

## COMPRÉHENSION ÉCRITE : « LE SOMMEIL ET LES RÊVES »

① Lisez le texte. Complétez le texte de droite avec les mots sur le côté gauche.

À quelle heure tu te couches, généralement ? Est-ce que tu dors assez ?



### Liste des mots

- B** baille
- C** cauchemars  
couche
- D** dormir
- E** endormi  
endormir
- F** fatigue
- I** insomnies
- L** lève
- M** matinal  
met au lit
- O** oiseau de nuit
- R** réveil  
réveille
- S** siestes



1. J'adore rester debout jusque très tard et regarder des séries, ou bien naviguer sur internet. Tous mes amis disent que je suis un \_\_\_\_\_.
2. Je me fais des soucis par rapport à mon travail et à l'argent, à tel point que je fais des \_\_\_\_\_ : impossible de dormir !
3. Mon \_\_\_\_\_ est très bruyant : il réveille même mes voisins... !
4. Le week-end, je me \_\_\_\_\_ souvent assez tard.
5. Après avoir regardé un film d'horreur, je fais souvent des \_\_\_\_\_.
6. Il est essentiel d'avoir un sommeil suffisant. Je me couche donc vers 22 heures et je me \_\_\_\_\_ vers 6 heures du matin.
7. Mon ami est très \_\_\_\_\_. Il se lève vers 6 heures du matin et fait du sport avant d'aller au travail.
8. Dans beaucoup de pays, les gens ont l'habitude de faire des \_\_\_\_\_ : ils dorment un peu au cours de l'après-midi.
9. Quand je me sens fatigué, j'ouvre grand la bouche et je \_\_\_\_\_.
10. Habituellement, je lis un bouquin avant de \_\_\_\_\_.
11. On se couche vers 23h, mais notre fils a seulement quatre ans, donc on le \_\_\_\_\_ à 20h30.
12. Je ressens une grande \_\_\_\_\_ chronique. Je dois aller voir mon médecin.
13. Oui, il est \_\_\_\_\_. Je l'entends ronfler.
14. Je me réveille vers 6 heures, mais je ne me \_\_\_\_\_ pas tout de suite. J'aime bien rester au lit une dizaine de minutes de plus.
15. Il est 23 heures. C'est l'heure d'aller \_\_\_\_\_ !



## CORRECTION DE LA COMPREHENSION ECRITE : « LE SOMMEIL ET LES REVES »

①



### Liste des mots

<b>B</b>	<b>baille</b>
<b>C</b>	<b>cauchemars</b> <b>couche</b>
<b>D</b>	<b>dormir</b>
<b>E</b>	<b>endormi</b> <b>endormir</b>
<b>F</b>	<b>fatigue</b>
<b>I</b>	<b>insomnies</b>
<b>L</b>	<b>lève</b>
<b>M</b>	<b>matinal</b> <b>met au lit</b>
<b>O</b>	<b>oiseau de nuit</b>
<b>R</b>	<b>réveil</b> <b>réveille</b>
<b>S</b>	<b>siestes</b>

1. J'adore rester debout jusque très tard et regarder des séries, ou bien naviguer sur internet. Tous mes amis disent que je suis un **oiseau de nuit**.
2. Je me fais des soucis par rapport à mon travail et à l'argent, à tel point que je fais des **insomnies** : impossible de dormir !
3. Mon **réveil** est très bruyant : il réveille même mes voisins... !
4. Le week-end, je me **couche** souvent assez tard.
5. Après avoir regardé un film d'horreur, je fais souvent des **cauchemars**.
6. Il est essentiel d'avoir un sommeil suffisant. Je me couche donc vers 22 heures et je me **réveille** vers 6 heures du matin.
7. Mon ami est très **matinal**. Il se lève vers 6 heures du matin et fait du sport avant d'aller au travail.
8. Dans beaucoup de pays, les gens ont l'habitude de faire des **siestes** : ils dorment un peu au cours de l'après-midi.
9. Quand je me sens fatigué, j'ouvre grand la bouche et je **baille**.
10. Habituellement, je lis un bouquin avant de m'**endormir**.
11. On se couche vers 23h, mais notre fils a seulement quatre ans, donc on le **met au lit** à 20h30.
12. Je ressens une grande **fatigue** chronique. Je dois aller voir mon médecin.
13. Oui, il est **endormi**. Je l'entends ronfler.
14. Je me réveille vers 6 heures, mais je ne me **lève** pas tout de suite. J'aime bien rester au lit une dizaine de minutes de plus.
15. Il est 23 heures. C'est l'heure d'aller **dormir** !

②

**1. Hassina a fait la grasse matinée**

- Elle a dormi tard
- Elle s'est levée tard
- Elle a mangé un petit-déjeuner gras

**3. Elena a le sommeil léger**

- Elle dort peu la nuit.
- Elle a un sommeil peu réparateur
- Elle se réveille facilement la nuit

**5. Alicia a un sommeil de plomb**

- Elle a un sommeil très profond
- Elle a un sommeil agité
- Elle a un sommeil peu réparateur

**7. C'est une histoire à dormir debout !**

- C'est une histoire passionnante, géniale
- C'est une histoire peu intéressante
- C'est une histoire incroyable, absurde

**2. Juliette a un coup de barre**

- Elle est soudainement fatiguée
- Elle s'est faite un peu mal
- Elle a reçu un coup au sport

**4. Bakary dort à poings fermés**

- Il dort avec les mains serrées
- Il dort profondément
- Il dort souvent seul

**6. Chaïma n'a pas fermé l'œil de la nuit**

- Elle a été réveillée plusieurs fois cette nuit
- Elle a travaillé toute la nuit
- Elle n'a pas dormi la nuit dernière

**8. Naïma est dans les bras de Morphée**

- Elle a été enlevée
- Elle est endormie
- Elle n'arrive pas à dormir

③ **Décrivez votre sommeil.**

- J'ai le sommeil plutôt léger / Je me réveille assez facilement pendant la nuit  
  ≠ J'ai le sommeil assez lourd / J'ai le sommeil profond
- Je m'endors facilement ≠ J'ai du mal à m'endormir / J'ai des problèmes pour m'endormir
- Je me couche (très) tôt ≠ Je me couche (très) tard
- Je souffre d'insomnie / Je suis sujet à l'insomnie ≠ Je ne suis pas sujet à l'insomnie / J'ai des nuits de sommeil complètes
- Je suis souvent réveillé pendant la nuit ≠ Je me réveille rarement pendant la nuit
- J'ai un sommeil très réparateur et je me sens en forme le matin ≠ J'ai un sommeil peu réparateur et je me réveille souvent fatigué le matin
- Je ne fais jamais la grasse matinée ≠ Je fais parfois la grasse mat' (= grasse matinée)
- Je suis souvent en forme ≠ Je suis souvent fatigué
- Je fais parfois des siestes
- J'ai parfois des coups de barre



Polycopié réalisé par **Frédéric Lippold**, enseignant en FLE, diplômé des universités Paris I, Paris II, Paris V et de l'EFB, **auteur de plusieurs ouvrages**, dont :



« **J'apprends à lire et à écrire** »

Plus de 100 pages d'exercices pour niveau A1.1 et A1



« **J'apprends le français** »

135 pages d'exercices pour niveau A2/B1

Si vous souhaitez soutenir notre travail, n'hésitez pas à vous procurer un de nos livres ou à faire un don Paypal.

**Faire un don**

