

# PAROLES DES CHANSONS DU CD *JEUX DE RELAXATION* DE NICOLE MALENFANT

## 1. LA CHENILLE PROMENEUSE Paroles: Nicole Malenfant - Musique: Michel Bonin

Une chenille vient se promener  
La coquine, la coquine  
Une chenille vient se promener  
La coquine, sur mes pieds.  
La, la, la, la...

Une chenille vient se promener  
La coquine, la coquine  
Une chenille vient se promener  
La coquine, sur mes jambes.  
La, la, la, la...

Une chenille vient se promener  
La coquine, la coquine  
Une chenille vient se promener  
La coquine, sur mon ventre.  
La, la, la, la...

Une chenille vient se promener  
La coquine, la coquine  
Une chenille vient se promener  
La coquine, sur ma joue.  
La, la, la, la...

Une chenille vient se promener  
La coquine, la coquine  
Une chenille vient se promener  
La coquine, sur ma tête.  
La, la, la, la...

## 2. BEAU PAPILLON

Paroles: Nicole Malenfant - Musique: Michel Bonin

Il vole vers le haut  
Il vole vers le bas  
Va par ici, va par là  
Quand il est fatigué de voler...  
Beau papillon se pose sur une fleur en rose.

Il s'en va au soleil pour réchauffer ses ailes.  
Quand il en a assez de se reposer... (du début en changeant le nom de la couleur de la fleur)

### 3. DOUX, DOUX LA CARESSE

Paroles: Nicole Malenfant - Musique: Michel Bonin

Doux, doux, la caresse, la caresse  
Doux, doux, la tendresse, la tendresse  
Doux, doux, doux, doux, doux. (du début)

### 4. CHIFFRES EN ACTION Paroles: Nicole Malenfant

Un et deux, cligne des yeux  
Trois et quatre, à quatre pattes  
Cinq et six, sur les fesses  
Sept et huit, comme une huître  
Neuf et dix, en écrevisse  
Onze et douze, faut plus qu'ça bouge.

### 5. LA BERCEUSE DU BATEAU

Paroles: Nicole Malenfant - Musique: Monique Rousseau

Sur les vagues, vagues, vagues  
Vogue, vogue mon bateau.  
Beau bateau sur l'eau  
Bercé par les vagues, vagues.

### 6. PETIT OISEAU TOMBE ENDORMI

Paroles: Nicole Malenfant - Musique: Michel Bonin

1- Quand dehors il y a la nuit  
Petit oiseau cherche son nid.  
Quand dehors il y a la nuit  
Petit oiseau rentre chez lui.  
Eh oui petit oiseau  
Il est temps d'aller au lit.  
Eh oui petit oiseau  
Il est temps d'aller au lit.

2- Petit oiseau tombe endormi  
Dans son nid bien à l'abri  
Petit oiseau est bien blotti  
Dans son nid «Chut! »... plus aucun bruit.  
Dors, dors, mon tout-petit  
Dors, dors, bonne nuit.

## 7. LE VENT

Paroles: Nicole Malenfant à partir d'une chanson de Pierre Coran -  
Musique: Michel Bonin

Qui joue dans mes cheveux ? Qui souffle sur mes yeux ?  
C'est... (imiter le son vent)  
Sur mes joues, mes oreilles  
Sur mes coups de soleil  
C'est le...(imiter le vent)  
Qui souffle sur ma bouche, s'en va quand je le touche ?  
C'est le v...(imiter le vent)  
Et qui bouge en chantant, caresse les enfants ?  
C'est le vent...(imiter le vent)

## 8. JOUEUSE ET JOYEUSE

Paroles: Nicole Malenfant

Mon nom est Joueuse  
Je suis une main  
Mon nom est Joyeuse  
Je suis l'autre main.  
Joueuse et Joyeuse se saluent  
Se regardent  
Se touchent et se parlent  
Se bécotent et se collent  
Pour enfin se reposer chez leur amie la tête.

## 9. PENDULE DULE DULE

Paroles: Nicole Malenfant - Musique: Michel Bonin

### *Refrain*

Pendule, dule, dule, se balance lentement.

Pendule, dule, dule, se balance doucement.

1. De côté, elle prend son temps.

### *Refrain*

2. En avant, elle prend son temps.

### *Refrain*

3. En arrière, elle prend son temps.

### *Refrain*

## 10. CHANSON REPOS

Paroles: Nicole Malenfant, inspirées d'une chanson de Rosine Deschênes

Musique: Monique Rousseau

«Petite tortue, où es-tu? Petite tortue, que fais-tu?»

«Je transporte sur mon dos ma maison carapace

Quand j'ai besoin d'un repos, en dedans, je me cache. »

«Petite tortue, où es-tu? Petite tortue, que fais-tu?»

«Lorsque j'entends au-dehors la musique de la fête (son joyeux de clochette,  
d'un triangle)

Alors doucement je sors, mes pattes et ma tête. »

## 11. LE FACTEUR

Paroles: Nicole Malenfant - Musique: Michel Bonin

Je suis facteur de métier

Dans les rues, je vais à pied

Distribuer le courrier

Qui nous aide à relaxer.

## 12. AVEC NOS YEUX

Paroles: Nicole Malenfant - Musique: Michel Bonin

N'est-ce pas merveilleux  
Tout c'qu'on peut faire avec nos yeux  
Qui ne sont que deux: un, deux?  
Tu peux les ouvrir grand  
Tu peux les faire cligner  
Tu peux les frotter  
Tu peux les fermer.

*(Partie chantée à faire seul ou à l'aide  
du CD pendant que les enfants  
écoutent avec les yeux fermés):*

Tu laisses tes yeux fermés  
Le temps de ma chanson  
Tu laisses tes yeux se reposer  
Pendant quelques secondes.

Et maintenant...  
Tu peux les ouvrir grand  
Tu peux les faire cligner  
Tu peux les frotter.  
N'est-ce pas merveilleux  
Tout c'qu'on peut faire avec nos yeux  
Qui ne sont que deux: un, deux?