

# **Arrêt bilan 1**

## **Révision**



**Bienvenue dans cette  
série d'exercices!**

**Êtes-vous prêts ?**



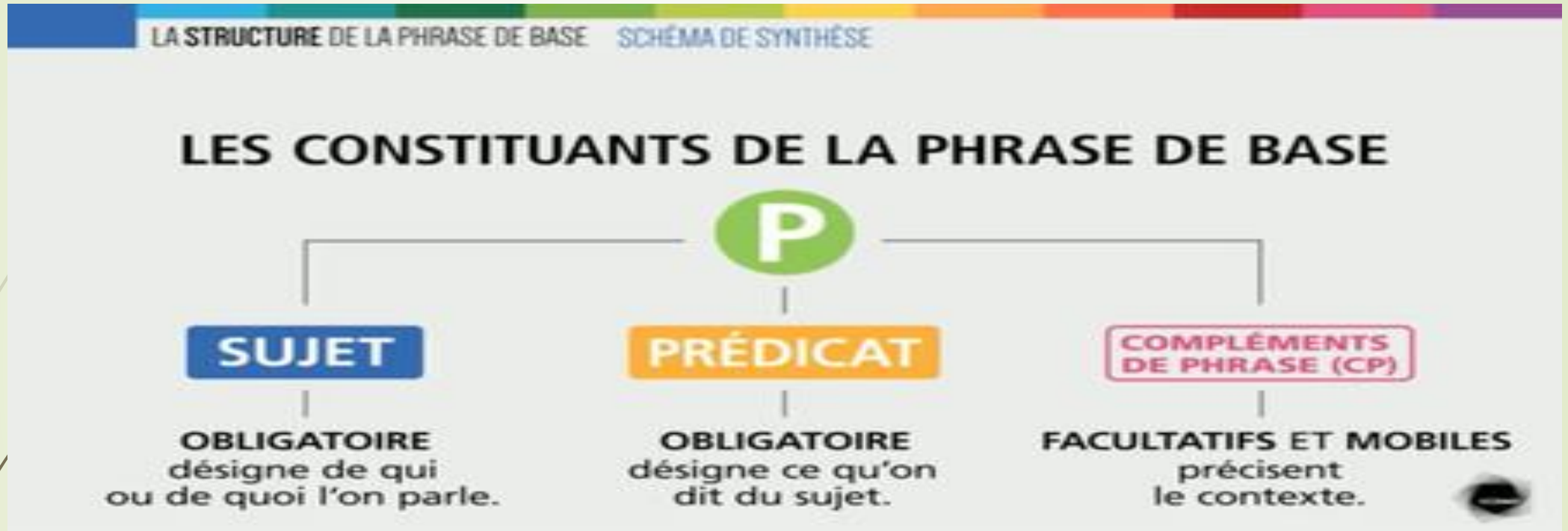
# Vocabulaire



## Objectifs :

- A) Faire un rappel du vocabulaire étudié.
- B) Réutiliser ce vocabulaire en contexte.
- C) Identifier et formuler des phrases en respectant la structure de la phrase française.

# la structure de la phrase française



## Les caractéristiques de la phrase de base

Elle comprend obligatoirement un sujet et un prédictat (verbe), placés dans cet ordre.  
Elle peut comprendre un complément de phrase.



**Exercice 1:** A) Réorganisez les phrases pour former des énoncés cohérents.



|  |                                    |                         |
|--|------------------------------------|-------------------------|
| 1 2 3  | 1 2 3                              | 1 2 3                   |
| pour détendre les muscles.   | après l'entraînement               | il faut s'étirer        |
| il faut s'étirer après l'entraînement pour détendre les muscles.             |                                    |                         |
| 1 2 3  | 1 2 3                              | 1 2 3                   |
| un peu chaque jour   | on peut s'améliorer                | avec de la pratique     |
| Avec de la pratique on peut s'améliorer un peu chaque jour.                  |                                    |                         |
| 1 2 3  | 1 2 3                              | 1 2 3                   |
| sa performance   | une bonne préparation              | aide à améliorer        |
| Une bonne préparation aide à améliorer sa performance.                       |                                    |                         |
| 1 2 3  | 1 2 3                              | 1 2 3                   |
| permet d'augmenter   | son endurance.                     | courir régulièrement    |
| Courir régulièrement permet d'augmenter son endurance.                       |                                    |                         |
| 1 2 3  | 1 2 3                              | 1 2 3                   |
| pour perdre du poids.  | Faire du jogging                   | est un bon moyen        |
| Faire du jogging est un bon moyen pour perdre du poids.                      |                                    |                         |
| 1 2 3  | 1 2 3                              | 1 2 3                   |
| aller à son rythme   | pour ne pas se fatiguer trop vite. | Il est important d'     |
| Il est important d' aller à son rythme pour ne pas se fatiguer trop vite.    |                                    |                         |
| 1 2 3  | 1 2 3                              | 1 2 3                   |
| est bon pour la santé.   | faire de la marche                 | chaque matin            |
| Faire de la marche chaque matin est bon pour la santé.                       |                                    |                         |
| 1 2 3 4  | 1 2 3 4                            | 1 2 3 4                 |
| s'échauffer  | Il est bon de                      | avant de faire du sport |
| il est bon de s'échauffer avant de faire du sport pour éviter les blessures. |                                    |                         |



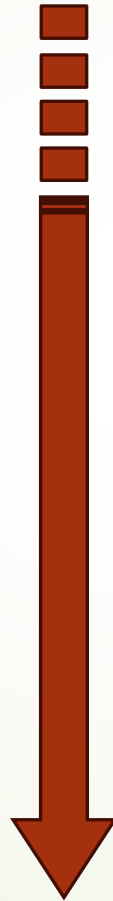
## Exercice 1: B) Identifiez le thème de ces phrases et le vocabulaire utilisé.

| Phrases   |
|---|
| 1) Il est bon de s'échauffer avant de faire du sport pour éviter les blessures. |
| 2) Il faut s'étirer après l'entraînement pour détendre les muscles.             |
| 3) Avec de la pratique, on peut s'améliorer un peu chaque jour.                 |
| 4) Une bonne préparation aide à améliorer sa performance.                       |
| 5) Courir régulièrement permet d'augmenter son endurance.                       |
| 6) Faire de la marche est un bon moyen pour perdre du poids.                    |
| 7) Il est important d'aller à son rythme pour ne pas se fatiguer trop vite.     |
| 8) Faire du jogging chaque matin est bon pour la santé.                         |

| Thème                      | Mots ou expressions  |
|----------------------------|----------------------|
|                            | s'échauffer          |
| activité physique          | s'étirer             |
|                            | s'améliorer          |
| Hygiène et santé           | performance          |
|                            | endurance            |
| Lieu de vie propre et sain | perdre du poids      |
|                            | d'aller à son rythme |
| Faire du sport             | Faire du jogging     |



**Exercice 2:** A) Réorganisez les phrases pour former des énoncés cohérents.



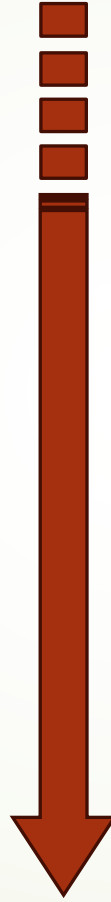
|   |  |                          |                        |
|---|--|--------------------------|------------------------|
| 1 2 3   | 1 2 3                                    | 1 2 3                    |                        |
| pour pratiquer un sport.  | dans un club                             | Je vais m'inscrire       |                        |
| Je vais m'inscrire dans un club pour pratiquer un sport.                          |  |                          |                        |
| 1 2 3   | 1 2 3                                    | 1 2 3                    |                        |
| contribue à   | L'activité physique                      | notre bien-être général. |                        |
| L'activité physique contribue à notre bien-être général.                          |  |                          |                        |
| 1 2 3   | 1 2 3                                    | 1 2 3                    |                        |
| un programme d'entraînement   | dans le but de maintenir le même niveau. | J'ai élaboré             |                        |
| J'ai élaboré un programme d'entraînement dans le but de maintenir le même niveau. |  |                          |                        |
| 1 2 3 4   | 1 2 3 4                                  | 1 2 3 4                  | 1 2 3 4                |
| au quotidien.   | de s'occuper                             | Il est essentiel         | de sa santé            |
| Il est essentiel de s'occuper de sa santé au quotidien.                           |  |                          |                        |
| 1 2 3 4   | 1 2 3 4                                  | 1 2 3 4                  | 1 2 3 4                |
| de l'exercice régulièrement.  | de faire                                 | il est nécessaire        | pour chasser le stress |
| il est nécessaire de faire de l'exercice régulièrement pour chasser le stress     |  |                          |                        |
| 1 2 3 4   | 1 2 3 4                                  | 1 2 3 4                  | 1 2 3 4                |
| joue un rôle clé  | physique et mentale.                     | dans notre santé         | Le mouvement           |
| Le mouvement joue un rôle clé dans notre santé physique et mentale.               |  |                          |                        |

## Exercice 2: B) Identifiez le thème de ces phrases et le vocabulaire utilisé.

| Phrases   |
|---|
| Je vais m'inscrire dans un club pour pratiquer un sport.                          |
| Il est essentiel de s'occuper de sa santé au quotidien.                           |
| il est nécessaire de faire de l'exercice régulièrement pour rester en forme       |
| L'activité physique contribue à notre bien-être général.                          |
| Le mouvement joue un rôle clé dans notre santé physique et mentale.               |
| J'ai élaboré un programme d'entraînement dans le but de maintenir le même niveau. |

| Thème                      | Mots ou expressions      |
|----------------------------|--------------------------|
|                            | m'inscrire dans un club  |
| Activité physique          | s'occuper                |
| Hygiène et santé           | rester en forme          |
| Lieu de vie propre et sain | activité physique        |
| Faire du sport             | movement                 |
|                            | programme d'entraînement |

**Exercice 3:** A) Réorganisez les phrases pour former des énoncés cohérents.

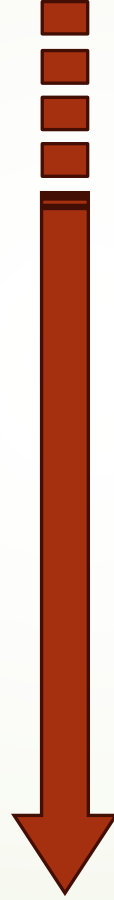


|   |                                |   |
|---|--------------------------------|---|
| 1 2 <b>3</b>  | 1 <b>2</b> 3                   | <b>1</b> 2 3  |
| Pour <u>être</u> en bonne santé   | <u>est</u> important           | prendre <u>soin</u> de soi  |
| Prendre soin de soi <u>est</u> important <u>pour</u> être en bonne santé                              |                                |   |
| 1 2 <b>3</b>  | 1 <b>2</b> 3                   | <b>1</b> 2 3  |
| et bien dans sa <u>peau</u>   | aide à se <u>sentir</u> propre | <u>une</u> bonne <u>hygiène</u> corporelle                          |
| Une bonne hygiène corporelle <u>aide</u> à se sentir propre <u>et</u> bien dans sa peau.              |                                |   |
| 1 <b>2</b> 3  | <b>1</b> 2 3                   | 1 2 <b>3</b>  |
| Son <u>hygiène</u> dentaire   | il faut faire Attention à      | <u>en</u> se <u>brossant</u> les dents <u>tous</u> les <u>jours</u> |
| Il faut faire attention à <u>son</u> hygiène dentaire <u>en</u> se brossant les dents tous les jours. |                                |   |
| 1 <b>2</b> 3  | 1 2 <b>3</b>                   | <b>1</b> 2 3  |
| Avec des fruits et des <u>légumes</u>   | <u>est</u> bonne pour la santé | <u>une</u> alimentation <u>équilibrée</u>                           |
| Une alimentation équilibrée <u>avec</u> des fruits et des légumes <u>est</u> bonne pour la santé.     |                                |   |
| <b>1</b> 2 3 4  | 1 <b>2</b> 3 4                 | 1 2 <b>3</b> 4  |
| La <u>prévention</u>  | aide                           | à <u>éviter</u> les maladies  |
| La <u>prévention</u> <u>aide</u> à <u>éviter</u> les maladies <u>et</u> à rester en forme.            |                                |   |
| 1 2 <b>3</b> 4  | 1 <b>2</b> 3 4                 | 1 2 3 <b>4</b>  |
| de bien manger  | <u>vient</u>                   | et de faire de <u>l'exercice</u>                                    |
| Le bien-être <u>vient</u> de <u>bien</u> manger <u>et</u> de faire de <u>l'exercice</u> .             |                                |   |

### Exercice 3 : B) Identifiez le thème de ces phrases et le vocabulaire utilisé.

| Phrases   | Thème                      | Mots ou expressions     |
|---|----------------------------|-------------------------|
| Prendre soin de soi est important pour être en bonne santé                              |                            | Prendre soin            |
| Une bonne hygiène corporelle aide à se sentir propre et bien dans sa peau               | activité physique          | hygiène corporelle      |
| Il faut faire attention à son hygiène dentaire en se brossant les dents tous les jours. | Hygiène et santé           | hygiène dentaire        |
| Une alimentation équilibrée avec des fruits et des légumes est bonne pour la santé.     | Lieu de vie propre et sain | alimentation équilibrée |
| La prévention aide à éviter les maladies et à rester en forme.                          | Faire du sport             | prévention              |
| Le bien-être vient de bien manger et de faire de l'exercice.                            |                            | bien-être               |

**Exercice 4 :** A) Réorganisez les phrases pour former des énoncés cohérents.





|  |                              |                               |                        |
|--|------------------------------|-------------------------------|------------------------|
| 123  | 123                          | 123                           |                        |
| vivre dans un endroit sain   | permet de                    | la propreté                   |                        |
| La propreté permet de vivre dans un endroit sain.  |                              |                               |                        |
| 123  | 123                          | 123                           |                        |
| peuvent attirer des insectes   | et rendre les gens malades   | les saletés                   |                        |
| Les saletés peuvent attirer des insectes et rendre les gens malades                      |                              |                               |                        |
| 123  | 123                          | 123                           |                        |
| aide à garder  | la maison propre             | un nettoyage régulier         |                        |
| Un nettoyage régulier aide à garder la maison propre                                     |                              |                               |                        |
| 123  | 123                          | 123                           |                        |
| pour stériliser les surfaces   | qui tuent les microbes       | on doit utiliser des produits |                        |
| On doit utiliser des produits qui tuent les microbes pour stériliser les surfaces        |                              |                               |                        |
| 123  | 123                          | 123                           |                        |
| Il faut prendre des précautions  | pour ne pas être contaminé   | quand on fait une expérience  |                        |
| Il faut prendre des précautions quand on fait une expérience pour ne pas être contaminé. |                              |                               |                        |
| 1234   | 1234                         | 1234                          | 1234                   |
| peut causer  | pour tout le monde           | un endroit sale               | des problèmes de santé |
| Un endroit sale peut causer des problèmes de santé pour tout le monde                    |                              |                               |                        |
| 1234   | 1234                         | 1234                          | 1234                   |
| sa santé   | en gardant une bonne hygiène | on peut protéger              | et celle des autres    |
| En gardant une bonne hygiène on peut protéger sa santé et celle des autres               |                              |                               |                        |

## Exercice 4 : B) Identifiez le thème de ces phrases et le vocabulaire utilisé.

| Phrases   | Thème                      | Mots ou expressions |
|---|----------------------------|---------------------|
| 1) La propreté permet de vivre dans un endroit sain.  |                            | propreté            |
| 2) Les saletés peuvent attirer des insectes et rendre les gens malades                      | activité physique          | saletés             |
| 3) Un nettoyage régulier aide à garder la maison propre                                     |                            | nettoyage           |
| 4) Un endroit sale peut être à l'origine de différentes sortes d'infections.                | Hygiène et santé           | sale                |
| 5) Un endroit malpropre peut causer des problèmes de santé pour tout le monde               |                            | problèmes de santé  |
| 6) Il faut prendre des précautions quand on fait une expérience pour ne pas être contaminé. | Lieu de vie propre et sain | précautions         |
| 7) On doit utiliser des produits qui tuent les microbes pour stériliser les surfaces        |                            | stériliser          |
| 8) En gardant une bonne hygiène on peut protéger sa santé et celle des autres.              | Faire du sport             | protéger sa santé   |



# **Production de l'écrit**

**Exercice 5:** Complète les phrases avec le vocabulaire donné au début de chaque paragraphe.

**1**

**Je vous conseille de    vous parler de    post    un sport    Il aide    la marche**

✱ **Salut tout le monde** ✱

👟 **Dans ce nouveau**....., je vais .....la santé, du sport, de l'alimentation et du bien-être.

.....faire de ..... **car** c'est .....facile **et** bon pour le corps. ....à avoir plus d'énergie. 🏃

**2**

**beaucoup d'eau    Je vous recommande de    ne buvez pas trop de    des légumes**

🍏 **Mangez sainement !**

.....manger des fruits,....., **et** de boire..... **Mais**  
.....boissons sucrées. 🍰

**3**

**prenez soin de    Lavez-vous    N'oubliez pas**



.....l'hygiène !

.....les mains souvent et .....votre corps. 😊

💡 **Un petit effort chaque jour et vous verrez une grande différence !**  
**Et vous, quels sont vos conseils pour rester en forme ? Partagez avec nous en commentaire !**  
**Au revoir!**

1

☀️ **Salut tout le monde** ☀️

👟 **Dans ce nouveau.....post.....**, je vais **vous parler de**.....la santé, du sport, de l'alimentation et du bien-être.

.....**Je vous conseille de**.....faire de **la marche**.....**car** c'est .....**un sport**.....facile **et** bon pour le corps. ....**Il aide**.....à avoir plus d'énergie. 💪

2

🍏 **Mangez sainement !**

.....**Je vous recommande de**.....manger des fruits,.....**des légumes**, **et** de boire.....**beaucoup d'eau**.....**Mais**.....**ne buvez pas trop de**.....boissons sucrées. 🥗

3

🧼 **N'oubliez pas**.....**l'hygiène !**

.....**Lavez-vous**.....les mains souvent et .....**prenez soin de**.....votre corps. 😊

💡 **Un petit effort chaque jour et vous verrez une grande différence !**

**Et vous, quels sont vos conseils pour rester en forme ? Partagez avec nous en commentaire !**

**Au revoir!**



✱ **Restez en forme et en bonne santé !** ✱

👟 **Faites du sport !**

Essayez la marche rapide ou la natation ! Ces sports sont faciles et bons pour le corps. Ils aident à avoir plus d'énergie, à dormir mieux et à être de bonne humeur. 🤝

🍏 **Mangez sainement !**

Mangez des fruits, des légumes, et buvez beaucoup d'eau. Évitez trop de bonbons ou de boissons sucrées. Une bonne alimentation donne de la force et protège contre les maladies. 🍰

🧼 **N'oubliez pas l'hygiène !**

Lavez-vous les mains souvent et prenez soin de votre corps. C'est important pour rester en bonne santé. 😊

💡 **Un petit effort chaque jour = une grande différence !**

Et vous, quels sont vos conseils pour rester en forme ? Partagez avec nous en commentaire ! 💬

#Santé #Sport #Alimentation #BienÊtre



# Bon travail