

Comment bien dormir ?

Activité n°4 : Nous avons collectivement réfléchi aux signes montrant qu'il est temps d'aller se coucher. Colorie les bonnes étiquettes.

J'ai les yeux qui piquent

Je baille beaucoup

Je n'énerve facilement

J'ai envie de manger

Je joue avec un ami

Je suis de bonne humeur

Je me frotte les yeux

J'ai besoin de m'allonger

Activité n°5 : Colorie en bleu ce qui est bon pour dormir le soir, et en rouge ce qui est mauvais.

