

Texte :**Que mangeons – nous ?**

Pour grandir et rester en bonne santé l'enfant a besoin d'une alimentation riche en vitamines. Ces vitamines proviennent soit des plantes soit des animaux. Elles jouent un rôle important et donnent de l'énergie au corps. Dans nos aliments , il existe plusieurs vitamines.

- La vitamine **A** contenue dans : (la carotte, les choux, les produits laitier, le poisson....) améliore la vue et favorise la croissance.
- La vitamine **E** contenue dans : (le beurre, l'œuf, la salade et le blé) lutte contre le cholestérol, et protège le cœur.

L'enfant a besoin de 0.6mg à 5mg de vitamines par jour.

Questions**A- Compréhension de l'écrit :**

- 1- De quoi l'enfant a –t –il besoin pour être en bonne santé ?
- 2- Recopie la bonne réponse.
 - Les vitamines produisent de l'énergie.
 - Les vitamines rendent les gens malades.
- 3- Complète le tableau.

Les vitamines	Les aliments
Vitamine A	-
Vitamine E	-
	-
	-

- 4- Relève du texte un mot de la même famille que lait.
- 5- Complète par : il faut - il ne faut pas.
 - Gaspiller de l'eau.
 -
 - Manger beaucoup de légumes.
 -
 - Manger des sucreries.
 -
 - Se laver régulièrement.
 -
- 6- Sépare les groupes de la phrase.
Les vitamines jouent un rôle important dans l'organisme.
- 7- Choisis la bonne réponse.
 - Il parle bien → Il sait (parlé – parler)
 - Il a envie de → (mangé – manger)
- 8- Complète.
Le bon garçon écoutera les conseils.
Lesfilles.....les conseils.

B- Production écrite :**Consigne**

C'est la fin de l'année scolaire, tes camarades et toi vous passerez l'examen de 6^{ème} année.

- Rédige un petit texte dans lequel tu leurs donneras (4) conseils pour réussir.

Emploie.

- Il faut – il ne faut pas.
- Utilise les verbes à l'infinitif.
- Mets un tiret devant chaque conseil.