Le Père Noël qui s'étire au réveil



Posture du grand étirement

Je lève les bras très haut, je m'étire comme le Père Noël au matin. Je respire bien fort !

Le Père Noël sur sa luge



Posture de la luge

Je m'assois, je lève mes pieds et je garde mon dos droit. Je glisse comme sur une luge !

Le Père Noël dans la cheminée



Posture de la cheminée

Je plie le corps vers l'avant et je regarde entre mes jambes. Je me faufile dans la cheminée !

Le Père Noël qui transporte les cadeaux



Posture du grand pas

Je fais un grand pas devant, je plie mon genou et je porte un gros sac imaginaire de cadeaux !

Le Père Noël bonhomme de neige



Posture du bonhomme de neige

Je me tiens sur une jambe, je garde l'équilibre et j'ouvre grand les bras. Je suis un bonhomme de neige !

Le Père Noël qui glisse sur la glace



Posture du patineur

Je me penche un peu vers l'avant, je lève une jambe derrière moi et j'étends les bras. Je glisse comme sur la glace !

Le Père Noël qui pêche sur la banquise



Posture du pêcheur

Je m'assois, je garde le dos droit et je tiens ma canne imaginaire. Je pêche un poisson sur la banquise !

Le Père Noël qui écoute les rennes



Posture de l'écoute

Je me mets à quatre pattes, j'approche mon oreille et j'écoute les rennes arriver !

Le Père Noël qui s'envole



Posture de l'avion

Je me couche sur le ventre, je lève les bras et les jambes. Je m'envole dans le ciel avec les rennes !

Le Père Noël tout rond



Posture du cadeau surprise

Je m'assois, j'apporte mes genoux contre ma poitrine et je m'enroule comme un cadeau !

Le Père Noël sapin



Posture du sapin

Je me tiens bien droit, je joins mes mains au-dessus de ma tête. Je brille comme un sapin de Noël !

Le Père Noël qui se repose



Posture du repos

Je m'allonge doucement, je ferme les yeux et je me repose comme le Père Noël après une longue journée !