

Colle tes pieds  
l'un contre  
l'autre.

Mets tes mains sur  
ta tête.

Dessine un « 8 »  
avec ta main  
gauche.

Prends soin de toi.

Fais un tour sur  
toi-même.

Touche ton nez avec  
ta main.

Ne reste pas  
debout.

Touche ton oreille  
droite avec ta  
main.

Reculez votre pied gauche.

Faites un pas à gauche.

Cachez votre bouche avec votre main droite.

Ne parlez pas trop fort.

Penchez votre tête à droite.

Mangez bien.

Touchez votre oreille gauche.

Faites un sourire.

Reculons notre pied gauche.

Fermons les yeux en silence 30 secondes.

Tapons 3 fois dans nos mains.

Cachons notre œil droit.

Restons calmes

Disons « bonjour ».

Levons une jambe.

Montrons le plafond du doigt.