

**CERTIFICAT DE FORMATION GÉNÉRALE**

**ÉPREUVE DE FRANÇAIS**

**Session JANVIER 2025**







Modèle CCYC : ©DNE

**NOM DE FAMILLE** (naissance) :

(en majuscules)


**PRENOM** :

(en majuscules)

**N° candidat** :  **N° d'inscription** :

(Les numéros figurent sur la convocation, si besoin demander à un surveillant.)

**Né(e) le** :  /  /



REPUBLIC FRANÇAISE

1.2

CONSIGNES

- Remplir soigneusement en majuscules, le cadre d'identification sur toutes les copies.
- En dehors de ce cadre d'identification, aucun signe distinctif ne doit permettre d'identifier le candidat.
- Ne joindre aucun brouillon et n'effectuer aucun collage et aucun agrafage.
- Ecrire à l'encre foncée et éviter d'utiliser du blanc correcteur. Ne pas composer dans la marge.

# CERTIFICAT DE FORMATION GÉNÉRALE

## Session JANVIER 2025

### Épreuve de Français

Durée : 1 heure  
120 points - Coefficient : 1

Documents et matériel autorisés :

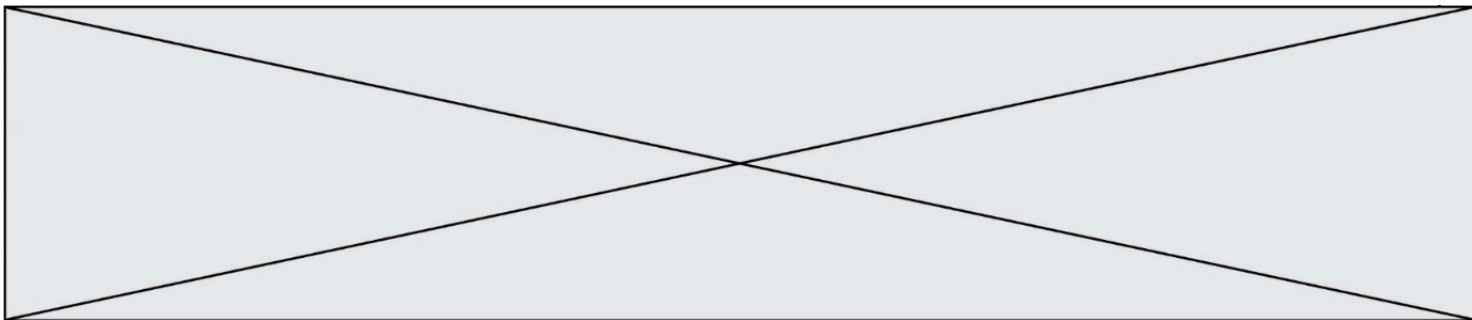
Aucun document n'est autorisé.

Ce dossier comporte 8 pages, numérotées de la page 1/8 à 8/8.

**Il est demandé aux candidats :**

- De contrôler que le dossier sujet est complet.
- De répondre obligatoirement sur ce dossier.
- De rendre ce dossier en fin d'épreuve aux surveillants de salle.

Certificat de Formation Générale	Code : 2501CFGFRA-1	Session : 01-2025	1.2
Français	Durée : 1 heure	Coefficient : 1	Page 1 / 8



## Lire silencieusement le texte

### Plus d'écrans pour moins de sommeil ?

1 Être sur son écran de tablette ou de smartphone le soir empêcherait de bien dormir. C'est le  
2 résultat d'une étude récente qui montre aussi que de plus en plus de jeunes sont concernés.

3 D'après une étude récente\*, la plupart des enfants entre 6 et 13 ans dorment de 9 à 11 heures,  
4 c'est-à-dire le temps dont ils ont besoin. Mais 1 collégien sur 5 s'endort après 23 heures et  
5 presque 1 élève de CE2-CM2 sur 5 après 22 heures.

### 6 Les jeunes accros aux écrans

7 Consulter son ordinateur, surtout son smartphone (vidéos, SMS ou réseaux sociaux), est  
8 l'activité principale des jeunes, le soir. Or, cela est très stimulant pour le cerveau, qui se  
9 prépare mal à entrer dans le sommeil. Et les très jeunes sont de plus en plus concernés.  
10 Le premier portable s'obtient de plus en plus jeune. En 2015, près d'1 enfant de CM1-CM2  
11 (9-10 ans) sur 3 avait un portable. Et presque 1 sur 5 était inscrit sur un réseau social  
12 (Snapchat, Skype, Instagram), alors que cela devrait être interdit avant l'âge de 13 ans, à  
13 cause des risques de harcèlement.

### 14 Pourquoi est-ce mauvais pour le sommeil ?

15 – La « lumière bleue » des écrans, produite par des LED, fait croire au cerveau qu'il fait encore  
16 jour. Résultat, il se met « en veille » plus difficilement et il est plus difficile de s'endormir.  
17 – Quand le téléphone est allumé la nuit (c'est le cas pour 1 collégien sur 4), le cerveau reste  
18 constamment en alerte, en attente d'un message ou d'un appel. Résultat, il ne se repose pas  
19 et le sommeil est agité.  
20 – Si on s'habitue à dormir peu ou mal, il peut y avoir des effets négatifs sur la santé. Par  
21 exemple, des difficultés dans l'apprentissage et la concentration.

### 22 Des conseils pour bien dormir

23 – Se déconnecter ! Pour ceux qui ont déjà un téléphone portable, il est bon de se forcer à  
24 l'éteindre ou à utiliser le « mode avion », même s'il est tentant de le laisser allumé.  
25 – Lire, réfléchir, en tout cas faire une activité calme. C'est la meilleure façon de mieux  
26 s'endormir et d'avoir un sommeil qui repose vraiment.  
27 – En semaine, se coucher tôt pour dormir entre 9 heures et 11 heures, le temps nécessaire  
28 pour être en forme toute la journée.

*\*Enquête « Le sommeil des jeunes, pays des écrans en veille », réalisée par la classe de 1re STMG du lycée Jeanne d'Arc, à Colombes, de septembre 2015 à mars 2016, en collaboration avec e-Enfance et le Réseau Morphée, auprès de 600 élèves du CE2 à la 4e.*

Article extrait du site **Un jour Une Actu**, publié le **31 mars 2016**

Certificat de Formation Générale	Code : 2501CFGFRA-1	Session : 01-2025	1.2
Français	Durée : 1 heure	Coefficient : 1	Page 2 / 8

## COMPRÉHENSION DU TEXTE (46 points)



Répondre aux questions :

1- Cet article est extrait :



Cocher la réponse correcte.



d'un journal



d'un site internet



d'un livre

2 points

2- Écrire le titre de cet article.




2 points

3- Écrire à quelle date il a été publié.



2 points

4- Entre la ligne 3 et la ligne 5,  entourer dans le texte la durée de sommeil recommandée pour les 6 - 13 ans.

2 points

5- Écrire le nom des 3 réseaux sociaux cités dans l'article.



.....



.....



.....

6 points

6-  Cocher la bonne réponse.

8 points

	Vrai	Faux
Le premier portable s'obtient de moins en moins jeune.		
Les enfants en CE2-CM2 dorment 5 heures au lieu de 22 heures.		
S'inscrire sur un réseau social est interdit au moins de 13 ans.		
La lumière bleue est produite par les LED.		

7- A la ligne 16, dans la phrase « il se met en veille », le pronom « il » désigne :

4 points

Cocher la réponse correcte.

le téléphone


le jeune

le cerveau

l'écran

8- Le cerveau reste actif si on consulte son téléphone la nuit.

4 points

 Souligner dans le texte entre les lignes 15 et 21, les deux raisons qui l'expliquent.

9- Numéroté les phrases pour les remettre dans l'ordre.

8 points

1  
2 

	car il reste en alerte
	mon cerveau ne se repose pas
	donc je dors peu ou mal.
	Lorsque mon téléphone est allumé la nuit,

10- La phrase « Il est tentant de le laisser allumé » signifie :

2 points

Cocher la réponse correcte.

on n'a pas le droit de le laisser allumé

on nous oblige à le laisser allumé

on a envie de le laisser allumé

11- Des lignes 22 à 28, quels sont les trois conseils donnés pour avoir un sommeil qui repose ?

6 points



.....



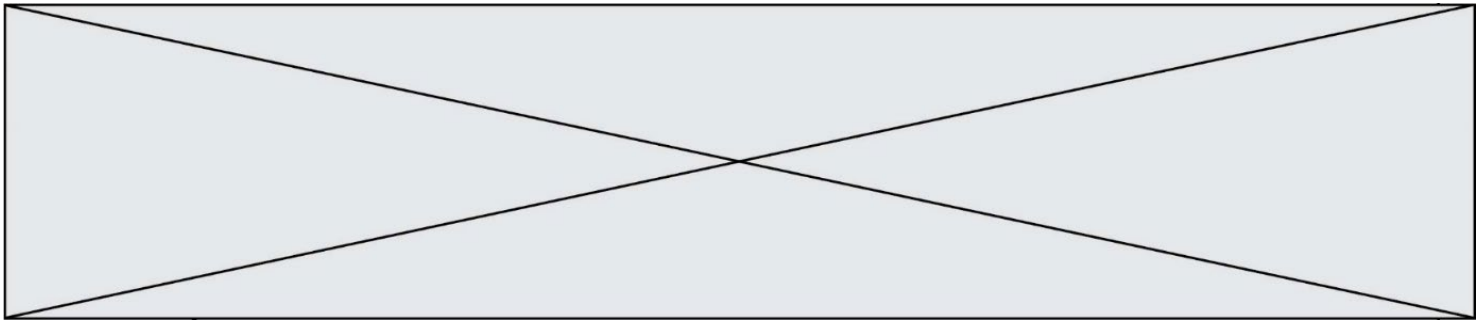
.....



.....

/ 46





3- Réécrire la phrase suivante au pluriel :


« D'après une étude récente, un enfant entre 6 et 13 ans dort de 9 à 11 heures, c'est-à-dire le temps dont il a besoin. »

D'après **des** .....

.....

.....

3 points

4-  Classer dans le tableau les mots en gras de la phrase suivante selon leur nature.

« Quand **le** téléphone est allumé la **nuit** (c'est le cas pour 1 **collégien** sur 4), le cerveau **reste constamment** en alerte, en attente d'**un** message ou d'**un appel**. »

7 points

Déterminant	Nom	Verbe	Adverbe
-	-	-	-
-	-		
	-		

/ 24

Certificat de Formation Générale	Code : 2501CFGFRA-1	Session : 01-2025	1.2
Français	Durée : 1 heure	Coefficient :1	Page 6 / 8



