



Mains en l'air

guitare 

Mains en l'air, sur la tête, aux é - paul's et en a - vant, bras croi -
 sés, sur les cô - tés, mou - li - nets et je me tais.



Mains en l'air, sur la tête,
 Aux épaules et en avant ;
 Bras croisés, sur les côtés,
 Moulinets et je me tais, chut !
 (chut, on se tait !)



POUR REVENIR AU CALME ET BIEN ÉCOUTER

Chanter intérieurement

Les élèves chantent en mimant les gestes indiqués par les paroles.
 Ils reprennent la mélodie* bouche fermée en faisant les gestes.
 Ils miment le chant en intériorisant la mélodie (« chanter dans sa tête »).



guitare 
clarinette soprano

Mains en l'air
Sur l'air de « Sur le pont d'Avignon »



guitare 

Mains en l'air
Sur l'air de « Frère Jacques »