

Les 5

*Zingen, bewegen

Korte inhoud:

De kinderen zingen het lied 'De Pietengymnastiek' en voeren de bijbehorende bewegingen uit (het filmpje met de bewegingen is gratis meegeleverd).

Lesverloop

Inleiding

Om de pieten in topvorm te houden, moeten ze ook vaak aan gymnastiek doen. Daar is de Pietengymnastiek voor!

Het lied wordt beluisterd terwijl de kinderen nog zitten (CD track 5 voor de helft, dus één rondje). Dan wordt gevraagd hoe je aan de muziek kunt horen dat de pietengymnastiek begint (muziek gaat sneller).

Kern

Iedereen gaat staan (kan gewoon op de plek in de klas of in een grote kring in de speelzaal bijvoorbeeld).

Terwijl het lied klinkt, doet de leerkracht de bewegingen duidelijk voor. De kinderen zullen deze moeiteloos nadoen.

Afsluiting

Omdat het lied een langzaam en een snel deel heeft, kun je heel goed in twee groepen werken. Dan laat je de ene helft van de groep het langzame gedeelte zingen en bewegen en de andere helft het snelle gedeelte.

Extra

Er zijn talloze mogelijkheden voor eigen invulling bij dit lied.

*Je kunt een kind de solo van het langzame gedeelte laten zingen en de rest van de klas het snelle gedeelte.

*Je kunt het lied ook alleen bewegen, zonder zang dus. Of het ene deel zingen en het andere deel bewegen en andersom.

*In plaats van zingen, is het ook erg leuk om het lied te neuriën, fluisteren of te playbacken. De Pietengymnastiek kan heel goed gebruikt worden om de dag te beginnen als warming up of als er een paar minuutjes over zijn in het lesprogramma.

Liedtekst

De Pietengymnastiek

Dag jongens, dag meisjes doe allemaal maar mee
Want Sint die is weer bij ons, dat vinden wij oké
Dus kun je goed bewegen en hou je van muziek
Dan gaan we nu beginnen met de Pietengymnastiek

En van je hup, 1, 2, 3, sla maar op je knie
Doe je handen in je zij en stamp er dan nog 3 keer bij
Dan draai je in het rond, dan met je handen naar de grond
Wij zijn van elastiek, dit was de Pietengymnastiek

(Het geheel 2 keer)



© 2013