

Corrigé: Pourquoi dormons-nous?

1. Première source: L'encyclopédie Hachette multimedia 1999
Deuxième source : L'Actualité, mai 2000, p.42
2. But : Pour expliquer le phénomène du sommeil
3. Phénomène : Pourquoi les gens ont-ils besoin de dormir?
4. Rôle du chapeau : Sujet amené

Phase de questionnement

5. A) Sujet de l'explication : le sommeil
B) Extrait : Pourquoi dort-on?
C) Question

Phase explicative

- A) Premier élément : Le fait d'avoir besoin de dormir pour refaire ses réserves.
- B) Deuxième élément : L'être humain est fondamentalement un être cyclique. (rythmes biologiques)
- C) Troisième élément : Le rythme circadien qui régit l'alternance veille/sommeil. Production de mélatonine.

Phase conclusive

- A) Phrase de la conclusion : « Comme le sommeil répond à un besoin fondamental de l'être humain, son organisme est pourvu de mécanismes qui déclenchent périodiquement le sommeil essentiel à sa survie. »
- B) Synthèse

6. Procédé explicatif : exemple

Extrait : « À titre d'exemple »

7. A) Procédé : reformulation

Extrait : « C'est-à-dire que toute sa vie est régie par des rythmes biologiques. »

B) Procédé : définition

Extrait : « (de *chronos*, qui veut dire « temps » et de bio qui veut dire « vie ».) »

8. A) moyen employé : définition/ séparation du mot

Extrait : « (de *chronos*, qui veut dire « temps » et de bio qui veut dire « vie ».) »

B) Moyen employé : définition

Extrait : « Une zone du cerveau qui agit à la façon d'une horloge. »

9. Causes	Conséquences
L'être humain est un être cyclique et sa vie est régie par des rythmes biologiques.	L'être humain dort régulièrement.
Certains élèves ne dorment pas assez.	Certains élèves retiennent moins de connaissances que d'autres.
Le sommeil est un besoin fondamental.	L'être humain doit dormir.
La phase de sommeil est enclenchée.	La production de mélatonine est enclenchée.
La quantité de mélatonine augmente dans l'hypothalamus.	La lumière diminue le soir.

10. Réponse personnelle

11. Mélatonine/ hypothalamus

12. A) conséquence

B) introduire une définition

C) énumération

D) conséquence

E) Mettre en emphase