

# Jouer – Jeux d'introduction: Meunier, tu dors

Cet exercice en musique permet aux enfants d'échauffer les membres supérieurs.

MEUNIER TU DORS

MAMMALHA.COM  
MAMMALHA.COM.FR

Meunier tu dors Ton moulin va trop vite Meunier tu dors Ton moulin va trop fort. Ton moulin Ton moulin va trop vite Ton moulin ton moulin va trop fort. Ton moulin ton moulin va trop vite Ton moulin ton moulin va trop fort.

MAMMALHA.COM  
MAMMALHA.COM.FR

**Meunier, tu dors:** Paumes serrées contre la joue  
**Ton moulin va trop vite:** Tourner les bras très vite  
**Meunier, tu dors:** Paumes serrées contre la joue  
**Ton moulin va trop fort:** Tourner les bras très fort

**Ton moulin ton moulin va trop vite:** Tourner les bras très vite  
**Ton moulin ton moulin va trop fort:** Tourner les bras très fort  
**Ton moulin ton moulin va trop vite:** Tourner les bras très vite  
**Ton moulin ton moulin va trop fort:** Tourner les bras très fort

## Variante

Proposer deux mouvements de bras différents pour vite et fort.



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO