La promenade de Petit Renard en Automne

Un matin d'automne,

Petit Renard se réveille dans la forêt.

Il s'étire doucement et regarde autour de lui.

Les feuilles dansent dans le vent.

Le vent d'automne

Debout, bras sur les côtés.
Fais de grands mouvements
de bras comme le vent
qui souffle.
Tourne doucement
sur toi-même.



Petit Renard avance dans la forêt.

Il arrive devant un grand arbre

avec feuilles rouges, jaunes et orange.

L'arbre d'automne

Croise une jambe,
pose le pied sur la cuisse
et lève les bras vers le ciel.
Reste bien stable
comme un arbre.



Au pied de l'arbre,

Petit Renard découvre une jolie citrouille.

La citrouille

Accroupis-toi, fais une jolie boule, pose tes mains sur tes genoux et ferme les yeux. Tu es une citrouille !



Un peu plus loin,
il aperçoit une feuille
qui tombe doucement au sol.

La feuille

Écarte les bras
comme une feuille
qui flotte.
Fais de grands mouvements
doux et lents.



Soudain, derrière un arbre,

Petit Renard découvre

un petit champignon.

Le champignon

Accroupis-toi bien,
colle tes genoux,
pose tes mains
au sol et cache ta tête
comme un petit champignon.



Puis il entend : « Miaou ! »



Le chat

À quatre pattes,
creuse ton dos
et lève la tête.
Puis fais le dos rond
comme un chat qui s'étire.



Mais qui arrive derrière lui ?

C'est un autre petit Renard

Le renard

Mets-toi à quatre pattes,
le dos bien droit.
Regarde vers l'avant
et reste bien calme
comme un renard.



Tout à coup, un grand bruit
fait trembler les feuilles
Un gros ours
sort de derrière les arbres.
L'enfant prend la posture de l'ours
et avance doucement.

L'ours

Mets-toi à quatre pattes,
relève bien le dos
et regarde vers le sol.
Avance doucement
comme un ours.



Petit Renard,

s'assoient sous le grand arbre.

Le vent souffle doucement...

Les feuilles dansent encore une fois...

Puis la forêt devient toute calme.

Petit Renard ferme les yeux et se repose.

La forêt calme

Assieds-toi confortablement
Ferme les yeux
respire doucement
Entends le vent qui se calme
La forêt est silencieuse

