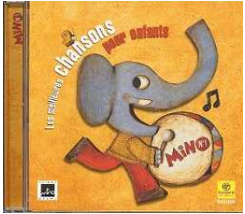


Dormir !...

« Bonjour à toutes et à tous ! Bienvenue aux Racontines !
Nos histoires d'aujourd'hui vont parler du sommeil... de dormir... de se reposer.
Quand on veut dormir, on se souhaite en général « bonne nuit ! » C'est ce que nous allons faire en chanson. »

🎵 « Bonne nuit » des Fabulous Trobadors. Extrait du disque *Mino n°1 : les meilleures chansons pour enfants*.

→ Pendant la chanson, on joue des maracas.

Paroles de la chanson	
<p>Refrain : Bonne nuit, bonne nuit C'est l'heure d'aller au lit Nous vous souhaitons de beaux rêves Pour oublier vos ennuis Bonne nuit, bonne nuit C'est l'heure d'aller au lit Nous vous souhaitons de beaux rêves C'est le cinéma gratuit</p> <p>Si ton papa ronfle très fort Jamais maman ne s'endort Si tu rêves des devoirs T'as trop travaillé le soir Si tu t'endors à quatre pattes Tu fais « miaou » comme la chatte Si tu te couches avec le chien T'auras des puces le matin Si tu fais dodo dans l'auto À ton dos, t'auras bobo Si tu fais pipi au lit Fais-toi au zizi un parapluie Si tu veux vivre tes rêves Très tôt faut que tu te lèves ! Si tu veux les vivre vraiment Fais ton quartier en chantant</p> <p>Refrain Si tu te couches très tôt Tu feras un bon dodo Si tu te couches très tard Tu feras des cauchemars Si tu lis au lit le soir T'inventeras des histoires Si tu as un bon Q.I. Improviser sur « bonne nuit » Si tu te couches en été Les vaches sont bien gardées Si tu te couches en automne Les violons sont monotones Si tu te couches sans te moucher T'auras des mouches dans le nez Si tu te couches dans un évier Tu risques de le boucher !</p> <p>Refrain (2 fois)</p>	


« C'est l'heure d'aller au lit ? D'accord, mais avant ça, il faut chercher le sommeil, comme le fait le héros de ce livre... »

 *Où es-tu, monsieur Sommeil ?* / Virginie Guérin.

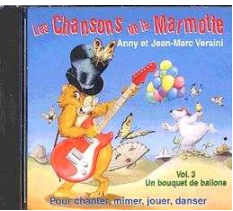


→ on lit et actionne les animations sur les pages (volets à soulever, roue à tourner).

« Il ronfle ! C'est embêtant ! Les gens qui ronflent, même s'ils ne font pas exprès, empêchent les autres de dormir. Nous allons le voir dans cette chanson amusante ».


 « Papa ronfle la nuit » / Anny et Jean-Marc Versini. Extrait des *Chansons de la marmotte : un bouquet de ballons (vol.3)*.

→ on tape dans les mains en rythme.

Paroles de la chanson	Gestes
<p>Refrain :</p> <p>Papa ronfle la nuit Moi je rigole dans mon lit Je trouve ça amusant Mais ça n'amuse pas Maman</p> <p>Il fait trembler le lit, les cloisons Et résonner toute la maison C'est un vrai moteur de bulldozer Sauf que c'est le moteur de mon père</p> <p>Refrain</p> <p>Parfois les voisins sont réveillés Ils frappent sur la barre de l'escalier Ce boucan réveille tout le quartier Y en a même qui appellent les pompiers</p> <p>Refrain</p>	



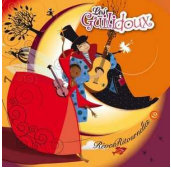
« Il paraît que pour qu'un ronfleur s'arrête de ronfler, il faut le changer de position. Alors, comment doit-on s'installer, pour bien dormir ? »

 *1, 2, 3... sommeil !* / Guido Van Guenechten.

« Une fois qu'on s'est bien installé, il n'y a plus qu'à attendre le marchand de sable. Savez-vous qui c'est ? Cette chanson des Guilidoux va nous le raconter. »

🎵 « La berceuse du marchand de sable » du groupe Les Guildoux. Extrait du disque *Rêves ritournelles*.

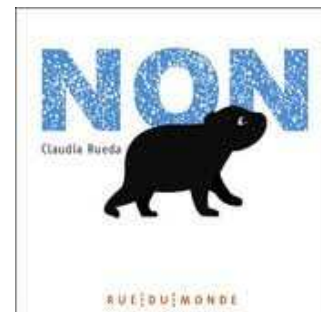
→ chanter avec le disque.

Paroles de la chanson	Signes
<p>Dehors il fait déjà nuit Il va falloir aller au lit Pas pour dormir juste se reposer Le marchand de sable va passer</p>	<p>Signe « marchand » et « sable »</p> 
<p>Il va nous jeter ses paillettes Des poussières d'étoiles, en fait Dans les yeux ça va nous piquer Le marchand de sable va passer</p>	<p>Signe « marchand » et « sable »</p>
<p>Il passera sur son nuage Nous offrir les rêves les plus sages Poser une veilleuse à nos côtés Le marchand de sable va passer</p>	<p>Signe « marchand » et « sable »</p>
<p>Alors on va fermer les yeux Et puis s'endormir peu à peu Dans la douceur d'un lit douillet Le marchand de sable va passer</p>	<p>Signe « marchand » et « sable »</p>
<p>Mais si on s'endort trop tard On fait parfois des cauchemars Il faut très vite aller se coucher Ou le marchand de sable sera passé (deux fois)</p>	<p>Signe « marchand » et « sable »</p>

« Le marchand de sable endort tout le monde, même les animaux. Certains animaux dorment même très longtemps : tout l'hiver ! Comme ça, ils restent au chaud, en attendant le printemps. »



Non / Claudia Rueda.



« Il y a un animal qui dort beaucoup, toute l'année. Oui, c'est le chat ! Mais quand le chat dort, les souris, dansent ! Sauf qu'elles risquent de se faire prendre, comme dans cette comptine. »



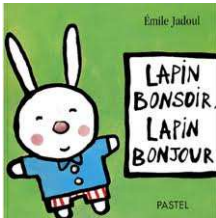
« Un chat gris dormait »

Paroles de la chanson	Gestes
<p>Un chat gris dormait Sur son dos dansaient Cinq petites souris Le chat les a prises. Tant pis ! (2 fois)</p>	

« Les chats sont des spécialistes de la sieste. Ils ont raison : ça fait du bien de se reposer dans la journée ! Nous allons le voir dans cette histoire... »



À la sieste, tout le monde ! / Yuichi Kasano.



« Grand-mère n'a eu aucun mal à se réveiller ! Parfois, c'est plus dur de se lever après la nuit ! Surtout si on a eu du mal à se coucher, comme le malicieux lapin de l'histoire que nous allons écouter maintenant. »

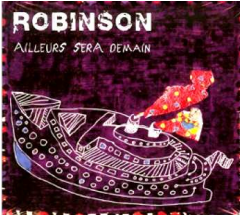


Lapin bonsoir, lapin bonjour / Émile Jadoul.

« Et oui, on ne peut pas rester toute la journée chez soi... Il faut aller travailler, aller à l'école... Pour se donner du courage, voici une chanson de Robinson. »



« Faut pas rêver » du chanteur Robinson. Extrait du disque *Ailleurs sera demain*.
→ Chanter et jouer des maracas.

Paroles de la chanson	
<p>Faut pas rêver On n'peut pas rester dans son lit Allez allez debout les gars, c'est parti Allez debout faut se lever C'est même pas dimanche Y'a du boulot et on a tous Du pain sur la planche</p> <p>Refrain : Et oui la vie et oui la vie est ainsi faite On n'est pas tout l'temps, mes amis, à la fête</p> <p>On n'a pas l'temps De rêvasser au soleil C'est pas l'moment De bayer aux corneilles De lever le nez vers le ciel Pour voir les comètes Pas l'temps non plus d'imaginer Les autres planètes</p> <p>Et oui la vie et oui la vie est ainsi faite On n'est pas tout l'temps, mes amis, à la fête</p> <p>Et oui la vie et oui la vie est ainsi faite On n'est pas tout l'temps, mes amis, à la fête On n'est pas tout l'temps, mes amis, à la fête</p>	 <p>On signe « oui » avec une main, puis avec l'autre.</p>

« Voilà, les Racontines d'aujourd'hui sont terminées ! Amusez-vous bien, reposez-vous bien, passez une très bonne journée ! »

FIN