

Click to verify



Pour rviser toutes les preuves du Diplme National du Brevet (DNB) 2025 ou tout simplement vrifier vos rponses aux preuves dj passes (Mathmatiques, Histoire-gographie, Sciences...), retrouvez tous les sujets et corrigs des preuves du Brevet 2025 et les annes prcdentes (2024, 2023...). Pour rviser toutes les preuves du Diplme National du Brevet 2025 ou tout simplement vrifier vos rponses aux preuves dj passes (Mathmatiques, Histoire, Franais...), retrouvez tous les sujets et corrigs des preuves du Brevet 2025 et les annes prcdentes (2024, 2023...). Par ailleurs, vous pouvez retrouver les sujets de Polynsie et autres sujets de l'etranger.Brevet des collges 2025: comment se droule l'preuve de Sciences? L'preuve de Sciences, regroupe la physique chimie, les sciences de la vie et de la terre, et la technologie. L'preuve dure 1h et vaut 50 points pour votre note du brevet. Elle se droule le vendredi 27 juin de 13h30 14h30.Comment obtenir son Brevet?Le Diplme National du Brevet (DNB) est valu sur un total de 800 points, rpartis quitablement entre le contrle continu et les preuves finales, chacun valant 400 points. Afin d'obtenir votre Brevet, il est impratif d'obtenir une moyenne d'au moins 400 points.De plus, en fonction de votre score, vous avez la possibilit de recevoir une mention correspondant votre performance:Une mention Trs bien est attribue si vous obtenez plus de 640 points.Une mention Bien est decerne pour un score suprieur 560 points.Une mention Assez Bien est accorde si vous obtenez plus de 480 points.Rsultats du Brevet 2025Les rsultats des preuves du Brevet 2025 seront disponibles partir de juillet 2025. Dcouvrez ici tous vos rsultats du Brevet 2025 une fois qu'ils seront disponibles. Retrouvez le sujet de l'preuve de Sciences du Brevet 2025Retrouvez le corrig de l'preuve de Sciences du Brevet 2025 Quantit en stock : 1 Collection Annales abc brevet c Date de parution 29/08/2024 Format 17 mm x 212 mm x 147 mm En poursuivant la navigation sur le site, vous acceptez le dpt de cookies et autres tags pour vous proposer des services et offres adapts, des fonctions de partage vers les rseaux sociaux, permettre la personnalisation du contenu du site et analyser l'audience du site internet. Aucune informations ne sera partage avec des partenaires de La Griffre Noire. Paramtrer les cookies Mis jour le 27 juin 2025Les preuves crites du brevet 2025 se droulent jeudi 26 et vendredi 27 juin 2025pour les 865 881 candidats inscrits en mtropole et dans les Drom. Pour couvrir lvnement, digiSchool se mobilise pour le meilleur disposition tous les sujets et les corrigs des preuves de cette session 2025 du diplme national du brevet (DNB), en voie gnrale.SOMMAIRE Note : tous les sujets du brevet des collges 2025 nous sont directement transmis par le service de presse de l'ducation nationale le jour des preuves nationales. En attendant les sujets des preuves tombs les 26 et 27 juin, voici les sujets probables du brevet 2025. L'preuve de franais du brevet se divise en 3 parties: Partie 1 Grammaire et comptences linguistiques Comprhension et comptences d'interprtation (dure 1h10 50 points) Partie 2 Dcrite (dure 20min 10 points) Partie 3 Rdaction (dure 1h30 40 points) Pour la partie 1, les questions de comprhension linguistiques et la question de grammaire portent sur le texte autobiographique de Simone de Beauvoir, La Force de l'ge, 1960, et sur un tableau du peintre impressionniste Frdric Bazille, La Robe rose, peint en 1864, Muse d'Orsay, Voici l'extrait de texte de Simone de Beauvoir, La Force de l'ge, 1960 Sujet officiel du brevet 2025 de franais (cliquez sur l'image) Retrouvez les questions de la partie comprhension dans le sujet du brevet de franais 2025 Pour la partie rdaction, les candidats avaient le choix entre deux sujets : Sujet d'imagination : Quelque temps plus tard, la narrratrice crit une lettre ses parents dans laquelle elle raconte les jours qui ont suivi son arrive dans la ville. Vous dcriez les expriences vcus, les lieux explors, les personnes rencontres et exprimerez les impressions que lui procurent ces dcouvertes. Sujet de rflexion : Pensez-vous que la littrature et les arts en gnral permettent aux lecteurs et aux spectateurs de dcouvrir des lieux, rehs ou fictifs, comme s'ils y taient ?Vous prsenterez votre rflexion dans un dveloppement argument et organu. Vous illustrerez votre propos laide d'exemples issus de vos lectures et de votre culture artistique personnelle (cinma, peinture, bande dessin). Sujet et corrig du brevet de franais en pdf (cliquez sur l'image) Entraîne-toi au DNB 2025 : les sujets tombs dans les centres trangers La dure de l'preuve du brevet de maths est de 2 heureset cette matire est note sur 100 points.Le sujet du brevet de maths se compose de5 exercices. Les candidats au brevet des collges de mtropole, des Antilles et de Guyane ont compos sur le mme sujet. Exercice 1 (20 points) probabilitsExercice 2 (23 points) gomtrieExercice 3 (18 points) DQMExercice 4 (20 points) programmation Scratch / algorithmesExercice 5 (19 points) calcul et fonctions Consultez le sujet DNB maths 2025 (cliquez sur l'image) Correction exercice 1 1. On tire une boule dans l'urne A, quelle est la probabilit d'obtenir un nombre pair ? Nombres pairs dans A : 10, 12, 24, 30 4 sur 6 Probabilit = 4 sur 6 = 2 sur 3 2. On tire une boule dans l'urne B, justifier que la probabilit d'obtenir un nombre premier est de 1 sur 3 Nombres premiers dans B : 2, 5, 17 3 sur 9 Probabilit = 3 sur 9 = 1 sur 3 3. Quelle urne contient le plus grand nombre de boules dont le numro est un multiple de 6 ? Multiples de 6 : A 12, 24, 30 3 boulesB 6, 18 2 boules donc A contient plus de multiples de 6 4. On tire une boule au hasard dans l'une des urnes. Dmontrer que la probabilit d'obtenir un nombre suprieur ou gal 20 est la mme quelle que soit l'urne choisie ? Nombres 20 : A 24, 30 2 sur 6 = 1 sur 3B 21, 22, 25 3 sur 9 = 1 sur 3 Probabilit gale dans les deux urnes 5. En repartant avec la composition initiale des urnes A et B on dcide d'ajouter une boule numrote 50 dans chacune d'entre elles. Dans ces conditions, la probabilit d'obtenir un rsultat suprieur ou gal 20 est-elle toujours gale quelle que soit l'urne choisie ? Aprs ajout d'une boule 50 dans chaque urne :A contient 7 boules, dont 24, 30, 50 20 3 sur 7B contient 10 boules, dont 21, 22, 25, 50 20 4 sur 10 = 2 sur 5 Les probabilitls ne sont plus gales car l'ajout modifie diffremment le numrateur et le denominateur dans chaque cas. Correction exercice 2 sur laquathlon (course pied et natation) 1. Justifier que AD = 200 m, = + car les points A, D, E sont aligns = = 250 50 = 200 2. Calculer la longueur CD.Triangle ADC rectangle en A daprs le thorme de Pythagore : 2 = 2 + 2 = 4802 + 2002 = 230400 + 40000 = 270400 = 270400 = 520 m 3.a. (CD) et (BE) sont-elles parallles ? On compare les rapports sur et sur : sur = 200 sur 250 = 0,8 sur = 480 sur 600 = 0,8 Les points A, D, E sont aligns ; A, C, B aussi. Daprs la rciproque du thorme de Thals, les droites (CD) et (BE) sont parallles 3.b. Angle Dans triangle ADC rectangle en A tan() = sur = 200 sur 480 = 5 sur 12 arctan(5 sur 12) 22,6 3.c. Conclusion : Droites (CD) et (BE) sont parallles > 20 Le parcours est valid Sujet brevet de maths avec le corrig en PDF (cliquez sur l'image) L'preuve d'histoire go et EMC au brevet des collges dure2 heures, est note sur50 pointset se compose de3 exercices. Pour ce sujet du brevet d'histoire-go 2025, la premire partie analyse (sur 20 points), porte sur un thme de gographie avec les espaces productifs et leurs volutions. Les candidats ont leur disposition : un texte issu dun article de La Voix du Nord, jeudi 3 fvrier 2022, de J-M. Petit, Avec trois gigafactories, la rgion devient la valle de la batterie , une carte daprs Audrey Emery, La rvolution de l'ctrique , Le Point, 17 mai 2022. La deuxime partie du sujet porte sur le monde depuis 1945 (note sur 20 points). Pour la partie dveloppement construit, il est demand aux candidats d'expliquer, en une vingtaine de lignes, l'accs l'indpendance d'une colonie de son choix, en prcisant les principaux acteurs, les tapes et les consquences.Pour la partie qui mobilise la comprhension et l'utilisation des repres historiques, les candidats doivent rpondre des questions sur la base de l'annexe jointe au sujet. Pour la partie du sujet du brevet ddie IEMC (sur 10 points), la situation pratique porte sur l'galit femmes hommes. Les candidats ont leur disposition deux documents : une affiche, issue de la campagne Lgalit professionnelle, a se travaille ! , centre Hubertine Auclert, Centre francilien pour l'galit femmes-hommes. Un extrait de la constitution de la Ve Rpublique Consultez le sujet officiel complet (cliquez sur l'image) Voici les rponses aux questions d'analyse de documents (partie 1 du sujet). 1. Relevez un extrait du texte qui dfinit la gigafactory. [] ces usines de fabrication de batteries et de leurs composants. 2. Identifiez deux types d'acteurs qui participent au dveloppement de la valle de la batterie . Deux types d'acteurs qui participent au dveloppement de la valle de la batterie : L'tat, reprsent par Emmanuel Macron qui annonce l'implantation de la gigafactory. La Rgion Hauts-de-France, qui investit financirement (60 millions d'euros) dans le projet. 3. Situez la valle de la batterie .La valle de la batterie se situe dans la rgion Hauts-de-France, principalement entre les villes de Dunkerque, Douai et Douvrin, dans les dpartements du Nord et du Pas-de-Calais, prs de la frontire belge et de la Mer du Nord. 4. Caractrisez le type d'espace productif auquel elle appartient.Il sagit dun espace industriel spcialis, tourn vers l'innovation technologique et la transition nergtique. Cet espace accueille des industries de pointe dans le domaine de la mobilit lectrique (gigafactories de batteries, usines de vhicules hybrides et lectriques), intgres des filires industrielles nationales et europennes. 5. Montrez que la valle de la batterie possde des atouts qui favorisent l'implantation des gigafactories et quelle est un espace productif important pour la rgion.La valle de la batterie, situe dans la rgion Hauts-de-France, possde plusieurs atouts qui La valle de la batterie, dans les Hauts-de-France, a plusieurs avantages qui expliquent l'installation des gigafactories. Elle est bien place, proche de la Belgique, de la mer et des grands axes de transport, ce qui facilite les changes. C'est aussi une ancienne rgion industrielle, avec des usines et des ouvriers qualifs. Des grandes entreprises comme Renault, Stellantis ou Toyota sont dj prsentes. L'tat et la Rgion investissent beaucoup d'argent pour soutenir ces projets. Enfin, ces usines emploient et participent la transition vers les voitures lectriques. Cela fait de la valle de la batterie un espace trs important pour l'conomie de la rgion. Consultez le sujet et corrig complet du brevet d'histoire-go et EMC (cliquez sur l'image) Calculez la moyenne au brevet:utilisez le simulateur Pour cette session 2025 du DNB, ce sujet de la physique-chimie et la SVT qui seront au sujet du brevet de sciences. L'preuve dure une heure et est value sur 50 points. Consultez le sujet du brevet de sciences 2025 (cliquez sur l'image) Pour la partie SVT, le sujet aient les candidats sintresser aux impacts des doryphores (insectes) sur les cultures de pommes de terre. Ils ont leur disposition plusieurs documents : un graphique prsentant l'impact des doryphores sur la production de tubercules de plantsde pommes de terre, un schma prsentant les ries des diffrents organes dun plant de pommes de terre un tableau et des schmas prsantant l'influence de la surface des feuilles sur la masse moyenne des tubercules Pour la partie physique-chimie, le sujet du brevet fait rfrence plusieurs expriences ralises par le spationaute franais Thomas Pesquet lors de sa deuxime mission bord de l'ISS, la station spatiale internationale : le recyclage de leau dans l'ISS, les matiaux dans l'ISS et les 16 leviers de Soleil. Voici la correction des questions du brevet de sciences, partie SVT : Question 1 : L'action des doryphores sur le vgtaal qui produit les pommes de terre entrane une :Proposition 3 diminution de la masse moyenne des tubercules. Question 22a. Parmi les 3 expriences A, B ou C proposes dans le tableau, indiquez l'exprience qui permet de tester l'hypothse : plus la surface totale des feuilles est petite, plus la masse moyenne des tubercules est faible Dans l'exprience C, on compare deux lots (lot 5 et lot 6) qui diffrent uniquement par la surface totale de leurs feuilles : Le lot 5 possde 100 % des feuilles Le lot 6 possde seulement 75 % des feuilles. Toutes les autres conditions (température, lumire, arrosage, dure) sont identiques entre les deux lots. Cela permet donc de tester uniquement l'effet de la surface foliaire sur la masse des tubercules, ce qui correspond prcisment l'hypothse formulee. 2b : Chaque exprience a t ralise avec des lots de 10 plants de pommes de terre. Expliquez l'intrt d'avoir utilis plusieurs plants. Utiliser plusieurs plants permet d'obtenir une moyenne et donc de limiter l'influence des variations individuelles entre les plants. Cela rend les rsultats plus fiables et permet de mieux tester l'effet dun seul facteur (comme la surface des feuilles dans cette exprience). Question 3 : l'aide des documents 1, 2 et 3, expliquez pourquoi la prsence dun grand nombre de doryphores sur les plants de pommes de terre cultivs modifie la masse moyenne des tubercules rcolts par des agriculteurs Les doryphores, prsents en grand nombre, se nourrissent des feuilles des plants de pommes de terre (document 1). Or, les feuilles jouent un rle essentiel : elles ralisent la photosynthese, cest-dire qu'elles produisent la matire organique ncessaire la plante partir de leau, du dioxyde de carbone et de la lumire (document 2). Quand les feuilles sont abmes ou manges par les doryphores, la photosynthese diminue. La plante fabrique alors moins de matire organique, et donc moins de rserves peuvent tre stockes dans les tubercules. Les tubercules, qui servent doragane de rserve, sont donc plus petits et moins massifs. Cette explication est confirme par le document 3 : lorsque la surface des feuilles est rduite (75 % au lieu de 100 %), la masse moyenne des tubercules diminue. Cela montre que la surface foliaire influence directement la masse des tubercules, comme cela se produit lors d'une attaque de doryphores. Conclusion : les doryphores rduisent la surface foliaire, ce qui freine la photosynthese et diminue la quantit de matire organique produite. Cela entrane une baisse de la masse moyenne des tubercules rcolts. Consultez le corrig de la partie SVT du brevet 2025 (cliquez sur l'image) Consultez le corrig de la partie physique-chimie (cliquez sur l'image) Rsultats brevet 2025:Date et heure par acadmie Si tu rentres au lyce la rentre prochaine, tu peux nous rejoindre sur digiSchool Education pour dcouvrir le programme de seconde, les cours, des quiz et plus encore ! partir dun certain nombre de points, il est possible de dérocher une mention au brevet. Combien faut-il de points pour avoir une mention assez-bien, bien ou trs bien au brevet des collges? quoi servent les mentions au DNB? Explications dans cet article. Tu pourras aussi calculer ta moyenne grce notre simulateur de note en ligne.La bourse au mrite du brevet est une aide verse, pour une dure de 3 ans maximum, aux lycens boursiers ayant obtenu une mention bien ou trs bien au DNB. Celle-ci qui peut s'lever jusqu' 1 002 par an! Voici tout ce qui faut savoir sur la bourse au mrite: conditions d'obtention, dmarches effectuer, montant de la bourse au mrite 2024.Le brevet des collges change de rie en 2025 : il reste un examen cl, mais son obtention nest plus obligatoire pour entrer au lyce. Quels impacts pour les lves et leurs parents ? Pourquoi continuer sur ce diplme ? Et comment sadapter ces nouvelles rgles ? On vous explique tout dans cet article ! Le brevet approche calculs pas, et une excellente stratgie pour sy prparer est de se concentrer sur les sujets tombs dans les autres zones du monde. Bonne nouvelle : plusieurs lycens ayant de Physique-Chimie du brevet 2025 ont dj eu lieu et leurs corrigs complets sont disponibles ! Ces sujets sont officiels, parfaitement adapts au niveau attendu en Mtropole, et corrigs de manire pdagogique par des enseignants pour aider chaque lve comprendre, progresser et gagner en confiance. Ils permettent de se concentrer dans les conditions relles de l'examen Ils donnent un aperu des types d'exercices que les correcteurs attendent Ils rvlent les notions frquemment values Les corrigs expliquent chaque rponse tape par tape Que vous soyez parent ou lve, ces sujets corrigs sont une ressource gratuite et prcieuse pour cibler vos rvisions intelligemment et anticiper les attentes du jour J. Pensez les imprimer ou les faire refaire blanc avant le brevet ! Objectif : russir avec mthode, sans stress inutile.Bonnes rvisions toutes et tous ! Grce aux sujets corrigs dj tombs cette anne, j'ai pu menrancer sur des exercices vraiment proches de ceux du brevet. a ma permis de mieux comprendre ce qu'on attendait de moi et de gagner en confiance. Lina, 3e Nice Pour approfondir ces notions et vous entraner avec des exercices corrigs, explorez nos pages de rvisions pour le brevet en physique-chimie sur iwinsciences.com. Une prparation complte vous permettra d'arriver confiant(e) le jour de l'preuve. L'actuaill tudiane du moment : orientation, formations, mtiers, examens et ides sorties. sso-notifcation#markNotificationsAsSeen slideover:close-> sso-notifcation#removeUnseenNotificationBadge data-ss-notifcation-header-outlet=#header data-menu-slideover-> sso-resqualify-modal#load sso-resqualify-modal#loaded->modal#open sso-resqualify-modal:form-loading->modal#showLoader sso-resqualify-modal:form-submitted->modal#hideLoader data-ss-resqualify-modal-sso-resqualify-profile-outlet= profile-container> Accueil Collge Diplme national du brevet 2025 - Brevet des collges - DNB Sujets et corrigs du brevet de Sciences 2025 Adobe stock Par La cellule contenu de l'Etudiant, mis jour le 27 juin 2025 Les sujets corrigs de l'preuve de sciences 2025 (physique-chimie et SVT) sont disponibles la fin des preuves du vendredi 27 juin sur letudiant.fr. Vous pouvez galement consulter les annales des annes prcdentes qui se trouvent directement sur cette page. Vendredi 27 juin, pendant 1h, les collgiens ont relev le dfi de la demirepreuve crite du brevet (DNB): les sciences. Pour l'dition du brevet (srie gnrale) 2025, les matires au programmesontphysique-chimieetSVT.Parcourez notre proposition de corrig du brevet 2025 pour l'preuve de sciences pour vrifier que vous avez bien russi votre examen! Simulateur de moyenne du DNB (Brevet des collges) : envie de connatre votre rsultat final ? En attendant les rsultats officiels, calculez facilement votre moyenne grce notre outil. Entrez vos notes et obtenez une estimation rapide de votre moyenne. L'preuve de sciences du brevet des collges 2025a lieu cevendredi 27 juinde 13h30 14h30. Les candidats de la srie gnrale seront valus en physique-chimie et en SVT. Pour la srie professionnelle, le sujet portera sur la physique-chimie et la technologieDcouvrez notre nouveausimulateur de moyenne au brevet.Il vous permet de calculer facilement votre note finale au Diplme national du brevet.Je calcule ma note au brevetEn attendant lesrésultats du brevetau mois de juillet, dcouvrez prochainement ci-dessous lessujets corrigs de l'preuve de sciences 2025 : Brevet 2025 : preuve de sciences srie gnrale by letudiantV Brevet 2025 Correction Sciences OK by l'Etudiant Vous avez encore des interrogations sur votre future formation ? Notre partenaire Diplomee est l pour vous conseiller gratuitement et vous mettre en relation avec des tablissements de formation. En cliquant, vous acceptez que vos donnees soient transmises Diplomee. Vous pouvez retirer votre consentement tout moment. Pour en savoir plus, consultez notre charte de protection des donnees. Partagez sur les rseaux sociaux ! Aim 81% par nos utilisateurs J'aime Ma listeGrce notre partenaire Studyrama, Lumni te proposelessujets et les corrigs de l'preuve de sciencesdu breveten srie gnrale du27 juin 2025. Le sujet de l'preuveVous aimez la Bretagne ? Vous allez adorer l'application du Tlgramme. Profitez d'une exprience de lecture personnalisée et d'un accs rapide l'actualit de votre commune. Retour Les sciences font partie des preuves incontournables du Brevet, et mme si l'examen ne dure qu'une heure, il peut vite faire monter la pression. Si tu cherches vrifier tes rponses, t'entrainer ou simplement comprendre les attentes du jury, tu es au bon endroit. Cette page regroupe le sujet officiel du Brevet 2025 en sciences, les trois disciplines tombs cette anne, ainsi que le corrig d'tail. le tout rdig par des enseignants.L'preuve de sciences au Brevet 2025 : mode demploiL'preuve de sciences est prvue le vendredi 27 juin 2025 au matin, juste aprs l'histoire-go. Elle dure 1h et porte sur deux des trois disciplines suivantes :SVT (Sciences de la Vie et de la Terre)Physique-ChimieTechnologieLe choix des disciplines varie chaque anne. Le jour J, tu devras rpondre deux sujets sur les trois.Chaque partie est note sur 25 points, pour un total de 50 points.Sujets corrigs de sciences du Brevet 2025Les sujets seront publiés ici ds la fin de l'preuve.Tu pourras consulter les PDF directement depuis cette page.Le sujet de Sciences du Brevet 2025Dcouvrir le sujet de Sciences du Brevet 2025 le 27 juin aprs-midiCorrig sciences Brevet 2025Le corrig complet des deux disciplines tombs sera disponible dans l'aprs-midi du 27 juin.Il comprend :Des rponses prcises et valides par des enseignantsDes explications tape par tape pour chaque questionDes schmas ou raisonnements si ncessaireUn barme indicatif pour tauto-valuer Active les notifications via l'app Nomad Education pour ne rien rater. Tu recevras une alerte ds que les corrigs seront publiés. Ce qu'on peut attendre du sujet 2025Voici des notions souvent abordes dans les preuves prcdentes :SVT : reproduction humaine, micro-organismes, cosytmes, fonctionnement du corpsPhysique-Chimie : circuits lectriques, lumire, pression, masse/volumeTechnologie : objets techniques, fonctionnement des systmes, schmas techniques, dveloppement durable lire aussi : Brevet 2025 : sujets probables en sciences, ce qui pourrait tomber !Comment rviser efficacement en sciences ?Mme si l'preuve est courte, elle est dense : mieux vaut arriver prpar.Pour t'aider :Fiches de rvision de 3me en SciencesCours et Quiz interactifs en SciencesAnnales corriges des sujets tombs en Sciences au BrevetDes exercices corrigs en SciencesDes paires parfaites et des flashcards pour rviserPense aussi bien maitriser les consignes des documents scientifiques : tableaux, graphiques, expriences, etc.Rsum retonitL'preuve de sciences du DNB 2025 dure 1h, avec 2 disciplines sur 3Tous les sujets et corrigs seront publiés ici le 27 juinLes fichiers seront gratuits, complets et l'chargeablesRvise avec nos ressources sciences brevetsFAQ Sciences Brevet 2025Quelles disciplines vont tomber cette anne ?Elles seront dvoilées le jour de l'preuve. Tu devras traiter 2 sujets parmi SVT, physique-chimie et technologie.Le corrig est-il officiel ?Il est rdig par des enseignants spcialiss selon les attentes du programme, mais ce nest pas un corrig "ministriel". Est-ce que je dois connatre tout le programme ?Oui, car les disciplines retenues ne sont connues qu'au dernier moment.Je peux trouver les sujets spars ?Oui, chaque sujet (SVT, PC, techno) est disponible individuellement en PDF et en ligne.Faut-il rdiger ou juste rpondre ?Les rponses doivent tre claires, justifies si demand, et respecter les consignes. Les schmas sont parfois compter ou interprter.

How many exercises per day for beginners. How many exercises should a beginner do. How much how many exercises for beginners pdf. How many exercises per workout for beginners. How many exercises per muscle group for beginners. How many exercises per workout session for beginners. How much how many exercises for beginners. Exercises for beginners. How many exercises do you need.