

## et ou est?

### 1. COMPLÈTE avec "est" ou "et"

1. Le sommeil \_\_\_\_\_ essentiel pour être en bonne santé.
2. Le sport \_\_\_\_\_ la bonne alimentation aident au bien-être.
3. La coopération \_\_\_\_\_ le respect \_\_\_\_\_ importants pour notre classe.
4. Mon corps \_\_\_\_\_ fatigué car je n'ai pas assez dormi.
5. L'eau \_\_\_\_\_ le soleil sont nécessaires pour les plantes.

### 2. COCHE la bonne réponse;

La joie \_\_\_\_ le rire sont contagieux.

et                      est

Le sport \_\_\_\_ une activité importante pour la santé.

et                      est

Boire de l'eau \_\_\_\_ dormir assez aide à rester en forme.

et                      est

La respiration \_\_\_\_ essentielle pour vivre.

et                      est

### 3. ASSOCIE les phrases à la bonne règle

Le corps et l'esprit doivent être en équilibre. ●

● "est" → verbe être (se remplace par était)

Le respect des autres est une valeur importante. ●

● "et" → conjonction de coordination (se remplace par ainsi que)

### 4. CORRIGE la phrase si nécessaire

La relaxation est le yoga aide à se sentir bien.

Le respect des autres et une valeur importante.

Boire de l'eau est dormir assez aide à rester en forme.