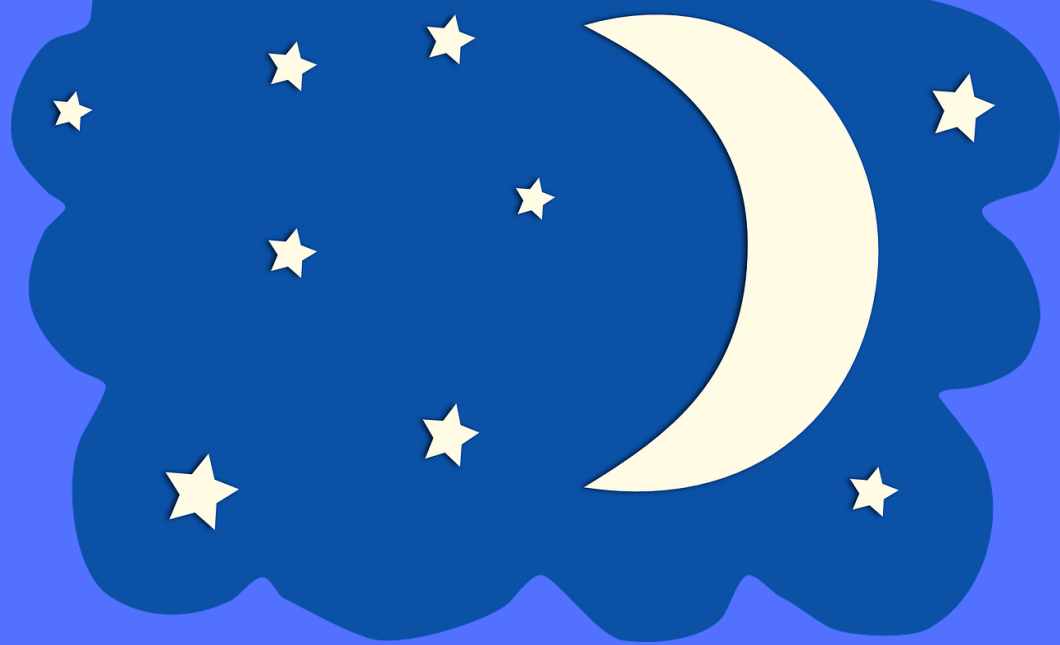




Mon petit cahier d'activités
pour mieux dormir

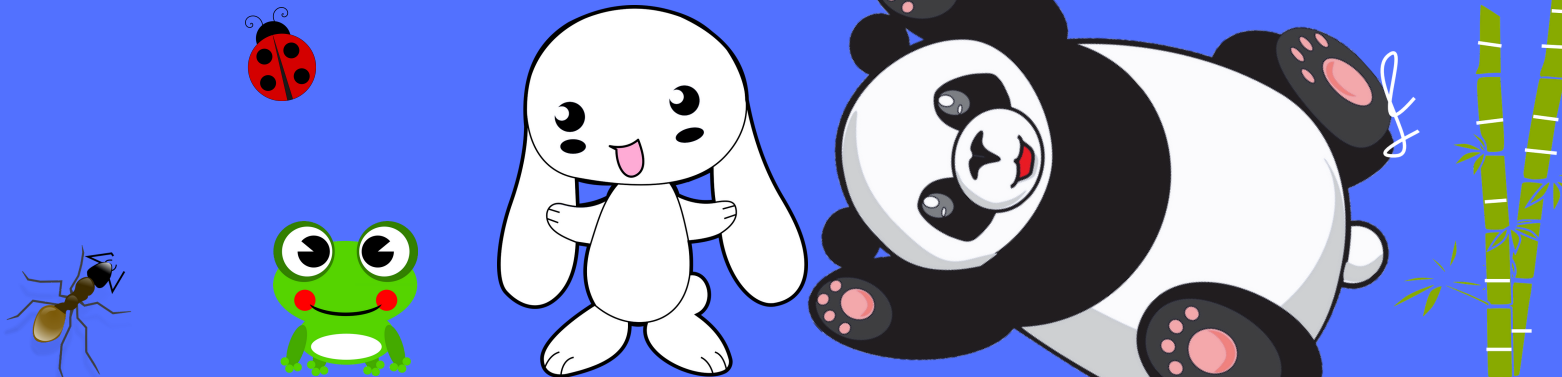


Il est bientôt l'heure de dormir. Es-tu fatigué(e) ?

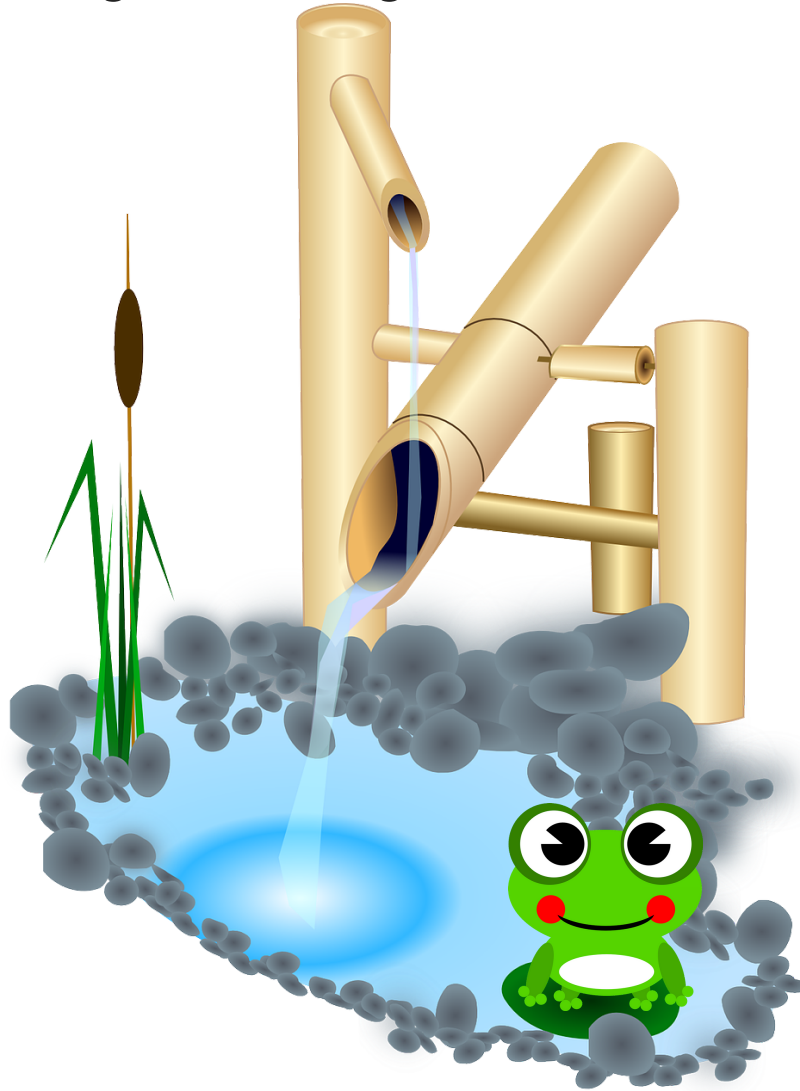
As-tu les yeux qui piquent ?

Envie de bâiller ?

C'est le cas des petits animaux et insectes de ton jardin qui ont bougé toute la journée. Nous allons les aider à se préparer pour trouver le sommeil. Tu es d'accord ?

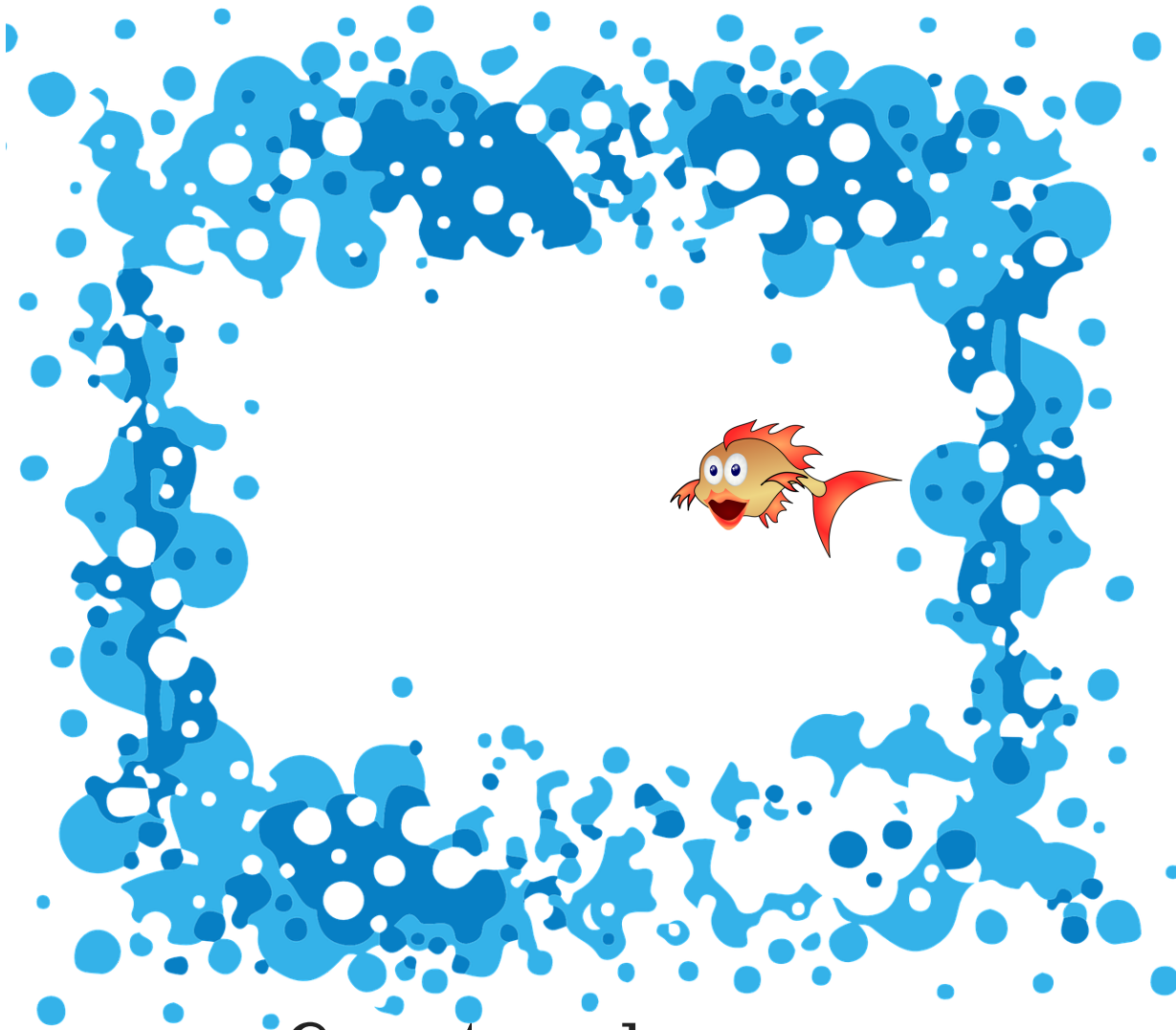


Avant de dormir, la grenouille adore se laver.
Passe le doigt sur la grenouille pour l'aider.



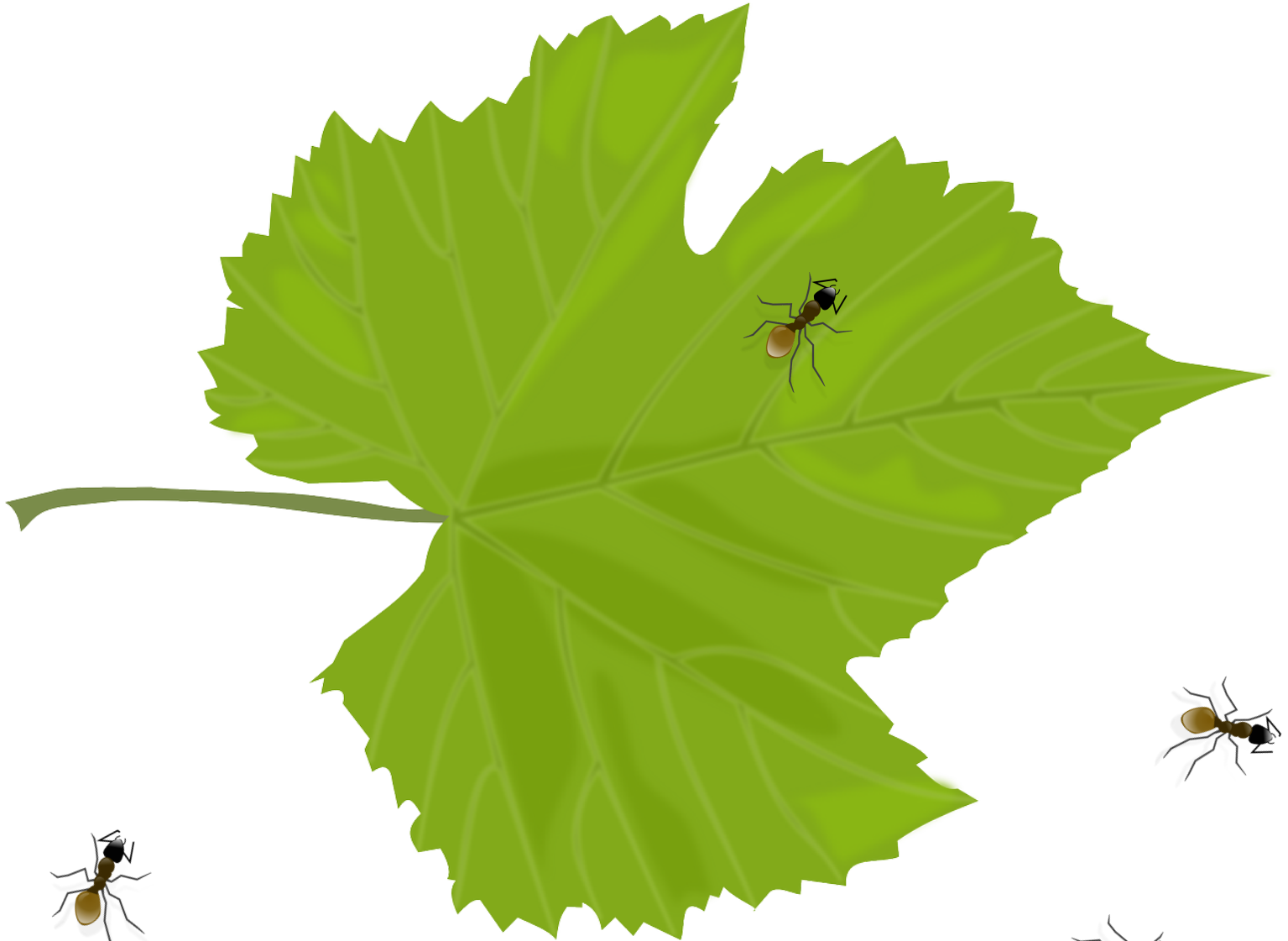
Et toi, as-tu brossé tes dents ? T'es-tu
douché ?

Regroupons les poissons dans leur mare
: dessine 3 poissons à côté de celui qui est déjà là.



Comptons-les : 1, 2, 3, 4.
Ils sont tous là, prêts à dormir !
Bonne nuit

Au tour des fourmis.
Dessine 3 fourmis sur leur feuille-lit.
Bonne nuit les fourmis ! À demain !



Nos 4 fourmis sont réunies !

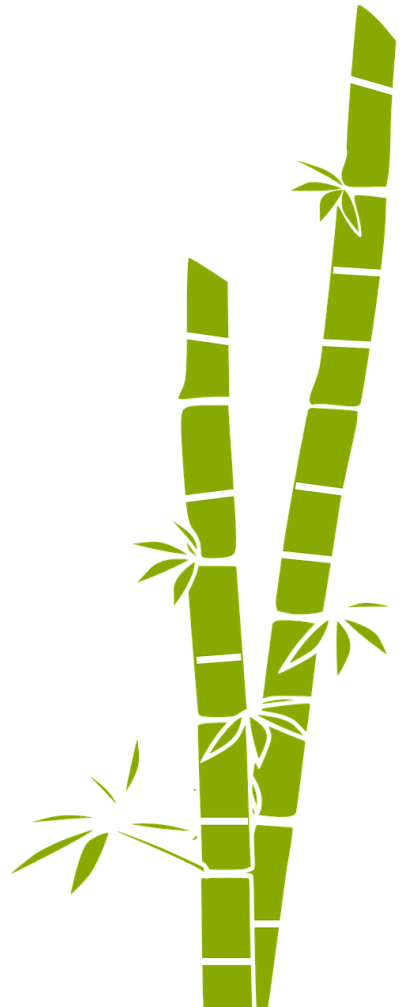
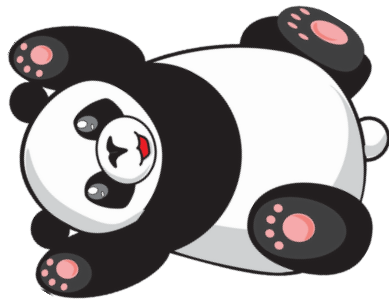


Maintenant, les oiseaux. Dessines-en 2 de plus
sur les branches que tu veux.



Nos 3 musiciens sont
tranquilles ici.
Bonne nuit et merci pour
vos chants du jour !

Il est temps de construire une cabane pour
le panda. Dessine-là où tu veux.
Il sera bien au chaud ! Bonne nuit panda !

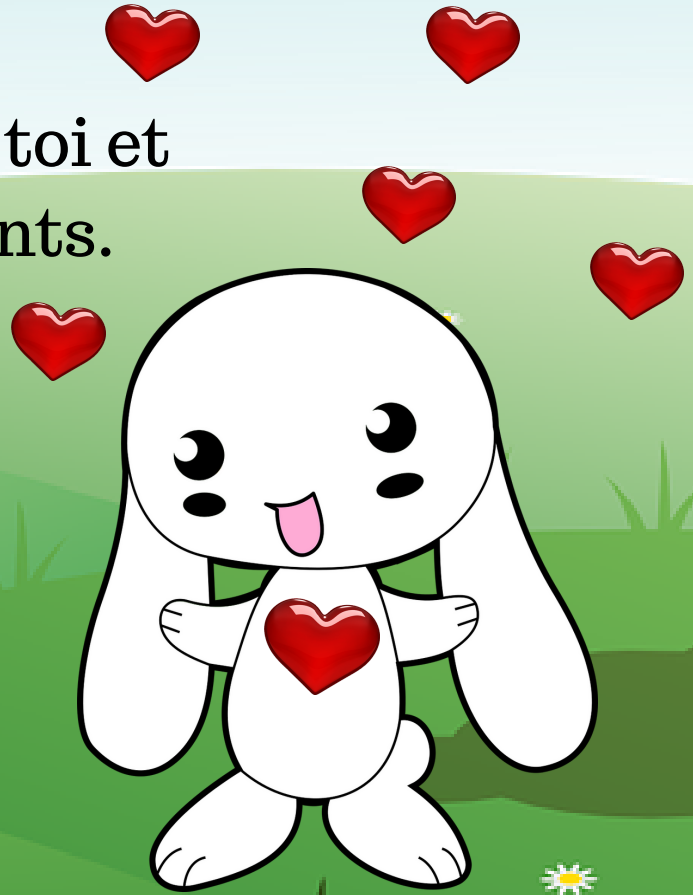


Les coccinelles aiment dormir sur une fleur.
Dépose un bisou sur ton index et donnes-en
un à chaque coccinelle. Bonne nuit !



Le lapin a besoin d'un énorme
câlin pour s'endormir
paisiblement.

Serre ton doudou contre toi et
fais un câlin à tes parents.



Et pour finir, écoutons l'histoire du hibou.
Tes parents la connaissent. Écoutez-la
attentivement.



Tout le monde est prêt maintenant.



Fais de doux rêves.
À demain.

papapositive.fr