

Rhythmische Arbeit Klasse 1

Ziegenbock

Seht da kommt der Ziegenbock, mit dem alten Zottelrock.
Trägt die Hörner und den Bart, ganz genau nach Ziegenart.
Und die jungen Zickelein, springen froh im Sonnenschein.
Ziegenböcklein, Zottelröcklein, hüpfst ja über Stock und Stein.
Wackelohr und Spitzgehörn, hoppla hopp, ich hab`dich gern.

Hampelmann

Ich heiß`Hampelmann und zeig` euch was ich kann:

Rechtes Bein vor, linkes Bein vor,
Rechter Arm hoch, linker Arm hoch,
rechts gesprungen, links gesprungen,
rechts geschwungen, links geschwungen.

Rechts geklatscht, links geklatscht,
Kreuz geklatscht, kreuz geklatscht.

Rechts und links, links und rechts,
Rechts und links, links und rechts.

Unten kreuz, oben kreuz,

Kreuzweis`, kreuzweis`

Hoch gesprungen, hochgesprungen,
ganz hoch gesprungen.

Rechts gedreht, links gedreht,
umgedreht, umgedreht,
ganz gedreht, anders `rum gedreht.

Das war Hampelmann, der zeigte, was er kann.

Am Morgen

Früh am Morgen, ohne Sorgen,
froh wir leben, frisch wir regen,
uns`re Glieder auf und nieder.

Uns`re Füße sagen Grüße, uns`re Waden gehen baden,
Uns`re Beine steh`n alleine, uns`re Schenkel tragen Sprengel,
Aus der Hüfte in die Lüfte, uns`re Bäuche voll wie Schläuche,
Uns`re Herzen fühlen Schmerzen, mit den Armen ruft Erbarmen,
Uns`re Hände stützen Wände, uns`re Finger munt`re Ringer,
Unser Rücken tut entzücken, auf den Schultern lasst es poltern,
Und im Nacken muss es knacken, aus den Hälsen ragen Felsen,
uns`re Köpfe tumbe Töpfe, uns`re Mäuler schlimme Schlünder,
Uns`re Augen nicht viel taugen, uns`re Ohren taube Tore,
Uns`re Nasen immer blasen, die Gedanken, die oft schwanken
Aus dem Hirne vor die Stirne, und wir sagen ohne Klagen:

Früh am Morgen, ohne Sorgen,
froh wir leben, frisch wir regen,
uns`re Glieder auf und nieder.

Füße und Hände

Rechte Hand und linke Hand, das sind zwei.
Rechte Hand und linke Hand schaffen froh und frei.
Rechte Hand und linke Hand, soll`n sich fleißig regen!
Eine kommt der ander`n Hand, helfend stets entgegen.

Rechter Fuß und linker Fuß, das sind zwei.
Rechter Fuß und linker Fuß stampfen froh und frei.
Rechter Fuß und linker Fuß, tragt mich allerwegen!
Fest im Tritt und Schritt für Schritt,
Frohem Ziel entgegen.

Pferde I

O, wie läuft mein Pferdchen munter, Berg hinauf und Berg
hinunter.
Hört es meine Glöckchen klingen, will es lustig weiterspringen.
Auf die Wiese über`n Wall – in den Stall.

Pferde II

Ei, mein Pferdchen, nun lauf, auf die Berge hinauf
Von den Bergen hinab, immer lustig im Trab,
Über Stock, über Stein, in den Morgen hinein.

Pferde III

Im Schritt, im Schritt, beginnt mein Ritt,
Im Trab, im Trab, den Berg hinab,
Im Galopp, im Galopp, da geht`s hopp, hopp, hopp.

Tiere

Lustig kommen wir geschritten, geh`n daher mit festen Tritten,
Können wie die Bären traben, weil wir soviel Kräfte haben,
Können leise auf den Zehen, wie die lieben Rehlein gehen,
Können wie die Störche schreiten, über Dächern Flügel spreiten,
Können wie die Hasen hüpfen, schnell durch alle Büsche
schlüpfen,
Können wie die Elefanten, feste trampeln und stets schwanken,
Können wie das alte Gnu, stehend halten Ruh.

Limu, limu, lima (1)

Limu, limu, leimen

from *Dalarna*, Sweden
transl. Gottfried Wolters (1910-1989)

Li - mu, li - mu, li - ma, Gud, lät so - len ski - - nal
Li - mu, li - mu, lei - - men, Gott, lass Son - ne schei - - nen!

Ö - ver ber - ge - na blå, ö - ver kul - lor - na små.
Ü - ber Ber - ge und Höh'n ü - ber Wäl - der und Seen.

Som i sko - gen ska' gå om som - ma - ren!
Lass die Son - ne auf - geh'n zur _____ Som - mer - zeit!