Unité 4 — Ma journée — Version enseignant

Parcours G+M · classe 6 · Niveau M

Niveau M

1. Vocabulaire

Associez chaque terme à son sens ou employez-le dans une phrase.

Terme	Votre note
se réveiller	
se lever	
se laver	
s'habiller	
le petit-déjeuner	
l'après-midi (m.)	
se coucher	
tôt / tard	

2. Lecture

Lisez le texte et utilisez-le pour les activités suivantes.

A. Vocabulaire

Français	Allemand	Exemple
se réveiller	aufwachen	Je me réveille à 6 h 30.
se lever	aufstehen	Tu te lèves tôt.
se laver	sich waschen	Il se lave le matin.
s'habiller	sich anziehen	Nous nous habillons vite.

Français	Allemand	Exemple
le petit-déjeuner	das Frühstück	Je prends le petit-déjeuner.
l'après-midi (m.)	der Nachmittag	L'après-midi, j'ai sport.
se coucher	ins Bett gehen	Elle se couche à 21 heures.
tôt / tard	früh / spät	Je me lève tôt, je me couche tard.

B. Grammaire — les verbes pronominaux au présent

Point de langue — *se lever* (verbe pronominal).

Un verbe pronominal se conjugue avec un **pronom réfléchi** (me, te, se, nous, vous, se) qui change selon le sujet.

Pronom	*se lever*	*se laver*
je	**me** lève	**me** lave
tu	**te** lèves	**te** laves
il / elle	**se** lève	**se** lave
nous	**nous** levons	**nous** lavons

Pronom	*se lever*	*se laver*
vous	**vous** levez	**vous** lavez
ils / elles	**se** lèvent	**se** lavent

Attention à l'accent : *je me l**è**ve* (e ouvert) mais *nous nous l**e**vons* (sans accent). Devant une voyelle, *me / te / se* deviennent *m' / t' / s'* : *je **m'**habille*.

C. Dire l'heure

- **Heure officielle (24 h) :** *Il est 7 h 30. Il est 16 h 45.*
- **Heure courante :** *Il est sept heures et demie. Il est cinq heures moins le quart.*
- *et quart* (h 15) · *et demie* (h 30) · *moins le quart* (h 45) · *midi* (12 h) · *minuit* (0 h).

D. Mini-récit (texte original)

Le matin, je me réveille à 6 h 45. D'abord, je me lave et je m'habille. Ensuite, je prends mon petit-déjeuner : je mange des tartines et je bois du jus d'orange. À 7 h 30, je vais à l'école à vélo. Les cours commencent à 8 heures. À midi, je mange à la cantine avec mes amis. L'après-midi, j'ai sport. Le soir, je fais mes devoirs, puis je me couche à 21 heures.

E. Note culturelle — la journée d'école en France

D'après l'encyclopédie libre Wikipédia, l'école primaire française est organisée sur plusieurs demi-journées du lundi au vendredi. La journée commence souvent vers 8 h 30 et se termine autour de 16 h 30, et les élèves passent en moyenne environ six heures par jour en classe. Beaucoup d'écoles proposent aussi une garderie jusqu'à 18 heures. Le rythme diffère donc de l'emploi du temps allemand, qui se termine souvent plus tôt l'après-midi.

3. S'entraîner

Ex. 1 — Verbes pronominaux. Complétez avec le bon pronom réfléchi.

1. Je _____ lève à 7 heures.
2. Tu _____ laves dans la salle de bains.
3. Il _____ habille rapidement.
4. Nous _____ couchons à 21 heures.
5. Elles _____ réveillent tôt.

Ex. 2 — Dire l'heure. Écrivez l'heure courante en toutes lettres.

1. 8 h 00 → *Il est …*
2. 10 h 15 → *Il est …*
3. 13 h 30 → *Il est …*
4. 16 h 45 → *Il est …*
5. 12 h 00 → *Il est …*

Ex. 3 — Remettre dans l'ordre. Réordonnez la journée de Léa (a → e).

- a) Je fais mes devoirs.
- b) Je me lève.

- c) Je vais à l'école.
- d) Je me couche.
- e) Je mange à la cantine.

Ex. 4 — Lecture (texte D). Répondez par une phrase complète.

1. À quelle heure se réveille la personne du texte ?
2. Que mange-t-elle au petit-déjeuner ?
3. Comment va-t-elle à l'école ?
4. À quelle heure se couche-t-elle ?

Différenciation. G : ex. 1 et 3 seulement ; l'heure limitée aux heures pleines. **M :** les 4 exercices. **E :** rédigez en plus 2 questions *À quelle heure… ?* pour votre voisin·e et échangez-les.

4. À toi de jouer

Tâche orale (M, ~1 minute) : *Raconte ta journée.*

Présentez votre journée à l'oral, dans l'ordre chronologique, en 6 à 8 phrases. Utilisez au moins **3 verbes pronominaux** et **2 indications d'heure**.

Modèle de départ :

Le matin, je me réveille à… D'abord, je… Ensuite, je… À midi, je… L'après-midi, je… Le soir, je me couche à…

Critères d'évaluation :

- Chronologie claire (marqueurs *d'abord, ensuite, puis, enfin*) — 3 pts
- Verbes pronominaux corrects (pronom + accord) — 3 pts
- Indications d'heure correctes — 2 pts
- Prononciation compréhensible, débit régulier — 2 pts

5. Sources

- *Rythmes scolaires en France* — Wikipédia, l'encyclopédie libre (consulté le 2026-07-21), https://fr.wikipedia.org/wiki/Rythmes_scolaires_en_France — licence CC BY-SA 4.0.
- *Se lever (conjugaison)* — Larousse, dictionnaire de conjugaison (consulté le 2026-07-21), https://www.larousse.fr/conjugaison/francais/se%20lever/5809 — référence lexicographique (conjugaison paraphrasée, non citée).

6. Corrigé — enseignant

Solutions

Ex. 1. 1) me · 2) te · 3) s’ · 4) nous · 5) se.

Ex. 2. 1) Il est huit heures. 2) Il est dix heures et quart. 3) Il est une heure et demie. 4) Il est cinq heures moins le quart. 5) Il est midi.

Ex. 3. b – c – e – a – d.

Ex. 4. 1) Elle se réveille à 6 h 45 (six heures quarante-cinq). 2) Elle mange des tartines (et boit du jus d’orange). 3) Elle va à l’école à vélo. 4) Elle se couche à 21 heures (neuf heures du soir).