\_, des boules de Noël en \_\_\_\_\_, des étoiles...

### SECTION C (Grammaire)

- 4. Conjuguez les verbes entre parenthèses : (5 au choix) 5**
- Quand ton père est rentré du bureau, tu \_\_\_\_\_ (regardes/ regardais/ regarderas) la télé
  - Lundi dernier, Philippe \_\_\_\_\_ (a voyagé / sera voyagé / est voyagé) en Suisse
  - \_\_\_\_\_ (offres / offrez / offre) un cadeau à ta sœur
  - S'il pleut, nous ne \_\_\_\_\_ (sortirons/ sortirions/ sortons) pas avec nos amis
  - Lorsque ta cousine est arrivée à la station d'autobus, le cours \_\_\_\_\_ (sera déjà commencé / avait déjà commencé / aura déjà commencé)
  - Aussitôt qu'elles \_\_\_\_\_ (seront rentrées / auront rentré/ avaient rentrés) du bureau, elles déjeuneront avec leurs parents
  - Après \_\_\_\_\_ (avoir lu/ avoir lire/ avoir lisez) ce roman, tu feras des courses au supermarché
- 5. Mettez les phrases au style direct ou indirect selon le cas : 5**
- Elle me demande si je viens voir ma mère
  - Ils disent : « nous avons vendu notre maison »
  - Michelle te demande quand tu as rencontré tes cousins
  - Il lui dit : « tu dois lire ce journal »
  - Elles vous demandent ce que vous aimez faire, le soir
  - Carole nous demande de l'emmener au musée
  - Cette fille demande à Pierre ce qui l'intéresse
- 6. A) Trouvez la question : 5**
- Elle téléphone à Carole
  - J'ai 45ans
  - Nous partirons au Mumbai, l'année prochaine
  - Les feuilles tombent en automne
  - Si, j'ai une montre
- Ou
- 6. B) Répondez aux questions suivantes au négatif :**
- As-tu déjà visité cette ville ?
  - Est-ce qu'elle connaît ce garçon et cette fille?
  - Est-ce qu'ils arrivent au bureau à 7 heures ?
  - Est-ce que Michel a invité tout le monde à la soirée ?
  - Est-il allé quelque part ?
- 7. A) Remplissez les blancs par les adjectifs ou pronoms possessifs : 5**
- \_\_\_\_\_ appartement est meilleur que \_\_\_\_\_
  - Nous avons écrit à \_\_\_\_\_ grands-parents. Ils écrivent à \_\_\_\_\_
  - Elle va au cinéma avec \_\_\_\_\_ cousin. Vous allez au musée avec \_\_\_\_\_
  - Ils prennent \_\_\_\_\_ voiture pour aller au bureau. Je prends \_\_\_\_\_ pour aller à l'école
  - N'oubliez pas \_\_\_\_\_ chaussures de sport. Elle apportera \_\_\_\_\_
- Ou
- 7. B) Complétez avec les adjectifs ou les pronoms démonstratifs :**
- Tu aimes \_\_\_\_\_ chemise ? J'aime \_\_\_\_\_ de ton frère
  - \_\_\_\_\_ peintures, ce sont \_\_\_\_\_ que j'ai beaucoup admirées
  - \_\_\_\_\_ disque, c'est \_\_\_\_\_ que j'ai acheté
  - Voilà deux robes. \_\_\_\_\_ est à Michelle et \_\_\_\_\_ est à Marie

(vi) \_\_\_\_\_ tableaux sont plus jolis que \_\_\_\_\_

8. A. **Reliez les phrases avec les pronoms relatifs simples ou composés :** 5

- a) Elle a rencontré cette chanteuse. Elle est très célèbre
- b) Vous pouvez entrer dans ce magasin. Il y a de jolies choses dans ce magasin
- c) Ce film est intéressant. Ils me parlent de ce film
- d) C'est la belle robe. Tu l'as achetée, hier
- e) Voilà un beau jardin. J'habite à côté de ce jardin

Ou

8. B. **Remplacez les noms soulignés par des pronoms personnels**

- a) Elle est sortie au musée avec ses amies
- b) Nous avons emmené nos enfants au jardin
- c) Il a mangé du poulet dans cette cafétéria
- d) Vous avez acheté un kilo de riz au marché
- e) pense à tes projets d'avenir
- f) Elle s'occupe de ses filles

9. **Mettez au Subjonctif :** (5 au choix) 5

- a) Il faut que vous \_\_\_\_\_ (être) en classe en avance
- b) Elle souhaite que je \_\_\_\_\_ (prendre) régulièrement des médicaments
- c) Ils sont contents que tu \_\_\_\_\_ (aller) à la bibliothèque
- d) Nous voulons que Pierre \_\_\_\_\_ (faire) du sport
- e) Il est nécessaire que nous \_\_\_\_\_ (lire) des romans
- f) Vous êtes heureux que Marie \_\_\_\_\_ (finir) ses projets
- g) Elles veulent qu'il \_\_\_\_\_ (travailler) dur

### SECTION D (Culture et Civilisation)

10. **Répondez aux questions :** (5 au choix) (20 à 30 mots) 10

- a) Que faut-il pour avoir la carte de lecteur ?
- b) Que trouve-t-on au musée du Louvre ?
- c) Comment le président de la République française est-il élu ?
- d) Qu'est-ce qu'un quotidien ? Nommez un quotidien français
- e) Que savez-vous du CROUS ?
- f) Quel est le rôle des médias ?
- g) Quelles sont les différentes rubriques d'un journal ?

11. **Complétez à l'aide des mots donnés ci-dessous :** (5 au choix) 5

(Zapper/petit prince/bourses/le français dans le monde/pouvoirs/ bac/ cinéma)

- a) Si on ne peut pas payer ses frais de scolarité, on peut demander des \_\_\_\_\_ au gouvernement
- b) On reçoit le diplôme de \_\_\_\_\_ après le lycée en France
- c) Le \_\_\_\_\_ est une salle où l'on projette un film
- d) Le premier ministre de l'Inde a beaucoup de \_\_\_\_\_
- e) Le \_\_\_\_\_ est un roman d'Antoine de St. Exupéry
- f) \_\_\_\_\_ est de passer d'une chaîne à l'autre
- g) \_\_\_\_\_ est une revue linguistique française

12. A **Faites correspondre les éléments de la colonne A avec ceux de la colonne B** 5

A

- a. CANAL +
- b. Charles Perrault
- c. Emmanuel Macron
- d. le feuilleton
- e. robinet

B

- i. une émission à la télé
- ii. eau
- iii. Une chaîne
- iv. Le petit chaperon rouge
- v. le Président

ou

12. B **Ecrivez vrai ou faux :**

5

- a) ) le premier ministre français est élu par les ministres
- b) Un mensuel est celui qui paraît une fois par mois
- c) On passe 6 ans au collège en France
- d) Jean de la Fontaine a écrit « le renard et les raisins »
- e) RFI est une chaîne de radio française