

EXERCICE FLE A2-B1

VOCABULAIRE : SOMMEIL ET RÊVES

Lis le texte et complète
avec les mots de la liste



Liste des mots

- B bâille
- C cauchemars
couche
couche-tard
- D dormir
- E endormi
endormir
- F fatigue
- I insomnies
- L lève
- M matinal
met au lit
- R réveil
réveille
- S siestes



- 1 J'adore rester debout jusqu'à 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 tard, vers minuit.
- 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 m'_____.
- 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 _____ !



Pour chaque phrase (liée au vocabulaire du sommeil), trouve l'explication qui correspond.

1 Nadia a fait la grasse matinée

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



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



3 Elena a le sommeil léger

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



4 Bakary dort à poings fermés

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



5 Leïla a un sommeil de plomb

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



6 Lucas n'a pas fermé l'œil de la nuit

- ☐ Il a été réveillé plusieurs fois cette nuit
- ☐ Il a travaillé toute la nuit
- ☐ Il n'a pas dormi la nuit dernière



7 C'est une histoire à dormir debout !

- ☐ C'est une histoire passionnante
- ☐ C'est une histoire peu intéressante
- ☐ C'est une histoire étrange



8 Stéphanie est dans les bras de Morphée

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



Production écrite - Décris ton sommeil. Est-ce que tu dors beaucoup ?

Tu dors sur le dos ou sur le côté ? Tu as un sommeil léger ou un sommeil lourd ?

EXERCICE FLE A2-B1

VOCABULAIRE : SOMMEIL ET RÊVES

Lis le texte et complète
avec les mots de la liste



Liste des mots

B	bâille
C	cauchemars
	couche
	couche-tard
D	dormir
E	endormi
	endormir
F	fatigue
I	insomnies
L	lève
M	matinal
	met au lit
R	réveil
	réveille
S	siestes



- 1 J'adore rester debout jusqu'à très tard et regarder des séries, ou bien naviguer sur internet. Tous mes amis disent que je suis un **couche-tard**.
- 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 tard, vers minuit.
- 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 **bâille**.
- 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** !



1 Nadia 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 Leïla 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
- ☐ C'est une histoire peu intéressante
- ☒ C'est une histoire étrange

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 Lucas n'a pas fermé l'œil de la nuit

- ☐ Il a été réveillé plusieurs fois cette nuit
- ☐ Il a travaillé toute la nuit
- ☒ Il n'a pas dormi la nuit dernière

8 Stéphanie est dans les bras de Morphée

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

Production écrite - Décris ton sommeil. Est-ce que tu dors beaucoup ?

Tu dors sur le dos ou sur le côté ? Tu as un sommeil léger ou un sommeil lourd ?

- 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 fais des nuits blanches ≠ 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

[Download hundreds of other worksheets on my websites!](#)

[Site en français :](#)

[English website:](#)



**Exercices
à imprimer**

Frédéric Lippold

www.exercices-a-imprimer.com



**Fred's
worksheets**