

Que se passe-t-il quand tu dors ?



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.



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.



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.



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.



Que se passe-t-il quand tu dors ?

1. Combien y a-t-il de mots dans le titre de ce texte ?

Il y a 2 mots.

Il y a 5 mots.

Il y a 8 mots.



2. Quel est le genre de ce texte ?

un conte

une poésie

un documentaire



3. Combien y a-t-il de paragraphes dans ce texte ?

Il y a 3 paragraphes

Il y a 6 paragraphes

Il y a 9 paragraphes



4. Combien d'heures dois-tu dormir chaque nuit ?

une heure

24 heures

Le texte ne le dit pas.



5. Comment appelle-t-on les rêves désagréables ?

Le texte ne le dit pas.

les calamars

les cauchemars



6. Quand tes ongles et tes cheveux poussent-ils ?

pendant la nuit

pendant la journée

Le texte ne le dit pas.



7. Quel organe trie les informations que tu as récoltées pendant la journée ?

le cerveau

le coeur

Le texte ne le dit pas



8. Combien de fois rêve-t-on chaque nuit ?

On rêve une fois par nuit.



On rêve plusieurs fois par nuit.



On ne rêve jamais la nuit.



9. Que fait ton coeur pendant la nuit ?

Il bat au ralenti.



Il ne bat plus.



Le texte ne le dit pas.



10. Quand grandis-tu le plus ?

pendant la nuit



pendant la journée



Le texte ne le dit pas.



11. Qui invente tes rêves ?

Le texte ne le dit pas.



C'est ton coeur.



C'est ton cerveau.



12. Que se passe-t-il si tu ne peux plus dormir ?

Le texte ne le dit pas.



Tu meurs.



Tu grandis.

