

Test Francophone de Langue Française (TFLF)

Certificat de compétences linguistiques
Institut Supérieur des Langues Vivantes (ISLV)
Université de Liège

Livret du candidat :

Niveau : B2
du Cadre européen commun de référence pour les langues

Session de : mai 2011

Compétences-Connaissance des outils	Résultats
Compréhension écrite	/ 20
Expression écrite	/ 20
Structure	/ 20
Compréhension orale	/ 20
Expression orale	/ 20
TOTAL :	/ 100 / 20

B2	Compréhension écrite (30 minutes)	/ 20
----	--------------------------------------	------

Consignes :

1. Lis le texte ci-dessous.
2. Tu as 30 minutes pour lire l'ensemble et répondre aux questions.

Oublier le sport à 25 ans?

Dans la conscience collective, le sport est synonyme de bien-être et de santé. Pourtant, nombre de jeunes, blessés, ont dû y renoncer. Rencontre avec le Dr Michel Ouchinsky, spécialisé dans la médecine sportive.

« J'ai sauté pour attraper le ballon, et là je suis mal retombé déchirure des ligaments croisés du genou. » Depuis, la « carrière » sportive de Christophe, 26 ans, a pris un tournant, qu'il estime définitif. « Je crois que j'ai voulu essayer de reprendre le basket trop vite, et donc, la blessure s'est aggravée. Le sport, c'est fini pour moi. »

Autour de nous, les exemples de ce type foisonnent. Qui n'a pas un proche dont le genou, la cheville ou le dos ne permettent plus de pratiquer leur sport favori, ou du moins, de s'y investir comme avant?

D'une pratique plus ou moins intensive d'un sport, de nombreux jeunes se voient contraints à diminuer, voire à arrêter toute activité physique. Excès dans l'effort, revêtements des sols peu adéquats, surpoids, de nombreux facteurs peuvent mener à ces situations, hélas, très courantes.

Pour le docteur Michel Ouchinsky, professeur à l'Université Libre de Bruxelles et spécialiste en médecine du sport notamment, il est important de recadrer les débats: "Lier les blessures à la pratique d'un sport est un non-sens. Là-dessus, je suis catégorique. D'ailleurs, si c'était le cas, la médecine sportive n'aurait pas de raison d'être."

Evidemment, celui qui, tous les jours, se retrouve confronté à ce genre de cas, ne conteste en rien le fait que l'activité physique puisse engendrer des blessures, mais tient à souligner que c'est la mauvaise pratique, souvent liée à des facteurs extérieurs, qui en est la principale cause.

Le Dr Ouchinsky note, par exemple, que ces blessures graves coïncident bien souvent avec l'entrée dans la vie active et avec le développement d'une vie familiale. Le stress lié à ces changements, la pression du patron, les exigences des enfants constituent autant d'agents qui, d'une part, n'offrent plus les plages de récupération ni de préparation nécessaires, et, d'autre part, poussent à se résigner quant à la fatalité de ces blessures.

Autre élément essentiel à prendre en compte, la fragilité de constitution du sportif: chaque personne dispose d'un corps plus ou moins robuste. Dès lors, certains sont plus sujets à des pépins physiques que d'autres.

Ces facteurs extérieurs au sport, auxquels il convient, selon le Dr Ouchinsky, d'ajouter une surestimation de son propre niveau, peuvent être maîtrisés. Question de dosage. Il faut savoir écouter son corps et les signaux qu'il nous envoie.

Parmi les causes souvent pointées du doigt, l'échauffement avant l'effort n'a pas l'impact qu'on lui accorde généralement. « Ne me faites pas dire ce que je n'ai pas dit, insiste le

professeur. Bien sûr qu'un bon échauffement est conseillé. Il faut préparer son corps, faire comme en Formule 1, un « warm-up », pour chauffer la pompe cardiaque et les articulations. Mais l'incidence de l'échauffement est toute relative. Il y a des millions de personnes qui arrivent juste avant leur entraînement ou leur match et se mettent directement en action, et qui ne se blessent jamais. Alors que d'autres, qui consacrent près d'une demi-heure à leur préparation, se retrouvent dans nos cabinets. Au final, le stress et la fatigue importent le plus. »

« Aux environs des 25 ans, il est rarissime de rencontrer des cas de blessures incurables. Il y a la plupart du temps une solution médicale. Une opération ou des soins adaptés permettent un rétablissement presque complet. » tient quand même à ajouter le Docteur Ouchinski.

Source : Article de Julien Lepeer mis en ligne sur le site de La Libre Belgique le 17 décembre 2008 (url : <http://www.lalibre.be/societe/sciences-sante/article/468317/oublier-le-sport-a-25-ans.html>)

1. Identifie trois raisons qui peuvent amener un jeune à avoir un accident en pratiquant un sport.

/ 3

-
-
-

2. Vrai ou faux ? (Entoure O la bonne réponse et justifie ton choix) / 6

Christophe a définitivement arrêté le sport dès sa première blessure grave.

V F

→ *Justification* :

Michel Ouchinski pense que quiconque fait du sport se blessera, c'est inévitable.

V F

→

Justification : _____

D'après le Dr Oulinski, l'échauffement n'est pas indispensable avant de se mettre à faire du sport.

V F

→

Justification : _____

3. Dans le segment : « ou du moins, de s'y investir comme avant? », le pronom « y » remplace :

/ 2

- les exemples
- les personnes
- les blessures
- le sport

4. Dans la phrase : « De nombreux jeunes se voient contraints à diminuer, voire à arrêter toute activité physique », le terme « voire » pourrait être remplacé par :

/ 2

- en plus
- et même
- sans pour autant
- comme

5. Pour quelles raisons certaines personnes ne prennent-elles plus le temps nécessaire pour récupérer d'une blessure et reprendre normalement le sport ?

/ 3

6. Dans le segment « se résigner quant à la fatalité de ces blessures », tu pourrais remplacer l'élément souligné par :

/ 2

- au moment de
- en ce qui concerne
- malgré
- à cause de

7. Retrouve dans le texte le mot qui veut dire : « petit problème, petit souci sans grande gravité »

/ 2

B2	Structure (25 minutes)	/ 20
----	---------------------------	------

1. Modifie la phrase de départ en fonction de ce qui t'est demandé, afin d'arriver à une nouvelle phrase : conjugue le verbe à l'infinitif au temps demandé, remplace les segments soulignés par des pronoms, et ajoute les adverbes, les négations, etc. à la bonne place. /5

Exemple :

Le policier a dressé un procès verbal à l'automobiliste.

Transformer chaque partie soulignée par un pronom

Ajouter négation « ne pas »

→ Le policier ne lui en a pas dressé un.

1. Le prof nous a demandé le devoir pour demain.

Transformer la partie soulignée par un pronom

=>

2. J'accompagnerai mes tantes à la gare.

Transformer chaque partie soulignée par un pronom

Ajouter négation avec « plus jamais »

=>

3. André racontait des mensonges à ses proches.

Transformer chaque partie soulignée par un pronom

=>

4. Elle veut rendre cet argent à sa mère.

Transformer chaque partie soulignée par un pronom

=>

5. Ils accepteront de nous révéler ce qu'ils ont vu.

Transformer la partie soulignée par un pronom

Ajouter négation avec « pas »

=>

2. D'après le contexte donné, conjugue les verbes entre parenthèses au mode et au temps corrects.

/15

1. **Un jeune homme rêve** : La femme de ma vie ? Je veux qu'elle (être) _____ fidèle ; qu'elle me (comprendre) _____ ; qu'elle me (faire) _____ rire ; qu'elle (savoir) _____ me surprendre ; qu'elle (apprécier) _____ mes amis et surtout qu'elle ne (vouloir) _____ pas tout le temps aller faire des courses !

2. **Tu adresses des reproches à ta petite sœur** : Si tu (étudier) _____, tu (réussir) _____ l'examen de ce matin, mais tu (préférer) _____ jouer toute la journée hier ! C' (être) _____ un peu bête non ? En plus, tu (promettre) _____ à papa et à maman de faire un effort !

3. **Ton père te parle du métier qu'il voulait faire quand il était petit** : Quand je (être) _____ petit, je (vouloir) _____ être pompier. Je (penser) _____ que je (devenir) _____ un héros en sauvant la vie des gens ! Et voilà que, en réalité, je (devenir) _____ employé de banque ! On ne (faire) _____ pas toujours ce qu'on (vouloir) _____ dans la vie !

4. **La Directrice de l'école parle à quelques étudiants** : Je (être) _____ très fière de vous car vous (remporter) _____ plusieurs médailles lors du grand concours de natation du mois de juin dernier ! Je (tenir) _____ absolument à ce que vous (poursuivre) _____ dans cette voie ! Pourquoi ne (organiser) _____-nous pas, à la fin de l'année, une fête à l'école, en votre honneur ? Je suis sûre que tous les étudiants (être) _____ d'accord avec mon idée !

5. **Une anecdote de la vie quotidienne** : Hier, un chien (entrer) _____ dans le jardin de Martine, qui (jouer) _____ tranquillement sur la pelouse. L'animal (s'approcher) _____ et quand l'enfant (avancer) _____ la main pour le caresser, le chien (mordre) _____ la pauvre petite. Il (falloir) _____ emmener la fillette d'urgence à l'hôpital, pour la soigner.

B2	Compréhension orale (30 minutes)	/ 40
----	-------------------------------------	------

Sujet 1

Le document vidéo 1 que tu vas voir deux fois parle de « Nageurs de haut niveau ».

(Source : Emission RTBF « Au quotidien » du 17 février 2010)

1. Lis les questions (1')
2. Regarde le document (3' 26")
3. Réponds aux questions (3')
4. Regarde à nouveau le document et complète tes réponses (3' 30")

Questions

/ 20

1. Reconstitue l'horaire d'une journée type de nageur de haut niveau, d'après ce qui est expliqué dans le reportage.

/ 6

__h	lever
6 h 30	
__ h __	Il sort de la piscine et part suivre ses cours à l'université
12 h 30	
De __ h __ à __ h __	deuxième entraînement de la journée

2. Combien de kilomètres parcourt le nageur à chaque entraînement ?

/ 3

- 6 km
- 10 km
- 8 km
- Ce n'est pas indiqué.

3. Comment comprends-tu la phrase : « Frédéric de Burgrave a tout plaqué alors qu'il était au sommet » ? Reformule avec tes mots. /3,5

4. Par rapport à tout ce que l'on vient de t'expliquer, pourquoi peut-on dire que les nageurs sont comme « des mécaniques » ? /3,5

5. Que doit amener un bon entraîneur quand il s'occupe d'un jeune nageur ? / 2

-
-

6. Vrai ou faux ? (Entoure O la bonne réponse et justifie ton choix) / 2

Pholien Systemans a arrêté un moment la natation parce qu'il était arrivé à un niveau trop élevé, qu'il pensait ne pas pouvoir dépasser. V F

→ *Justification* :

Les nageurs que l'on a vus ont pour objectif final de participer aux Jeux Olympiques. V F

→

Justification :

Sujet 2

Le document vidéo 2 que tu vas voir deux fois parle de « Panneaux photovoltaïques ».

(Source : JT de 19h de la RTBF, 20 février 2011)

1. Lis les questions (1')
2. Regarde le document (1' 44")
3. Réponds aux questions (3')
4. Regarde à nouveau le document et complète tes réponses (3' 30")

Questions /20

1. Qu'est-ce qu'une « énergie verte » ? / 2

2. Pourquoi les panneaux photovoltaïques ne sont-ils pas rentables sans subsides en Belgique ? / 3

3. Combien de mégawatts a produit la Belgique grâce aux panneaux photovoltaïques ? / 3

- plus de 22
- plus de 2200
- plus de 22000
- plus de 220000

4. Vrai ou faux ? (Entoure O la bonne réponse et justifie ton choix) / 6

1. Les scientifiques tentent de remplacer le silicium parce qu'il est trop cher.

V F

→

Justification : _____

2. La Belgique occupe la deuxième place dans le rang mondial des pays qui produisent des panneaux photovoltaïques.

V F

→ *Justification* :

5. En quoi les recherches des scientifiques ont-elles des résultats bénéfiques pour ceux qui veulent équiper leurs maisons de panneaux ? / 3

6. Comment comprends-tu l'expression « Le photovoltaïque est un secteur très porteur » ?

/ 3

- trop cher
- lourd à gérer
- indispensable
- plein d'avenir

B2	Expression orale (10-15 minutes)	/ 40
----	-------------------------------------	------

L'expression orale B2 suivra une progression évolutive selon les sujets suivants :

1. L'étudiant se présente. Il parle de lui-même, de sa famille, de ses matières préférées à l'école, de ce qu'il aime faire en général en dehors des cours (sport, loisirs), de ce qu'il aimerait faire plus tard, de ses motivations à apprendre le français. (3 minutes)
2. L'étudiant se voit ensuite soumettre 4 photos d'endroits. Il doit choisir où il préférerait vivre, expliquer pourquoi et motiver son rejet des autres possibilités (utilisation des hypothétiques). (4 minutes).







3. L'étudiant/e se voit enfin proposer la photo de 6 personnalités très connues. Il doit choisir celle qu'il admire le plus et expliquer pourquoi cette personne représente un modèle pour lui. Si aucune des 6 ne l'inspire, il peut citer celle de son choix (cadre blanc) et discuter de cette personne avec le professeur. (5 minutes)



Emma Watson (Hermione)



Justin Bieber



Kristen Stewart (Twilight)



Barack Obama



Yanina Wickmayer



Mark Zuckerberg

