

Le handball est un sport de ballon qui oppose deux équipes de 11 à 7 joueurs. Il s'agit pour chaque équipe de marquer un maximum de but dans le camp adverse , en utilisant seulement les mains, mais quels sont les bienfaits de ce sport ?

Le handball est une activité physique qui a des nombreux bienfaits .D'abord , il renforce le système cardiovasculaire et le système respiratoire . Ensuite, il fortifie les muscles et les os. Puis, il développe la vitesse, l'agilité et la force corporelles. Enfin, le handball est un sport qui donne beaucoup d'énergie.

Voila donc les bienfaits de ce sport! D'ailleurs, il est le sport le plus pratiqué dans les écoles en France !

Adapté par Med.Elhafed.B, du site :www.regivia.com

### **I) Compréhension de l'écrit** (13 points)

#### **1- choisissez la bonne réponse**(3 points)

a) Ce texte est : -un texte narratif -un texte explicatif -un texte prescriptif

b) « activité physique » veut dire:

-Activité du corps -activité de l'esprit - activité scolaire.

c) Le mot souligné dans le texte (bienfaits) veut dire :

-dangers -risques -avantages

#### **3- Répondez par « vrai » ou « faux »** (3points):

- Le handball est un sport de ballon qui oppose trois équipes. ....
- Le handball renforce le système cardiovasculaire seulement. ....
- Les écoles en France pratiquent beaucoup du handball. ....

#### **4- Mettez en ordre les bienfaits du handball** (2 points)

- Enfin, on devient plus énergétique. (...)
- Ensuite, son morale s'améliore. (...)
- D'abord, son corps devient plus fort . (...)
- Puis, en pratiquant le handball on obtiendra de la vitesse et de la souplesse . (...)

#### **5- Découpez les phrases suivantes en « Antécédent » , et « proposition relative »** (4 points):

- Un sport de ballon qui oppose deux équipes de 11 à 7 joueurs.  
.....

- Le handball est un sport qui fortifie les muscles et les os.  
.....

#### **6- Mettez les verbes entre parenthèses au présent de l'indicatif.** (1..5point)

- Le handball (avoir)..... plusieurs bienfaits.
- L'élève de 1AM (pouvoir)..... jouer au handball.
- Les entraîneurs (être) ..... présents pendant le match.

#### **7- Donnez un titre au texte** (1point) :.....

### **II) Situation intégrale** (7 points)

Rédigez un petit texte explicatif (5-10 lignes), dans lequel vous expliquez les bienfaits de pratiquer un sport .



Le basketball est un sport collectif mettant deux équipes constituées de cinq joueurs chacune, en concurrence. Mais quels sont les bienfaits de ce sport ?

Le basketball est un sport qui se joue à la main, cette activité physique a de nombreux bienfaits. D'abord, il permet de développer plusieurs parties du corps comme il fortifie aussi les muscles et les os.

Ensuite, il renforce le système cardiovasculaire et le système respiratoire. Puis, il développe la vitesse, l'agilité, la force et même l'endurance corporelle. Enfin, le basketball est un sport amusant et instructif qui donne beaucoup d'énergie.

Voilà donc les bienfaits de ce sport !

Adapté par Med.Elhafed.B, des sites : [www.over-blog.com](http://www.over-blog.com) et [www.regivia.com](http://www.regivia.com)

### **I) Compréhension de l'écrit** (13 points)

#### **1- choisissez la bonne réponse**(3 points)

a) Ce texte est : -un texte narratif -un texte explicatif -un texte prescriptif

b) « **activité physique** » veut dire:

-activité mentale -activité scolaire - activité corporelle .

c) Le mot **souligné** dans le texte (**nombreux**) veut dire :

- peu de - plusieurs -multiples

#### **3- Répondez par « vrai » ou « faux »** (3points):

- Le basketball est un sport collectif mettant deux équipes en concurrence. ....

- L'équipe de basketball est constituée de sept joueurs. ....

- Le basketball affaiblit le système cardiovasculaire et le système respiratoire. ....

#### **4- Mettez les règles du basketball suivantes en ordre en plaçant « D'abord , Ensuite , Enfin » dans l'endroit convenable** (1.5 points)

- ....., chaque équipe doit marquer le plus possible des points.

- ....., il faut former deux équipes de cinq joueurs chacune.

- ....., l'équipe qui marque le plus des points gagne le match .

#### **5- Trouvez dans le texte deux « propositions relatives » avec leurs « antécédents », soulignez l'antécédent et entourez la proposition relative.** (3 points):

- .....

- .....

#### **6- Mettez les verbes entre parenthèses au présent de l'indicatif.** (1.5point)

- Le handball (Avoir)..... plusieurs bienfaits.

- Les élèves de 1AM (pouvoir)..... jouer au handball.

- Moi et mon amis (être) ..... présents pendant le match.

#### **7- Donnez un titre au texte** (1point) :.....

### **II) Situation intégrale** (7 points)

Rédigez un petit texte (5-10 lignes), dans lequel vous expliquez les bienfaits de pratiquer un sport .