

**FRANÇÉS. CÓDIGO 103****Option A**

Le bonheur, c'est la santé

Les preuves s'accumulent: le bonheur n'a rien de négligeable ou d'abstrait. C'est, bien sûr, un excellent antistress et un antidépresseur de premier choix, mais il est aussi capable de faire baisser notre taux de cholestérol, de maintenir au top notre tension artérielle, de moduler le flux de nos hormones, d'entretenir nos artères...et il aurait même une action protectrice contre le cancer. Une étude réalisée auprès de 10.000 Australiens a montré que ceux qui se déclaraient très heureux étaient aussi ceux qui étaient en meilleure santé trois ans plus tard.

Sous l'effet du rire, le diaphragme effectue une véritable gymnastique interne qui va agir sur les poumons, masser l'estomac et l'intestin, oxygéner et activer la circulation sanguine. Le rire est aussi bénéfique pour notre système cardio-vasculaire que faire du sport. La bouffée d'oxygène qu'il apporte à notre cœur diminuerait même le risque de thromboses et d'infarctus. Une séance de 10 minutes suffit à diminuer la pression artérielle. 20 minutes équivalent à un cours d'aérobic ou à une séance de jogging. Mais ça ne s'arrête pas là. Le rire déclenche des réactions hormonales en cascade.

Questions:

1.- Choisissez une option (0,5 points/item)

1.1.- Indiquez la phrase vraie:

- a) le diaphragme n'a aucun rapport avec le mouvement de certains organes intérieurs
- b) le diaphragme effectue une véritable gymnastique interne
- c) le diaphragme n'agit que sur les poumons
- d) le diaphragme ne fait qu'activer la circulation sanguine

1.2.- Indiquez la phrase vraie:

- a) le bonheur est un excellent antistress et un antidépresseur
- b) le bonheur ne sert pas à nous rendre plus sains
- c) le bonheur est à la base du cholestérol
- d) le bonheur diminue les hormones

1.3.- Indiquez la phrase vraie:

- a) le rire ne nous bénéficie pas
- b) le rire n'est pas fréquent dans la vie quotidienne
- c) le rire est aussi bénéfique pour notre système cardiovasculaire que faire du sport
- d) le rire n'active pas le diaphragme

1.4.- Indiquez la phrase vraie:

- a) Une séance de 10 minutes suffit à diminuer la pression artérielle
- b) Il faut une séance de 15 minutes pour diminuer la pression artérielle
- c) Pour diminuer la pression artérielle une séance de 10 minutes n'est pas suffisante
- d) 10 minutes équivalent à une séance de jogging

1.5.- Indiquez la phrase vraie:

- a) l'article parle de données qui n'ont pas été vérifiées
- b) aucune étude n'a été faite à propos des bénéfices du rire
- c) on a fait des études sur les bénéfices du rire en Amérique, en Asie et en Australie
- d) une étude réalisée auprès de 10.000 Australiens a montré que ceux qui se déclaraient très heureux étaient aussi ceux qui étaient en meilleure santé

2.- Transformez les phrases suivantes en tenant compte des accords exigés en mettez au féminin les mots indiqués (3,5 points):

a) mettez au passé composé et à la forme négative:

Les preuves s'accumulent

b) mettez à la forme affirmative et au futur:

Mais ça ne s'arrête pas là

c) mettez à l'imparfait et à l'indicatif et à la forme négative

Le rire déclenche des réactions hormonales en cascade

d) donnez le féminin pluriel des adjectifs suivants:

Excellent, heureux, interne, abstrait

3.- Exprimez votre opinion sur le sujet (4 points):

- Pensez-vous que le texte a raison? Pourquoi? Avez-vous pu constater les bénéfices du rire?

- Pouvez-vous indiquer d'autres façons d'améliorer notre santé? Décrivez-les (Employez entre 40 et 50 mots)

**Option B**

La chanteuse Olivia Ruiz fait ses débuts de comédienne

Dans une suite d'un grand hôtel parisien, Olivia Ruiz reçoit un peu comme à la maison. Elle vous sert un verre d'eau minérale avant d'allumer une cigarette. À quelques jours de la sortie de son premier film de cinéma, "Un jour mon père viendra", la chanteuse ne panique pas. Peu importe les critiques, bonnes ou mauvaises, elle a adoré jouer Chloé, jeune femme en quête d'un père idéal pour la conduire à l'autel le jour de son mariage.

"À dix-sept ans, je me destinais à une carrière dans l'art dramatique. J'ai suivi une formation de comédienne, mais la vie a fait qu'à vingt ans la musique a pris le dessus*. En dix ans, j'ai reçu pas mal de propositions. J'attendais de trouver le bon projet pour me lancer. J'ai beaucoup réfléchi avant de me décider. J'aime me mettre en danger, j'aime être là où le public ne m'attend pas.

Mais j'étais priée de perdre mon accent. Je n'avais pas le droit non plus de porter les robes rouges que j'ai souvent sur scène. Le réalisateur ne voulait pas d'Olivia, la chanteuse. Sur le plateau je ne pouvais même pas faire de la musique"

Questions:

1.- Choisissez une option (0,5 points/item)

1.1.- Indiquez la phrase vraie:

- a) la chanteuse n'aime pas faire du cinéma
- b) la chanteuse a adoré jouer Chloé
- c) la chanteuse a été la protagoniste de plusieurs films
- d) la chanteuse n'a pas aimé cette expérience

1.2.- Indiquez la phrase vraie:

- a) Olivia n'a jamais pensé à faire une carrière dans le cinéma
- b) Olivia était sûre qu'elle ne voulait que chanter
- c) À dix-sept ans, Olivia se destinait à une carrière dans l'art dramatique
- d) Olivia aurait préféré un rôle comique

1.3.- Indiquez la phrase vraie:

- a) C'est la première proposition qu'elle a reçue
- b) En dix ans, elle a reçu pas mal de propositions
- c) Elle n'a reçu que deux propositions pour faire du cinéma
- d) Elle a reçu une trentaine de propositions

1.4.- Indiquez la phrase vraie:

- a) Olivia a beaucoup réfléchi avant de se décider
- b) Olivia n'a pas eu besoin de réfléchir
- c) Olivia a accepté immédiatement
- d) Olivia était conseillée de ne pas accepter

1.5.- Indiquez la phrase vraie:

- a) Elle n'a pas dû changer son accent
- b) Le réalisateur aimait son accent
- c) Son accent était un obstacle au moment du tournage
- d) Elle était priée de perdre son accent

2.- Transformez les phrases suivantes en tenant compte des accords exigés en mettez au féminin les mots indiqués (3,5 points):

a) mettez à la forme affirmative et au passé composé:

Le réalisateur ne voulait pas d'Olivia la chanteuse

b) mettez à la troisième personne du pluriel et au conditionnel :

Sur le plateau je ne pouvais même pas faire de la musique

c) mettez au présent de l'indicatif:

J'ai suivi une formation de comédienne

d) mettez au féminin pluriel les mots suivants:

Grand, parisien, idéal, bon

3.- Exprimez votre opinion sur le sujet (4 points):

- Connaissez-vous les chansons d'Olivia Ruiz ou d'autres chanteuses françaises?

Lesquelles? Est-ce que la musique française moderne vous plaît?

- Quel type de musique préférez-vous ? Est-ce que la musique classique fait partie de vos goûts ? Et l'opéra ?

(Employez entre 40 et 50 mots)