



ÉVALUATION FORMATIVE 3
FRANÇÉS 2

NOM: _____

PRÉNOM: _____

FUNCTIONNEMENT DE LA LANGUE

Complétez le dialogue ci-dessous avec les mots du tableau.

<i>mais</i>	<i>Faites</i>	<i>trop de</i>	<i>vosre</i>	<i>Prenez</i>	<i>temps</i>	<i>Arrêter</i>
<i>fatigant</i>	<i>à</i>	<i>fait</i>	<i>santé</i>	<i>aimez</i>	<i>Il y a</i>	<i>conseils</i>
<i>mauvais</i>	<i>Prenez</i>	<i>fatiguée</i>	<i>jogging</i>	<i>Occupez</i>	<i>reposez</i>	

Conseils d'une voisine

Suzanne Je suis _____, en ce moment...

Mme. Cotillard _____ des vacances ! _____-vous !

Suzanne Oui, bien sûr, _____ je ne peux pas prendre des vacances en ce moment ! J'ai _____ travail !

Mme. Cotillard _____ de travailler comme une folle ! C'est _____ pour la _____.

Suzanne Facile _____ dire !

Mme. Cotillard _____ du sport, comme moi ! _____ des vitamines, cela _____ du bien !

Suzanne Je n'ai pas le _____ de pratiquer un sport.

Mme. Cotillard Ce n'est pas possible ! _____ un parc près d'ci. Allez-y le matin et faites du _____

Suzanne Du jogging le matin ? C'est _____

Mme. Cotillard Eh bien, promenez-vous ! _____-vous de _____ santé !

Suzanne Vous, vous _____ bien donner des _____, non ?

COMPRÉHENSION ÉCRITE

Lisez l'article ci-dessous puis répondez aux questions.

Hausse du tabac : c'est le moment d'arrêter

**J'arrête
de fumer**



Le ministre du budget a annoncé une hausse de 6% du prix du tabac. Insuffisante pour les uns, intolérable pour les autres... cette décision est largement controversée. Mais s'il y a un domaine qui ne souffre pas de débat, c'est bien l'effet nocif du tabac sur la santé.

Raison de plus pour arrêter de fumer !

Vous avez décidé d'arrêter de fumer. Bravo ! Première étape, il convient d'évaluer votre dépendance physique, psychique et comportementale. Chacune va faire l'objet d'un sevrage spécifique :

La dépendance physique est la principale cause des problèmes. Elle est due à la nicotine contenue dans le tabac. Le corps s'habitue à recevoir sa dose de nicotine et sa disparition entraîne un état de manque se traduisant par une nervosité, une irritabilité, une agitation... Cependant, tous les fumeurs ne sont pas dépendants de la nicotine et il existe en plus, différents degrés.

La dépendance psychique est liée en fait aux différents plaisirs que l'on peut éprouver quand on fume : sensation de détente, de satisfaction, de stimulation intellectuelle... la cigarette va également être appréciée par ses effets tranquillisants et antidépresseurs. La dépendance psychique se traduit alors par le besoin de garder ou de retrouver ses sensations.

Quant à la dépendance comportementale, l'une des plus fortes. Le fumeur est conditionné à allumer des cigarettes. Cette dépendance apparaît dès que l'on consomme plus de 5 à 6 cigarettes par jour.

Enfin, rappelez-vous qu'en plus de l'intérêt financier, le sevrage tabagique a plus d'un avantage. Le tabac est le seul produit de consommation courante qui tue la moitié de ses fidèles consommateurs.

Luc Blanchot

Extrait du dossier « Hausse du tabac : c'est le moment d'arrêter » paru le 29 octobre 2009 sur www.doctissimo.fr

1. Repérez dans ce document les informations suivantes :

- a) Auteur : _____
- b) Date de publication : _____

2. Il s'agit d'un article tiré de :

- a) Un journal d'économie
- b) Un magazine de science
- c) Un site Internet de santé

3. Dans cet article on défend le droit de fumer. VRAI FAUX

Quelle phrase justifie votre réponse ? : _____

4. Selon l'auteur, qu'est-ce qui montre une opportunité pour ne plus fumer ?

- a) Le cancer
- b) L'augmentation du prix du tabac
- c) Reconnaître notre dépendance

5. Qu'est-ce qu'il faut faire une fois que nous décidons arrêter de fumer ?

6. Si je fume parce que j'ai l'impression que ça m'aide à organiser mes idées, j'ai une dépendance : _____

7. Quand on n'a pas vraiment envie de fumer mais on allume des cigarettes machinalement on dit que l'on a une dépendance : _____

8. Si une personne est de mauvaise humeur parce qu'elle ne peut pas fumer, elle a une dépendance : _____

9. Expliquez avec vos propres mots: « Le tabac est le seul produit de consommation courante qui tue la moitié de ses fidèles consommateurs »

COMPRÉHENSION AUDITIVE

Un médecin vous met en garde contre certains comportements excessifs.
Notez ce qu'il faut éviter et ce qu'il faut faire à propos de ces comportements.

LE SPORT	L'HYGIENE
On ne doit pas : _____ _____	On ne doit pas : _____ _____
Il faut : _____ _____	Il faut : _____ _____
L'ALIMENTATION	LA CHIRURGIE ESTHÉTIQUE
On ne doit pas : _____ _____	On ne doit pas : _____ _____
Il faut : _____ _____	Il faut : _____ _____

PRODUCTION ÉCRITE

Lisez la phrase de Voltaire ; elle fait penser au besoin de changer nos habitudes et attitudes au bénéfice de notre santé physique et mentale. Rédigez un article (80 mots±) où vous donnez des conseils pour être en bonne santé.

	_____ _____ _____ _____ _____ _____ _____ _____ _____ _____ _____
---	---