

Article Module 6 — Être en forme et mieux se porter

Dans ce cours complet, découvre comment prendre soin de ton bien-être, raconter un événement et intégrer des répliques ainsi qu'un passage descriptif. Tu vas étudier le complément de lieu, les verbes *aller* et *faire*, l'accord de l'adjectif, des récits, une lettre et des conseils pour mieux gérer le stress.

Lecture

Grammaire

Conjugaison

Orthographe

Vocabulaire

Expression orale

Production écrite

Santé et bien-être

FRANÇAIS · 6^E ANNÉE

ARTICLE MODULE 6

Être en forme et mieux se porter

6^e année de l'enseignement de base

taalimtn.com



Article Module 6 — Être en forme et mieux se porter · Français, 6^e année de l'enseignement de base.

Dans cet article

- [Objectifs et programme](#) • [Les journées du module](#) • [Les poèmes](#) • [« La jeune acrobate »](#)
- [Le complément de lieu](#) • [Aller et faire](#) • [« Des vignettes... pour un ballon »](#)
- [Récit, description et dialogue](#) • [La lettre de Jean](#) • [L'accord de l'adjectif](#) • [Stress, hygiène et forme](#)
- [Exercices corrigés](#)

Que vas-tu apprendre dans l'Article Module 6 ?

Le titre officiel du module est « **Être en forme et mieux se porter** ». Le projet consiste à **raconter un événement en rapport avec la santé et le bien-être, en intégrant des répliques et un passage descriptif dans le récit**. Les activités associent lecture, langue, écriture, expression orale, information sur le stress et exercices d'étirement.

À la fin du module, tu pourras : repérer et déplacer des compléments de lieu, conjuguer *aller* et *faire* au passé composé et au futur, accorder un adjectif avec le nom, résumer un récit, écrire une lettre et organiser une narration avec description et dialogue.

Le manuel propose les poèmes « Un matin » et « Le vélo mille-pattes », les lectures « La jeune acrobate », « Des vignettes... pour un ballon » et « La lettre de Jean », ainsi que des ressources sur le stress, le vocabulaire de la santé et des exercices d'étirement.

Le programme du Module 6, journée par journée

Journée 1 · Grammaire

Le complément de lieu

Répond à la question *où ?* et indique le lieu.
Apprends à le repérer, le déplacer ou le supprimer quand la phrase conserve son sens principal.

Journée 2 · Lecture et conjugaison

La jeune acrobate ; aller et faire

Comprends les réactions du public et les étapes du spectacle. Conjugue ensuite les verbes *aller* et *faire* au passé composé et au futur.

Journée 3 · Projet d'écriture

Un récit avec description et répliques

Raconte un événement, décris un lieu ou un personnage et fais parler les personnages dans un dialogue ponctué.

Journée 4 · Lecture

« Des vignettes... pour un ballon »

Remets les actions de Gaston dans l'ordre, relève les précisions et réagis au concours qui pousse les enfants à manger davantage de fromage.

Journée 5 · Intégration

Réutiliser les acquis dans un récit

À partir d'une bande dessinée, raconte les actions au passé composé ou imagine ce que tu feras plus tard au futur.

Journée 6 · Lecture et orthographe

La lettre de Jean ; l'accord de l'adjectif

Observe les parties d'une lettre et accorde les adjectifs en genre et en nombre avec le nom qu'ils précisent.

Journée 7 · Dictée

Un goûter ...

Réinvestis le vocabulaire du goûter, les adjectifs et les accords dans une courte dictée à compléter.

Les poèmes : lire, apprécier et réciter

« Un matin »

Le poème d'Émile Verhaeren suit un marcheur qui part sur les chemins, porté par le vent, la lumière et la joie. Observe les images de la nature et le rythme des vers pour faire entendre l'élan du voyage.

« Le vélo mille-pattes »

Le poème d'Andrée Clair joue avec l'image amusante d'un vélo qui semble avoir mille pattes et mille roues. Repère les répétitions, les rimes et les noms de lieux pour rendre la récitation vive et régulière.

Préparer une récitation : lis le poème en silence, souligne les mots importants, découpe les vers en groupes de sens, puis récite lentement une première fois. Recommence en respectant les pauses et en articulant les fins de vers.



Tatiana se produit sur la piste ; l'histoire construit le suspense par les réactions du public.

Comprendre « La jeune acrobate »

Tatiana, une fillette de dix ans, se produit dans un cirque en tournée. Elle enchaîne des cabrioles et monte progressivement sur des escabeaux. À mesure que le numéro devient plus impressionnant, le public applaudit, puis s'inquiète et retient son souffle. Tatiana réussit finalement son saut et salue les spectateurs.

Les étapes du récit

1. **Présentation** : Tatiana est une jeune acrobate dans un cirque célèbre.
2. **Début du numéro** : elle entre sur la piste, fait des cabrioles et se remet debout.
3. **Montée de la tension** : plusieurs escabeaux sont empilés ; l'assistance devient silencieuse et inquiète.
4. **Dénouement** : Tatiana exécute son saut, se relève et remercie le public.

Questions de compréhension : Qui est Tatiana ? Comment le public réagit-il au début, puis lorsque la tour grandit ? Pourquoi les spectateurs s'inquiètent-ils ? Comment se termine le numéro ?

Éléments de réponse : Tatiana est une jeune acrobate de dix ans. Les spectateurs applaudissent d'abord, puis se taisent et crient « Assez ! » en la voyant monter. Ils craignent qu'elle se blesse en sautant de trop haut. Elle réussit le saut et salue le public.

À retenir : un récit peut créer du suspense en présentant des actions successives et les réactions des personnages. Dans la vie réelle, les figures acrobatiques ne se reproduisent pas sans encadrement professionnel, équipement adapté et règles de sécurité.

Vocabulaire : une *cabriole* est un saut acrobatique ; un *tutu* est une jupe de danse ; un *escabeau* est un petit dispositif à marches pour atteindre une hauteur.

Grammaire : utiliser le complément de lieu

Le complément de lieu donne une indication sur l'endroit où se déroule l'action. Pour le trouver, pose la question **où ?** après le verbe ou le groupe verbal.

Phrase	Question	Complément de lieu
Tatiana avance sur la piste .	Elle avance où ?	sur la piste
Le cirque fait une tournée en Europe .	Il fait une tournée où ?	en Europe
La fillette attend près du grand mât .	Elle attend où ?	près du grand mât

Déplacer ou supprimer le complément

Le complément de lieu est souvent un complément non essentiel : on peut le déplacer ou le supprimer lorsque la phrase garde son sens principal.

Déplacement : « Le cirque a du succès *en Europe*. » → « *En Europe*, le cirque a du succès. »

Suppression : « Les jeunes sportifs s'entraînent *au gymnase*. » → « Les jeunes sportifs s'entraînent. »

Une méthode en trois étapes

1. Repère le verbe conjugué.
2. Pose la question *où ?* pour trouver le groupe qui indique le lieu.
3. Essaie de déplacer ou de supprimer le groupe, puis vérifie si la phrase reste claire.

Attention : ne confonds pas le complément de lieu avec le sujet ou le complément d'objet. Demande bien *où se passe l'action ?* et vérifie la phrase entière.

Conjugaison : les verbes *aller* et *faire*

Le module entraîne à conjuguer ces deux verbes au passé composé et au futur.

Pronom	<i>Aller</i> · passé composé	<i>Faire</i> · passé composé	<i>Aller</i> · futur	<i>Faire</i> · futur
je	je suis allé(e)	j'ai fait	j'irai	je ferai
tu	tu es allé(e)	tu as fait	tu iras	tu feras
il / elle	il / elle est allé(e)	il / elle a fait	il / elle ira	il / elle fera
nous	nous sommes allé(e)s	nous avons fait	nous irons	nous ferons
vous	vous êtes allé(e)(s)	vous avez fait	vous irez	vous ferez
ils / elles	ils / elles sont allé(e)s	ils / elles ont fait	ils / elles iront	ils / elles feront

Au passé composé

Aller se conjugue avec l'auxiliaire **être**. Le participe passé s'accorde avec le sujet : « Lina est allée au gymnase » ; « Les élèves sont allés au parc. »

Avec faire

Faire se conjugue avec l'auxiliaire **avoir** : « J'ai fait un exercice » ; « Nous avons fait des étirements. » Le participe passé *fait* ne varie pas dans ces exemples.

Passé : « Hier, Bertrand *est allé* à l'infirmerie et l'infirmière lui *a fait* un pansement. »

Futur : « Quand il ira mieux, il *fera* attention et *ira* s'entraîner au gymnase. »

Repères de temps : *hier, la semaine dernière* annoncent souvent une action passée ; *demain, bientôt, la semaine prochaine* annoncent souvent une action future. Le contexte permet de choisir le bon temps.



Gaston et ses amis réunissent des vignettes pour obtenir un ballon de football.

Comprendre « Des vignettes... pour un ballon »

Gaston et ses amis aiment le football. Ils apprennent qu'une collection de cinq cents vignettes permet de recevoir un ballon. Les enfants mangent beaucoup de fromage pour réunir les images, mais n'en possèdent qu'une cinquantaine après une semaine. Gaston demande ensuite les vignettes aux clientes d'une crèmerie ; ses amis l'imitent. La collection est complétée et le groupe reçoit son ballon.

Moment	Action	Ce qu'on comprend
Début	Les enfants découvrent le concours.	Le ballon est leur objectif.
Première tentative	Ils mangent beaucoup de fromage.	La méthode est lente et excessive.
Idée de Gaston	Il demande poliment les vignettes aux clientes.	Il cherche une autre solution.
Fin	Les amis rassemblent les vignettes et envoient leur collection.	Ils reçoivent le ballon espéré.

Réagir au texte : le concours est amusant, mais manger trop d'un même aliment n'est pas une bonne habitude. On peut apprécier le récit tout en réfléchissant à l'équilibre, à la publicité et à la modération.

Vocabulaire : *à la dérobée* signifie en cachette ; *se laisser* signifie ne plus avoir envie ; une *crèmerie* est un commerce qui vend notamment des produits laitiers.



La lettre de Jean présente une situation, une demande polie et une formule de remerciement.

Production écrite : raconter, décrire et faire parler

Le projet du module consiste à raconter un événement lié à la santé ou au bien-être, en ajoutant une description et des répliques. Une bonne rédaction suit une chronologie et permet au lecteur d'imaginer le lieu, les personnages et leurs paroles.

1. Organiser le récit

Début : présente qui, où et quand.

Événement : raconte ce qui arrive dans l'ordre.

Fin : explique le résultat ou ce que le personnage a appris.

2. Insérer une description

Choisis quelques détails utiles sur un personnage, un lieu ou un objet : taille, couleur, forme, lumière, bruit ou mouvement. Évite les listes sans lien.

3. Écrire des répliques

Commence une nouvelle ligne quand un personnage parle. Utilise les deux-points et les guillemets selon le modèle étudié en classe ; varie les verbes de parole : répondre, demander, murmurer.

4. Relire

Vérifie l'ordre des actions, les temps verbaux, la ponctuation du dialogue et l'accord des adjectifs avec les noms.

Modèle court : une matinée au gymnase

EXEMPLE DE RÉCIT ORIGINAL

Samedi matin, Lina est allée au gymnase avec son frère Sami. La grande salle était claire et calme ; des tapis bleus étaient rangés près du mur. Avant l'entraînement, leur entraîneuse a proposé de petits étirements.

— Est-ce que tu as bien attaché tes chaussures ? a demandé Sami.

— Oui, et j'ai pris ma bouteille d'eau, a répondu Lina.

Au premier exercice, Lina a perdu l'équilibre, mais elle s'est relevée sans se décourager. Son frère lui a tendu la main. Ils ont terminé la séance en souriant et sont rentrés à pied. Lina a compris qu'on progresse avec de la patience, de l'attention et de l'entraide.

Plan de rédaction à compléter

1. Où et quand se passe l'événement ? Qui participe ?
2. Que se passe-t-il ? Quelles actions ont lieu en premier, ensuite et enfin ?
3. Quels détails décrivent le lieu ou un personnage ?
4. Quelles paroles échangent les personnages ?
5. Quelle conclusion ou quelle leçon retenir ?

Comprendre « La lettre de Jean »

Jean écrit à sa tante parce que sa mère est malade et que la famille a besoin d'aide. Il explique la situation, demande avec politesse si sa tante peut venir, la remercie d'avance et lui propose de la retrouver à la gare. La lettre est organisée pour que le destinataire comprenne rapidement le message.

Partie	Rôle	Exemple de formule
Lieu et date	Indiquer où et quand la lettre est écrite.	Paris, le 18 février...

Partie	Rôle	Exemple de formule
Formule d'appel	S'adresser au destinataire.	Ma chère tante,
Corps de la lettre	Expliquer la situation et formuler la demande.	Je t'écris pour te demander si tu peux venir nous aider.
Formule de politesse	Remercier et prendre congé.	Merci d'avance pour ton aide.
Signature	Indiquer qui écrit.	Ton neveu, Jean

Pour demander de l'aide : explique brièvement pourquoi tu écris, formule clairement ta demande, reste respectueux, remercie la personne et termine par une formule adaptée.

Orthographe : accorder l'adjectif avec le nom

L'adjectif qualificatif s'accorde en genre et en nombre avec le nom auquel il se rapporte.

Règle fréquente	Masculin	Féminin	Pluriel
Souvent, on ajoute e au féminin.	un frère content	une sœur contente	des frères contents / des sœurs contentes
Un adjectif déjà terminé par e garde souvent la même forme.	un vélo rouge	une voiture rouge	des vélos rouges / des voitures rouges
Certains adjectifs en -eux deviennent -euse .	un garçon heureux	une fille heureuse	des enfants heureux / des filles heureuses
Au pluriel, on ajoute souvent s .	un joli vélo	une jolie voiture	de jolis vélos / de jolies voitures

Exemples : « une veste bleue » ; « des chaussures noires » ; « une grand-mère fatiguée et heureuse ».

La vérification en trois étapes

1. Trouve le nom que l'adjectif précise.

2. Repère le genre du nom : masculin ou féminin.
3. Repère son nombre : singulier ou pluriel, puis ajuste l'adjectif.



Une courte pause et l'aide d'un adulte de confiance peuvent soutenir le bien-être.

Se documenter : stress, hygiène et forme

Le manuel propose des idées simples pour se détendre avant un travail : commencer sans se précipiter, parler de ses inquiétudes à un parent ou à un adulte de confiance, se rappeler ses points forts et faire quelques respirations lentes et régulières. Une pause courte peut aider à reprendre son activité plus calmement.



Un goûter varié et un moment convivial autour de la table familiale.

Quand tu te sens tendu

- Prépare ton travail étape par étape.
- Respire tranquillement pendant quelques instants.
- Demande de l'aide à un adulte de confiance si l'inquiétude persiste.
- Souviens-toi qu'une question difficile peut être abordée petit à petit.

Une hygiène de vie équilibrée

Le module rappelle l'importance de dormir suffisamment, de se laver, de boire de l'eau, de varier son alimentation et de bouger régulièrement. Les habitudes et besoins peuvent différer d'une personne à l'autre.

Vocabulaire de la santé et du sport

Mot	Sens simple	Exemple
la santé	État de bien-être d'une personne.	Le repos participe au bien-être.
l'hygiène	Soins et habitudes qui aident à rester propre et en forme.	Se laver les mains est une habitude d'hygiène.

Mot	Sens simple	Exemple
la forme	État où l'on se sent reposé et plein d'énergie.	Après une bonne nuit, elle a retrouvé sa forme.
l'entraînement	Exercices pratiqués pour se préparer à une activité sportive.	Les élèves s'entraînent au gymnase.
s'étirer	Allonger doucement les muscles par un mouvement contrôlé.	Avant l'activité, le groupe s'étire calmement.

Prudence : les exercices présentés dans le cours sont des gestes simples à réaliser sans mouvement brusque, sous la supervision d'un adulte. Arrête si tu ressens une douleur et demande conseil à un adulte ; cette leçon ne remplace pas l'avis d'un professionnel de santé.

Avant le sport : quelques étirements doux

Le cahier d'activités propose des mouvements pour préparer le corps avant l'effort. Fais-les lentement, sans forcer, sur un espace dégagé et avec l'accord d'un adulte.



Les mouvements d'étirement sont réalisés doucement et sous la supervision d'un adulte.

1. Lève doucement les bras au-dessus de la tête et fais de petits cercles vers l'avant, puis vers l'arrière.
2. Joins les mains derrière le dos et lève légèrement les bras, sans tirer.
3. En te tenant à un appui stable, plie doucement une jambe et garde l'équilibre quelques secondes.
4. Accroupis-toi lentement, puis redresse-toi calmement sans mouvement brusque.

Exercices corrigés du Module 6

Exercice 1 — Repérer le complément de lieu

Dans chaque phrase, trouve le groupe qui répond à *où* ? : « Les enfants jouent dans la cour. » ; « Au gymnase, les sportifs s'entraînent. »

Correction : *dans la cour ; au gymnase.*

Exercice 2 — Déplacer un complément de lieu

Réécris : « Le groupe s'étire dans la cour de l'école. » en plaçant le complément au début.

Correction possible : « Dans la cour de l'école, le groupe s'étire. »

Exercice 3 — Conjuguer aller et faire

Complète : Hier, Lina (aller) au gymnase et elle (faire) un exercice. Demain, nous (aller) au parc et nous (faire) une promenade.

Correction : Hier, Lina *est allée* au gymnase et elle *a fait* un exercice. Demain, nous *irons* au parc et nous *ferons* une promenade.

Exercice 4 — Accorder l'adjectif

Complète : une fille (heureux) ; des chaussures (bleu) ; des garçons (content).

Correction : une fille *heureuse* ; des chaussures *bleues* ; des garçons *contents*.

Exercice 5 — Remettre des actions dans l'ordre

Gaston demande les images, découvre le concours, reçoit le ballon et rassemble sa collection. Replace les actions dans l'ordre du récit.

Correction : il découvre le concours ; il rassemble des images en mangeant du fromage ; il demande les images manquantes ; il envoie la collection et reçoit le ballon.

Exercice 6 — Reconnaître les parties d'une lettre

Dans une lettre, quelle partie contient la demande ? Où trouve-t-on le nom de la personne qui écrit ?

Correction : la demande figure dans le corps de la lettre ; le nom de l'auteur apparaît dans la signature, à la fin.

Exercice 7 — Produire un court récit

Raconte en cinq ou six phrases une activité agréable. Ajoute un détail sur le lieu et deux répliques entre guillemets.

Exemple de correction : « Dimanche, nous sommes allés au parc. Le ciel était clair et les arbres formaient une ombre fraîche. — Tu veux faire le tour du jardin ? a demandé mon frère. — Oui, mais marchons tranquillement, ai-je répondu. Nous avons observé les oiseaux, puis nous sommes rentrés contents. »

À retenir pour réussir le module

Le complément de lieu répond à *où ?*. *Aller* se conjugue avec *être* au passé composé et son participe s'accorde avec le sujet ; *faire* utilise *avoir*. L'adjectif s'accorde avec le nom. Un récit clair présente les événements dans l'ordre et peut inclure une description et des répliques. Pour le bien-être, privilégie des habitudes équilibrées et demande l'aide d'un adulte quand tu en as besoin.

Source pédagogique : programme officiel de français de sixième année en Tunisie, Manuel de lecture et Cahier d'activités — Module 6. Les explications et exercices de cette fiche sont rédigés pour accompagner les apprentissages.

© taalimtn.com — Ressource pédagogique destinée à l'apprentissage du français.

taalimtn.com