

Le sais-tu ?



- Certains animaux dorment très peu comme la girafe qui ne dort que six minutes par jour. D'autres dorment très longtemps comme la marmotte qui hiberne pendant 5 ou 6 mois, sans même se réveiller pour se nourrir.
- Un bébé dort environ 16 heures sur 24, un enfant de 10 ans environ 10 heures et un adulte entre 6 et 8 heures.
- On passe un tiers de son temps à dormir.
- Au cours d'une vie de 70 ans, on passe, en moyenne 23 ans à dormir, 7 ans à manger, 2 ans à se laver et 4 ans à regarder la télévision.

5 Relie.

- | | | | |
|-------------|---|---|--------------------------|
| La marmotte | • | • | dort 6 mois par an. |
| La girafe | • | • | dort 6 minutes par jour. |

6 Écris le temps de sommeil de chacun.

- un bébé :
- un enfant de 10 ans :
- un adulte :

7 Complète le graphique.

Sur 70 ans de vie, on passe :

