

Tänze durch das Jahr

Michaela Wöltjen

Was machen wir mit müden Kindern

Intro

3x8

Refrain „Was machen wir mit müden Kindern“

1-4 Schultern zucken, Schlafposition rechts

5-8 Schultern zucken, Schlafposition links

1-4 Schultern zucken, Schlafposition rechts

5-8 großer Armkreis

Strophe 1

2x8 mit einem Partner im Kreis drehen

Refrain

Strophe 2

1-2 in die Hände klatschen

3-4 mit den Fingern schnipsen

5-8 mit den Hüften wippen

1-2 in die Hände klatschen

3-4 mit den Fingern schnipsen

5-8 großer Armkreis

Refrain

Strophe 3

1-2 mit dem Popo wackeln

3-4 mit dem Kopf nicken

5-8 Nase (5-6) antippen, Ohren (7-8) zwicken

1-2 mit dem Popo wackeln

3-4 mit dem Kopf nicken

5-8 großer Armkreis

Refrain

Ende Alle liegen am Boden

Wir tanzen in den Mai (Simone Sommerland)

Tanz mit Tüchern

Teil A

1-8 die Tücher vor und rück schwingen, rechts beginnt

1-8 die Tücher seitlich hin und her schwingen, rechts beginnt

2x8 Wiederholen

Teil B

2x8 rechtsherum im Kreis tanzen, die Tücher werden oben geschwungen

2x8 linksherum im Kreis tanzen, die Tücher werden an der Seite geschwungen

Teil A, Teil B, Teil A, Teil B

Im Teil B kann man es auch aufteilen und jeder zweite macht oben und der andere an der Seite die Bewegungen.

Tänze durch das Jahr

Michaela Wöltjen

Alle Hasen dreh'n sich um (Simone Sommerland)

- 1-8 vier Schritte in die Mitte, klatsch auf 4 und vier Schritte zurück, klatsch auf 8
- 3x8 Wiederholen
- 1-8 Hände an die Ohren und hin und her wackeln
- 1-4 jemanden herwinken
- 5-8 mit dem Popo wackeln
- 2x8 runter auf die Knie gehen und sich ganz klein machen
- 4x8 mit einer kleinen Gruppe (3-4 TN) im Kreis drehen, 2x8 in die eine Richtung und 2x8 in die andere
- 1x8 zwei Posen auf jeweils 4 Zeiten
- 1-8 mit dem Kopf hin und her wackeln
- 1-4 jemanden herwinken
- 5-8 mit dem Popo wackeln
- 2x8 auf den Bauch legen und die Augen zu halten
- 4x8 mit einer kleinen Gruppe (3-4 TN) im Kreis drehen, 2x8 in die eine Richtung und 2x8 in die andere
- 1-8 vier Schritte in die Mitte und klatsch auf 4 und vier Schritte zurück und klatsch auf 8
- 3x8 Wiederholen
- 1x8 zwei Posen auf jeweils 4 Zeiten
- 1-4 mit dem rechten Fuß wackeln
- 5-8 mit dem linken Fuß wackeln
- 1-4 jemanden herwinken
- 5-8 mit dem Popo wackeln
- 2x8 auf den Popo setzen und Arme und Beine in die Luft halten
- 4x8 mit einer kleinen Gruppe (3-4 TN) im Kreis drehen, 2x8 in die eine Richtung und 2x8 in die andere
- 1-8 vier Schritte in die Mitte und klatsch auf 4 und vier Schritte zurück und klatsch auf 8
- 3x8 Wiederholen
- Ende die Hände vor dem Oberkörper wackeln und dann hochspringen

Tänze durch das Jahr

Michaela Wöltjen

Jetzt kommt der Sommer (Simone Sommerland)

Tanz mit oder ohne Tücher

Intro

4x8 Alle steigen in ihr Flugzeug und kommen auf die Fläche geflogen

Teil A

1-2 Hände vor dem Bauch umeinander rollen

3-4 Hände über den Kopf strecken und einmal hochhüpfen

5-6 Hände vor dem Bauch umeinander rollen

5-8 Hände über den Kopf strecken und einmal hochhüpfen

1-8 Step Touch re., li., re., li. Schlangenarme an der Seite, rechts beginnt

Teil B

1-4 vier Schritte nach rechts

5-8 leichter Hüpfen und Popo wackeln

1-4 vier Schritte nach links

5-8 leichter Hüpfen und Popo wackeln

1-4 vier Schritte nach rechts

5-8 leichter Hüpfen und Popo wackeln

1-8 auf 5 re. Arm nach oben, auf 6 li. Arm nach oben, auf 7,8 sich im Kreis drehen

Teil A

Teil B jetzt nach links anfangen

Teil A

Zwischenteil 2x8 als Flugzeug durch den Raum fliegen

Teil A

2x8 wieder nach Hause fliegen

Der Herbst ist da (Simone Sommerland)

Tanz mit Tüchern

1-8 von rechts nach links schwingen

1-8 von oben nach unten hin und her „wischen“

1-8 hüpfen und dabei die Tücher vor dem Körper auf und ab

1-6 vor dem Bauch die Tücher schütteln

7-8 auf 7 die Arme nach oben

4x Wiederholen

Nach der ersten und Dritten Strophe ist 1x8 Pause, da kann man einfach am Platz schwingen

Tänze durch das Jahr

Michaela Wöltjen

Wir sind kleine Geister (Simone Sommerland)

Tanz mit Reifen oder Seilen

Intro

- 2x8 am Rand stehen und langsam zum Platz laufen
- 2x8 im Haus (Reifen oder Seil) stehen und wild tanzen

Strophe 1

- 1-8 um das Haus gehen
- 1-4 leere Taschen zeigen und die Schultern hochziehen
- 5-8 Süßigkeiten in den Mund stecken

Refrain

- 1-8 in das Haus tanzen
- 1-8 Arme verschränken und zusätzlich bei 5-8 mit den Füßen stampfen
- 1-4 „Süßes oder Saures,, - erst re. Hand nach vorne, dann linke Hand nach vorne beide Hände auf die Brust
- 5-8 Wiederholung von 1-4

Strophe 2

- 1-8 um das Haus gehen
- 1-2 auf dem Besen die Hexen
- 3-4 Gespenster Bewegungen
- 5-8 in die Fenster schauen, abwechselnd eine Hand an den Kopf

Refrain

Strophe 3

- 1-8 um das Haus gehen
- 1-4 Arme hin und her schwingen
- 5-8 einen dicken Sack vor den Bauch halten

Refrain mit 4 mal „Süßes oder Saures“

Ende Geisterbewegungen und schreiend aus dem Haus an den Rand laufen

Ri-Ra-Rentiersong (Thomas Koppe)

Refrain – das ist der Rentiersong

2x8 durch die Halle laufen

Strophen

2x8 verschiedene Bewegungen in den Strophen – klatschen, stampfen, schnipsen, hüpfen

Letzte Strophe – Müde, alle legen sich auf den Boden und auf Hurra springen sie wieder auf

Refrain und Strophen sind immer im Wechsel

Tänze durch das Jahr

Michaela Wöltjen

24 Türchen

Intro

2x8 am Platz marschieren

Refrain

1-4 4x hüpfen, dabei die Arme abwechselnd hoch

4-8 auf die Oberschenkel patschen

1-8 Arme schwingen von rechts nach links

2x Wiederholen

1-4 Armkreis, dabei marschieren

5-8 mit den Daumen auf sich zeigen

Strophe

1-4 2 step touch nach re., auf 2 und 4 Klatsch

5-6 step touch nach re. auf 6 Klatsch

7-8 step nach li. Auf 8 Klatsch

1-4 2 step touch nach li., auf 2 und 4 klatsch

5-6 step touch nach re., großer Armkreis

7-8 step touch nach li., großer Armkreis

1-4 Arme vorne öffnen

5-8 „Seilspringen“

1-2 Daumen auf sich zeigen

3-4 Arme nach oben

5-8 einen großen Kalender zeichnen

1-8 nach rechts und links schauen

Refrain

Strophe

Refrain