

La gymnastique volontaire

La gymnastique volontaire est maintenant très répandue, et je m'en réjouis car elle offre de nombreux avantages.

5 Et d'abord, elle apporte une compensation salubre à la sédentarité de nos vies. Nous marchons peu, en effet, pour nous rendre au travail, que nous utilisons pour ce faire les transports en commun ou un engin individuel. Par ailleurs, notre activité professionnelle est bien souvent statique. La gymnastique volontaire, qui mobilise chacun de nos muscles, nous permet de compenser cette sédentarité et de rendre à notre corps son équilibre.

10 D'autre part, la gymnastique volontaire est une occasion de contacts. Des personnes de métiers et de genres très divers s'y retrouvent. J'y ai rencontré par exemple un juge des enfants qui m'a parlé de sa profession et m'a beaucoup intéressé.

Ces possibilités de contacts ouvrent des horizons. C'est ainsi que je me suis mise à fréquenter la piscine grâce à des membres de mon club de gymnastique qui m'y ont entraîné. Avec d'autres personnes, j'ai visité un musée local que je ne connaissais pas.

15 Enfin, la gymnastique volontaire procure une excellente détente. Grâce à elle, chacun s'évade de son univers quotidien pour ne plus vivre qu'avec son corps dans un cadre sympathique.

Pour toutes ces raisons, je pense que la gymnastique volontaire est une belle réalisation sociale. Facteur d'équilibre, de rencontres et d'enrichissements, elle est sans nul doute à pratiquer.

Femme actuelle, de 1 à 8 juin 1999

I- Questions:

- 1: À travers le mot le plus récurrent et ses substituts, **déterminez** le thème du texte.
- 2: **Relevez** la thèse initiale et **reformulez-la**.
- 3: **Repérez** les connecteurs logiques, et **retrouvez** la structure argumentative.
- 4: **Relevez** les indices de subjectivité (verbes-phrases-adjectifs).
- 5: **Relevez** les valeurs des temps verbaux dans la dernière phrase.
- 6: Que remplacent les pronoms « Je » et « nous » ?
- 7: Quels sont les avantages de la pratique du sport?

Éléments de réponse

1: Le mot le plus récurrent est gymnastique volontaire, il est répété 6 fois. Il est repris par le pronom « elle » (3 fois). Le thème est la gymnastique volontaire.

2: Thèse : La gymnastique volontaire offre de nombreux avantages.
Reformulation: La gymnastique a plusieurs effets bénéfiques.

3: 1^{er} paragraphe : Introduction contient la thèse → avantages

1^{ère} séquence argumentative : introduite par le connecteur « d'abord ». (un connecteur de cohérence qui relie les séquences entre elles)

Argument 1: Elle apporte → nos vies.

« En effet, par ailleurs » sont des connecteurs de cohésion; ils introduisent les deux exemples.

Exemple 1: nous marchons → individuel.

Exemple 2: par ailleurs → équilibre.

2^{ème} séquence argumentative : introduite par le connecteur « d'autre part ». (un connecteur de cohérence)

Argument 1: La gymnastique → s'y retrouvent.

Exemple 1: introduit par le connecteur de cohésion : par exemple → horizons.

Exemple 2: c'est ainsi que → connaissais pas.

3^{ème} séquence argumentative : introduite par le connecteur « Enfin ».

Argument 1: La gymnastique → détente.

Exemple 1: grâce à → structure.

* **Conclusion:** pour toutes ces raisons → pratiquer.

4: Indices de subjectivité:

- **Adjectifs évaluatifs: (mélioratifs)**

- **Les verbes modalisateurs:** verbe d'opinion, verbe de volonté (il faut)

- **Lexique expriment l'affection et les sentiments:**

- réjouis : verbe affectif montre la joie, le bonheur.

- statique : adjectif évaluatif péjoratif.

- excellente : adjectif évaluatif mélioratif.

- je pense: verbe d'opinion.

- sans nul doute : expression toute faite.

- rencontre : lexique valorisant.

- salubre : adjectif évaluatif mélioratif.

- intéressé : adjectif évaluatif mélioratif.

- sympathique : adjectif évaluatif mélioratif.

- belle : adjectif évaluatif mélioratif.

- enrichissement : lexique mélioratif.

- facteur d'équilibre : lexique valorisant.

5: Je pense : Présent d'énonciation (elle se réfère au temps de l'écriture).

Elle est sans nul doute : présent atemporel.

6: Je: réfère à l'énonciateur ou le locuteur.

Nous : réfère à tous ceux qui ont un travail, et l'énonciateur en fait partie.

Pour la pratique du sport

7 :

Nous ne saurions trop recommander aux adolescents la pratique du sport car elle développe de grandes vertus morales et sociales.

D'abord, le sport habitue à l'effort et, pratiqué avec sérieux, il requiert presque inévitablement un dépassement de soi. On va plus loin qu'on ne le prévoyait, qu'on ne le désirait, on apprend à se dépasser.

Par ailleurs, le sport entraîne à l'action. Lorsqu'on a un ballon entre les mains, il faut décider rapidement ce qu'on va en faire, et passer à l'acte sans délai. On s'exerce ainsi à prendre des initiatives et à agir.

Enfin, le sport apprend à vivre avec les autres. **En effet**, les sports collectifs ne peuvent se pratiquer sans une étroite collaboration avec des partenaires. Ils nous apprennent à tenir compte des autres et à agir ensemble.

Ainsi, la pratique du sport a des conséquences bénéfiques sur nos qualités morales et sociales. C'est une excellente école d'apprentissage de la vie.