**SUBIECT DE OLIMPIADA**

**LIMBA FRANCEZĂ**

**CLASA A IX-A/ INTENSIV/BILINGV**

**TOATE SUBIECTELE SUNT OBLIGATORII**

**TIMP DE LUCRU : 3 ORE**

**NU SE ACORDĂ PUNCTE DIN OFICIU**

**SUBIECTUL I- COMPRÉHENSION ÉCRITE/30p**

**Lisez attentivement le texte ci-dessous**

**Les bienfaits d’un petit déjeuner équilibré**

**CHRONIQUE. Le petit déjeuner est le repas le plus important de la journée, mais certains aliments doivent être privilégiés.**

Le petit déjeuner, certains l'aiment sucré, d'autres salé, et il en existe presque autant de variations que de Français. Et puis il y a ceux qui s'en dispensent, car ils n'ont pas faim le matin, pas le temps de manger, ou bien parce qu'ils ont succombé à la mode du jeûne intermittent tout droit venu des [États-Unis](https://www.lepoint.fr/tags/etats-unis), où elle rencontre de plus en plus d'adeptes. Si le repas du matin [n'est pas absolument indispensable](https://www.lepoint.fr/editos-du-point/anne-jeanblanc/petit-dejeuner-manger-le-matin-n-est-pas-indispensable-27-08-2014-1857070_57.php), en prendre un équilibré présente de très nombreux intérêts dont il serait dommage de se priver.

Une étude danoise réalisée sur des adolescents a montré que l'absence de petit déjeuner était associée à un risque de surpoids et d'autres études ont démontré que sa consommation était associée – chez l'adulte – à un indice de masse corporelle plus bas. La prise d'un petit déjeuner induit de nombreux effets favorables sur le tonus, sur la concentration, sur l'humeur, sur la régulation de l'appétit tout au long de la journée, sur la sensibilité à l'insuline et sur la régulation du poids à long terme. Et il est important de le prendre régulièrement au risque de développer une résistance à l'insuline qui préfigure l'apparition d'un diabète de type 2.

Attention, cependant, de ne pas avaler n'importe quoi : nos repas du matin sont trop souvent composés d'aliments à index glycémique élevé et peu intéressants sur le plan nutritionnel. Le petit déjeuner doit être un repas à part entière, il doit être copieux, riche en protéines et pauvre en aliments sucrés comme la confiture, le miel ou les céréales industrielles.

[www.lepoint.fr](http://www.lepoint.fr)

1. Cochez la bonne case/10p :

A. Ce texte est extrait :

a) d’une lettre ; b) d’un article de presse ; c) d’un récit.

B. Ce texte parle :

a) de la santé des hommes b) des relations humaines c) de l’alimentation des hommes

2. Choisissez la variante correcte et justifiez votre choix en citant une phrase ou une expression du texte/20p :

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Affirmation | Vrai | Faux |
| a) | Les gens sautent le petit-déjeuner pour différentes raisons  Justification……………. |  |  |
| b) | Selon les spécialistes de Danemark, les ados qui ne prennent pas le petit-déjeuner risquent de maigrir.  Justification………………….. |  |  |
| c) | Les gens qui mangent le matin ont un bon état d’esprit.  Justification……………….. |  |  |
| d) | Il vaudrait mieux de consommer le matin des aliments contenant beaucoup de sucre.  Justification………………………. |  |  |

**SUBIECTUL AL II-LEA-STRUCTURES LINGUISTIQUES/ 30P**

1. Réécrivez les phrases en remplaçant les structures soulignées par les adverbes convenables (8p) :
2. Il a affronté son ennemi avec courage.
3. Vous devez écrire le texte en entier.
4. Tu traites tes invités de manière différente toutes les fois.
5. Cet enfant écoute son institutrice avec attention.
6. Réécrivez les phrases suivantes en utilisant des pronoms à la place des structures soulignées (8p) :
7. Tu présentes le projet à tes collaborateurs.
8. Ils vont à la gare pour accueiller leur ami de Portugal.
9. Vous allez apporter des bonbons pour tous les invités.
10. Il parlera de ses intentions à son chef.

3. Mettez les verbes entre parenthèses aux temps convenables (8p):

a) Si tu lui (dire) la vérité, il ne te croirait pas.

b) Il faut que je (sortir) plus souvent avec mes amis.

c) J’espère qu’il (comprendre) un jour.

d) Je me demande s’il (arriver) déjà à l’hôtel.

4 . Écrivez une phrase pour chacune des situations suivantes (6p) :

a) Vous vous renseignez sur la possibilité de louer un studio dans votre ville ;

b) Votre ami est venu tard au rendez-vous. Vous êtes mécontent.

**SUBIECTUL III-PRODUCTION ÉCRITE/40 P**

Vous êtes rentré(e) de Paris où vous avez effectué un stage linguistique. Vous écrivez un courriel à votre ami(e) pour lui raconter ce que vous avez fait à l’école, ce que vous avez visité dans la capitale et pour lui faire part de vos impressions. Votre ami(e) s’appelle Julien/Julie et vous, vous vous appelez Paul/Pauline. (160-180 mots).