Etude de texte 6ème année /Module 6

Lucas et le Secret de la Bonne Forme

Un matin, en arrivant à l'école, Lucas semble très fatigué. Il bâille sans arrêt et traîne les pieds. Son amie Inès, inquiète, lui demande :

— Lucas, qu'est-ce qui t'arrive ? Tu as l'air épuisé !
— Je me suis couché tard hier soir… Je suis resté des heures à jouer sur ma tablette, répond-il en soupirant.

Inès fronce les sourcils.
— Ce n'est pas bon pour ta santé ! Tu dois bien dormir pour être en forme. En plus, ces derniers jours, tu ne manges presque rien à la cantine.

Lucas baisse la tête. Il sait qu'Inès a raison. À cet instant, leur maître, Monsieur Karim, arrive en souriant :
— Les enfants, aujourd'hui, nous parlons de la bonne forme ! Pour être en bonne santé, il faut bien manger, faire du sport et dormir suffisamment.

Lucas réfléchit et se rend compte qu'il néglige tout cela. Il décide alors de changer ses habitudes. Dès le soir, il dîne avec sa famille, évite les écrans avant de dormir et se couche tôt. Le lendemain matin, il se réveille en pleine forme !

À la récréation, il rejoint Inès et lui dit joyeusement :
— Tu as raison ! J'ai bien dormi, bien mangé et je me sens plein d'énergie !

Inès sourit :
— Tu vois, Lucas, le secret de la bonne forme, c'est d'avoir une vie équilibrée !

Depuis ce jour, Lucas fait attention à son hygiène de vie et se sent beaucoup mieux, prêt à affronter chaque journée avec enthousiasme.

Abdeljelil jendoubi

Compréhension

1/Pourquoi Lucas est-il fatigué en arrivant à l'école ?

……

……

2/Quels conseils Inès donne-t-elle à Lucas pour être en bonne forme ?

……

……

3/Que décide de faire Lucas pour améliorer son hygiène de vie ?

……

……

4/Quelle leçon Lucas apprend-il à la fin de l'histoire ?

……

……

*5/a-Trouve un synonyme du mot "**épuisé**" dans le texte.*

……..

*b-Quel est l'antonyme du mot "**évite**" dans la phrase "Il **évite** les écrans avant de dormir" ?*

……

*c-Trouve un synonyme du mot "**joyeusement**" dans le texte.*

……

Abdeljlil jendoubi

*d-Quel est l'antonyme du mot "**fatigué**" dans la phrase "Lucas semble très **fatigué**" ?*

……

6/Penses-tu que Lucas a pris une bonne décision en changeant ses habitudes ? Pourquoi ?

……
……
……
……

Grammaire :

1/ Un matin, en arrivant à l'école, Lucas semble très fatigué.

Complément de temps	Complément de manière	Attribut

2/ Lucas fait attention à son hygiène de vie et se sent beaucoup mieux.

Identifie un COD :……...

Identifie Un COI :……

3/ Les enfants, en classe, nous parlons de la bonne forme.

Souligne le Complément de lieu et fais changer sa place.

……

Abdelilendoubi

Conjugaison :

1/Lucas va à l'école et fait preuve de bonne volonté.

Réécris la phrase en la commençant ainsi :

Demain , Lucas et Ines…….

Hier ,Ines…….

2/ Lucas réfléchit et se rend compte qu'il néglige tout cela

Réécris la phrase en la commençant ainsi :

Hier , les deux enfants…….

…….

3/Ils mettent beaucoup de temps pour comprendre la situation .

Mets la phrase au passé composé en la commençant par « Il ».

…….

Production écrite :

Imagine que tu es Lucas. Écris un texte dans lequel tu expliques à un ami comment tu as changé tes habitudes pour être en meilleure forme. Parle de ce que tu fais maintenant pour bien manger, faire du sport et bien dormir. N'oublie pas de donner des exemples concrets de ce que tu as changé dans ta routine quotidienne."

……

……

……

Abdelilli jendoubi

Abdeljelil jendoubi