

---

## 2.1.2 Compréhension de texte

1. Nommez trois règles de base en alimentation.

---

---

2. Pouvez-vous nommer les quatre groupes alimentaires?

---

---

3. Combien de fois par jour doit-on manger des aliments appartenant à chacun des quatre groupes alimentaires?

---

4. Quand nous mangeons une pomme, quels sens sont sollicités?  
Nommez-les.

---

---

5. Compléter la phrase:

"Manger varié" c'est: \_\_\_\_\_

---

---

---

### 2.1.3 Trouver les mots cachés.

1. é - ri - va - té \_\_\_\_\_
2. qui - bre - é - li \_\_\_\_\_
3. tion - mo - ra - dé \_\_\_\_\_
4. me - lé - gu \_\_\_\_\_
5. a - cé - le - ré \_\_\_\_\_
6. tion - a - li - ta - men \_\_\_\_\_
7. leil - so \_\_\_\_\_
8. rat - do - o \_\_\_\_\_
9. ti - tut - subs \_\_\_\_\_
10. pe - ci - prin \_\_\_\_\_

### 2.1.4 Réécrire chaque mot de l'exercice 2.1.3 dans la bonne colonne, selon le nombre de syllabes.

2	3	4	5
_____	_____	_____	_____
	_____	_____	
	_____	_____	
	_____	_____	

### 2.1.5 Remplacer une voyelle par l'apostrophe (') si nécessaire.

Exemple: l'é = l' hiver

la pomme	le équilibre	le repas	la variété
le aliment	le odorat	le homme	la orange
la viande	le hiver	le oeuf	la apostrophe

### 2.1.6 Écrire tous les mots qui nécessitent l'emploi de l'apostrophe (').

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

### 2.1.7 Réunir les mots de la colonne A et B. Écrire vos réponses.

Exemple: alimentation - variée/ alimentation variée

A	B	Réponses
1. alimentation	sainement	1. <u>alimentation variée</u>
2. produits	vision	2. _____
3. manger	audition	3. _____
4. soleil	variée	4. _____
5. ouïe	céréaliers	5. _____
6. vue	assiette	6. _____

## 2.1.8 Compléter les espaces libres.

Ajouter - Remplacer - Mélanger - Utiliser - Apprêter  
Essayer - Goûter - Découvrir

### Quelques suggestions pour varier l'alimentation.

1. \_\_\_\_\_ des aliments qu'on a l'habitude de manger séparément.
2. \_\_\_\_\_ une banane ou des fraises aux céréales du petit déjeuner.
3. \_\_\_\_\_ un repas de viande par une portion de poisson.
4. \_\_\_\_\_ à une nouvelle sorte de fromage.
5. \_\_\_\_\_ une nouvelle recette.
6. \_\_\_\_\_ les aliments de façon différente.
7. \_\_\_\_\_ la saveur du pain de blé entier.
8. \_\_\_\_\_ des fines herbes  
pour assaisonner certains aliments.



---

## 2.2.2 Compréhension de texte

1. Quelle règle de base vous explique le texte précédent?

---

2. Quelles sont les deux unités de mesure utilisées pour calculer l'énergie?

\_\_\_\_\_ ou \_\_\_\_\_

3. Pouvez-vous nommer quatre facteurs qui font varier les besoins en énergie?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

4. L'équilibre alimentaire est un rapport entre les \_\_\_\_\_  
et les \_\_\_\_\_ de l'organisme.

5. Les portions d'aliments sont-elles de même grosseur pour les enfants et les adolescents?

---

6. Une saine alimentation ne tolère pas deux situations, en particulier. Ce  
sont les \_\_\_\_\_ et les \_\_\_\_\_ .

---

### 2.2.3 Ajouter les signes orthographiques appropriés aux lettres soulignées.

Exemple: façade / façade

Pascal est un drole de petit garçon. A sa façon, il aide son père à réparer la façade de la maison. Les journées de classe, il se lève tot pour réviser ses leçons. Le mois dernier, il a réçu une récompense. Pascal est généreux. Il n'aime pas les personnes égoistes ou naives.

Bientot, ce sera la fête de son ami François. Il lui servira du mais soufflé et un jus d'orange.

Le père de Pascal ira à une partie de pêche. Il doit trouver des hameçons pour pêcher l'éperlan. Pascal accompagnera son père. Ils reviendront tot l'après\_midi.

### 2.2.4 Mots à écrire sur les lignes marquées d'un astérisque (\*) à l'exercice 2.2.5.

poète

Noèl

Lépée

frère

Moise

Lusine

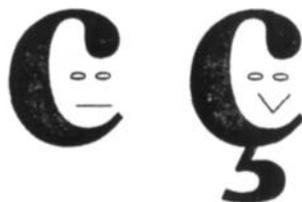
Haiti

Lannée

lèvre

mère

naif



---

**2.2.5 Trouver dans le texte de l'exercice 2.2.3 les mots qui s'écrivent avec les signes orthographiques suivants (écrire une seule fois les mots qui se répètent).**

é: accent aigu

è: accent grave

ê,ô: accent circonflexe

_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	*	_____
_____	*	_____
_____	*	_____

ç : cédille

•• : tréma

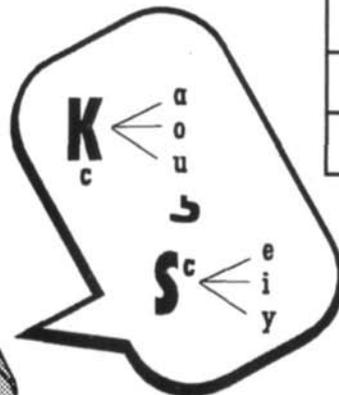
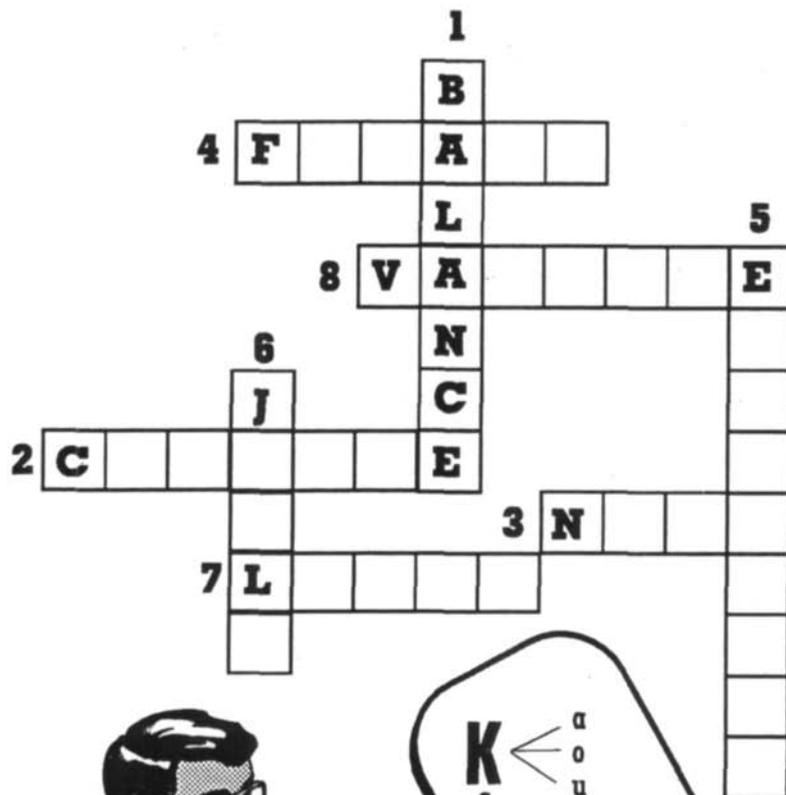
' : apostrophe

_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	*	_____
_____	*	*
_____	*	*
_____	*	*

2.2.6 Compléter les mots croisés en suivant le sens des flèches.

balance ↓ calorie → façade → Noël →  
 équilibre ↓ joule ↓ leçon → variété →

Exemple: balance ↓



---

### 2.3.2 Compréhension de texte

1. Quelle règle de base a été expliquée dans le texte précédent?

---

2. Pouvez-vous nommer trois substances qui font partie de l'alimentation mais dont il ne faut pas abuser?

---

---

3. Quelle sorte de glucides contiennent les boissons gazeuses et les confitures?

---

4. Pouvez-vous nommer trois sortes d'aliments riches en gras?

---

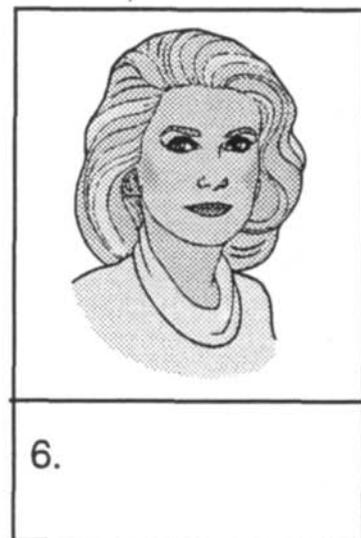
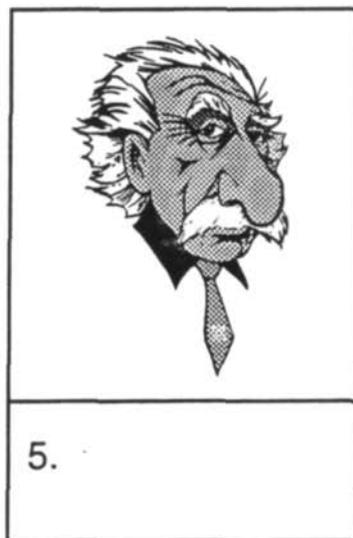
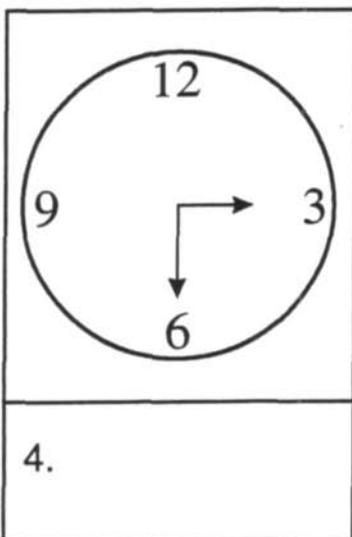
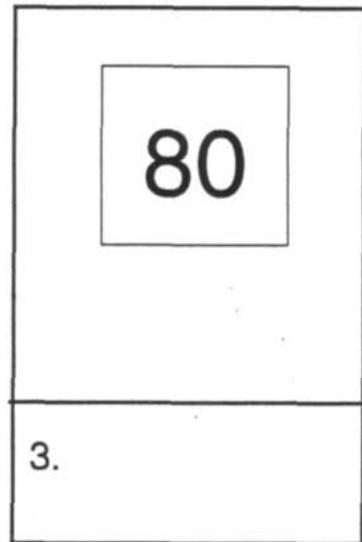
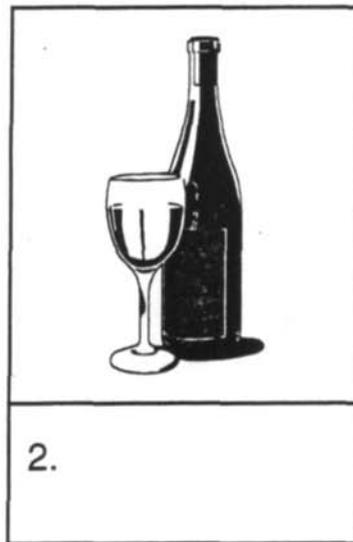
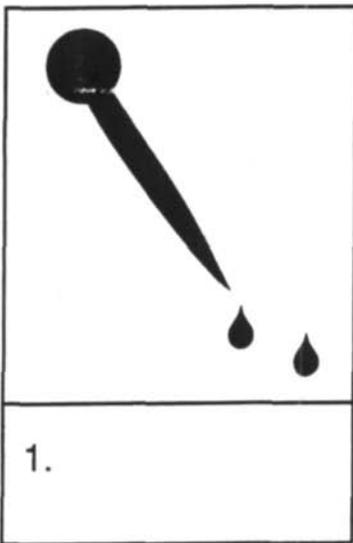
---

5. A quelle condition l'alcool et le vin font-ils partie d'une bonne alimentation?

---

**2.3.3 Identifier chacune des gravures et inscrire le nom correspondant.**

quatre-vingts   demi-heure   demi-litre  
grand-père   compte-gouttes   Marie-Ève



**2.3.4 Qui suis-je?**

pique-nique - casse-croûte - amuse-gueule - passe-partout  
porte-monnaie - rabat-joie - arc-en-ciel - garde-chasse  
boute-en-train - essuie-tout - casse-tête - auto-stop

1. Phénomène météorologique lumineux \_\_\_\_\_
2. Personne qui excite à la joie \_\_\_\_\_
3. Petit sandwich servi avec l'apéritif \_\_\_\_\_
4. Repas léger pris rapidement \_\_\_\_\_
5. Personne chagrine, triste \_\_\_\_\_
6. Fait d'arrêter une auto pour se faire transporter gratuitement \_\_\_\_\_
7. Repas pris en plein air à la campagne \_\_\_\_\_
8. Petit sac à fermoir où l'on place son argent \_\_\_\_\_
9. Feuilles de papier absorbantes \_\_\_\_\_
10. Jeu de patience \_\_\_\_\_
11. Clé servant à ouvrir plusieurs serrures \_\_\_\_\_
12. Homme préposé à la garde du gibier \_\_\_\_\_

---

### 2.3.5 Placer le trait d'union ( - ) là où c'est nécessaire.

Exemple: Anne Marie / Anne-Marie

Anne Marie et Jean Pierre se promènent rue Sainte Catherine. Il est treize heures. Ils s'arrêtent à un restaurant. Ils lisent le menu. Ils choisissent comme entrée des hors d'oeuvre variés.

Comme plat principal, ils ont choisi la truite arc en ciel servie avec des légumes frais. Pour rendre ce dîner plus chaleureux, Jean Pierre commande un demi litre de vin. Anne Marie regarde l'horloge placée au dessus du comptoir. Il est déjà trois heures de l'après midi.

Jean Pierre suggère de se rendre au Musée des Beaux Arts. Ils feront de l'auto stop. Sur le chemin du retour Anne Marie fait la rencontre de son beau frère accompagné de son épouse Marie Ève. Ils font un brin de causette puis chacun rentre chez soi.

