

Module 4

Découvrons les secrets d'une
bonne santé

Carte d'exploration de pistes

L'hygiène
corporelle

Prévention:
La vaccination

L'hygiène
alimentaire

La pratique
du sport

Sans hygiène et sans pratique de sport

Méaldies → Soins

Apprendre le français avec Ilhem

Ilhem

J'enrichis mon vocabulaire

La santé, c'est la joie de vivre
Le grand trésor qu'un homme peut posséder
c'est la bonne santé.

La santé est précieuse, il faut
savoir la conserver.

La santé dépend plus des précautions
que des médecins.

La santé est un vrai trésor.

Réduire ton désir envers les sucreries
et tu augmenteras ta santé.

Prévenir mieux que guérir
Celui qui néglige sa santé, se
prépare au grand malheur.

J'apprends à accorder le verbe avec son sujet :

Ablene est malade.

Une infirmière s'occupera d'elle.

Le médecin et les infirmiers s'inquiètent

Ils se discutent

Ils feront tout pour la sauver.

Quand le sujet est au sing le verbe est au sing.

Quand le sujet est au pluriel, le verbe est au pluriel.

On dit : Le verbe s'accorde avec son sujet.

Barre ce qui est faux:

Mamie

est encore jeune.

disent bonjour à tout le monde.

se livre avant tout le monde.

Nous
Les enfants
René

mangeons des repas équilibrés.

Mes amis et moi.

J'admire ma grand-mère.

J'admire ta grand-mère.

Apprendre le français avec Ilhem

2. Complète le texte avec les groupes
sujets suivants: Je - leurs repas - He - tous
Les deux - papi et mamie - Ho - grand.
père et - grand - mère.

se déplacent facilement.
se portent bien. font régulièrement
des contrôles et des analyses de sang.
sont toujours équilibrés. font
souvent de la marche. ont l'air
encore jeunes. les aime beaucoup.

3. Complète la terminaison des verbes
- au présent.

Le médecin auscult. le malade.
Il tât. son pouls, écoute. les battements
de son cœur et regard... sa gorge, puis
écri... une ordonnance en disant au
malade: - Vous av... une angine,
prep. régulièrement vos médicaments
et buv... du jus de fruits.

4. Regarde les images et j'écris deux
phrases (au moins). Attention à
l'accord du verbe avec son sujet.

Apprendre le français avec Them

Module 4 // Conjugaison.

J'apprends à conjuguer les verbes en «ir» comme finir au présent.

Les verbes : choisir, fléchir, rougir se conjuguent au présent comme le verbe

« finir »

Au présent le verbe « finir » se conjugue ainsi :

| | | | |
|---------|-------|----------|------------|
| Je | finis | Nous | finissons |
| Tu | finis | Vous | finissez |
| Il/Elle | finis | Il/Elles | finissent. |

Complète par le pronom personnel qui convient

... choisit de belles fleurs pour les offrir à sa mère.

... salissez vos vêtements.

... raccourcissons cette phrase.

... gémissent de douleur.

... pâlis de peur.

... agit sans réfléchir.

Apprendre le français avec them

2 - Ecris des Verbes de la marge au présent.

| | | |
|-----------|----------------|-------------------|
| bondir | Tu | par-dessus le mur |
| fleurir | À u printemps, | les arbres... |
| jaunir | En été, | le blé... |
| applaudir | J'... | les joueurs |
| remplir | Vous | un formulaire |
| grandir | Nous | en mangeant bien |

3. Remplace les verbes soulignés par les verbes de la marge.

| | |
|-----------|-------------------------------------|
| punir | Le roi <u>récompense</u> le traître |
| remplir | Nous <u>vidons</u> la gargoulette. |
| salir | Tu <u>nettoies</u> ton bureau. |
| refroidir | Je <u>réchauffe</u> mon café. |
| réussir | Vous <u>échouez</u> au concours. |
| rougir | Il <u>devient rouge</u> de honte. |

Apprendre le français avec Ithem

Dans une phrase, quand le sujet change, le verbe change.

On dit que le verbe est conjugué et qu'il s'accorde avec son sujet.

Quand on raconte une histoire, on peut remplacer les noms par des pronoms

Lamia et son frère dansent.

→ Ils dansent.

Entoure les verbes qui indiquent ce que font les personnages:

Julie emmène sa chatte malade chez le vétérinaire. Son père et sa mère prennent l'ordonnance et vont chez le pharmacien. Vous aimez les animaux? Interroge le pharmacien.

Complète les phrases par les verbes donnés:

couchent - manger - brosser - aimez
aimons - lave - réveiller

Vous les légumes?

Tu te les dents chaque jour.

Thème
Apprendre le français avec

Nous plutôt les fruits.
Je bien les fruits et les légumes
avant de les
Ils se tôt pour se en
forme.

Complète correctement les phrases.

Je m'inquiète pour Annie.
Mes parents pour Annie.
La fillette et son frère une angine
La fillette une angine.
Nous faisons attention à ce que nous
mangeons.
Je
Grand-mère ne mange pas les pâtes.
Grand-mère et grand-père les pâtes.
Mamie répond toujours en souriant.
Papa et Mamie toujours en
souriant.

Auto-Dictée

* Je travaille beaucoup, je suis bon élève mais ma santé, elle n'est pas très bonne... Ma mère me dit:

- Tu es fatigué. Je vais t'emmener chez le médecin.

Le médecin me dit:

- Il faut vous intéresser au sport!

Exercice n° 2 :

Nous avons demandé un donneur de sang et c'est une jeune fille nêre qui s'est présentée devant nous. Elle est classée dans la catégorie des donneurs universels et ses veines sont apparentes.

Exercice n° 3 :

Dans la rue, il y a des flaques d'eau. Monsieur Duval marche sur le trottoir. Soudain, une voiture passe à toute vitesse. Pauvre monsieur Duval.



www.najahni.tn





www.petra.art.br



www.najahni.tn

تربوي

نَجَّحْنِي



www.najahni.tn





Insta :

Girly_m



نَجْهِي





0



0

نَجَّحْنِي

Girly_m Girly_m Girly_m Girly_m Girly_m Girly_m Girly_m Girly_m Girly_m Girly_m Girly_m Girly_m Girly_m Girly_m Girly_m













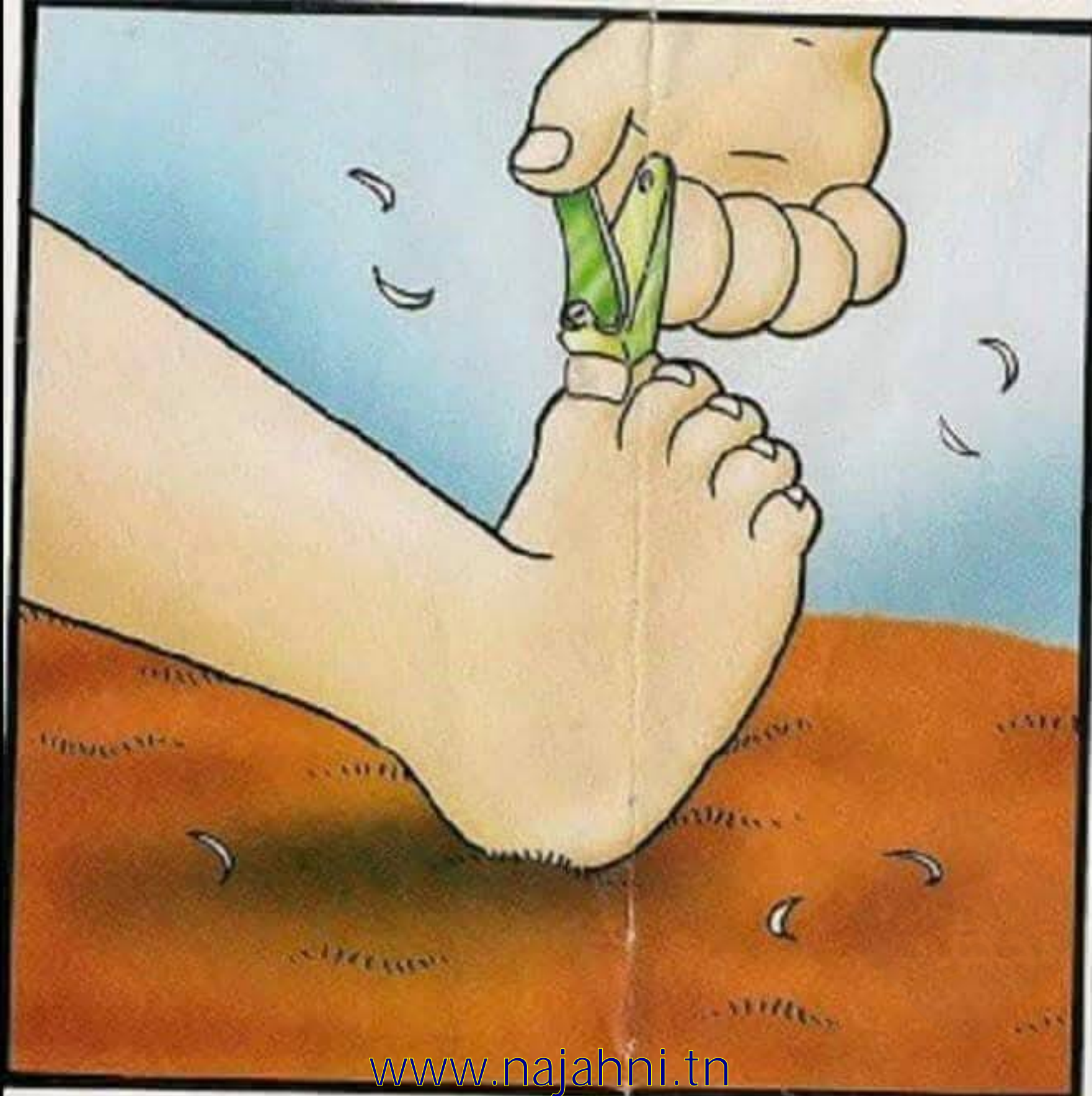


www.najahni.tn

Silva









نجمي

www.najahni.tn

lites
n















AR
ANA RIVERA





Daanyal Designer







نَجَّحْنِي

www.najahni.tn

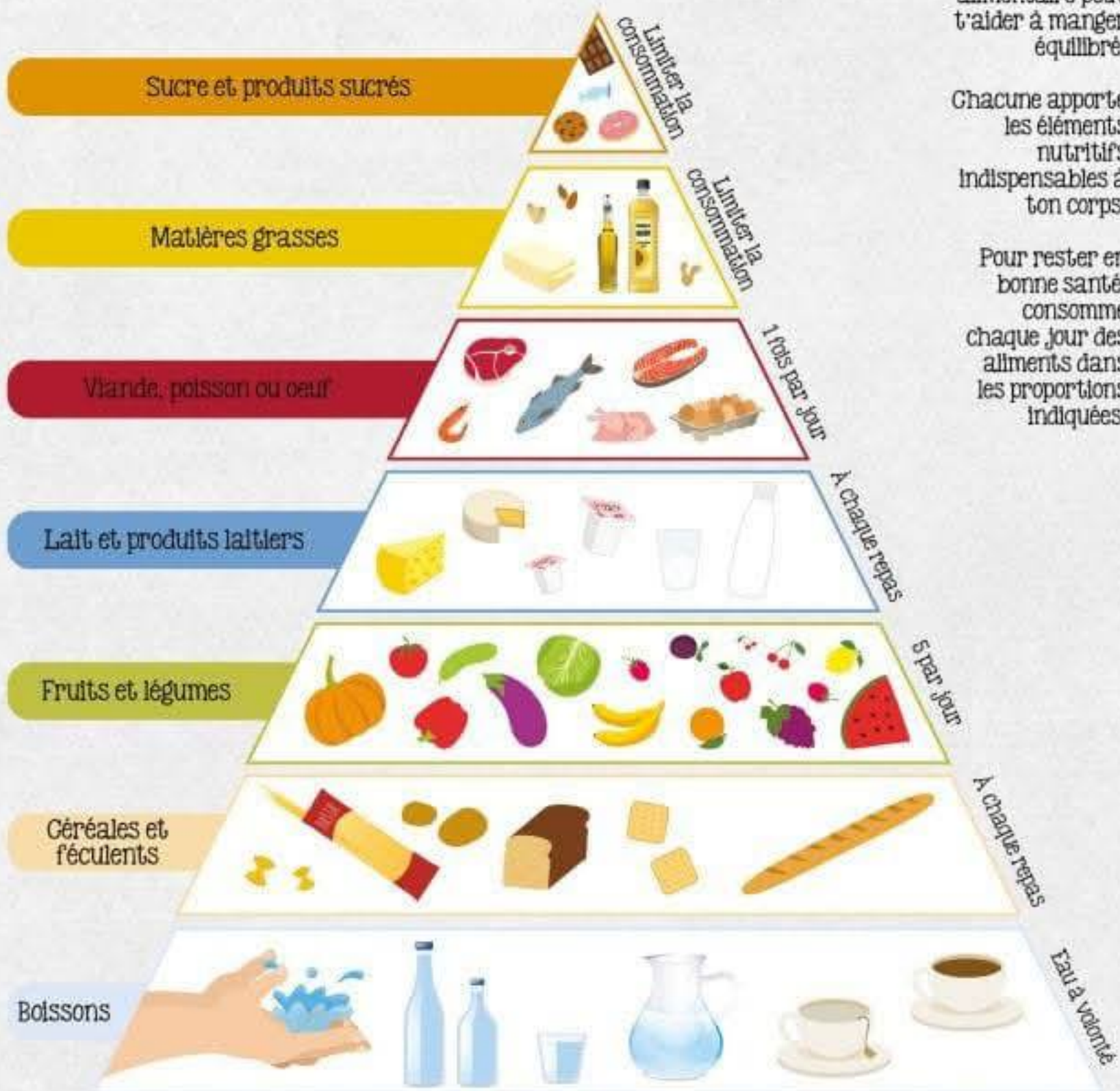
La pyramide alimentaire



Cette pyramide alimentaire peut t'aider à manger équilibré.

Chacune apporte les éléments nutritifs indispensables à ton corps.

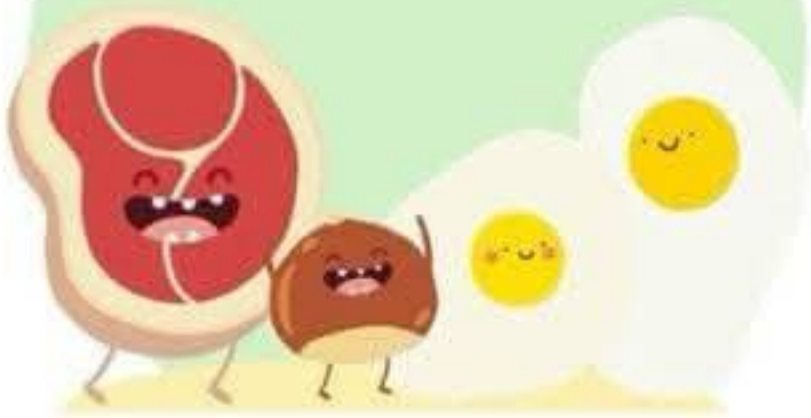
Pour rester en bonne santé, consomme chaque jour des aliments dans les proportions indiquées.



Et bien sûr, pour compléter une alimentation saine, il faut bouger !!



LES PROTÉINES



LES VITAMINES



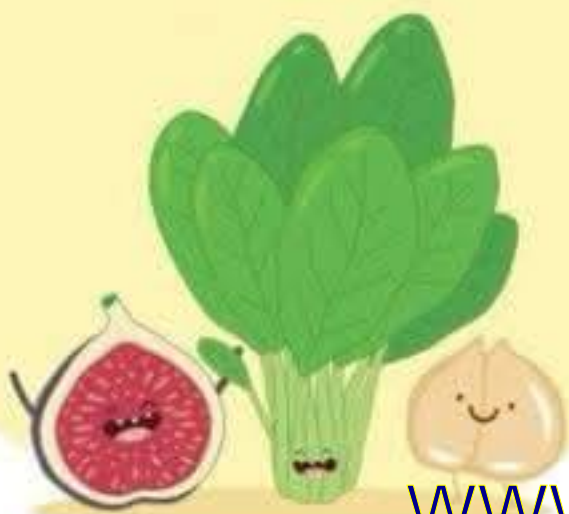
LES GLUCIDES



LES LIPIDES



LES FIBRES



LES ANTIOXYDANTS



Les groupes d'aliments

Les fruits et les légumes

Ils donnent de la vitalité et aident à lutter contre les maladies. Il faut en manger au moins 5 par jour.



Les céréales et les féculents

Ils permettent de faire de longs efforts en donnant du tonus aux muscles.



Les produits laitiers

Ils font grandir et aident à former les dents et les os.



La viande, le poisson et les œufs

Ils entretiennent les muscles.



Les matières grasses

Elles sont indispensables à la vie.



Les produits sucrés

Ils fournissent une énergie immédiate, mais il ne faut pas en abuser.





Sucre et produits sucrés



Limiter la consommation

Matières grasses



Limiter la consommation

Viande, poisson ou œuf



**1 fois par jour
1 part**

Lait et produits laitiers



**A chaque repas
2 à 4 parts**

Légumes et fruits



**Au moins 5 fois par jour
5 parts**

Céréales et dérivés



**À chaque repas
4 à 6 parts**

Boissons



**De l'eau à volonté
1,5 litre / jour**

Sweets, salty snacks
and sweetened drinks



AVOID
OR
EAT OCCASIONALLY

Oils, fats, and nuts



1 SERVING PER DAY

Milk, dairy products,
meat, fish, and eggs



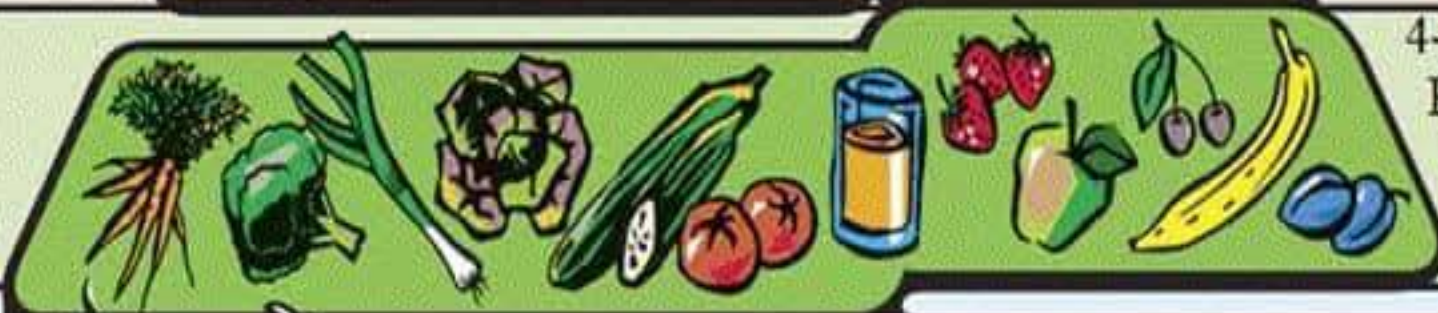
1-2 SERVINGS
PER DAY

Whole grain products
and legumes...



1-2 SERVINGS
PER DAY

Vegetables
and Fruit



4-5
PER
DAY

Beverages



1-2
LITERS