

1<sup>ère</sup>  
AM

## PROJET 1

« Afin de célébrer les journées mondiales de la propreté et de l'alimentation qui se déroulent les 15 et 16 octobre de chaque année, mes camarades et moi élaborerons une brochure pour expliquer comment vivre sainement. »

## SÉQUENCE

# 2

J'explique l'importance de manger convenablement



Avec M. CHARIETE Mohamed

VOCABULAIRE

## Les synonymes et les périphrases

دروسكم  
منصة التعليم الإلكتروني

ملف الحصة المباشرة و المسجلة

حصص مباشرة

1

حصص مسجلة

2

دورات مكثفة

3

أحصل على بطاقة الإشتراك



## سلسلة 2 : فهم و إنتاج شرح : الشرح

مدة	مناطق	معرفة لغوية (9h)	موارد (3h)	مؤشرات التقييم
12 h + (2h)	Oral (2h)	<b>تلقين</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>تلقين و فهم وثيقة (صوتي/صوتي بصري) تحتوي على رسالة توضيحية.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ التلاعب بال<b>العمليات التوضيحية</b> : <u>الشرح</u></li> <li>✓ إتقان <b>التكافؤ</b> دلالي و نحوي <b>بين</b> <b>المكمل الاسم</b> و <b>الصفة الوصفية</b></li> <li>✓ استخدام <b>الزمن الحاضر</b> من <b>الضمير</b> لخدمة الشرح.</li> <li>✓ <b>توافق</b> <b>الصفة الوصفية</b>.</li> </ul>	<b>التلميذ يمكنه</b> : <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ <b>تحديد</b> <b>شرح</b> و <b>الشيء</b> من هذا الشرح</li> <li>✓ <b>صياغة</b> <b>شرح</b> بسيط انطلاقاً من دعم تعليمي.</li> <li>✓ <b>تعبئة</b> <b>الموارد</b> اللفظية و النحوية المناسبة لنوع النص : <b>المكمل الاسم</b> و <b>الصفة الوصفية</b>.</li> </ul>
		<b>إنتاج</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>تقديم/إعادة صياغة شرح يعتمد على دعم تعليمي رمزي</li> </ul>		
	Écrit (7h)	<b>تلقين</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><u>قراءة و فهم نص توضيحي</u> مصحوب بدعم تعليمي : رسم - ملصق - مخطط - مخطط...</li> </ul>		
		<b>إنتاج</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><b>إنتاج</b> <b>صياغة</b> <b>شرح</b> بسيط مع دعم تعليمي توضيحي.</li> </ul>		

حصص مباشرة

1

حصص مسجلة

2

دورات مكثفة

3

احصل على بطاقة الإشتراك



	1ère AM	Vocabulaire	Grammaire	Conjugaison	Orthographe	Production écrite
Projet 1  Expliquer comment vivre sainement	<b>S1</b> J'explique l'importance de <b>se laver</b> correctement	Les procédés explicatifs : <b>La définition</b> P14 <b>nominalisation</b> P16 <b>L'illustration</b>	<b>La phrase déclarative</b> Les substituts <b>Grammatic</b> P 18/20	<b>Le présent de l'indic</b> <b>V du 1<sup>er</sup>g</b> P22	<b>Accord du Verbe/Sujet</b> P24	<b>Expliquer</b> pourquoi <b>se laver les mains</b> et comment le faire.
	<b>S2</b> J'explique l'importance de <b>manger</b> convenablement	<b>les synonymes</b> <b>et périphrases</b> P38	<b>L'expansion du nom :</b> <b>L'adj. qual.</b> P40 <b>-C du N</b> P42	<b>Le présent de l'indic</b> <b>V 2<sup>ème</sup> g</b> P44	<b>Accord de l'adj qual</b> P46	<b>Expliquer</b> les dangers de la <b>malbouffe.</b>
	<b>S3</b> J'explique l'importance de <b>bouger</b> régulièrement	Les procédés explicatifs : les connecteurs de <b>L'énumération</b> P60	<b>L'expansion du Nom :</b> <b>La Relative</b> par « qui » P62	<b>Le présent de l'indic</b> <b>V 3<sup>ème</sup> g</b> P64	<b>Les signes de ponctuation</b> P66	<b>Expliquer</b> les bienfaits de la natation dans <b>un dialogue.</b>

حصص مباشرة

1

حصص مسجلة

2

دورات مكثفة

3

أحصل على بطاقة الإشتراك



## D'une séquence à une autre

Tu viens de finir l'étude de ta 1<sup>ère</sup> séquence à travers laquelle tu as produit des textes expliquant l'importance de se laver correctement.

Une autre séquence s'annonce.

Au cours de celle-ci, tu auras à expliquer l'importance de manger convenablement.



دروسكم  
منصة التعليم الإلكتروني

ملف الحصة المباشرة و المسجلة

حصص مباشرة

1

حصص مسجلة

2

دورات مكثفة

3

أحصل على بطاقة الإشتراك



## j'identifie différents types de textes

Lis attentivement les 3 textes suivant

La banane



texte 01

المهين الاستهلاك  
1  
Pourquoi la consommation de la banane est-elle conseillée par les médecins ? La banane contient des sucres naturels. Elle est également riche en protéines, en fibres, en phosphore, en fer, en vitamines et minéraux. Energétique et très riche en eau, elle favorise la lutte contre le stress, l'anémie, les brûlures d'estomac et même les crises cardiaques ! Sa richesse en potassium aide à la concentration et à l'apprentissage.

التعليم التركيز  
La banane, Diététique pour tous, n°258, février 2016

Texte explicatif  
تشرحي

ملف الحصة المباشرة و المسجلة

حصص مباشرة

1

حصص مسجلة

2

دورات مكثفة

3

أحصل على بطاقة الإشتراك



## Les tortues

2



texte 02

Les tortues n'ont pas de dents, mais un bec rigide aux bords tranchants qui leur permet de découper leur nourriture. La plupart d'entre-elles sont végétariennes. Elles consomment des plantes, des feuilles et des fruits. D'autres sont carnivores. Elles se nourrissent d'insectes, de têtards et de petits poissons d'eau douce. Les tortues marines vivent grâce aux algues, aux crabes et aux méduses. Malheureusement, elles sont en danger car les mers et océans sont de plus en plus pollués.

Texte informatif

معلوماتي

Les tortues, Bibliothèque de travail Junior, n°407, PEMF

دروسكم

منصة التعليم الإلكتروني

ملف الحصة المباشرة و المسجلة

حصص مباشرة

1

حصص مسجلة

2

دورات مكثفة

3

أحصل على بطاقة الإشتراك



## L'école de mon enfance

3



texte 03

J'ai su par la suite qu'on peut donner dans les écoles un enseignement attrayant, qu'on peut instruire les enfants en les amusant, qu'il y a des méthodes pour diminuer l'effort de l'élève, pour éveiller son attention. Cela se peut, les grandes personnes disent tant de belles choses. Je crois finalement qu'un enfant de sept ans n'a pas besoin de tout cela. Il est attentif par crainte et par amour-propre. Il s'agit d'éviter les coups du maître et les moqueries du voisin qui sait lire.

Texte narratif  
نص سردي

Jours de kabylie suivi du Mouloud Féraoum,  
Fils du pauvre, Éditions ENAG 1993

Roman

دروسكم  
منصة التعليم الإلكتروني

ملف الحصة المباشرة و المسجلة

حصص مباشرة

1

حصص مسجلة

2

دورات مكثفة

3

أحصل على بطاقة الإشتراك



## Je vérifie ma compréhension du texte



1 Réponds en cochant la bonne case.

Dans le texte, il s'agit :	Texte 1	Texte 2	Texte 3
D'alimentation explicatif	X		
D'animaux informatif		X	
De souvenirs d'enfance narratif			X
De santé	X		
De brochure sur l'alimentation	X		
D'un roman روائية			X
D'une brochure destinée aux adolescents		X	

دروسكم  
منصة التعليم الإلكتروني

ملف الحصة المباشرة و المسجلة

حصص مباشرة

1

حصص مسجلة

2

دورات مكثفة

3

أحصل على بطاقة الإشتراك





2 Quel est le thème commun entre le texte 1 et le texte 2 ?

*l'alimentation      التغذية*

3 Complète le tableau suivant en écrivant le titre dans la case qui convient.

Ce texte sert à :	raconter	informer	expliquer
Titre du texte	3 <i>à l'école de mon enfance</i>	2 <i>les tortues</i>	1 <i>à la banane</i>

حصص مباشرة

1

حصص مسجلة

2

دورات مكثفة

3

أحصل على بطاقة الإشتراك



## Que devrions-nous manger et boire ?

texte

Comme tous les êtres humains nous sommes obligés de manger et de boire quotidiennement, mais que doit-on manger et boire au juste ?

La consommation de différentes sortes d'aliments assure une bonne santé. Un repas équilibré comprend des féculents (pâtes, riz ou pain) et cinq fruits et légumes par jour.

Une petite quantité de protéines (fromage ou viande par exemple) complète le repas.

Consommés en faible quantité, les graisses et les sucres sont des aliments utiles.

L'eau nous est bénéfique car notre organisme en a besoin pour fonctionner correctement. Tous les jours, nous perdons de l'eau en transpirant et en urinant.

C'est pour cela que nous buvons et mangeons des aliments contenant de l'eau, tels que des fruits, des légumes et de la soupe.

ملف الحصة المباشرة و المسجلة

حصص مباشرة

1

حصص مسجلة

2

دورات مكثفة

3

أحصل على بطاقة الإشتراك



## Je vérifie ma compréhension du texte

أهناك الإختية

1. Quelles sont les catégories d'aliments citées dans le 1er paragraphe ?

2. Quels sont les aliments que l'on consomme en principe à chaque repas ?

les féculents + les fruits et légumes + les protéine + les graisses et sucres

3. Dans le 2ème paragraphe, l'eau est présentée comme bénéfique à notre organisme. Explique pourquoi.

Notre corps a besoin de l'eau. Nous perdons de l'eau en transpirant et en urinant.

4. Quels sont les aliments qui contiennent de l'eau ?

التي تحتوي على

les fruits  
les légumes  
et la soupe  
الشربة - الحاريرة



1 حصص مباشرة

2 حصص مسجلة

3 دورات مكثفة

أحصل على بطاقة الإشتراك





Je retiens

أحتفظ

Une bonne hygiène de vie, c'est :

- 1 bien se laver, ✓ ومتنوع غني
- 2 avoir une alimentation riche et variée, ✓
- 3 boire régulièrement de l'eau.

بانتظام



Le sais-tu ?

هل تعلم؟

Les boissons sucrées tels que les sodas et jus sont à déconseiller à cause de leur forte teneur en sucre. Il vaut mieux boire de l'eau.

خطر



البديل

## VOCABULAIRE

# Les synonymes et les périphrases



J'observe le texte

Le terfès



texte

Très connu et recherché par la population du sud algérien, le terfès est le nom véritable de la truffe du Sahara. Mais pourquoi est-il aussi populaire ?

On l'apprécie pour son goût délicieux et sa valeur nutritive et culinaire. Ce champignon entre dans la composition de plusieurs plats locaux. À Ghardaïa, le terfès est associé aux dattes dans une sauce sucrée-salée qui accompagne le couscous.

Richesses du désert,

Les secrets du Sahara

ثروة  
أسرار

التفح

ملف الحصة المباشرة و المسجلة

حصص مباشرة

1

حصص مسجلة

2

دورات مكثفة

3

أحصل على بطاقة الإشتراك





## J'analyse le texte

1. Quel est le légume évoqué dans ce texte ?

Le terfès

2. Par quelle expression est-il désigné dans la première phrase du texte ?

la truffe du Sahara

3. Trouve dans la 4<sup>ème</sup> phrase le nom qui remplace le nom de ce légume.

terfès = Champignon

4. Pourquoi a-t-on remplacé dans le texte le nom de ce légume par une expression puis par un nom ?

1

pour éviter la répétition  
2 et pour enrichir le vocabulaire

## Je retiens

مرادفات أحرف

Les substituts lexicaux sont des mots (synonymes), des groupes nominaux ou des périphrases proches par le sens.

1 Les synonymes sont des mots de même sens ou de sens proche.

Exemple : « Le terfès = un champignon. »  
mot synonyme

2 La périphrase est une expression formée de deux ou plusieurs mots qui remplacent un mot unique.  
عبارة

Exemple : « Le terfès = La truffe du désert. »  
expression périphrase

les substitu lexicaux



دروسكم  
منصة التعليم الإلكتروني

ملف الحصة المباشرة و المسجلة

حصص مباشرة

1

حصص مسجلة

2

دورات مكثفة

3

أحصل على بطاقة الإشتراك



## Je m'entraîne

1 Retrouve les substituts lexicaux des mots suivants : le dollar, le lion, le français, l'allemand, le Japon.

1 2 3

4 5

- A • Le roi des animaux. ✓
- B • Le billet vert. ✓
- C • La langue de Goethe. ✓
- D • Le pays du soleil-levant. ✓
- E • La langue de Molière. ✓

des périphrases

- 1 B
- 2 A
- 3 E
- 4 C
- 5 D

5/5  
Bravo!



دروسكم  
منصة التعليم الإلكتروني

ملف الحصة المباشرة و المسجلة

حصص مباشرة 1

حصص مسجلة 2

دورات مكثفة 3

أحصل على بطاقة الإشتراك



2 Remplace les mots soulignés par les substituts lexicaux suivants : la capitale algérienne, l'astre de la nuit, la terre des Pharaons, les robes noires, le toit du monde.

1 A. Alger accueille aujourd'hui des nutritionnistes venus du monde entier.

5 B. L'Himalaya se situe en Asie.

3 C. L'Égypte est connue pour ses pyramides.

4 D. Les avocats du centre du pays ont organisé un débat sur la défense des consommateurs.

2 E. Les musulmans observent la lune pour débiter le jeûne du mois sacré.



دروسكم  
منصة التعليم الإلكتروني

ملف الحصة المباشرة و المسجلة

حصص مباشرة

1

حصص مسجلة

2

دورات مكثفة

3

أحصل على بطاقة الإشتراك



3 Je complète le texte à partir des mots suivants :

أسمنه 1  
نتائج 2  
أمراض القلب 3  
فقدان الوعي 4  
لسوء تغذية 5

obésité, conséquences, maladies du cœur, perte de lucidité, malnutrition.

L'Organisation Mondiale de la Santé classe l'1 dans la catégorie des maladies chroniques et alerte sur ses 2. Elle provoquerait différentes maladies physiques et psychologiques.

Les maladies physiques sont multiples 3: diabète, cancers, cholestérol, problèmes respiratoires, maladie des os.

Les maladies psychiques sont : 4: dépression et troubles mentaux.

Toutes les maladies citées sont la conséquence de la 5 ou de la « malbouffe ».

« Alimentation et santé »  
Organisation Mondiale de la Santé (2012)

حصص مباشرة

1

حصص مسجلة

2

دورات مكثفة

3

أحصل على بطاقة الإشتراك



1. Regarde, comme ce ballon est (gros). énorme
2. Cette journée a été (plaisante). agréable
3. Ce matin, j'ai (parlé) à ton professeur. discuté avec
4. Julie a (aimé) regarder ce film. adoré
5. Tout ceci est (nécessaire) pour ta réussite.. indispensable
6. Cet homme est très (riche). fortuné
7. Tu vois ce chien là-bas, comme il est (petit). minuscule
8. Cet aliment est (mauvais) pour ta santé. néfaste
9. Le policier a (donné) un billet d'infraction à cet homme. infligé
10. J'ai (peint) un tableau magnifique, dans mon cours d'art. dessiné



دروسكم  
منصة التعليم الإلكتروني

ملف الحصة المباشرة و المسجلة

حصص مباشرة

1

حصص مسجلة

2

دورات مكثفة

3

أحصل على بطاقة الإشتراك



## La périphrase

### Définition :

« La périphrase exprime une notion par un groupe de plusieurs mots alors qu'un seul mot pourrait la désigner ». La recherche d'un style dense amène à préférer le mot à la périphrase.

### DU GROUPE NOMINAL OU VERBAL AU NOM EQUIVALENT :

Le nom cherché est parfois fourni, de façon manifeste, par un mot de la même famille contenu dans le groupe :

- Ceux qui fument exposent leur santé.
- Les fumeurs exposent leur santé.

Le lien de famille est parfois moins perceptible :

- Ce médecin est spécialiste du cœur.
- Ce médecin est cardiologue.

Enfin le nom recherche peut n'avoir aucune parenté lexicale avec l'un des mots du groupe ;

- Ce père accepte tous les changements d'humeur et les fantaisies de son fils.
- Ce père accepte les caprices de son fils.



ملف الحصة المباشرة و المسجلة

حصص مباشرة 1

حصص مسجلة 2

دورات مكثفة 3

أحصل على بطاقة الإشتراك



## Les synonymes et les périphrases :

expressions

mots

La langue du coran		L'arabe
L'or noir		le pétrole
L'astre de la nuit		la lune
Les forces de l'ordre		la police
Le septième art		le cinéma
Le toit du monde		l'Himalaya
La langue de Molière (1622 - 1673)	51 ans	le français
La langue de Shakespeare (1564- 1616)	52 ans	l'anglais
La langue de Goethe (1749 - 1832)	83 ans	l'allemand
Le roi des animaux		le lion
La Ville lumière		Paris
Le Roi soleil		Louis XIV
Le siècle des lumières		le 18e siècle
Le billet vert		Le dollar
Les robes noires		Les avocats

حصص مباشرة 1

حصص مسجلة 2

دورات مكثفة 3

أحصل على بطاقة الإشتراك



**La périphrase** est le fait de désigner **un mot par un groupe de mots** qui en décrit **une caractéristique**. Ex. Blida : **la ville des roses**. Sétif : **capitale des hauts plateaux**

La périphrase sert à éviter une répétition,  
ou à mettre en évidence un aspect (un trait) particulier de la personne ou de la chose désignée

Ex. Victor Hugo, l'auteur des misérables, fut célèbre



دروسكم  
منصة التعليم الإلكتروني

ملف الحصة المباشرة و المسجلة

حصص مباشرة

1

حصص مسجلة

2

دورات مكثفة

3

أحصل على بطاقة الإشتراك





**Exercice 1** - Remplace le mot « chose » par son **synonyme** :

(~~organes~~ - ~~activité~~ - ~~action~~ - ~~vitamines~~ - affaires)  
1 2 3 4 5

A. ~~Rendre service aux autres est une très bonne chose.~~ ... action .....

B. ~~Le corps humain est constitué de plusieurs choses.~~ ... organes .....

C. ~~Une nourriture équilibrée comporte de bonnes choses.~~ ... vitamines .....

D. ~~La lecture est une chose agréable.~~ ... activité .....

E. ~~Cet avocat est chargé de plusieurs choses.~~ ... affaires .....

## Exercice 2 - Relie chaque mot à sa périphrase :

- |                  |   |                                |
|------------------|---|--------------------------------|
| 1- Une voiture   | - | a - des cubes de béton         |
| 2- Des immeubles | - | b - un rideau d'eau            |
| 3- La pluie      | - | c - un flot de paroles         |
| 4- Un discours   | - | d - le roi des animaux         |
| 5- Le lion       | - | e - un engin de mort           |
| 6- La Terre      | - | f - l'astre du jour            |
| 7- Le cinéma     | - | g - la plante bleue            |
| 8- Le chien      | - | h - le 7 <sup>ème</sup> art    |
| 9- L'Afrique     | - | i - le meilleur ami de l'homme |
| 10. Le soleil    | - | j - le berceau de l'humanité   |

دروسكم

منصة التعليم الإلكتروني

ملف الحصة المباشرة و المسجلة

حصص مباشرة

1

حصص مسجلة

2

دورات مكثفة

3

أحصل على بطاقة الإشتراك



### Exercice 3 - Construis des phrases

pour compléter ces connecteurs d'énumération :

Pour être en bonne santé, il faut :

- D'abord, ... *se laver ... et se brosser* ...
- Ensuite, ... *avoir une alimentation saine*
- Puis, ... *boire régulièrement de l'eau*
- Enfin, ... *pratiquer un ou plusieurs sports* -

Pour être en bonne santé, il faut

- se laver correctement ✓
- se brosser les dents ✓
- avoir une alimentation saine ✓
- boire régulièrement de l'eau ✓
- pratiquer un ou plusieurs sports ✓



دروسكم  
منصة التعليم الإلكتروني

ملف الحصة المباشرة و المسجلة

حصص مباشرة

1

حصص مسجلة

2

دورات مكثفة

3

أحصل على بطاقة الإشتراك



## Devoir surveillé n°1 du 1<sup>er</sup> trimestre

### Texte :

#### Comment fait-on pour être en bonne santé ?

Les microbes provoquent des maladies graves, c'est pour cela on les attaque. Que fait-on pour ne pas tomber malade ?

Le nettoyage du corps est très important. On se lave les mains avant de manger et après et pour ne pas avoir une carie dentaire, on n'oublie jamais de se brosser les dents. Chaque soir, on se douche et on change nos vêtements pour être toujours propre.

Alors, il est indispensable de garder notre corps propre et en bonne santé

### Texte adapté

### Questions :

#### I/Compréhension de texte : (13pts)

1) -Quel est le titre de ce texte ? (1pt)

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

- a- narratif
- b- descriptif
- c- explicatif.

Encadre la bonne réponse



ملف الحصة المباشرة و المسجلة

حصص مباشرة

1

حصص مسجلة

2

دورات مكثفة

3

أحصل على بطاقة الإشتراك



3) - Pourquoi les microbes sont-ils dangereux ? (1pt)

4) - Réponds par "vrai" ou "faux" (3pts)

-Le nettoyage du corps est très important pour être en bonne santé .....

-On ne se lave pas les mains avant de manger .....

-Le lavage du corps est une mauvaise habitude .....

5) - Que remplace le mot souligné dans le texte ? (1pt)

Les → .....

6) - Souligne la phrase déclarative et précise sa forme : (1pt)

a- Que fait-on pour ne pas tomber malade ? .....

b- Le nettoyage du corps est très important. ....

7) - Transforme les verbes suivants en noms. (2pts)

Se brosser → .....

Utiliser → .....

8) - Mets les verbes entre (...) au présent de l'indicatif : (2pts)

a- L'enfant (se brosser) ..... les dents.

b- Moi et mon frère (se brosser) ..... les dents.

9) - Choisis la terminaison qui convient (es - e - ent): (1pt)

-Les bactéries provoqu..... la carie dentaire.



1 حصص مباشرة

2 حصص مسجلة

3 دورات مكثفة

أحصل على بطاقة الإشتراك



## II /Production écrite : (7pts)

Complète le paragraphe avec les mots suivants : microbes – éviter – tousser – malades – mains-  
bouche – personne.

On se lave les ..... parce que les ..... passent facilement d'une .....  
à une autre. Se laver les mains, se couvrir la ..... et le nez quand on .....  
ou quand on éternue nous permet d'..... d'être malades et de rendre les autres .....



ملف الحصة المباشرة و المسجلة

حصص مباشرة 1

حصص مسجلة 2

دورات مكثفة 3

أحصل على بطاقة الإشتراك



بمطابق جدول زیر، در هر جلسه، ۲۰ دقیقه وقت صرف می‌گردد.

مجموعه آموزشی

مجموعه آموزشی


1. مبانی برنامه‌نویسی

2. مبانی پایتون

3. مبانی پایتون

مجموعه آموزشی

1 2 3 4 5



مجموعه آموزشی









































