FICHE DE TRAVAIL

L'heure, les moments et la routine de la journée

Nom : ..... **Prénom :** ..... **Date :** .....

📌 Mémento : Ce qu'il faut retenir

1. Les moments de la journée et la routine quotidienne :



Figure 1 : Les 6 étapes clés de la journée

- **Le matin :** Je me réveille ➔ Je prends mon petit-déjeuner.
- **Midi :** Je mange mon déjeuner à la cantine.
- **L'après-midi :** Je rentre à la maison ➔ Je fais mes devoirs.
- **Le soir :** Je dîne avec ma famille ➔ Je me couche.

2. Lire l'heure sur l'horloge :

LIVEWORKSHEETS

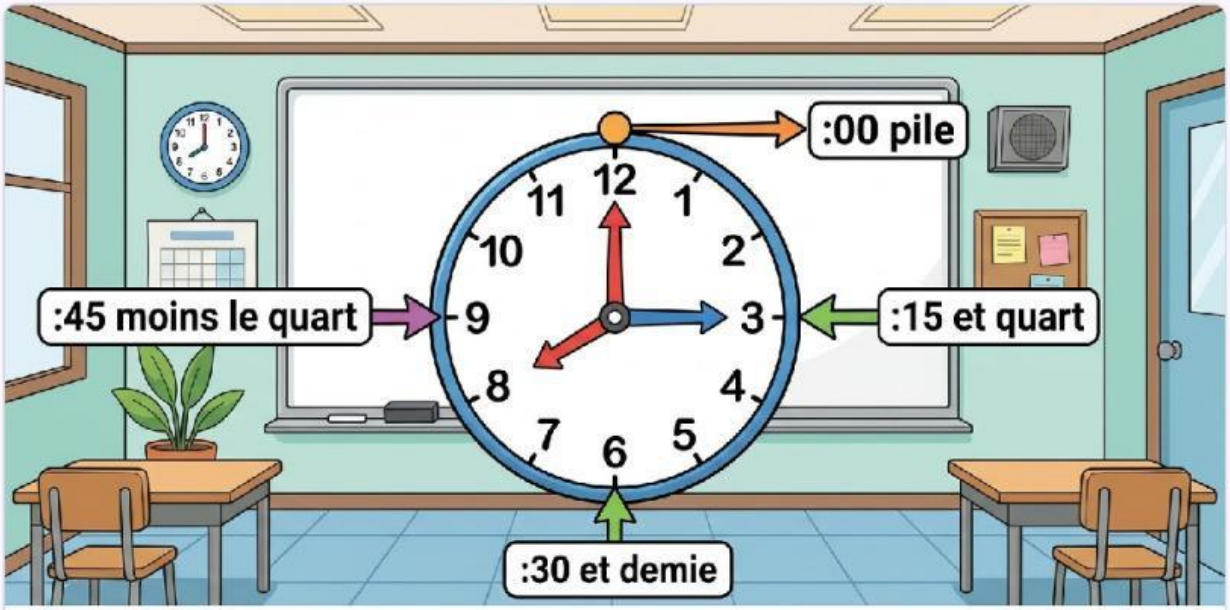


Figure 2 : Repères de la grande aiguille des minutes

- **:00 → pile** *(Exemple : 08:00 = 8 heures pile)*
- **:15 → et quart** *(Exemple : 10:15 = 10 heures et quart)*
- **:30 → et demie** *(Exemple : 05:30 = 5 heures et demie)*
- **:45 → moins le quart** *(Exemple : 03:45 = 4 heures moins le quart)*

✏️ Exercice 1 : Les moments de la journée

Complète chaque phrase avec le bon moment de la journée (le matin, midi, l'après-midi, le soir) :

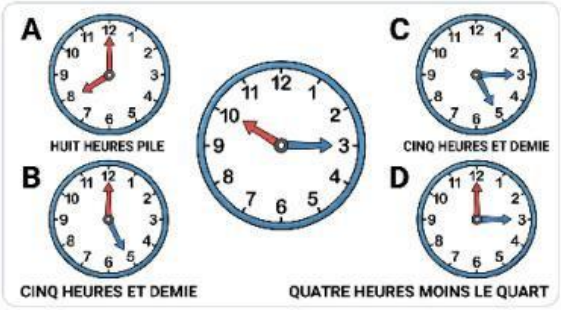


1. Je me réveille et je prends mon petit-déjeuner _____.
2. Je mange mon déjeuner à la cantine à _____.
3. Je rentre à la maison et je fais mes devoirs _____.
4. Je dîne avec ma famille et je me couche _____.

LIVEWORKSHEETS

✏️ Exercice 2 : Associe l'heure numérique à l'heure écrite

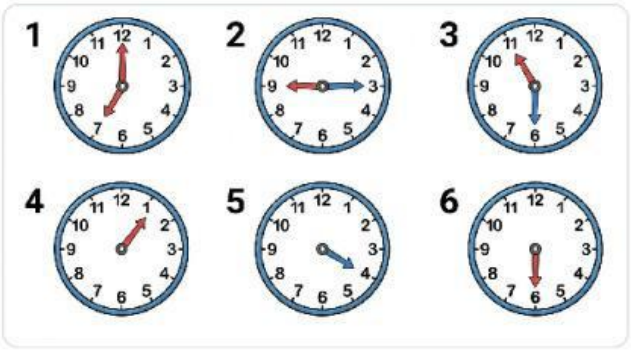
Observe les horloges (A, B, C, D) et relie chaque heure numérique à la bonne expression :



Heure numérique	Heure écrite
A. 08:00	**1.** Il est cinq heures et demie.
B. 10:15	**2.** Il est huit heures pile.
C. 05:30	**3.** Il est quatre heures moins le quart.
D. 03:45	**4.** Il est dix heures et quart.

✏️ Exercice 3 : Écris l'heure en toutes lettres

Regarde les horloges (1 à 6) et écris l'heure en utilisant : pile, et quart, et demie ou moins le quart.

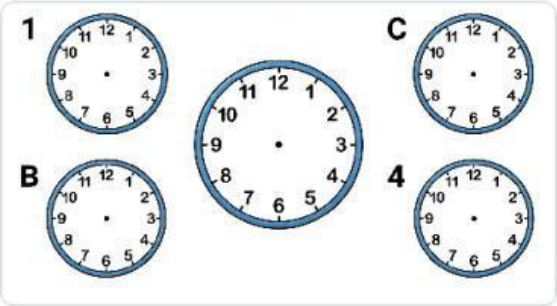


1. Horloge 1 (07:00) ➔ Il est _____
2. Horloge 2 (09:15) ➔ Il est _____
3. Horloge 3 (11:30) ➔ Il est _____
4. Horloge 4 (01:45) ➔ Il est _____
5. Horloge 5 (04:15) ➔ Il est _____
6. Horloge 6 (06:30) ➔ Il est _____

✏️ Exercice 4 : Position des aiguilles sur l'horloge

Indique la position des aiguilles et dessine-les sur les horloges vides correspondantes :

LIVEWORKSHEETS



1. Il est 3 heures pile.

• Petite aiguille sur le : _____ | Grande aiguille sur le : _____

2. Il est 6 heures et quart.

• Petite aiguille sur le : _____ | Grande aiguille sur le : _____

3. Il est 9 heures et demie.

• Petite aiguille entre le : _____ et le _____ | Grande aiguille sur le : _____

4. Il est 1 heure moins le quart.

• Petite aiguille presque sur le : _____ | Grande aiguille sur le : _____

✏️ Exercice 5 : La journée de Thomas (Texte à trous)

Complète l'histoire de la journée de Thomas avec les mots de la boîte ci-dessous :

je me réveille • je prends mon petit-déjeuner • je rentre à la maison • je fais mes devoirs • je dîne avec ma famille • je me couche • pile • et quart • et demie • moins le quart

À 07:00 (sept heures _____), _____. Ensuite, _____ avant de partir à l'école.

À 12:00, c'est **midi**. Je mange avec mes camarades à la cantine.

À 16:15 (quatre heures _____), la classe se termine. _____ puis _____ pour le lendemain.

À 19:30 (sept heures _____), _____.

Enfin, à 20:45 (neuf heures _____), _____ pour bien dormir.

🔑 Corrigé pour l'Enseignant / Autocorrection

Exercice 1 :
1. le matin | 2. midi | 3. l'après-midi | 4. le soir

Exercice 2 :
A → 2 (08:00) | B → 4 (10:15) | C → 1 (05:30) | D → 3 (03:45)

Exercice 3 :
1. sept heures pile | 2. neuf heures et quart
3. onze heures et demie | 4. deux heures moins le quart
5. quatre heures et quart | 6. six heures et demie

Exercice 4 :
1. Petite sur 3 / Grande sur 12
2. Petite sur 6 / Grande sur 3
3. Petite entre 9 et 10 / Grande sur 6
4. Petite presque sur 1 / Grande sur 9

Exercice 5 :
pile, je me réveille, je prends mon petit-déjeuner / et quart, je rentre à la maison, je fais mes devoirs / et demie, je dîne avec ma famille / moins le quart, je me couche.

LIVEWORKSHEETS