Que se passe-t-il quand tu dors?

Pendant que tu dors, ton corps continue à travailler au ralenti. Il fait aussi des choses très importantes qu'il ne peut pas faire pendant la journée.

Lorsque tu es profondément plongé dans le sommeil, tes membres, tes mains et tes pieds sont détendus: tes muscles se reposent pour être en forme le lendemain.



Plusieurs fois dans la nuit, tu rêves. Les **rêves** sont des histoires que ton cerveau invente pendant que tu dors. Parfois ils sont désagréables ce sont des

cauchemars.

Pendant que tu dors, ton cerveau trie tout ce que tu as appris dans la journée et le range dans les petites cases de ta mémoire. Tes organes
continuent à faire
leur travail
automatiquement :
tes poumons
respirent, ton
coeur bat et ton
estomac digère...

C'est durant ton sommeil que tu grandis le plus. C'est aussi à ce moment que tes cheveux et tes ongles poussent.

ENGRAIS

POUR

© Helgé 2021 source FLEURUS Presse sur helgeblog.eklablog.com

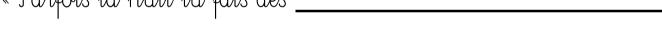
Prénom:			
	Que se passo	e-t-il quand tu do	rs ?
*Coche les bonnes répons	ses. 🛛	1	
1. De quel genre de texte	e s'agit-il ?		
d'une histoire	d'une poésie	d'un texte documentaire	d'un conte de fée
2. Combien y a-t-il de par	agraphes dans ce texte ?		
∥ y en a 2.	Il y en a 3. Il y er ☐	na6. Il y en a 9.	
3. Combien y a-t-il de sou	s-titres dans ce texte ?		
Il y en a 3. □	Il y en a 5. □	ce texte n'a pas de sous-titres	Il y en a 7. □
* <u>Écris</u> la bonne réponse e	n faisant une phrase.		
4. Comment appelle-t-on	les rêves désagréables ?		
5. Quel organe trie les in	formations de la journée p	pendant la nuit ?	
			© Helgé 2021 sur helgeblog.eklablog.com

6. *	Pour	chaque	phrase	coche	🛛 la	bonne	case ‹	« Vrai	» ou «	Faux	» .
------	------	--------	--------	-------	------	-------	--------	--------	--------	------	-----

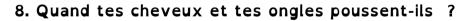
	Vrai	Faux
Ton corps continue de fonctionner au ralenti pendant la nuit.		
Pendant la nuit, tes poumons arrêtent de fonctionner.		
Tu ne rêve qu'une seule fois par nuit.		
C'est très important de dormir.		
Pendant la nuit, ton coeur continue de battre.		

7.	*Trouve un m	not du texte	aui veut	dire la m	nême chose	aue le mot	souliané.
			4			que 10e	

- « Parfois la nuit tu fais des rêves désagréables »
- « Parfois la nuit tu fais des _____







pendant la journée

pendant la nuit

Le texte ne le dit pas.

9. Quel organe invente les rêves agréables et désagréables

^{*}Écris la bonne réponse en faisant une phrase.