

zingen en bewegen met sjaaltjes

14 bewegingen 

inhoud

1. op en neer zwaaien
2. heen en weer zwaaien
3. zigzag
4. links - rechts
5. draaikolk
6. schudden
7. gooien
8. doorgeven
9. vallen
10. draaien
11. verfrommelen
12. hoog - laag
13. snel - langzaam
14. tikken



op en neer zwaaien

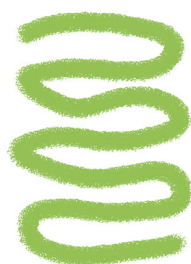


Zwaai de sjaal soepel op en neer en maak daarbij ronde hoeken.

- Houd de sjaal op zijn plaats
- Beweeg de sjaal van links naar rechts (en eventueel weer terug)
- Zwaai snel of zwaai langzaam
- Zwaai hoog of zwaai laag



heen en weer zwaaien



Zwaai de sjaal soepel heen en weer en maak daarbij ronde hoeken.

- Zwaai snel of zwaai langzaam
- Zwaai hoog of zwaai laag
- Zwaai van hoog naar laag en weer van laag naar hoog

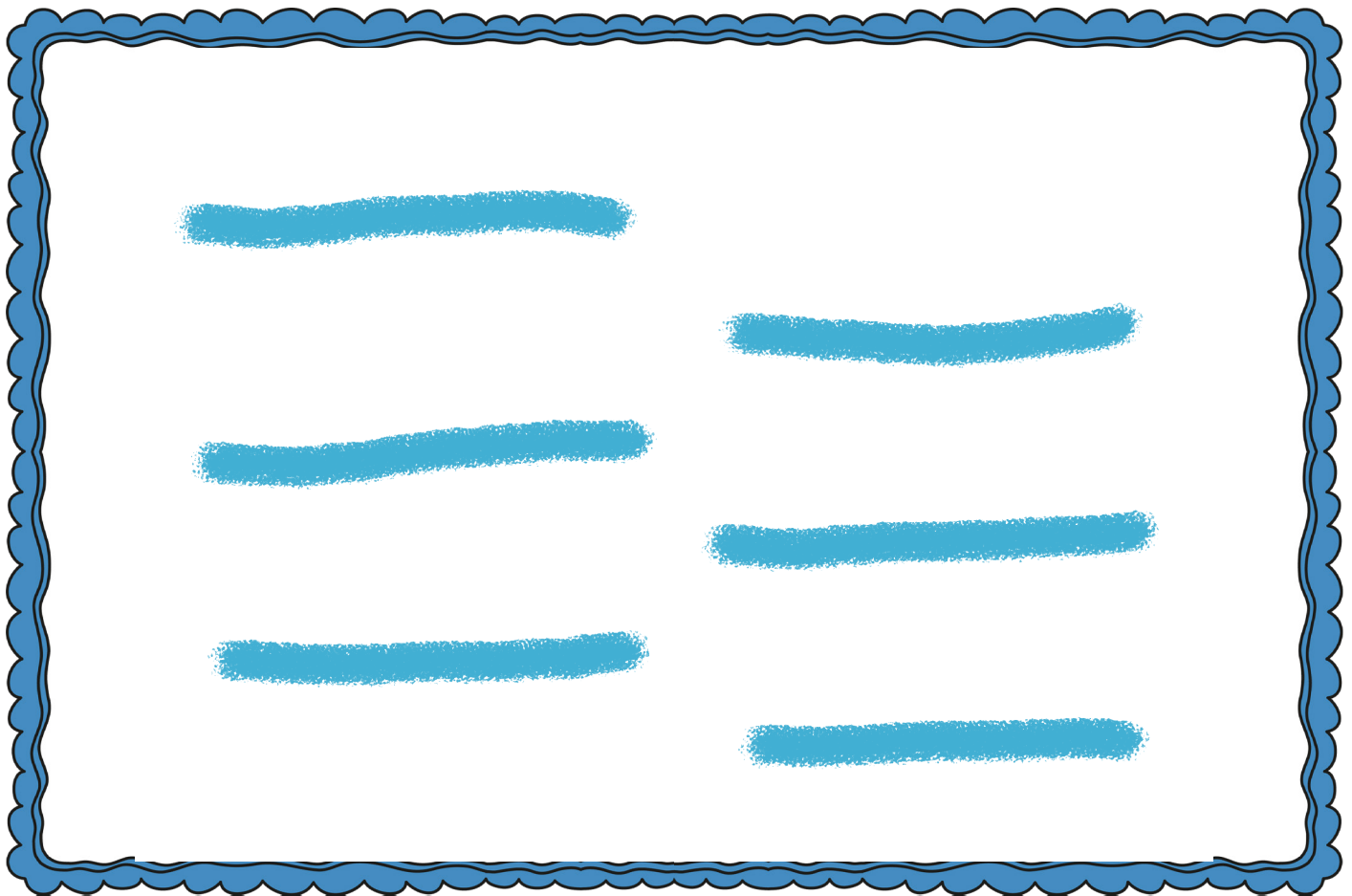


zigzag



Beweeg de sjaal krachtig van boven naar beneden in schuine lijnen met scherpe hoeken.

- Beweeg langzaam of beweeg snel
- Maak een zigzag van beneden naar boven



links – rechts



Beweeg de sjaal in strakke lijnen van links naar rechts, noem daarbij eventueel de woorden links en rechts.

- Beweeg op borsthoogte, boven je hoofd of kniehoogte
- Beweeg van hoog naar laag
- Beweeg snel en beweeg langzaam



draaikolk



Draai een kleine cirkel en maak deze groter en nog groter.
Als de cirkel op z'n grootst is, draai dan weer terug naar een kleine cirkel.

- Draai horizontaal (een roerbeweging)
- Draai verticaal (als een staande O)



schudden



Maak korte schudbewegingen (shaken) met de sjaal.

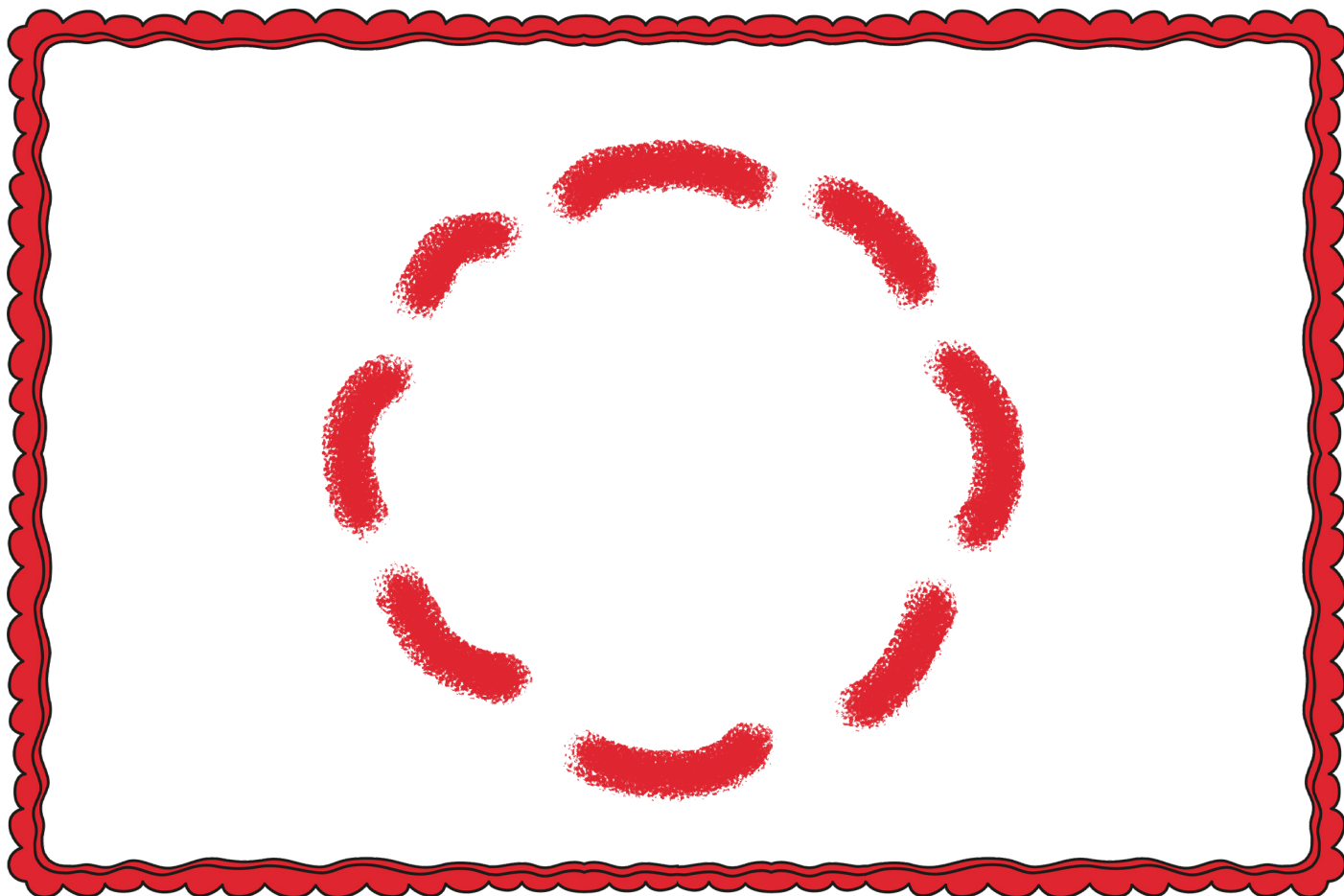
- Schud links en schud rechts
- Schud hoog en schud laag



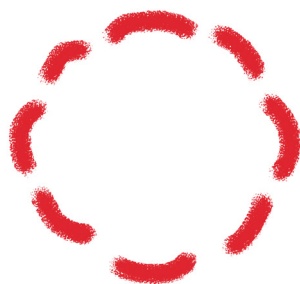
gooien



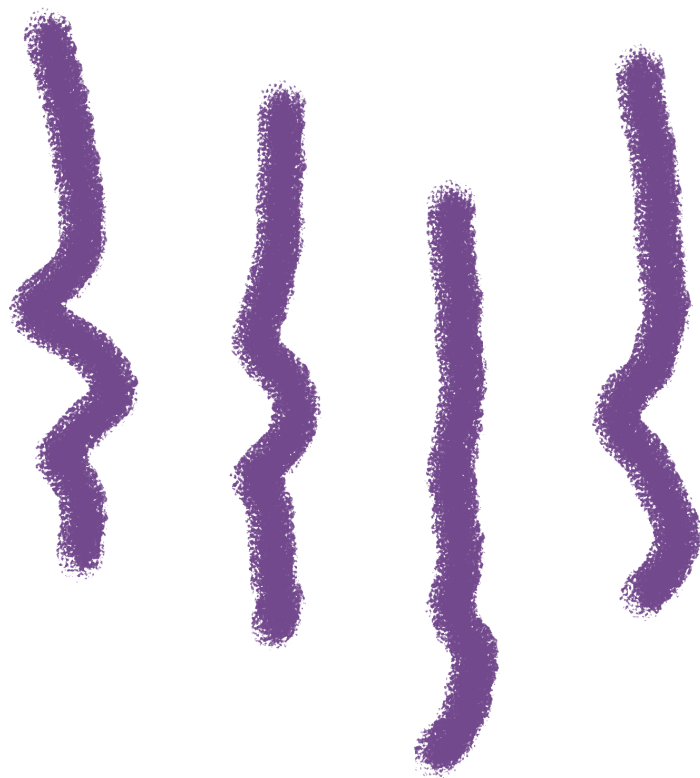
- Gooi de sjaal ver boven je hoofd en laat vallen op de grond
- Gooi de sjaal omhoog en vang op met beide handen
- Gooi de sjaal omhoog en vang op met één hand
- Gooi de sjaal van je ene hand in de de andere hand
- Tel tot 3 en gooi dan de sjaal omhoog



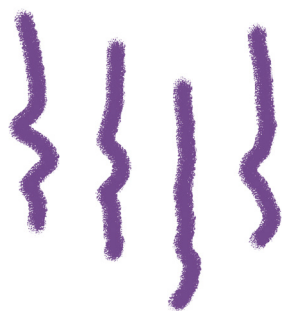
doorgeven



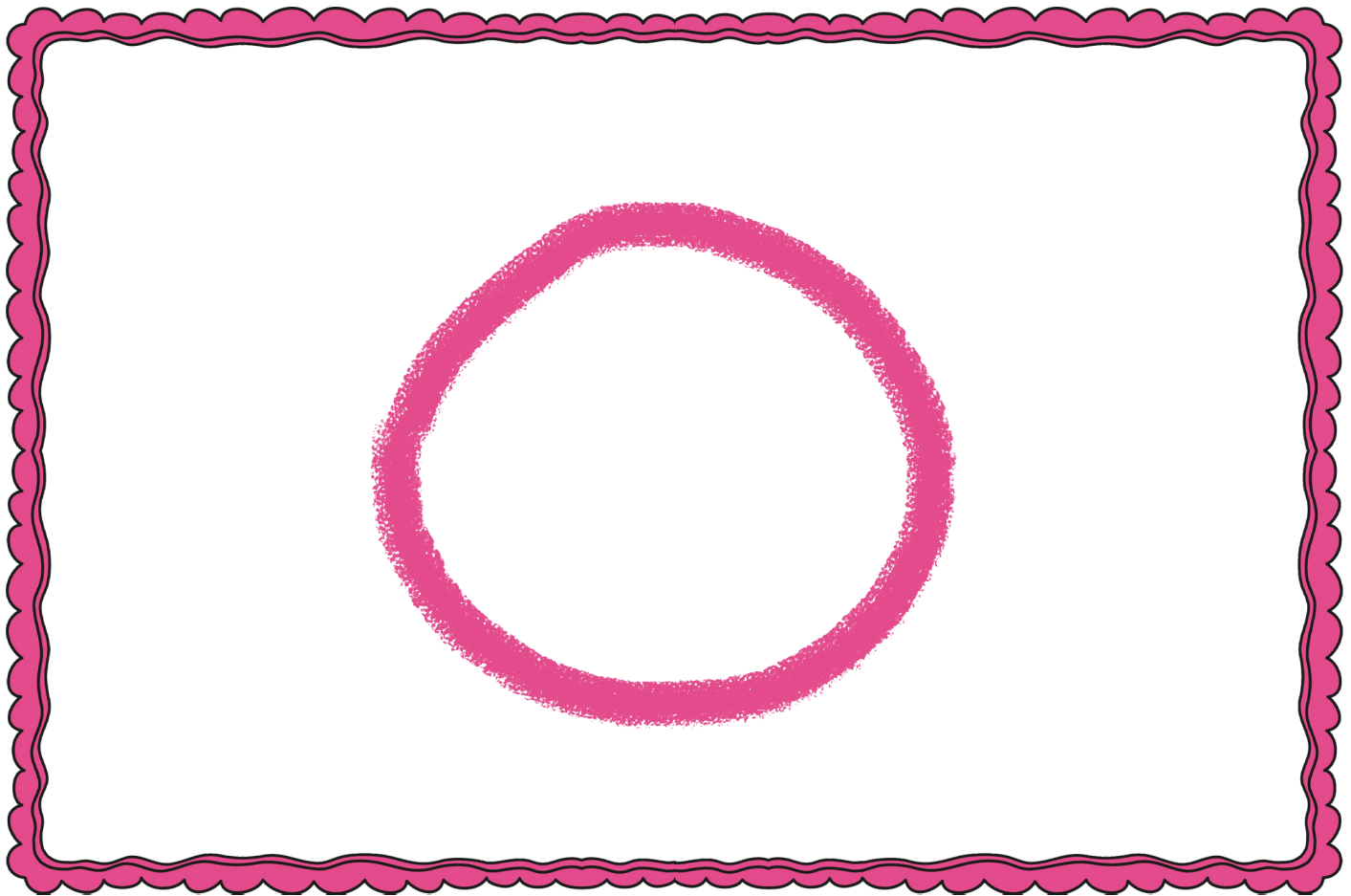
- Geef de sjaal door aan je rechter buurman/vrouw
- Geef de sjaal door aan je linker buurman/vrouw
- Geef de sjaal eens door in de maat van een lied



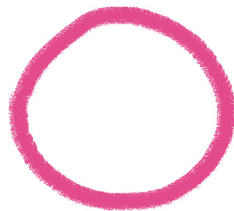
vallen



- Laat de sjaal vallen vanaf borsthoogte en vang niet op
- Gooi de sjaal ver boven je hoofd, laat het vallen en vang niet op
- Laat de sjaal vallen vanaf borsthoogte en vang het op met je voet, knie of bovenbeen



draaien



Draai de sjaal rond met de klok mee en/of tegen de klok in.

- Draai horizontaal (een roerbeweging)
- Draai verticaal (als een staande O)

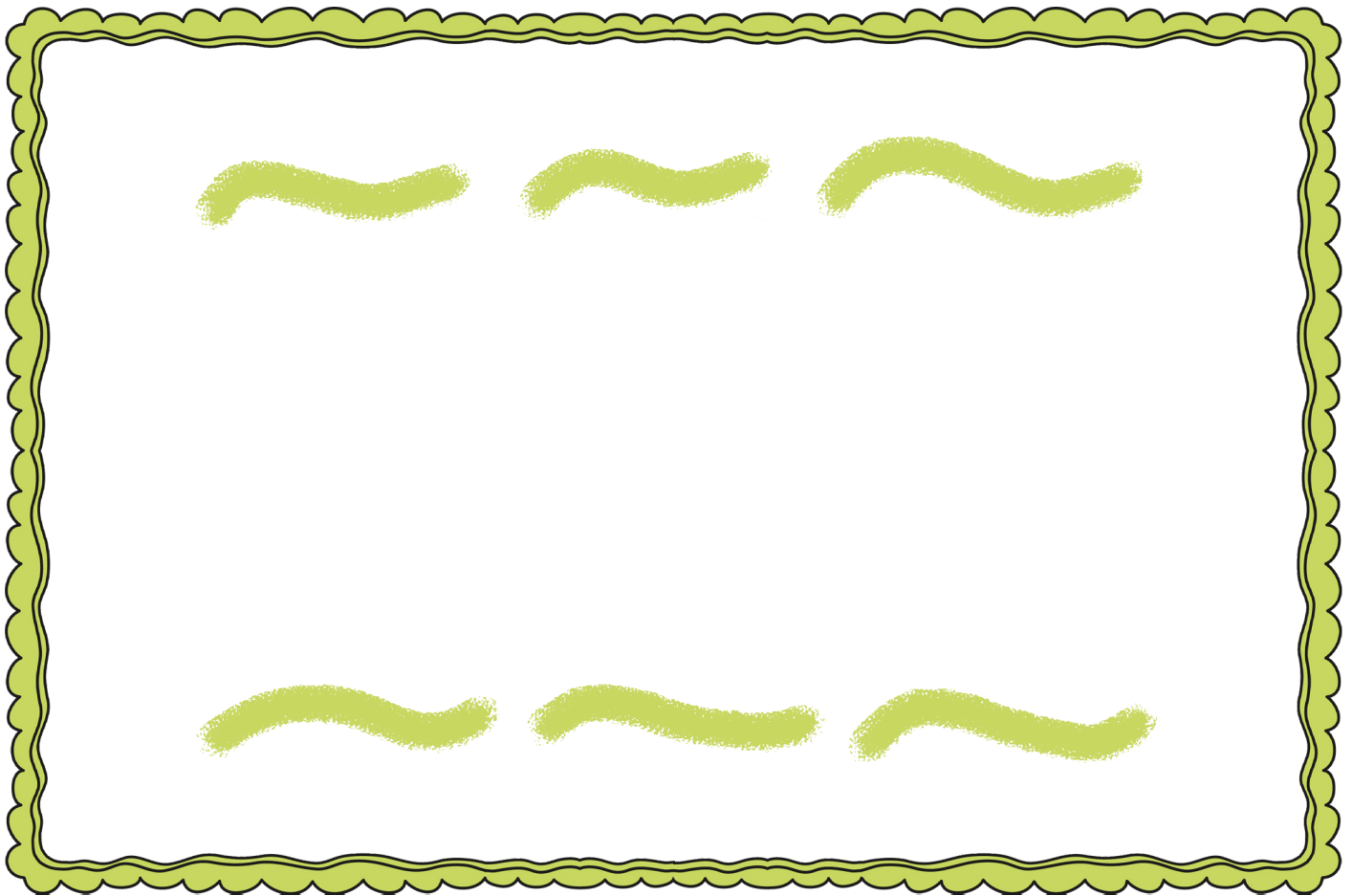


verfrommelen

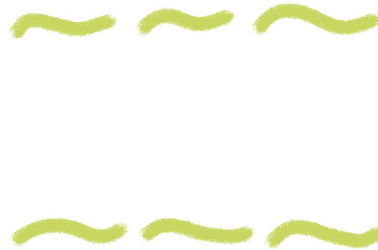


Verfrommel de sjaal in twee handen tot je er zo min mogelijk van ziet.

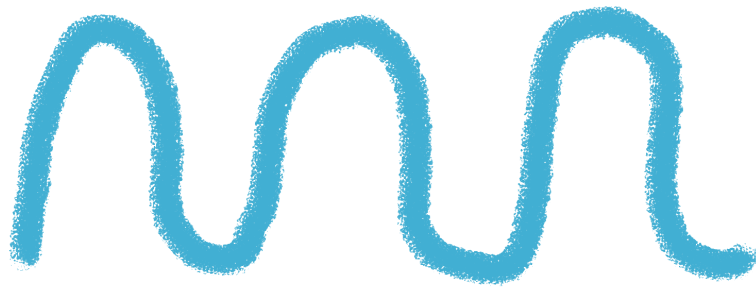
- Verfrommel de sjaal in twee handen en gooi het daarna omhoog
- Verfrommel de sjaal in twee handen en verstop het ergens onder je kleren



hoog – laag



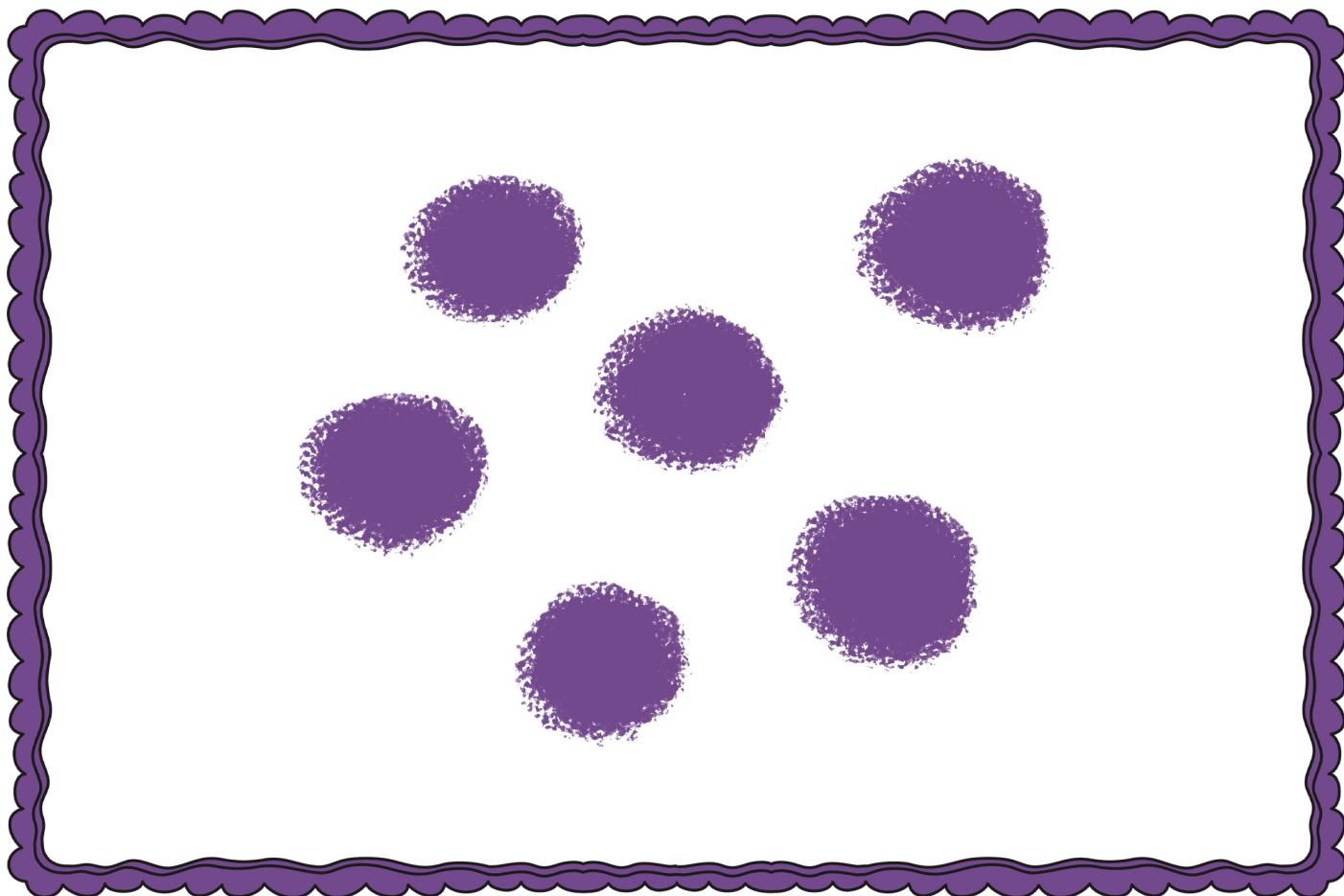
- Zwaai hoog boven je hoofd
- Zwaai laag (op kniehoogte)
- Zwaai laag bij de grond
- Tel erbij: 1-2-3-4 hoog zwaaien, 1-2-3-4 laag zwaaien, 1-2-3 hoog zwaaien, 1-2-3 laag zwaaien etc.



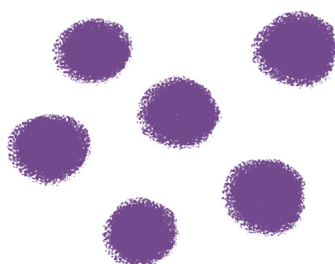
snel – langzaam



- Beweeg snel met de sjaal, bijvoorbeeld via de beweging 'schudden' of 'zwaaien'
- Beweeg langzaam met de sjaal via de beweging 'draaien'
- Verander van hoogte, bijvoorbeeld hoog boven je hoofd of laag bij de grond



tikken



Maak met de sjaal korte krachtige tikbewegingen, alsof je op een deur klopt.

- Tik zachtjes of tik hard
- Pak de sjaal bij een punt, maak een krachtige tikbeweging en laat dan ineens je sjaal los

inhoud

AUTEUR:
Joanna Brouwers

ILLUSTRATIES:
<https://www.teacherspayteachers.com/Store/Zip-a-dee-doo-dah-Designs>

REDACTIE:
Toontje Hoger; muzieklessentoontjehoger@gmail.com

VORMGEVING EN REALISATIE:
Toontje Hoger

DISCLAIMER:
Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden vermenigvuldigd en/of openbaar gemaakt worden door middel van druk, fotokopie, microfilm, publicatie op internet of op welke wijze dan ook zonder voorafgaande toestemming van de uitgever (Toontje Hoger) of auteur (Joanna Brouwers).