



FR.R2 Healthy living and lifestyle: Reading comprehension

AQA 8652 · Calculators not allowed · about 30 minutes

Total Marks

--

Name: _____ Date: ____ / ____ / ____

Lisez le texte, puis répondez aux questions. Vous pouvez répondre en anglais sauf indication contraire.

Source: Sofia et la vie saine

Source written for Revision Library (original, copyright-free). A first-person account by a fictional French teenager describing her diet, exercise routine and her brother's less healthy habits.

Je m'appelle Sofia et, pour moi, la santé est très importante. Chaque matin, je me lève à sept heures et je mange des céréales avec du lait, parce que je n'ai pas le temps de préparer un grand petit-déjeuner avant l'école.

L'année dernière, j'ai décidé de manger plus sainement. Maintenant, j'évite le sucre autant que possible et j'essaie de manger cinq fruits ou légumes par jour. Ce n'est pas toujours facile, surtout quand mes amis achètent des bonbons à la récréation, mais je résiste presque toujours à la tentation.

Je fais aussi beaucoup de sport. Le lundi et le jeudi, je vais à la piscine avec mon club de natation, et le samedi matin, je cours dans le parc avec ma mère. Avant, je détestais faire du sport, mais maintenant, ça m'aide à me détendre et à mieux dormir.

Malheureusement, je ne dors pas assez. Je me couche souvent après minuit parce que je fais mes devoirs très tard, et le matin, je suis toujours fatiguée. Mon médecin m'a dit qu'il faut dormir au moins huit heures par nuit pour bien se concentrer à l'école.

Mon frère, Théo, a des habitudes très différentes des miennes. Il ne fait jamais d'exercice et il passe des heures devant son ordinateur. Il mange souvent de la restauration rapide et il boit trop de boissons énergisantes. Je pense qu'il devrait changer son mode de vie, sinon il risque d'avoir des problèmes de santé plus tard.

1 Choisissez la bonne réponse (A, B, C ou D).

(a) À quelle heure Sofia se lève-t-elle ?

(1)

- ☐ A) Six heures
- ☐ B) Sept heures
- ☐ C) Huit heures
- ☐ D) Neuf heures

(b) Quels jours Sofia va-t-elle à la piscine ?

(1)

- ☐ A) Le lundi et le mercredi
- ☐ B) Le mardi et le jeudi
- ☐ C) Le lundi et le jeudi
- ☐ D) Le vendredi et le samedi

(c) Que fait Sofia le samedi matin ?

(1)

- ☐ A) Elle nage à la piscine
- ☐ B) Elle court dans le parc avec sa mère
- ☐ C) Elle fait du yoga
- ☐ D) Elle reste au lit

(d) Selon le médecin, combien d'heures Sofia doit-elle dormir chaque nuit ?

(1)

- ☐ A) Six heures
- ☐ B) Sept heures
- ☐ C) Huit heures
- ☐ D) Dix heures

(Total for Question 1 is 4 marks)

2 Lisez le texte. Pour chaque phrase, écrivez Vrai, Faux ou Pas mentionné.

(a) Sofia mange un grand petit-déjeuner tous les matins.

(1)

- ☐ Vrai
- ☐ Faux
- ☐ Pas mentionné

(b) Sofia essaie de manger cinq fruits ou légumes par jour.

(1)

- ☐ Vrai
- ☐ Faux
- ☐ Pas mentionné

(c) Sofia a un chien.

(1)

- ☐ Vrai
- ☐ Faux
- ☐ Pas mentionné

(d) Théo boit beaucoup de boissons énergisantes.

(1)

- ☐ Vrai
- ☐ Faux
- ☐ Pas mentionné

(Total for Question 2 is 4 marks)

3 Répondez en anglais aux questions suivantes.

- (a) Why doesn't Sofia eat a big breakfast? (1)
- (b) Give one thing Sofia now avoids as part of eating more healthily. (1)
- (c) Give two details about Sofia's exercise routine. (2)
- (d) According to the text, why doesn't Sofia get enough sleep? (1)

(Total for Question 3 is 5 marks)

4 Complétez chaque phrase avec un mot de la case. Attention : il y a deux mots que vous n'utiliserez pas. Case : sucre, natation, fatiguée, ordinateur, médecin, minuit.

- (a) Sofia évite le _____ autant que possible. (1)
- (b) Le lundi et le jeudi, Sofia va à la piscine avec son club de _____. (1)
- (c) Le matin, Sofia est toujours _____. (1)
- (d) Théo passe des heures devant son _____. (1)

(Total for Question 4 is 4 marks)

5 Translate this extract from the text into English.

(a) Je fais aussi beaucoup de sport. (2)

(b) Le lundi et le jeudi, je vais à la piscine avec mon club de natation, (2)

(c) et le samedi matin, je cours dans le parc avec ma mère. (2)

(d) Avant, je détestais faire du sport, mais maintenant, ça m'aide à me détendre et à mieux dormir. (2)

(Total for Question 5 is 8 marks)

Mark scheme · FR.R2 Healthy living and lifestyle: Reading comprehension

Question 1

- (a) **B1** B - sept heures
- (a) **Answer: B**
- (b) **B1** C - le lundi et le jeudi
- (b) **Answer: C**
- (c) **B1** B - elle court dans le parc avec sa mère
- (c) **Answer: B**
- (d) **B1** C - huit heures
- (d) **Answer: C**

Question 2

- (a) **B1** Faux
- (a) **Answer: Faux**
- (b) **B1** Vrai
- (b) **Answer: Vrai**
- (c) **B1** Pas mentionné
- (c) **Answer: Pas mentionné**
- (d) **B1** Vrai
- (d) **Answer: Vrai**

Question 3

- (a) **B1** she doesn't have time to prepare one before school
- (a) **Answer: She doesn't have time to prepare a big breakfast before school.**
- (b) **B1** sugar (as much as possible)
- (b) **Answer: Sugar - she avoids it as much as possible.**
- (c) **B1** she swims with her swimming club on Mondays and Thursdays
- (c) **B1** she runs in the park with her mother on Saturday mornings
- (c) **Answer: She swims with her swimming club on Mondays and Thursdays, and runs in the park with her mother on Saturday mornings.**
- (d) **B1** she often does her homework very late / goes to bed after midnight
- (d) **Answer: She often does her homework very late and goes to bed after midnight.**

Question 4

- (a) **B1** sucre
- (a) **Answer: sucre**
- (b) **B1** natation
- (b) **Answer: natation**
- (c) **B1** fatiguée
- (c) **Answer: fatiguée**
- (d) **B1** ordinateur
- (d) **Answer: ordinateur**

Question 5

- (a) **B1** 'I also do' for Je fais aussi
- (a) **B1** 'a lot of sport/exercise' for beaucoup de sport
- **(a) Answer: I also do a lot of sport.**
- (b) **B1** 'On Monday(s) and Thursday(s), I go to the pool' for Le lundi et le jeudi, je vais à la piscine
- (b) **B1** 'with my swimming club' for avec mon club de natation
- **(b) Answer: On Mondays and Thursdays, I go to the pool with my swimming club,**
- (c) **B1** 'and on Saturday mornings, I run in the park' for et le samedi matin, je cours dans le parc
- (c) **B1** 'with my mother' for avec ma mère
- **(c) Answer: and on Saturday mornings, I run in the park with my mother.**
- (d) **B1** 'Before, I used to hate doing sport, but now' for Avant, je détestais faire du sport, mais maintenant
- (d) **B1** 'it helps me relax and sleep better' for ça m'aide à me détendre et à mieux dormir
- **(d) Answer: Before, I used to hate doing sport, but now it helps me relax and sleep better.**