

# Un dodo en douceur

Doucement, doucement, doucement on va s'asseoir

Doucement, doucement et en chuchotant

} Bis



Vous avez bien tout rangé, il est l'heure de se poser

Doucement, doucement, doucement en va s'asseoir

Doucement, doucement et en chuchotant

Vous avez bien tout rangé, il est l'heure de se poser

On pose les mains sur les genoux *(on mime l'action avec l'enfant)*

Et doucement on remonte, on remonte, on remonte jusqu'à la taille *(on mime)*

Et Doucement, doucement, on remonte jusqu'aux épaules *(on place les mains sur les épaules)*

Doucement, doucement on pose les mains sur la tête *(on pose les mains sur la tête)*

Et puis.. Doucement, doucement on pose les mains sur les yeux *(on cache ces yeux)*

On se détend, on se détend, on se détend, Doucement, chut ! Chut ! Chut ! *(l'adulte pose les doigts sur la bouche)*

Il est l'heure, il est l'heure, il est l'heure doucement d'aller faire dodo.

*(On demande aux enfants de se lever pour aller faire dodo)*

Gentiment un petit dodo.

