**LE PASSÉ COMPOSÉ**

Le passé composé est un **temps de l’indicatif**. On l’utilise pour parler d’actions ou d’événements passés.

* **Formation du passé composé avec *avoir***
* Forme affirmative

Sujet + auxiliaire avoir au présent de l’indicatif + participe passé du verbe

* Forme négative

Sujet + ne + auxiliaire avoir au présent de l’indicatif + pas + participe passé du verbe

* **Formation du passé composé avec *être***
* Forme affirmative

Sujet + auxiliaire être au présent de l’indicatif + participe passé du verbe

* Forme négative

Sujet + ne + auxiliaire être au présent de l’indicatif + pas + participe passé du verbe

**EXERCICES**

1. Complétez les phrases avec l’auxiliaire ***être*** ou ***avoir***.

1. Il \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_né à Paris.
2. Nous \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_grandi à la montagne.
3. J’\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_passé mon enfance en banlieue parisienne.
4. Vous \_\_\_\_\_\_\_\_venus de Nantes.
5. Ils \_\_\_\_\_\_\_\_recommencé leur vie à zéro en 2015.
6. Nous nous \_\_\_\_\_\_\_\_mariés l’année dernière.
7. Elles s’\_\_\_\_\_\_\_\_installée à Pau.

2. Complétez avec les **participes passés** des verbes proposés.

1. Recevoir →
2. Devenir →
3. Naître →
4. Prendre →
5. Mourir →
6. Faire →
7. Tenir →
8. Vivre →
9. Ouvrir →
10. Inscrire →

3. Dans les phrases suivantes, entourez la forme correcte.

1. Elle est ( né /née / nés ) en 1981.
2. Nous nous sommes (intéressé / intéressée / intéressés ) à la musique.
3. J’ai ( vécue /vécus / vécu) en Italie pendant deux ans.
4. Elles sont (devenu / devenues / devenus) célèbres en 2002.
5. Vous avez (reçu / reçues / reçus) un César.
6. Elle a (adorée/adoré/adorées) les percussions pendant le concert.

4. Conjuguez les verbes entre parenthèses au **passé composé** et reconstituez la vie d’Alice.

Alice (naître) …………………………….en Inde. Puis, ses parents (s’installer)…………………………………….à Québec où ils (vivre)………………………………………pendant dix ans. Alice, elle, (déménager)……………………………………….en France pour faire ses études. Elle (vivre)…………………………………..à Paris chez sa cousine.

Elle (adorer)……………………………….sa vie à Paris. Elle (s’inscrire)………………………………………….à de nombreuses activités comme la danse et le théâtre. Aujourd’hui, elle (se marier) …………………………………………..avec Stéphane qui est passionné de danse.

5. La vie

Vous êtes installé à Paris et vous avez changé de travail. Vous écrivez un **mail** à votre meilleur(e) ami(e) , pour lui parler de votre **nouvelle vie professionnelle**, **personnelle** et de vos **nouvelles activités**. (80-100 mots)

……………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………….

6. Qu’est-ce qu’ils ont fait dimanche matin? (passé composé)

Chloé Je(dormir)……………………………jusqu’à 11 heures. Je (prendre)…………………………..un super petit déj! Après, je (allumer)………………………………..mon portable pour regarder mes messages. Je(répondre)………………………………..à treize sms! Je (regarder) ………………………………..plein de vidéos marrantes et je (partager)……………………………..mes dernières photos avec mon groupe de copains.

Léa Moi, je (ne pas prendre)………………………………..de petit déjeuner. Je (boire)……………………. juste………………………un jus d’orange. Puis, je (devoir)……………………………….nettoyer ma chambre. Je (faire)……………………………….mon lit, je (ranger)…………....aussi……………………mon bureau. Après, je (ouvrir)…………………………………..mes placards et je (sortir)…………………………… mes boîtes de souvenirs. Je (lire)……………………………………mon journal.

Arthur Je (donner)…………………………….rendez-vous à Liam et à Alex dans le parc. On (courir) ……………un peu……………………., puis on (jouer)………………………………..au foot avec d’autres garçons. On (prendre)……………………………………..mais ce n’est pas grave! Après, je (avoir) ………………………………..faim. On (acheter)……………………………………de gros sandwiches et des cocas. Pour finir, on (faire)…………………………………du vélo. Je (ne pas voir)……………………………………….le temps passer!

Compréhension écrite

Lisez cet article et répondez aux questions.

**Équilibrer et varier son alimentation**

**Choisir ses aliments**

Bien manger, c’est adopter une alimentation variée et équilibrée, c’est-à-dire manger de tout mais en quantités adaptées. Cela consiste à privilégier les aliments bénéfiques à notre santé et à limiter la consommation de produits sucrés, salés et gras.

**Composer ses menus**

Composer des menus variés est un bon moyen pour instaurer de bonnes habitudes alimentaires.

**L’entrée :** privilégiez les entrées de légumes, crus ou cuits ou même de fruits. Cela vous aidera à atteindre le repère nutritionnel de 5 fruits et légumes par jour.

**Le plat principal :** Construisez vos plats principaux autour d’une portion de viande, de poisson, de jambon ou d’œufs , accompagnés de légumes et de féculents (pommes de terre, pâtes, riz, blé précuit, semoule, mais, légumes, secs, etc.) . Viandes, poissons ou œufs sont un des composants du plat principal et non l’élément dominant. La portion journalière recommandée pour un adulte est environ 100 à 150g.

**Le dessert :** Privilégiez les fruits (crus, cuits, en compote, au four) et les produits laitiers. Ils contribuent au bon équilibre nutritionnel et apportent une touche gourmande à votre repas. Pour vos menus, pensez également à privilégier les produits de saison. Ils présentent de nombreux avantages : des prix souvent plus attractifs et de meilleures qualités gustatives.

 INPES/ [www.mangerbouger.fr](http://www.mangerbouger.fr)

**1. Ce texte a pour but…**

⃝ de donner des recettes de cuisine.

⃝ d’informer sur les bonnes habitudes alimentaires.

⃝ de donner des conseils sur des activités sportives.

**2. Qu’est-ce qu’une alimentation variée et équilibrée?**

⃝ c’est manger de tout et en quantités adaptées.

⃝ c’est manger beaucoup et faire du sport.

⃝ c’est manger selon nos envies.

**3. Que faut-il éviter?**

⃝ les fruits et les légumes

⃝ la viande et le poisson

⃝ les gâteaux et la charcuterie

**4. Combien est-il recommandé de consommer de fruits et légumes par jour?**

⃝ aucun ⃝ 5 ⃝ 10

**5. Quelle est la portion quotidienne de viande recommandée?**

⃝ 55g ⃝ 125g ⃝ 155g

**6. Entourez le menu idéal.**

Menu C

Entrée : soupe à l’oignon

Plat principal : tournedos et ses petits légumes

Dessert : crème au chocolat

Menu A

Entrée : carottes râpées

Plat principal : poisson et légumes de saison

Dessert : salade de fruits

Menu B

Entrée : assiette de charcuterie

Plat principal : aubergines farcies

Dessert : gâteau de semoule

 

Maintenant les filles on se relaxe et on s’amuse!!!

<https://jeunesse.tv5monde.com/apprendre/les-grands-maitres-de-la-peinture/leonard-de-vinci>

<https://jeunesse.tv5monde.com/jouer/les-jeux-du-moment/les-4-saisons>

<https://fr.islcollective.com/video-lessons/paris-vu-du-ciel-quiz>