



La forme pronominale en 4e : leçon, méthode et exercices

Comprends la forme pronominale avec leçon, méthode, exercices progressifs, correction détaillée et PDF à imprimer.

orthographe-francais

Prénom : _____

Date : ____ / ____ / ____

Version imprimable

La forme pronominale est une forme du verbe construite avec un pronom réfléchi : me, te, se, nous ou vous. Ce pronom renvoie au sujet, comme dans je me lave, tu te trompes ou ils se parlent.

Une erreur d'accord sur « elles se sont lavées » peut coûter un point alors que la règle se vérifie en moins de trente secondes. Niveau 4e, cycle 4, français, grammaire et conjugaison : travaille d'abord le repérage du pronom réfléchi, puis la conjugaison avec l'auxiliaire être, enfin l'accord du participe passé. Prénom : _____ Date : _____. Je sais reconnaître un verbe à la forme pronominale, le conjuguer et justifier l'accord du participe passé dans des phrases simples. Télécharger le PDF. Voir la correction.

Objectif et rappel : reconnaître la forme pronominale

Prénom : _____ Date : _____

Forme pronominale - 4e

Niveau 4e Cycle 4 Français Grammaire/conjugaison Verbe

Dans « je me lave », le mot **me** n'est pas décoratif : il renvoie à « je ». La **forme pronominale**, aussi appelée *voix pronominale*, construit le verbe avec un **pronom réfléchi** : me, te, se, nous ou vous. Le test rapide tient en une ligne : vérifie que le pronom et le sujet désignent la même personne. Exemple utile en contrôle : « tu te trompes » fonctionne, car « te » renvoie à « tu » ; « ils se parlent » fonctionne aussi, même si l'action circule entre plusieurs personnes. Simple et rentable.

Télécharger le PDF

Voir la correction



Objectif élève : Je sais reconnaître un verbe à la forme pronominale, le conjuguer et justifier l'accord du participe passé dans des phrases simples. Pour démarrer proprement, maîtrise quatre prérequis : trouver le **sujet du verbe**, reconnaître les pronoms personnels, savoir que les verbes pronominaux se conjuguent souvent avec l'auxiliaire être aux temps composés, et identifier un participe passé. Le réflexe gagnant : repère d'abord le couple sujet + pronom, puis seulement l'accord.

Ce qu'il faut savoir sur les verbes à la forme pronominale

Dans « je me lave », le verbe n'est pas seulement *laver* : il fonctionne avec « me ». Simple repère. La **forme pronominale d'un verbe**, aussi appelée **voix pronominale** dans les grammaires comme le **Bescherelle** ou le CNRTL, se conjugue avec un **pronom réfléchi** placé avant le verbe : je me, tu te, il se, nous nous, vous vous, ils se. Ce pronom est un pronom personnel lié au sujet. Au passé composé, ces verbes utilisent l'**auxiliaire être** : « elle s'est enfuie ». Le mot à surveiller ensuite est le **participe passé**, car son accord dépend souvent du rôle du pronom.

type	exemple	test rapide
verbes essentiellement pronominaux	s'enfuir, se souvenir	Sans pronom, l'infinitif n'existe pas vraiment dans ce sens.
verbes occasionnellement pronominaux	se laver / laver	Le verbe existe aussi sans pronom.
point d'accord à vérifier	elles se sont lavées	Repère qui reçoit l'action avant d'accorder.

L'accord du participe passé des verbes pronominaux - La conjugaison — La conjugaison des verbes français

Méthode pas à pas pour conjuguer et accorder

En 4e, **5 décisions** suffisent pour conjuguer un verbe pronominal sans perdre de points bêtement. Le réflexe rentable : séparer la conjugaison de l'**accord**. Au **passé composé**,



le verbe pronominal prend l'**auxiliaire être**, mais le participe passé ne s'accorde pas toujours avec le sujet.

1. Trouve le sujet : je, tu, il, elle, nous, vous, ils, elles.
2. Choisis le pronom réfléchi correspondant : me, te, se, nous, vous, se.
3. Conjugue le verbe au temps demandé, sans encore penser à l'accord.
4. Si le temps est composé, repère le **participe passé**.
5. Pose la question utile : qui ou quoi reçoit directement l'action avant le participe ?

Exemple net : « Elle s'est lavée » s'accorde, car elle a lavé elle-même ; le pronom « s' » reçoit l'action. À l'inverse, « Elle s'est lavé les mains » ne s'accorde pas avec « elle », car « les mains » reçoit l'action. Test simple. Si un **complément d'objet direct** placé avant le participe reçoit l'action, accorde avec lui. Reprends ensuite la leçon liée sur l'accord du participe passé, puis les exercices liés, l'évaluation et la carte mentale si disponibles.

Exemples résolus et phrases à observer

Exemple 1 — « **Je me prépare.** » Sujet : **Je**. Pronom réfléchi : **me**. Infinitif : *se préparer*. C'est un **verbe pronominal**, car le pronom reprend la même personne que le sujet. Gain rapide : repère le pronom collé au verbe, puis retrouve l'infinitif complet.

Exemple 2 — « **Elles se sont levées tôt.** » La phrase pronominale utilise l'auxiliaire *être* au passé composé : « sont ». Le participe passé « levées » s'accorde avec le sujet **féminin pluriel**, car ce sont bien elles qui reçoivent l'action de se lever. Cette **correction expliquée** montre ce qui paie vraiment : pronom réfléchi, action reçue, accord.

Contraste utile — « **Elles se sont lavé les mains.** » Ici, pas de « lavées » : elles ont lavé quoi ? *les mains*. Dans « Nous nous souvenons de la règle », le verbe est pronominal parce que « nous » accompagne « souvenir ». Dans « Ils se sont parlé », pas de s : ils ont parlé l'un à l'autre. L'**accord du participe passé** n'est donc jamais automatique.



Exercices progressifs et correction

Ces **forme pronominale exercices** avancent en trois temps : repérer le pronom réfléchi, construire le verbe, puis contrôler l'**accord** au passé composé. Format court, efficace, compatible **PDF à imprimer**.

Exercice 1 □

Souligne le pronom réfléchi : Je me lave. Tu te trompes. Elle se cache. Nous nous dépêchons.

Exercice 2 □

Coche les phrases pronominales : □ Il se lève. □ Elle regarde un film. □ Nous nous parlons. □ Vous partez.

Exercice 3 □

Complète avec me, te, se, nous, vous : Elle prépare. Je souviens. Vous amusez. Nous installons.

Exercice 4 □□

Conjugue au présent : je laver ; tu souvenir ; ils cacher ; nous promener.

Exercice 5 □□

Transforme à la forme pronominale : Je lave les mains. Tu prépares ton sac. Elle coiffe ses cheveux.

Exercice 6 □□

Conjugue au passé composé : Elle se laver. Ils se téléphoner. Nous se perdre.

Exercice 7 □□□



Accorde si nécessaire : Elles se sont lavé..... Ils se sont parlé..... Les mains qu'elle s'est lavé.....

Exercice 8 □□□

Justifie l'accord : Elles se sont écrit. Elles se sont vues. Elle s'est coupé le doigt. Défi bonus de **la forme pronominale exercices pdf**.

Correction

Exercice 1 : me, te, se, nous. Le pronom réfléchi reprend la même personne que le sujet.

Exercice 2 : Il se lève ; Nous nous parlons. Une phrase pronominale contient un pronom réfléchi lié au verbe.

Exercice 3 : se ; me ; vous ; nous. Le choix dépend du sujet grammatical.

Exercice 4 : je me lave ; tu te souviens ; ils se cachent ; nous nous promenons. Le verbe se conjugue avec son pronom.

Exercice 5 : Je me lave les mains ; Tu te prépares ; Elle se coiffe. La transformation ajoute un pronom réfléchi.

Vos questions

qu'est ce que la forme pronominale

La forme pronominale est une forme du verbe avec un pronom réfléchi placé avant le verbe : me, te, se, nous, vous, se. Exemple : « Je me lave », « Il se prépare ». Le pronom renvoie souvent au sujet. À l'oral comme à l'écrit, repère d'abord ce petit pronom : c'est lui qui signale la forme pronominale.

Quelles sont les verbes pronominaux ?

Les verbes pronominaux sont des verbes qui se construisent avec un pronom réfléchi : se lever, se laver, s'habiller, se souvenir, s'évanouir, se tromper, se méfier. Certains existent aussi sans pronom, comme « laver » et « se laver ». D'autres sont presque toujours pronominaux, comme « s'enfuir » ou « se souvenir ».

Comment savoir si un verbe est pronominal ?

Pour savoir si un verbe est pronominal, vérifie s'il est précédé d'un pronom réfléchi de la même personne que le sujet. Exemple : « Je me couche » : je et me vont ensemble. « Nous nous amusons » : nous et nous vont ensemble. Si le pronom accompagne le verbe et renvoie au sujet, le verbe est pronominal.

Quand on utilise la forme pronominale ?

On utilise la forme pronominale quand le sujet fait l'action sur lui-même, comme « Elle se coiffe », ou quand plusieurs personnes font une action l'une envers l'autre, comme « Ils se parlent ». Elle sert aussi avec des verbes qui n'existent presque qu'ainsi : « se souvenir », « s'enfuir », « se méfier ». Le pronom change selon le sujet.

C'est quoi la voix pronominale ?

La voix pronominale désigne une construction où le verbe est accompagné d'un pronom réfléchi : « se », « me », « te », « nous », « vous ». Elle montre que le sujet est lié à l'action d'une manière particulière. Exemple : dans « Le chat se cache », le sujet « le chat » fait l'action pour lui-même.

Comment conjuguer un verbe à la forme pronominale ?

Pour conjuguer un verbe à la forme pronominale, conjugue le verbe normalement et ajoute le pronom réfléchi qui correspond au sujet. Exemple avec « se laver » : je me lave, tu te laves, il se lave, nous nous lavons, vous vous lavez, ils se lavent. Aux temps composés, on utilise toujours l'auxiliaire être : « Elle s'est lavée ».

Comment reconnaître une phrase pronominale ?

Une phrase pronominale contient un verbe précédé d'un pronom réfléchi accordé avec le sujet. Exemple : « Les élèves se préparent » est une phrase pronominale, car « se » accompagne le verbe « préparent » et renvoie aux élèves. Attention : tous les petits mots avant un verbe ne sont pas pronominaux. Compare avec « Il le regarde » : « le » ne renvoie pas au sujet.

Comment transformer une phrase à la forme pronominale ?

Pour transformer une phrase à la forme pronominale, ajoute le pronom réfléchi qui correspond au sujet et adapte le sens. Exemple : « Je lave le chien » devient « Je me lave » si l'action revient sur moi. « Tu habilles ta sœur » devient « Tu t'habilles » si tu fais l'action sur toi-même. Vérifie toujours que le pronom renvoie bien au sujet.

Pour réussir, applique toujours le même test : repère le sujet, entoure le pronom réfléchi, vérifie qu'il renvoie au sujet, puis observe le participe passé. Quand la phrase est au passé composé, l'accord se décide avec méthode, surtout si un complément d'objet direct



apparaît. Relis tes réponses, compare avec la correction, puis refais les phrases fausses à l'oral avant d'écrire la version correcte.

À jour au 1 juillet 2026

[Continue sur blog-orthographique.fr](https://blog-orthographique.fr)

Blog Orthographique - Document pédagogique