



JUNTOS CONTRA A PÓLIO

CONTRA A PÓLIO

República de Moçambique
Ministério da Educação e Desenvolvimento Humano
Instituto Nacional de Exames, Certificação e Equivalências
Exame Final de Língua Francesa

2ª Chamada
90 Minutos

ES2 / 2023
12ª Classe

Este exame contém quarenta (40) perguntas com 4 alternativas de resposta cada uma. S<
Escolha a alternativa correcta e RISQUE a letra correspondente na sua folha de respostas.

FRA-2-11-152-0548-17

Lisez le texte et répondez aux questions qui suivent

D'une manière générale, chacun a une opinion sur les divertissements et les loisirs. Il y a des gens qui accordent trop d'importance aux loisirs, il y en a d'autres qui n'accordent aucune importance. Mais, qu'est-ce qu'un divertissement ? Par simple définition, un divertissement est une activité que nous permet d'occuper notre temps libre.

Quoi qu'il en soit, il a été prouvé scientifiquement que les divertissements et les loisirs ont un effet positif sur la santé mentale et physique. Si nous nous tuons à l'accomplissement de notre travail sans nous divertir, nous risquons de nous fatiguer mentalement et physiquement. Et cela n'est pas du tout favorable pour notre santé.

Pour une meilleure santé mentale et physique, nous devons trouver du temps pour nous défouler et nous amuser. Cela nous permet d'évacuer efficacement le stress. Sans divertissement, nous ne faisons qu'accumuler le stress dans notre for intérieur. Cet état d'esprit n'aura que des effets négatifs sur notre bien-être. Pourquoi est-il si important de nous amuser ? Le divertissement est important car il nous permet de nous détourner de la routine et de la monotonie du quotidien. Quand nous nous amusons, nous oublions tous nos soucis quotidiens ainsi que nos tracas. Alors, place aux divertissements, aux fous rires, aux loisirs... Et cela nous procure un bien-être fou ! Et avec le loisir, fini le stress, l'angoisse, l'anxiété... Faites entrer en vous le bonheur et la bonne humeur !

D'ailleurs, il y a un plein de loisirs et de divertissements. À vous de trouver les meilleurs, selon vos goûts et vos envies ! Par exemple, Si vous êtes passionnés par le sport, amusez-vous en pratiquant votre sport favori : foot, basket, tennis, volley, vélo, marche, natation, voile, etc. Faites des activités qui vous passionnent ! Ce n'est pas la peine de vous forcer à faire une activité qui vous déplaît. Ce type d'activité n'aura aucun effet bénéfique sur votre bien-être ni sur votre santé.

Écouter de la musique ? Eh oui, la musique possède de nombreux bienfaits sur notre santé, que ce soit mentale ou physique. Cela a également été prouvé depuis longtemps. Aujourd'hui, nombreux sont les experts en santé et bien-être qui utilisent la fameuse « Musicothérapie ». C'est une forme de thérapie à travers la musique.

Cependant, il ne faut pas négliger le rôle prépondérant d'une alimentation régulière et équilibrée. En effet, il faut manger des aliments plus sains comme les fruits et légumes, céréales, noix, haricots, lentilles... Le fast food est fortement déconseillé pour ceux qui luttent pour une bonne santé mentale ou physique.

Lexique

Tracas – inquietação

Souci - problema

For intérieur – no íntimo

Défouler - descarregar

www.gataka.com.br « Le divertissement et le loisir », Texte adapté

Encontre Aqui:

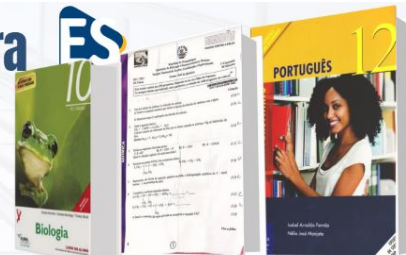
- Livros Escolares - (1ª a 12ª Classe);
- Exames Escolares - (1ª a 12ª Classe)
- Exames de Admissão (Todas Universidades)
- Exames Resolvidos
- Trabalhos feitos.

www.eduskills.co.mz

ou

CLIQUE AQUI

Qual livro ou exame procura? 861003535



2023/12ª Classe/Exame de Fim de Ano

- D'après le texte, un divertissement est une/un...
 A manière d'assumer la vie routinière. C moyen d'accentuer la fatigue mentale.
 B manière de profiter de nos temps libres. D moyen d'attirer l'angoisse et l'anxiété.
 - Scientifiquement, en quoi les loisirs contribuent-ils dans notre vie ? Les loisirs contribuent à...
 A accumuler le stress dans notre intérieur. C l'accomplissement de notre travail.
 B augmenter l'angoisse, et l'anxiété. D une bonne santé mentale et physique.
 - Selon le texte, quelles sont les effets immédiats d'une vie pleine de divertissements ? Les effets immédiats des divertissements sont ...
 A beaucoup d'angoisse et de l'anxiété. C la fatigue mentale et physique.
 B beaucoup de travail et du stress. D le bonheur et la bonne humeur.
 - Quelle est la conséquence de faire une activité qui ne nous plaît pas ? Cette activité...
 A aura beaucoup d'avantages pour la santé. C n'aura aucun inconvénient pour la santé.
 B aura des bénéfices pour notre travail. D n'aura aucun bénéfice pour la santé.
 - Les spécialistes de la santé utilisent la «musicothérapie» dans leurs séances thérapeutiques parce qu'elle...
 A accumule le stress dans notre intérieur. C est très bénéfique pour la santé mentale.
 B a d'effets néfastes pour la santé physique. D rend la vie plus ludique et intéressante.
 - Cochez l'affirmation correcte
 A Il est toujours important de faire souvent des activités qui nous passionnent.
 B Les spécialistes de la santé ne recommandent pas la «musicothérapie».
 C Pour une bonne santé mentale et physique il faut manger du fast food.
 D Tout le monde accorde une grande importance aux loisirs et divertissements.
 - D'après le texte, l'expression soulignée dans la phrase «...pour nous détourner de notre routine quotidienne.» veut dire...
 A approcher. B attacher. C éloigner. D rapprocher.
 - Le texte parle de l'importance des/ de la...
 A aliments et thérapie. C musique et travail.
 B loisirs et divertissements. D santé et tracas.
- Chassez l'intrus**
- A Football B Musique C Natation D Rugby
 - A Cinéma B Concert C Sport D Théâtre

Quelle est leur profession ? Complétez le petit texte en choisissant l'option correcte

- Paulo, tu connais Patricia Kaas, la...11...française? La semaine dernière, j'ai assisté à son spectacle sur You Tube. C'est formidable !

- Ah oui ! C'est aussi l'...12...du film «Germinal» de Claude Berri.

- Oui, oui...c'est elle-même ! Les...13...ne la perdent jamais de vu quand ils veulent des nouveaux articles dans leurs journaux.

- A chanteuse B comédien C danseuse D mannequin
- A actrice B cycliste C mannequin D photographe
- A acteurs B chanteurs C comédiens D journalistes

Complétez avec l'option correcte

14. Pardon, monsieur, est-ce qu'il y a une ...près d'ici? J'aimerais m'inscrire pour la prochaine session de natation.

A bibliothèque B médiathèque C piscine D stade

15. Pour voir une exposition d'art nous allons à la/au...

A musée. B salle de cinéma. C studio. D terrain de sport.

Suivez le guide ! Lisez le texte et cochez la réponse correcte (Questions 16 à 18)

Vous êtes sur l'avenue J. Nyerere, devant le Jardin Botanique. Pour aller au Musée d'Art, vous prenez la rue de la Banque et allez tout droit. Au bout de la rue, tournez à gauche, après la boulangerie Alliance dans l'avenue S. Machel. Continuez sur cette rue jusqu'au premier feu rouge. Là, vous prenez la rue très commerçante à droite, c'est la rue du Marché. Continuez sur cette rue, passez devant deux magasins, vous verrez le café Oxygène et en face, c'est le Musée d'Art !

16. Où se trouve la boulangerie Alliance ? Elle est...

A au bout d'une rue, à droite. C dans la rue du Marché.
B dans l'avenue S. Machel. D près du café Oxygène.

17. Le Musée d'Art se trouve...

A au bout de l'avenue J. Nyerere. C en face du café Oxygène.
B au coin de la rue du Marché. D devant le Jardin Botanique.

18. Pardon, monsieur, où est le jardin Botanique ? C'est très facile, il est juste...l'avenue J.Nyerere.

A à côté B à gauche C dans D devant

Cochez la réponse correcte

19. Hier, je ne suis pas allé faire du vélo car il ...beaucoup et je ne voulais pas mouiller.

A faisait beau B faisait chaud C pleuvait D soleillait

20. Thérèse ne veut pas rater son cours de natation. Selon la météo, la température va osciller entre 15°C à 18°C. Donc, il fera toujours... cette semaine.

A beau B chaud C froid D gris

21. Trouvez la bonne correspondance

Sport	Où ?
A Natation	sur le terrain de foot
B Ping-pong	sur la cour de tennis
C Ski	sur la neige
D Voile	sur la route

Complétez avec l'option correcte

22. On faisait de la promenade quand il y a eu une...qui a dévasté toute la ville. Le vent et la pluie étaient très forts.

A brouillard B éclair C sécheresse D tempête

23. L'Idai, un des plus puissants... de l'histoire du Mozambique, a tout balayé sur son passage.

A cyclones B incendies C ouragans D typhons

24. Le 1^{er}... est férié. Nous ne travaillons pas. On fête le réveillon du nouvel an.

A décembre B janvier C juin D mai

25. Le saut à la corde semble être un exercice pour les enfants. Mais c'est un bon moyen d'entraîner les...Faites-la pendant vos temps libres!

A doigts B jambes C ombres D yeux

Quel organe sensoriel est représenté dans cette phrase ?

26. La 12^{ème} classe, groupe A, est très bruyante.
 A Odorat B Ouïe C Toucher D Vue
27. Le matin, pour faire ma toilette, j'utilise le/la...
 A cintre et le chiffon C pelle et le détergent.
 B lessive et le balai. D savon et le dentifrice.
28. Pour éviter le choléra il faut toujours se ...avant et après les repas.
 A brosser les dents B couper les ongles C laver les mains D peigner les cheveux
- Associez la phrase au sport
29. Ne mange pas trop avant d'aller à la piscine.
 A Équitation B Football C Handball D Natation
30. On va au stade pour préparer le prochain match.
 A Football B Tennis C Basketball D Hockey
- Cochez la bonne réponse.
31. Je suis en vacances. Je resterai à Bilene...une semaine pour rendre visite à ma famille.
 A dans B depuis C en D pendant
32. Amusez-vous en jouant...tennis de table. C'est merveilleux !
 A la B le C au D de
33. ...loisirs nous aident à oublier tous nos soucis.
 A Des B La C Les D Un
34. ...hobby préféré est la promenade sur la plage. J'aime beaucoup la mer.
 A Mes B Mon C Ses D Son
35. Laquelle de ces phrases exprime une invitation ?
 A Désolé, je suis très occupé. C Vous êtes tous d'accord avec lui?
 B Super ! C'est formidable. D Tu veux venir avec moi ce matin?

Lisez ce petit texte et complétez les phrases avec l'option correcte

Pendant mon enfance, j'...36...l'habitude de jouer au ballon avec mes copains. Un jour en jouant dans la cour, Pedro...37...le ballon contre la fenêtre de notre voisine Patricia. Elle...38...le ballon, tellement, elle était fâchée. Heureusement, oncle Paul qui a tout vu, demain, nous...39...un autre ballon car lui, il ...40...le sport.

36. A avaient B avais C avait D avions
 37. A a lancé B as lancé C avez lancé D ont lancé
 38. A a pris B as pris C avez pris D ont pris
 39. A offrira B offrirai C offrirez D offrirons
 40. A aime B aimes C aimez D aimons