



CHANTONS BOUGEONS, AERONS -NOUS !

VENDREDI 15 MAI 2020

RETOUR des participantes de la 1ere séance

JEU DES PRENOMS CHANTES de toutes les participantes (appel dans la forêt)

EXERCICES VOCAUX, RESPIRATOIRES : (identiques à la séance précédente)

- Respiration de repos : ça sent bon, sourire intérieur, je laisse faire, j'exhale le parfum
- Le serpent et les cigales Si, Si, Si, Sou, Sou, Sou : agilité et souplesse des muscles pelviens
- La mouche : Zzzzz mes cordes vocales s'accrochent sur ZZZ et s'ouvrent à chaque inspiration
- La moto : Brrr battement de lèvres, debout, soutien expiratoire, rebond, souplesse
- Son chinois : ouverture et pose de voix sur le son SU (voir sur la vidéo)

CHANSONS + mouvements :

- **Toula Toula Toula Mama** avec Marine

*Toula Toula Toula Mama
Toula Toula Mama
Toula Yedi Tué*

- **Une chanson douce** avec Isabelle

*Une chanson douce
Que me chantait ma maman
En suçant mon pouce
J'écoutais en m'endormant*

*Cette chanson douce
Je veux la chanter pour toi
Car ta peau est douce
Comme la mousse des bois*

*La petite biche est aux abois
Dans le bois, se cache le loup Ouh, ouh, ouh ouh
Mais le brave chevalier passa
Il prit la biche dans ses bras La, la, la, la*

*La petite biche
Ce sera toi si tu veux
Le loup on s'en fiche
Contre lui nous serons deux*

*Une chanson douce
Que me chantait ma maman
Une chanson douce
Pour tous les petits enfants*

*Ô le joli conte que voilà
La biche, en femme, se changea La, la, la, la
Et dans les bras du beau chevalier
Belle princesse elle est restée À tout jamais.*

*La belle princesse
Avait tes jolis cheveux
La même caresse
Se lit au fond de tes yeux.*

*Cette chanson douce
Je veux la chanter aussi
Pour toi, ô ma douce
Jusqu'à la fin de ma vie (5 fois)*

ECHANGE DE PAROLES