

100 Essential English Phrases

English learning resource · FR

Key words & expressions · English + French

18 learning entries

Study task: Listen again and notice the expressions you studied.

1

to fill in the blanks

compléter · remplir · finir

DEF

to supply the missing information or words in a sentence, situation, or understanding; to complete what is incomplete

Fill in the blanks is both a literal exercise (completing gap-fill activities) and a powerful metaphor — your brain naturally fills in blanks when it hears familiar patterns, which is how listening comprehension works.

FR

Fournir les informations ou mots manquants dans une phrase, une situation ou une compréhension.

C'est à la fois un exercice littéral et une métaphore puissante pour la compréhension auditive.

When you already know a phrase, your brain fills in the blanks even before you consciously process it.

Quand tu connais déjà une phrase, ton cerveau complète les blancs même avant que tu ne le traites consciemment.

The goal of learning essential phrases is to give your brain more patterns to fill in the blanks with.

L'objectif d'apprendre des phrases essentielles est de donner à ton cerveau plus de modèles pour compléter les blancs.

2

off the top of your head

de mémoire · spontanément · sans préparation

DEF

from immediate memory, without stopping to look things up or think at length; spontaneously

Off the top of your head is the target state in conversation — being able to answer, respond, and express without pausing to search. It is the measure of how well something is truly integrated into your English.

FR

De la mémoire immédiate, sans s'arrêter pour chercher ou réfléchir longtemps.

C'est l'état idéal dans une conversation — répondre sans hésitation.

If you can say a phrase off the top of your head, it is truly yours — not just studied, but owned.

Si tu peux dire une phrase de mémoire, elle t'appartient vraiment — pas seulement apprise, mais possédée.

He couldn't name three phrasal verbs off the top of his head, which told him exactly what to work on next.

Il ne pouvait pas nommer trois verbes à particule de mémoire, ce qui lui a dit exactement sur quoi travailler ensuite.

3

to think on your feet

réagir rapidement · répondre efficacement · sans préparation

DEF

to respond quickly and effectively to situations or questions without preparation

Think on your feet is the phrase for real-time processing in language. It captures the skill most learners want and fear: not the prepared speech, but the spontaneous conversation. Developing this skill requires deliberately placing yourself in situations where you cannot prepare.

FR

Répondre rapidement et efficacement à des situations ou des questions sans préparation.

C'est une compétence que beaucoup d'apprenants souhaitent développer.

The best way to learn to think on your feet in English is to have unrehearsed conversations.

La meilleure façon d'apprendre à réagir rapidement en anglais est d'avoir des conversations non préparées.

She had rehearsed for her presentation but was caught off guard by the questions — she needed to think on her feet.

Elle avait répété pour sa présentation mais a été prise au dépourvu par les questions — elle devait réagir rapidement.



4

to grope for words*chercher des mots · lutter pour trouver des mots · avoir du mal à s'exprimer*

DEF

to struggle to find the right word in the moment, searching mentally without immediately finding it

Grope for words is the honest phrase for the gap that learners feel — you have the meaning, you know what you want to say, but the English word will not come. This is normal, especially in a second language. Naming it reduces panic and helps you develop bridging strategies.

FR

Lutter pour trouver le bon mot sur le moment, cherchant mentalement sans le trouver immédiatement.

C'est normal, surtout dans une langue seconde.

Everyone gropes for words sometimes — the skill is learning how to bridge the gap while you search.

Tout le monde cherche des mots parfois — la compétence est d'apprendre à combler le fossé pendant que tu cherches.

She sometimes groped for words in complex discussions, but she had learned to paraphrase rather than go silent.

Elle cherchait parfois des mots dans des discussions complexes, mais elle avait appris à paraphraser plutôt que de se taire.

5

to paraphrase*paraphraser · réexprimer · décrire*

DEF

to express the same meaning using different words — especially when you do not know or cannot recall the exact term

Paraphrase is one of the most powerful fluency tools. Instead of stopping when you cannot find a word, you describe it. 'The thing you use to open a wine bottle' is a perfectly acceptable paraphrase for 'corkscrew'. Native speakers paraphrase constantly — it is not a sign of weakness.

FR

Exprimer le même sens avec des mots différents, surtout quand tu ne te souviens pas du terme exact.

C'est un outil puissant pour la fluidité.

When you cannot remember a word, paraphrase it — describe the thing until the word comes or the listener helps.

Quand tu ne te souviens pas d'un mot, paraphrase-le — décris la chose jusqu'à ce que le mot vienne ou que l'auditeur aide.

She paraphrased brilliantly: 'It is the feeling when you are embarrassed for someone else' for the word she could not recall.

Elle a brillamment paraphrasé : 'C'est le sentiment quand tu es gêné pour quelqu'un d'autre' pour le mot qu'elle ne pouvait pas se rappeler.

6

fluency*fluidité · aisance · maîtrise*

DEF

the ability to speak or write a language smoothly and confidently, with natural speed and without excessive pausing

Fluency is often misunderstood as perfection — it is not. A fluent speaker makes errors. Fluency means flow: the ability to keep going, to communicate without constant breakdown, to express yourself in real time. Fluency and accuracy are different skills, and fluency often improves when you stop focusing on accuracy.

FR

La capacité de parler ou écrire une langue avec aisance et confiance, sans pauses excessives.

La fluidité ne signifie pas perfection — c'est la capacité de communiquer sans interruption.

Fluency is not speaking perfectly — it is speaking smoothly enough that the conversation keeps moving.

La fluidité n'est pas parler parfaitement — c'est parler suffisamment aisément pour que la conversation continue.

She achieved fluency not by eliminating errors, but by developing the confidence to speak past them.

Elle a atteint la fluidité non pas en éliminant les erreurs, mais en développant la confiance pour parler malgré elles.



7

filler words*mots de remplissage · expressions de pause · sons de remplissage*

DEF

sounds or short expressions used to fill pauses while thinking, such as 'um', 'er', 'well', 'you know', 'kind of', or 'like'. Filler words are not errors — they are how all speakers, including native speakers, manage thinking time. The problem is overuse, which makes speech sound hesitant. Learning which fillers sound natural in English, and which are overused, is a real fluency skill.

FR

Sons ou expressions courtes utilisées pour remplir des pauses en réfléchissant, comme 'euh', 'ben', 'tu sais'.

Ils ne sont pas des erreurs, mais une façon de gérer le temps de réflexion.

Replace silence with filler words when you need thinking time — 'well', 'let me think', or 'that is a good question'.

Remplace le silence par des mots de remplissage quand tu as besoin de temps pour réfléchir — 'ben', 'laisse-moi réfléchir', ou 'c'est une bonne question'.

She reduced her use of filler words not by eliminating them but by choosing more natural English ones.

Elle a réduit son utilisation des mots de remplissage non pas en les éliminant mais en choisissant des mots anglais plus naturels.

8

to keep the conversation going*maintenir la conversation · faire durer la discussion · continuer le dialogue*

DEF

to maintain a dialogue beyond a simple exchange — to ask follow-up questions, add information, or respond in a way that invites a reply

Keep the conversation going is a social fluency skill, not just a linguistic one. Many learners can answer questions but cannot keep the conversation alive. The techniques — asking follow-ups, echoing words, adding personal connections — can be learned and practised deliberately.

FR

Maintenir un dialogue au-delà d'un simple échange, en posant des questions de suivi ou en ajoutant des informations.

C'est une compétence sociale, pas seulement linguistique.

Keeping a conversation going in English is a skill — ask follow-up questions and offer your own perspective.

Maintenir une conversation en anglais est une compétence — pose des questions de suivi et offre ton propre point de vue.

She used to give short answers and let conversations die, but she practised keeping them going for at least five minutes.

Elle donnait des réponses courtes et laissait les conversations mourir, mais elle a pratiqué pour les maintenir pendant au moins cinq minutes.

9

to hesitate*hésiter · faire une pause · douter*

DEF

to pause before speaking or acting, often because of uncertainty, self-doubt, or the need to think

Hesitate is the verb for the pause before speaking. In a second language, hesitation is almost universal — it is not a sign of low ability but of careful thinking. The goal is not to stop hesitating entirely but to hesitate less often and recover from it more smoothly.

FR

Faire une pause avant de parler ou d'agir, souvent à cause de l'incertitude ou du besoin de réfléchir.

C'est normal dans une langue seconde — ce n'est pas un signe de faiblesse.

It is normal to hesitate in a second language — the goal is to hesitate less as confidence grows.

Il est normal d'hésiter dans une langue seconde — l'objectif est d'hésiter moins à mesure que la confiance grandit.

She used to hesitate for so long before answering that conversations became awkward, but she learned to speak immediately.

Elle hésitait si longtemps avant de répondre que les conversations devenaient gênantes, mais elle a appris à parler immédiatement.



10

a speaking partner*partenaire de conversation · compagnon de pratique · partenaire de langue*

DEF

a person you practise speaking with regularly — ideally a native or advanced speaker who can give feedback

Speaking partner is the informal term for a conversation practice companion. For many learners, having a regular speaking partner is the difference between stagnation and breakthrough. The speaking partner creates accountability, regular speaking time, and a safe space for errors.

FR

Une personne avec qui tu pratiques parler régulièrement, idéalement un locuteur natif ou avancé.

Avoir un partenaire de conversation peut faire la différence entre stagnation et progrès.

Find a speaking partner for English — even one thirty-minute session a week will accelerate your progress.

Trouve un partenaire de conversation pour l'anglais — même une session de trente minutes par semaine accélérera tes progrès.

Her speaking partner gave her honest feedback on her errors, which no textbook had ever done.

Son partenaire de conversation lui a donné des retours honnêtes sur ses erreurs, ce qu'aucun manuel n'avait jamais fait.

11

Could you help me?*Pourriez-vous m'aider ?*

DEF

A polite and direct request for assistance.

Could is normally softer than can in requests to strangers.

FR

Une demande d'aide polie et directe.

Could est normalement plus doux que possible dans les demandes adressées à des étrangers.

Could you help me find the nearest bus stop?

Pourriez-vous m'aider à trouver l'arrêt de bus le plus proche ?

Excuse me, could you help me with this form?

Excusez-moi, pourriez-vous m'aider avec ce formulaire ?

12

Excuse me*Excusez-moi*

DEF

A polite phrase used to attract attention, interrupt or move past someone.

It is not normally an apology for a serious mistake.

FR

Une expression polie utilisée pour attirer l'attention, interrompre ou dépasser quelqu'un.

Il ne s'agit normalement pas d'excuses pour une erreur grave.

Excuse me, is this seat free?

Excusez-moi, cette place est-elle libre ?

Excuse me, could I get past?

Excusez-moi, puis-je passer ?

13

How much is it?*Combien ça coûte ?*

DEF

A standard question used to ask the price of one item or service.

Use how much for uncountable amounts and prices.

FR

Une question standard utilisée pour demander le prix d'un article ou d'un service.

Utilisez combien pour des montants et des prix innombrables.

How much is it with the discount?

C'est combien avec la réduction ?

I like this jacket—how much is it?

J'aime cette veste, combien ça coûte ?



14

Could you please repeat that?*Pourriez-vous s'il vous plaît répéter cela ?*

DEF

A polite request for someone to say the same information again.

Please and could make the request suitable for strangers and formal situations.

FR

Une demande polie pour que quelqu'un répète la même information.

*S'il vous plaît, nous pourrions rendre la demande adaptée aux étrangers et aux situations formelles.**Could you please repeat that more slowly?**Pourriez-vous s'il vous plaît répéter cela plus lentement ?**I missed the number—could you please repeat it?**J'ai raté le numéro. Pourriez-vous le répéter s'il vous plaît ?*

15

I didn't catch that*Je n'ai pas compris ça*

DEF

A natural way to say that you did not hear or understand something.

Catch means hear and process here, not physically capture.

FR

Une façon naturelle de dire que vous n'avez pas entendu ou compris quelque chose.

*Attraper signifie entendre et traiter ici, pas capturer physiquement.**I did not catch that—what time did you say?**Je n'ai pas compris. À quelle heure avez-vous dit ?**Sorry, I did not catch your surname.**Désolé, je n'ai pas saisi votre nom de famille.*

16

What do you mean?*Que veux-tu dire?*

DEF

A question asking someone to clarify their meaning.

Tone matters: a neutral or curious tone avoids sounding confrontational.

FR

Une question demandant à quelqu'un de clarifier sa signification.

*Le ton compte : un ton neutre ou curieux évite de paraître conflictuel.**What do you mean by flexible hours?**Qu'entendez-vous par horaires flexibles ?**I understand the words, but what do you mean exactly?**Je comprends les mots, mais que veux-tu dire exactement ?*

17

Where is the nearest...?*Où est le plus proche...?*

DEF

A practical question pattern for asking the location of the closest place.

Complete it with a singular place: the nearest station, pharmacy or bus stop.

FR

Un modèle de questions pratique pour demander l'emplacement de l'endroit le plus proche.

*Complétez-le par un lieu singulier : la gare, la pharmacie ou l'arrêt de bus le plus proche.**Where is the nearest bus stop?**Où se trouve l'arrêt de bus le plus proche ?**Could you tell me where the nearest pharmacy is?**Pourriez-vous me dire où se trouve la pharmacie la plus proche ?*

18

I'm not sure*Je ne suis pas sûr*

DEF

A natural phrase for expressing uncertainty or a cautious disagreement.

Softer than saying I do not know or you are wrong.

FR

Une expression naturelle pour exprimer une incertitude ou un désaccord prudent.

C'est plus doux que de dire je ne sais pas ou que tu as tort.

I am not sure which platform is leaving first.

Je ne sais pas quelle plateforme partira en premier.

I am not sure that this is the best option.

Je ne suis pas sûr que ce soit la meilleure option.

