

## La banane

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.

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

### I- Compréhension de l écrit (13 points)

#### 1. Complète le tableau suivant (2 points)

Qui parle	A qui	De quoi	Dans quel but
.....	.....	.....	.....

#### 2. Choisis et encadre la bonne réponse (1 point)

- Ce texte est            a/ narratif                      b/ explicatif            c/ informatif

#### 3. Réponds par vrai ou faux (3points)

- La banane est riche en eau. ....
- La consommation de la banane n'est pas conseillée par les médecins. ....
- La banane provoque les crises cardiaques. ....

#### 4. « Il faut consommer les bananes »

- Le mot souligné veut dire            a/ manger -            b/ jeter -            c/ couper

- (Choisis et souligne la bonne réponse) (1 point)

#### 5. Quel est le type de la phrase suivante : « Elle favorise la lutte contre le stress »

- Le type de la phrase est .....

#### 6. Transforme la phrase suivante à la forme négative (1 point )

- Elle est riche en vitamines

- .....

#### 7. Complete le tableau suivant (2 points)

- Elle favorise la lutte contre le stress.

verbe	infinitif	groupe	Temps
.....	.....	.....	.....

#### 8. Mets la phrase suivante au singulier (2 points)

- Les bananes sont des fruits.

- .....



**II- Situation d'intégration (7 points)**

Complète le paragraphe par les mots suivants :

Nécessaires -aliments- santé-gras -fruits -repas - sucreries.

Pour être en bonne ....., je dois manger des  
.....de chaque famille : des .....et légumes,  
des produits laitiers, des féculents à chaque ..... de la viande, du  
poisson ou des œufs une fois par jour. Les produits .....et  
.....ne sont pas ..... tous les jours.

Je me nomme .....

Je me prénomme .....

Classe 1 A.M .....

Note et observations

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....