

NIVEAU : TCST

Décembre 2021

Composition de français du premier trimestre

Texte :

Le thé, plaisir et santé

Le thé est une boisson internationale. C'est le deuxième breuvage le plus consommé après l'eau. C'est aussi une boisson très ancienne parce que sa consommation trouve ses origines en Chine, il y a environ 4500 ans. Depuis ce temps-là jusqu'aujourd'hui, on attribue au thé de nombreuses vertus bienfaitantes. Alors, quelles sont ces vertus ?

La médecine traditionnelle chinoise considère le thé comme un médicament. Selon le principe des cinq saveurs, cette boisson apporte l'amertume dont le corps manque généralement. La saveur amère renforce l'énergie du cœur et de l'intestin grêle. Les chinois attribuent aussi au thé les facultés d'atténuer les effets de l'alcool et de faciliter la digestion des graisses.

Pour sa part, la médecine occidentale répertorie depuis plusieurs années les bienfaits généraux du thé : Il est astringent, ce qui le rend par conséquent utile dans les diarrhées. De plus, son action stimulante est une aide en cas de fatigue, de somnolence et de difficultés de concentration.

Ainsi, depuis quelques années, un grand nombre d'études ont été publiées sur ce sujet. Certaines concluent un effet protecteur du thé vert contre les cancers de la vessie et de la prostate, d'autres contre les cancers du sein, du poumon, de l'estomac et de l'œsophage. Une autre étude japonaise démontre dernièrement l'effet préventif du thé vert contre les maladies cardio-vasculaires et plus précisément contre les AVC (Les Accidents Vasculaires Cérébraux).

Actuellement, les recherches portent essentiellement sur les polyphénols du thé. Ces polyphénols sont des antioxydants, c'est-à-dire des substances qui protègent nos cellules du stress oxydatif qui peut les endommager. La grande richesse de ce breuvage en polyphénols lui confère des propriétés antioxydantes supérieures à la plupart des fruits et des légumes. Après consommation d'une tasse de thé, cette protection peut durer de 2 à 3 heures.

Valérie Vidal, Rubrique « Art de vivre », Echobio n°2, novembre-décembre 06

Questions :

I. Compréhension de l'écrit : (14 pts)

1) - Le thème abordé dans le texte est :

- A) - les vertus du thé.
- B) - les effets secondaires du thé.
- C) - les étapes de fabrication du thé.

- Recopiez la bonne réponse.

2) - Le thé est-il la boisson la plus consommée au monde ? Relevez du texte la phrase qui justifie votre réponse.

3) - Quelle est l'origine du thé ? A partir de quand l'homme a-t-il commencé à le consommer ?

4) - Relevez du texte quatre mots ou expressions appartenant au champ lexical du « **thé** ».

5) - « La grande richesse de ce breuvage en polyphénols lui confère des propriétés antioxydantes supérieures à la plupart des fruits et des légumes. »

- **L'énoncé ci-dessus veut dire :**

A) - Les vertus antioxydantes de la plupart des fruits et des légumes sont supérieures à celles du thé.

B) - Les vertus antioxydantes de la plupart des fruits et des légumes sont inférieures à celles du thé.

6) - Quel est **le procédé explicatif** employé dans la phrase ci-dessous :

« Des antioxydants, c'est-à-dire des substances qui protègent nos cellules du stress oxydatifs qui peut les endommager. »

7) - A qui ou à quoi renvoient les pronoms soulignés dans le texte ?

8) - « Le thé est astringent, c'est pourquoi il est utile dans les diarrhées. »

A) - Quel est **le rapport logique** exprimé dans la phrase ci-dessus ?

B) – Réécrivez la phrase pour exprimer **le rapport inverse**

9) - Quel est le temps dominant dans le texte ? Quelle est sa valeur ?.

10) - Quelle est la visée communicative de l'auteur?

II. Production écrite : (6pts)

En vous aidant des informations suivantes, rédigez **un texte expositif (explicatif)** d'une dizaine de lignes sur **l'obésité** chez les adolescents.

- **Définition** : un excès de graisse corporelle qui peut nuire à la santé.

- **Causes** : une alimentation trop riche en calories : sucreries, gâteaux, manque d'activité physique.

- **Conséquences** : des problèmes respiratoires- risque d'apparition de diabète- une dépression sur le plan psychologique.

- **Les solutions** : une alimentation équilibrée et variée- pratiquer du sport.

Bon courage

Corrigé type de la composition

Questions	Barrême
<u>I/- Compréhension de l'écrit :</u> 1- Le thème abordé dans le texte est : A- les vertus du thé. 2- Non, c'est le deuxième breuvage le plus consommé après l'eau. 3- L'origine du thé c'est : - La Chine. - Sa consommation a débuté il y a environ 4500 ans. 4- Le champ lexical du « thé » : - Breuvage, boisson, la saveur amère, les polyphénols du thé, etc..... 5- L'énoncé veut dire : B- Les vertus antioxydantes de la plupart des fruits et des légumes sont inférieures à celle du thé. 6- Le procédé employé dans la phrase est : - La reformulation. 7- Les pronoms soulignés renvoient à : - On : les spécialistes/ les chercheurs. - Dont : l'amertume. - Les : cellules - Lui : breuvage. 8- Le rapport logique exprimé dans la phrase est : - La conséquence. Le rapport inverse (la cause) : Le thé est utile dans les diarrhées <u>car</u> il est astringent. 9- Le temps dominant dans le texte c'est : - Le présent de l'indicatif. - Sa valeur : - Présent atemporel (présent de vérité générale). 10- La visée communicative est : - (Informative, explicative.) l'auteur donne des informations et les explique. <u>II/- Production écrite</u>	