

Cahier de suivi ¹

Le français pour adultes ®

Commencé le

Par :



Anne-Laure Morin-Buis

Formatrice, formatrice d'apprentissage
Accompagnante dans le champ de la formation professionnelle

<https://www.linkedin.com/in/anne-laure-morin-buis-492260214/>

¹ Cahier réalisé dans le cadre du M2 MEEF PIF FACo, INSPE, Université de Poitiers, stage à la Mairie de Niort (79).

Cahier de suivi - Le français pour adultes ¹

Table des matières

Présentation du cahier et de la méthodologie

Résultat(s) des tests de niveau de langue

Cahier 1 - Alpha voyelles

Cahier 2 - Alpha consonnes

Cahier 3 - Au boulot ! Livre 1

Cahier 4 - Au boulot ! Livre 2

Cahier 5 - OULALA ! - Niveau A1

Cahier 6 - Ça marche - Niveau A2

¹ © - Le français pour adultes

Présentation du cahier

Le site “ **Le français pour adultes** ” est un site libre d'accès, gratuit, sans publicité ni inscription. Il vous permet d'accéder à des exercices progressifs, conçus pour des adultes. Ils vous permettront d'améliorer votre niveau de langue française.

Proposition de travail

1 / Testez votre niveau de langue sur RFI ²

- Pour trouver le test, écrivez : RFI test français dans votre moteur de recherche.
- Faites le test, notez le nom du test choisi et votre score dans ce cahier.

2 / Sélectionnez un cahier ³

- N'hésitez pas à commencer par le cahier 1, cela vous permettra de consolider vos connaissances de bases et de vous familiariser avec le fonctionnement du site.
- Double - cliquez sur un cahier pour y accéder.



3 / Commencez les exercices

- Double - cliquez sur une notion (A, les déplacements...).
- Lisez ou écoutez la leçon.
- Réalisez un exercice.
- Reportez votre résultat sur votre cahier de suivi (10 / 10 par exemple).
- Utilisez les cahiers (1 ; 2 ...) et les exercices dans l'ordre pour respecter la progression. Cela vous aidera à être de plus en plus performant.

² <https://francaisfacile.rfi.fr/fr/r%C3%A9viser/20221026-test-de-niveau-a1-je-d%C3%A9couvre-le-fran%C3%A7ais>

³ https://francaispouradultes.fr/page_principal/exercices.php

4 / Logos à connaître

	Écoutez (pour la leçon ou les exercices) .		Ce logo désigne la partie Exercices. À vous de jouer !
---	--	--	---

5 / Méthodologie de travail

C'est en travaillant régulièrement et en recommençant ce que vous avez déjà fait que vous progresserez le plus.

Au bout de quelques jours seulement, on oublie ce que l'on apprend . Le meilleur moyen de contrer ce phénomène est d'appliquer la répétition espacée. Idéalement, un apprentissage nouveau est répété 3 jours après ; puis 7 jours après ; ensuite 1 mois après ; enfin, 6 mois plus tard.

Sans aller jusqu'à ce degré de précision, vous pouvez répéter un exercice jusqu'à 5 fois, vos progrès seront considérablement augmentés et votre cerveau mémorisera mieux.

6 / À propos des niveaux de langue

Sur le site RFI où vous pourrez vous tester, des indications peuvent vous aider à choisir votre test.
Si vous ne savez pas lequel passer, vous pouvez commencer par le test A1 (en bas).

Tous les tests de niveau



QUEL EST MON NIVEAU ?

Test de niveau B2 : je communique avec aisance



QUEL EST MON NIVEAU ?

Test de niveau B1 : je peux communiquer dans un environnement francophone



QUEL EST MON NIVEAU ?

Test de niveau A2 : je comprends des messages simples

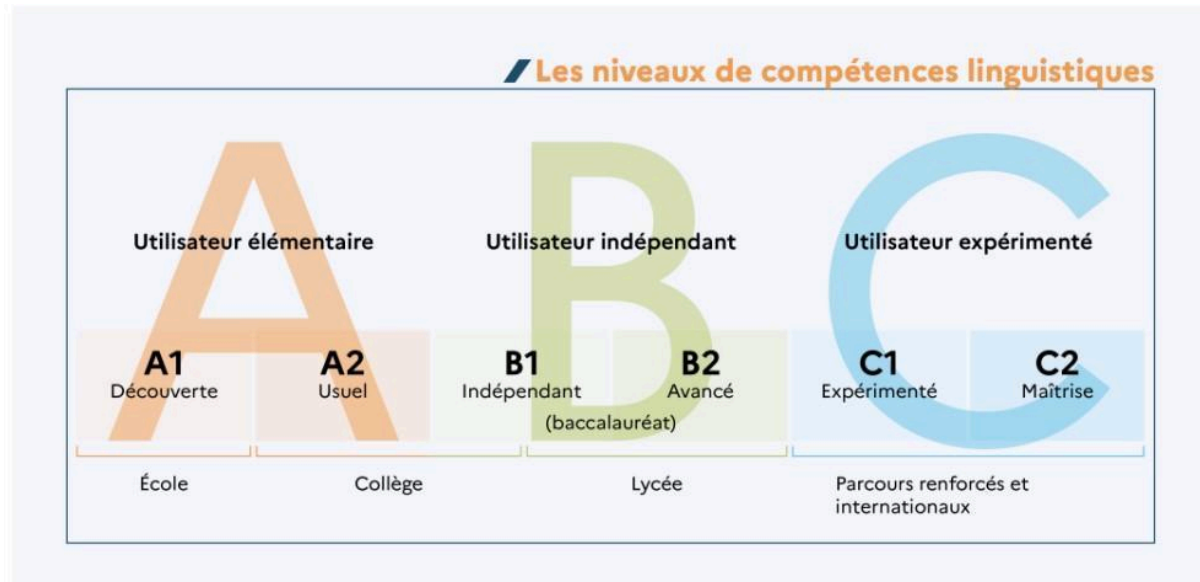


QUEL EST MON NIVEAU ?

Test de niveau A1 : je découvre le français

⁴ <https://francaisfacile.rfi.fr/fr/tester-son-niveau/>

Les niveaux de langue A1, A2... sont des niveaux de compétences utilisés pour attester d'un niveau de compétences. Ils sont utilisés pour permettre d'adapter les apprentissages au profil de l'apprenant, que ce soit à l'école, ou plus tard en formation adultes. C'est valable pour toutes les langues.



5

Ce cahier a été réalisé avec l'aimable autorisation de Valérie Vermurie.

Merci à elle

Anne-Laure Morin-Buis

⁵ <https://eduscol.education.fr/1971/cadre-europeen-commun-de-referance-pour-les-langues-cecrl>

Résultat(s) des tests de niveau de langue

Test(s) à effectuer sur le site de RFI

Date	Niveau du test effectué	Résultat obtenu
<i>26 / 03 / 2024</i>	<i>A1</i>	<i>8 / 15</i>

Alpha A voyelles

Noter le score obtenu pour chaque essai

	ESSAI 1	ESSAI 2	ESSAI 3	ESSAI 4	ESSAI 5
ALPHABET / Exercice 1					
ALPHABET / Exercice 2					
ALPHABET / Exercice 3					
ALPHABET / Exercice 4					
ALPHABET / Exercice 5					
ALPHABET / Exercice 6					
ALPHABET / Exercice 7					
A / Exercice 1					
A / Exercice 2					

O / Exercice 1					
O / Exercice 2					
I - U / Exercice 1					
I - U / Exercice 2					
I - U / Exercice 3					
I - U / Exercice 4					
E - EU / Exercice 1					
E - EU / Exercice 2					
E - EU / Exercice 3					
E - EU / Exercice 4					
É - I / Exercice 1					
É - I / Exercice 2					

É - I / Exercice 3					
É - I / Exercice 4					

Notes de l'agent

Notes de l'accompagnatrice

https://francaispouradultes.fr/page_principal/exercices-alpha-1.php



Alpha B consonnes

Noter le score obtenu pour chaque essai

	ESSAI 1	ESSAI 2	ESSAI 3	ESSAI 4	ESSAI 5
S - T / Exercice 1					
S - T / Exercice 2					
L / Exercice 1					
L / Exercice 2					
M - N / Exercice 1					
M - N / Exercice 2					
ÉVALUATION - S - T - L - M - N Exercice 1					
ÉVALUATION - S - T - L - M - N Exercice 2					
B -D -P / Exercice 1					
B -D -P / Exercice 2					

F - V / Exercice 1					
F - V / Exercice 2					
ÉVALUATION - B - D - P - F - V / Exercice 1					
ÉVALUATION - B - D - P - F - V / Exercice 2					
C - G / Exercice 1					
C - G / Exercice 2					
C - G / Exercice 3					
H / Exercice 1					
H / Exercice 2					
R / Exercice 1					
R / Exercice 2					
J - G / Exercice 1					
J - G / Exercice 2					
ÉVALUATION - C- G - J - R - H / Exercice 1					

ÉVALUATION - C- G - J - R - H / Exercice 2					
W - X - Z / Exercice 1					
W - X - Z / Exercice 2					

Notes de l'agent

Notes de l'accompagnatrice

https://francaispouradultes.fr/page_principal/exercices-alpha-2.php

Au boulot - Livre 1

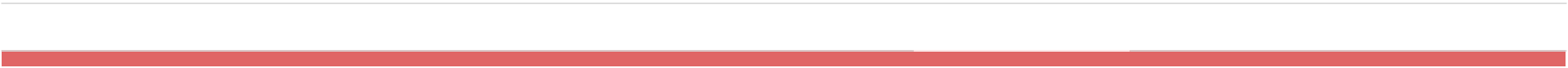
Noter le score obtenu pour chaque essai

	ESSAI 1	ESSAI 2	ESSAI 3	ESSAI 4	ESSAI 5
OU / Exercice 1					
OU / Exercice 2					
O - AU - EAU / Exercice 1					
O - AU - EAU / Exercice 2					
OI / Exercice 1					
OI / Exercice 2					
Évaluation - O -AU - EAU - OU ... Exercice 1					
Évaluation - O -AU - EAU - OU ... Exercice 2					
C - K - QU / Exercice 1					
C - K - QU / Exercice 2					

CH / Exercice 1					
CH / Exercice 2					
S - SS - C - Ç - T / Exercice 1					
S - SS - C - Ç - T / Exercice 2					
J - G / Exercice 1					
J - G / Exercice 2					
ÉVALUATION - CH / S - SS ... / Exercice 1					
ÉVALUATION - CH / S - SS ... / Exercice 2					
G - GU / Exercice 1					
G - GU / Exercice 2					
BR - BL - FR - FL - TR / Exercice 1					
BR - BL - FR - FL - TR / Exercice 2					

Notes de l'agent

Notes de l'accompagnatrice



Au boulot - Livre 2

Noter le score obtenu pour chaque essai

	ESSAI 1	ESSAI 2	ESSAI 3	ESSAI 4	ESSAI 5
ON - OM / Exercice 1					
ON - OM / Exercice 2					
AN - EN - AM - EM / Exercice 1					
AN - EN - AM - EM / Exercice 2					
IN - IM / Exercice 1					
IN - IM / Exercice 2					
AIN - EIN - IEN / Exercice 1					
AIN - EIN - IEN / Exercice 2					
ÉVALUATION - ON - AN - IN ... / Exercice 1					
ÉVALUATION - ON - AN - IN ... / Exercice 2					

E - EU / Exercice 1					
E - EU / Exercice 2					
É - È - Ê / Exercice 1					
É - È - Ê / Exercice 2					
É - Ê - AI - EI / Exercice 1					
É - Ê - AI - EI / Exercice 2					
É - ET - ER - EZ / Exercice 1					
É - ET - ER - EZ / Exercice 2					
ÉVALUATION - E - EU -EUR ... / Exercice 1					
ÉVALUATION - E - EU -EUR ... / Exercice 2					
F -PH / Exercice 1					
F -PH / Exercice 2					
GN / Exercice 1					
GN / Exercice 2					

IL / Exercice 1					
IL / Exercice 2					
Y / Exercice 1					
Y / Exercice 2					
X / Exercice 1					
X / Exercice 2					

Notes de l'agent

Notes de l'accompagnatrice

https://francaispouradultes.fr/page_principal/exercices-boulot-livre2.php



OULALA ! - Niveau A1

Noter le score obtenu pour chaque essai

	ESSAI 1	ESSAI 2	ESSAI 3	ESSAI 4	ESSAI 5
LES PRÉSENTATIONS- Exercice 1					
LES PRÉSENTATIONS- Exercice 2					
LES PRÉSENTATIONS- Exercice 3					
FAIRE CONNAISSANCE- Exercice 1					
FAIRE CONNAISSANCE- Exercice 2					
FAIRE CONNAISSANCE- Exercice 3					
LA DESCRIPTION - Exercice 1					
LA DESCRIPTION - Exercice 2					
LA DESCRIPTION - Exercice 3					
COMPTER - Exercice 1					
COMPTER - Exercice 2					

COMPTER - Exercice 3					
L'ALIMENTATION- Exercice 1					
L'ALIMENTATION- Exercice 2					
L'ALIMENTATION- Exercice 3					
EN COURS DE FRANÇAIS - Exercice 1					
EN COURS DE FRANÇAIS - Exercice 2					
EN COURS DE FRANÇAIS - Exercice 3					
LES VÊTEMENTS ET LES ACCESSOIRES Exercice 1					
LES VÊTEMENTS ET LES ACCESSOIRES Exercice 1					
LES VÊTEMENTS ET LES ACCESSOIRES Exercice 1					
LA SANTÉ - Exercice 1					
LA SANTÉ - Exercice 2					
LA SANTÉ - Exercice 3					
LES DÉPLACEMENTS - Exercice 1					

LES DÉPLACEMENTS - Exercice 2					
LES DÉPLACEMENTS - Exercice 3					
LES MESSAGES - Exercice 1					
LES MESSAGES - Exercice 2					
LES MESSAGES - Exercice 3					
LE LOGEMENT- Exercice 1					
LE LOGEMENT- Exercice 2					
LE LOGEMENT- Exercice 3					
DÉCRIRE UNE JOURNÉE - Exercice 1					
DÉCRIRE UNE JOURNÉE - Exercice 2					
DÉCRIRE UNE JOURNÉE - Exercice 3					
LES HABITUDES DE LA VIE QUOTIDIENNE Exercice 1					
LES HABITUDES DE LA VIE QUOTIDIENNE Exercice 2					
LES HABITUDES DE LA VIE QUOTIDIENNE Exercice 3					

DIRE "NON" ! - Exercice 1					
DIRE "NON" ! - Exercice 2					
DIRE "NON" ! - Exercice 3					
LES CÉLÉBRATIONS - Exercice 1					
LES CÉLÉBRATIONS - Exercice 2					
LES CÉLÉBRATIONS - Exercice 3					
LA MÉTÉO - Exercice 1					
LA MÉTÉO - Exercice 2					
LA MÉTÉO - Exercice 3					

Notes de l'agent

Notes de l'accompagnatrice

https://francaispouradultes.fr/page_principal/exercice-selection.php



Ça marche ! - Niveau A2

Noter le score obtenu pour chaque essai

	ESSAI 1	ESSAI 2	ESSAI 3	ESSAI 4	ESSAI 5
LES PRÉSENTATIONS - Exercice 1					
LES PRÉSENTATIONS - Exercice 2					
LES PRÉSENTATIONS - Exercice 3					
LA DESCRIPTION - Exercice 1					
LA DESCRIPTION - Exercice 2					
LA DESCRIPTION - Exercice 3					
LES RENDEZ - VOUS- Exercice 1					
LES RENDEZ - VOUS- Exercice 2					
LES RENDEZ - VOUS- Exercice 3					
UNE JOURNÉE BANALE - Exercice 1					

UNE JOURNÉE BANALE - Exercice 2					
UNE JOURNÉE BANALE - Exercice 3					
LES ACTIVITÉS ET LES LOISIRS - Exercice 1					
LES ACTIVITÉS ET LES LOISIRS - Exercice 2					
LES ACTIVITÉS ET LES LOISIRS - Exercice 3					
LES DÉPLACEMENTS (1) - Exercice 1					
LES DÉPLACEMENTS (1) - Exercice 2					
LES DÉPLACEMENTS (1) - Exercice 3					
LES DÉPLACEMENTS (2) - Exercice 1					
LES DÉPLACEMENTS (2) - Exercice 2					
LES DÉPLACEMENTS (2) - Exercice 3					
LES VACANCES (1) - Exercice 1					
LES VACANCES (1) - Exercice 2					
LES VACANCES (1) - Exercice 3					

LES VACANCES (2) - Exercice 1					
LES VACANCES (2) - Exercice 2					
LES VACANCES (2) - Exercice 3					
SOUVENIRS DE JEUNESSE - Exercice 1					
SOUVENIRS DE JEUNESSE - Exercice 2					
SOUVENIRS DE JEUNESSE - Exercice 3					
LES CÉLÉBRATIONS - Exercice 1					
LES CÉLÉBRATIONS - Exercice 2					
LES CÉLÉBRATIONS - Exercice 3					
L'ART- Exercice 1					
L'ART- Exercice 2					
L'ART- Exercice 3					
LES PROJETS D'AVENIR - Exercice 1					
LES PROJETS D'AVENIR - Exercice 2					

LES PROJETS D'AVENIR - Exercice 3					
L'ÉCOLOGIE- Exercice 1					
L'ÉCOLOGIE- Exercice 2					
L'ÉCOLOGIE- Exercice 3					
LES MÉDIAS - Exercice 1					
LES MÉDIAS - Exercice 2					
LES MÉDIAS - Exercice 3					

Notes de l'agent

Notes de l'accompagnateur

https://francaispouradultes.fr/page_principal/exercice



Ça roule ! - Niveau B1

Noter le score obtenu pour chaque essai

	ESSAI 1	ESSAI 2	ESSAI 3	ESSAI 4	ESSAI 5
FAIRE CONNAISSANCE - Exercice 1					
FAIRE CONNAISSANCE - Exercice 2					
FAIRE CONNAISSANCE - Exercice 3					
DÉCRIRE UNE JOURNÉE - Exercice 1					
DÉCRIRE UNE JOURNÉE - Exercice 2					
DÉCRIRE UNE JOURNÉE - Exercice 3					
LE LOGEMENT - Exercice 1					
LE LOGEMENT - Exercice 2					
LE LOGEMENT - Exercice 3					
ACTIVITÉS ET LOISIRS - Exercice 1					
ACTIVITÉS ET LOISIRS - Exercice 2					

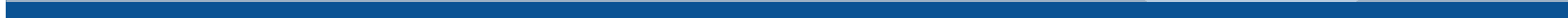
ACTIVITÉS ET LOISIRS - Exercice 3					
LE RECRUTEMENT- Exercice 1					
LE RECRUTEMENT- Exercice 2					
LE RECRUTEMENT- Exercice 3					
AU BUREAU - Exercice 1					
AU BUREAU - Exercice 2					
AU BUREAU - Exercice 3					
LE CINÉMA - Exercice 1					
LE CINÉMA - Exercice 2					
LE CINÉMA - Exercice 3					
LA MUSIQUE - Exercice 1					
LA MUSIQUE - Exercice 2					
LA MUSIQUE - Exercice 3					
LA GASTRONOMIE - Exercice 1					

LA GASTRONOMIE - Exercice 2					
LA GASTRONOMIE - Exercice 3					
LES CAUSES DE LA POLLUTION Exercice 1					
LES CAUSES DE LA POLLUTION Exercice 2					
LES CAUSES DE LA POLLUTION Exercice 3					
LES CONSÉQUENCES DE LA POLLUTION Exercice 1					
LES CONSÉQUENCES DE LA POLLUTION Exercice 2					
LES CONSÉQUENCES DE LA POLLUTION Exercice 3					
LES SOLUTIONS - Exercice 1					
LES SOLUTIONS - Exercice 2					
LES SOLUTIONS - Exercice 3					
LE MATÉRIEL INFORMATIQUE- Exercice 1					
LE MATÉRIEL INFORMATIQUE- Exercice 2					
LE MATÉRIEL INFORMATIQUE- Exercice 3					

INTERNET ET LES RÉSEAUX SOCIAUX Exercice 1					
INTERNET ET LES RÉSEAUX SOCIAUX Exercice 2					
INTERNET ET LES RÉSEAUX SOCIAUX Exercice 3					
LES MÉDIAS DE L'INFORMATION ET DE LA COMMUNICATION - Exercice 2					
LES MÉDIAS DE L'INFORMATION ET DE LA COMMUNICATION - Exercice 3					
LES MÉDIAS DE L'INFORMATION ET DE LA COMMUNICATION - Exercice 1					

Notes de l'agent

Notes de l'accompagnatrice



Au taquet ! - Niveau B2

Notez le score obtenu pour chaque essai

	ESSAI 1	ESSAI 2	ESSAI 3	ESSAI 4	ESSAI 5
LES PRÉSENTATIONS - Exercice 1					
LES PRÉSENTATIONS - Exercice 2					
LES PRÉSENTATIONS - Exercice 3					
DÉCRIRE UN PARCOURS PROFESSIONNEL Exercice 1					
DÉCRIRE UN PARCOURS PROFESSIONNEL Exercice 1					
DÉCRIRE UN PARCOURS PROFESSIONNEL Exercice 1					
AU BUREAU - Exercice 1					
AU BUREAU - Exercice 2					
AU BUREAU - Exercice 3					
EN RÉUNION - Exercice 1					

EN RÉUNION - Exercice 2					
EN RÉUNION - Exercice 3					
LES ARTS VISUELS - Exercice 1					
LES ARTS VISUELS - Exercice 2					
LES ARTS VISUELS - Exercice 3					
LA MUSIQUE - Exercice 1					
LA MUSIQUE - Exercice 2					
LA MUSIQUE - Exercice 3					
LA GASTRONOMIE - Exercice 1					
LA GASTRONOMIE - Exercice 2					
LA GASTRONOMIE - Exercice 3					
INTERNET - Exercice 1					
INTERNET - Exercice 2					
INTERNET - Exercice 3					

LES TECHNOLOGIES DU QUOTIDIEN Exercice 1					
LES TECHNOLOGIES DU QUOTIDIEN Exercice 2					
LES TECHNOLOGIES DU QUOTIDIEN Exercice 3					
LES TECHONLOGIES AU TRAVAIL Exercice 1					
LES TECHONLOGIES AU TRAVAIL Exercice 2					
LES TECHONLOGIES AU TRAVAIL Exercice 3					
LES FAITS DIVERS - Exercice 1					
LES FAITS DIVERS - Exercice 2					
LES FAITS DIVERS - Exercice 3					
DÉBÂTS, INFOS ET INTOX- Exercice 1					
DÉBÂTS, INFOS ET INTOX- Exercice 2					
DÉBÂTS, INFOS ET INTOX- Exercice 3					
LES CAUSES ET LES CONSÉQUENCES DE LA POLLUTION - Exercice 1					

LES CAUSES ET LES CONSÉQUENCES DE LA POLLUTION - Exercice 2					
LES CAUSES ET LES CONSÉQUENCES DE LA POLLUTION - Exercice 3					
LES SOLUTIONS POUR LUTTER CONTRE LA POLLUTION - Exercice 1					
LES SOLUTIONS POUR LUTTER CONTRE LA POLLUTION - Exercice 2					
LES SOLUTIONS POUR LUTTER CONTRE LA POLLUTION - Exercice 3					
LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE - Exercice 1					
LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE - Exercice 2					
LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE - Exercice 3					

Notes de l'agent

Notes de l'accompagnatrice

