

# LE CHANT DU PETIT COQ



Ça fait du bien !

Fais comme le coq  
pour muscler ton corps  
et avoir plein d'énergie !



**1** Tu es assis,  
les fesses posées sur les talons.  
Tu es un coq tout tranquille.



**2** Tu te redresses doucement sur tes genoux.  
Ton dos est bien droit.  
Mets tes mains à la taille.  
Tes bras pliés sont comme deux ailes.



**3** Puis, pose un pied devant toi.  
Ton dos est toujours bien droit.  
Avec tes ailes sur les côtés,  
petit coq, te voilà prêt à chanter !



**4** Lève la tête... Tes ailes se rapprochent  
derrière toi. Tu peux maintenant chanter  
ton plus beau «Cocoricooooo» !  
Quand tu es prêt, recommence avec l'autre jambe.