

OSLOKURS 2019

kurs «lek, sang og dans»

**pedagogisk materiale for 2. klasse (norsk telling)  
(1. klassesertrinn)**

Barnet- ta imot det i ærefrykt

Oppdra det i kjærlighet

La det gå i frihet

(Rudolf Steiner)

Materialet som er samlet her, stammer fra mange kilder, fra folkeskatten, kjente forfattere og komponister, fra steinerskolelærere, eurytmister og pianister. Jeg vil herved takke alle de skapende menneskene som har bidratt med noe her!

For bedre oversikt er materialet tildelt et av klassesertrinnene, men mange ting kan brukes på flere trinn! Alle som vil bruke det, skal bli oppmuntret til å utvikle det slik situasjonen de står i krever det - det er tenkt som en eksempelsamling og fri inspirasjonskilde til rytmisk arbeid med barn.

Oslo, i juli 2019

Angela Seitz

**Noen stikkord til 2. klasse:**

- klassefelleskapet etableres, ringdannelse
- bilder, imaginasjoner, eventyr, helhet
- den rette og den krumme linjen
- musikalske elementer: kvintintervall, pentatonmusikk, kvintstemning, folketoner- gjerne improvisasjon i ønskede stemninger og rytmer
- finger, føtter
- varierte motsetninger/ kontraster (stort –lite, sakte- fort, kaos-form, bevegelse- ro), stemninger mellom undring og bevegelsesglede, tillat kaos, fullstendig ro
- enkle elementer øves lekende, med hele gruppen, gjentakelser, få retningsskift
- rutiner bygges opp- ritualer

**Ringen****Lage ring**

Vi har et gyllent bånd, som går fra hånd til hånd,  
det strekker seg fra him'len stort, ned til vår kjære moder jord.  
(se noter)

Grågåsen flyer, grågåsen flyer- høyt over strand, til fremmede land!  
(se noter)

En ring av gull, en riktig stor,  
med plass til alle hender-  
der ingen er først, og ingen sist,  
der ingen er størst, og ingen trist-  
vi holder fast, og ringen ei brast,  
for den var smidd av venner.

(Lydia Høst)

*alle går på ringen, alle holder hender*

*hoppe/ vise begge føtter, først høyre, så venstre  
hoppe/ vise begge føtter, først høyre så venstre  
stå, holde hender*

*på «venner», hendene opp og ned 2x bekreftende*

Se vår ring, den er fin, den er min, den er din, den er vår, se vi går.  
Se vår ring, den er fin, den er min, den er din, den er vår, se vi står.

*klappe, stampe, gå, liste- hender, fingre- anapestrytmen på mange ulike måter- gjentakende*

2

Se, hva mine hender kan, de kan klappe dagen lang: *klappe*  
De kan bygge seg et slott, de kan gjemme seg så godt, *eurytmask T, hendene bak ryggen*  
de kan strekke seg mot him'len, *hender opp i luften*  
de kan klappe runde kinn, og de kan finne vennen sin. *klappe kinn, holde hender*

Enniken fenniken fikum fokum *slå nevene rytmisk oppå hverandre*  
Bondeknokum everen beveren buff! *på «buff» hendene i eurymisk F*

Å kjøre vatn, å kjøre ved, *sette hælene frem og tilbake 3x, hø, ve, hø*  
å kjøre tømmer over heia, *3 steg inn i ringen, hendene slår to ganger på lårene*  
å kjøre hva dem kjøre vil, *sette hælene frem og tilbake 3x*  
jeg kjører jenta mi eia. *3 steg utover, hendene slår to ganger på lårene*  
De røde roser og de øyne blå, *sidehopp, med klokka, alle holder hender*  
de vakre jenter holder jeg ut å. *fortsett sidehopp*  
Helst når jeg får den jeg vil ha, *sette hælene 3x*  
da er det morosamt å leva. *dreie seg rundt seg selv med løftede armer, slå på lårene*  
(se noter)

Vis frem dine føtter og kom nu og hør, *sette fotspissene fremover og tilbake, avvekslende*  
hvorledes de flittige vaskekoner gjør: *steg til side, åpen, inntil, åpen inntil etc. m/ klokka*

De vasker, de vasker, de vasker den hele dag, *mime*  
de vasker de vasker, de vasker den hele dag.

vrir, henger opp, tar ned, bærer, stryker *mime*  
klapper *klappe i hendene*  
danser *sidehopp på ring*  
hviler den hele natt. *evt. sette seg*  
(se noter)

Rund går vindmølla, vindmølla, vindmølla, rund går vindmølla, rund og rund.  
Slik blåser vinden i seglet, i seglet, slik blåser vinden i seglbåtens segl.  
(se noter)

*Først går ringen sakte som en tung vindmølle. På andre vers dobles/ økes tempoet, retningen endres evt., raske sidehopp, alle må klare å holde hender helt til slutt.*

### 3

Vinden har en travel dag, den skal nå en masse, den skal blåse epler ned til den lille Lasse. Den skal frakte fnugg og frø, hit og dit den iler, og når vinden har blitt trøtt, drar den hjem og hviler.

Vinden skynder seg av sted over land og grenser, den skal bølge bølgene, tørke Lasses genser. Den skal frakte over hav mange skip i døgnnet, den skal blåse Lasses hår, ned i Lasses øyne.  
*(se noter)*

*Alle sitter og lager små vindbevegelser med hendene. Den voksne begynner og går rund på utsiden av ringen, lager store vindbevegelser og prikker et barn på ryggen. Dette barnet får bli med og prikke sin venn som blir med- til alle er på den store ringen og vinden kan bruse gjennom rommet- alle må følge i slange. Så roer man ned igjen til alle sitter igjen med små vindbevegelser.*

Å hoppe, sa gåsa, å danse, sa reven- så hopper vi, så danser vi, så setter vi oss på huk!

Ringel, rangel, rose, søte åprikoser- blå fiol, forglemmegei, alle barna setter seg!  
*(se noter)*

### **Riding**

Sko blakken, sko blakken med hammer og tang, *sittende slå på fotsålene med nevene*  
i morgen skal vi fare den veien så lang!

Sko blakken sko blakken og sko har godt, *bytte fot*  
for vi skal kjøre til kongens slott!

Sko blakken, sko blakken med sølv og med gull, *hamre i hø hånd med bøyd ve pekefinger*  
for vi skal ut i frost og kuld'!

Sko blakken, sko blakken med jern og med stål *hamre kraftig i ve hånd med hø neve*  
for veien til kongens slott er haal.

Stadig sikkert, stadig sikkert, så går min hest, den som jeg syn's er best!

Så har jeg en hest som traver så lett, som traver så lett, til den er helt svett!  
Så har jeg en hest på kulletts topp og den setter av i galopp, i galopp, i galopp  
og stanser med et hopp!

*På ring, holde hender eller ikke, være hest, gå i skritt, trav og galopp. På slutten av hver linje et lite hopp med å sette føttene helt sammen.*

Ride raskt, ride langt, ride raskt, ride langt,  
ride modig gjennom verden –er vårt liv, er vår skatt! (Christa Borgen)  
(se noter)

4

Ri, ri på islandshest, ri mot øst og ri mot vest!  
Ri mot sør og ri mot nord, ri mot der hvor .... bor!  
(se noter)

*Gå på ring ridende, holde hender. «hvor Petter bor». Petter får nå sette seg i midten- gå i garderoben etc. Til alle er blitt sunget. Eller også for å velge ut et barn som får hjelpe til etc.*

### **Sammentrekning og utvidelse**

Hvor er alle ørene? Her! *Ta på nevnte kroppsdel også åpne geberden stort opp,*  
Hvor er alle nesene? Her! *for å vise den.*  
Hvor er alle knærne? Her! Etc.

Vi vil ut i verden gå, men hvor har vi kommet nå? *4 steg ut og inn av ringen, holde hender*

Ha- ha- hatsju! *holde hender, hendene utover på «ha», hendene møtes i midten «tsjuuu»*

### **Formprinsipp Spiral**

Kila, bukk, kila blakk, kila liten nevatapp,  
Rosa, Dokka, Nykla, Sokka,  
Storspena, Spjautill -Fagerleik! Spelemann bort i fjellom.  
(se noter)

*Et barn får være geitekillen i midten av ringen. De andre går spiral inn og helt tett rund geitekillingen, geitekillingen blir løftet av fjellhyllen og viser veien ut av skogen (utviklende spiral) Alle står nokså stille til de kjenner et lite drag.*

Fint og lett på tå, danser alver små, langt inni skogen på myke silkestrå.  
Hør de danser til sus og fløytespill, su lu lu, su lu lu, skogens fe er snill.  
(se noter)

*Kan brukes for å danse inn og ut av spiralen, raskt og levende.*

## Fingerleker

Det var en gang en mus så grå,  
*musesnute*

hun satt på min tå, hun satt på min tå,  
og kikket og kikket med øyne så små.  
Men så kom det en katt,  
og musa hun skvatt, opp på min hatt.  
Og borte vekk var den.

*sitte med bena lang, lage*

*ta på tærne  
pekefingre fra øyne  
lage katteører  
eurytmisk T  
hendene bak ryggen*

5

Katta satt opp på taket,  
og talte med sine små døtre.  
Hvor skal vi hen til vinteren,  
vi fryser på våre små føtter!  
Jo, vi skal til Danemark,  
kjøpe sko for halvannen mark!  
Trille, trille pepperkorn,  
katta blåser i sølvehorn-  
alle små musene trår en dans-  
og hele jorda den dundrer!

*høyre tommel  
fingre venstre  
bevege fingrene*

*bevege tommel*

*alle fingre trommer på gulvet  
mime trompet  
fingre på begge hender rund hverandre  
nevne trommer på gulvet*

Tomme møter Tomme, Pek møter Pek, det synes pek var en morsom lek-  
Tomme møter Tomme, Lang møter Lang, det synes Lang var en morsom sang-  
Tomme møter Tomme, Ring møter Ring, det synes Ring var en morsom ting-  
Tomme møter Tomme, Lill møter Lill, og det vil Lill gjøre en gang til! ://  
2. gang: ...men det var det ingen andre som vil! (*folde hender til slutt*)

*fingre berører hverandre først også bevege de nevnte fingre som vinkende*

Ti små dverge bor i dette berget:

Kom frem, Tommeltott og Tommeltine!  
God dag, god dag, god dag- og fort bort i berget det blå!  
Kom frem, Slikkepott, og Slikkeline! God dag...  
Kom frem, Langemann og Langefine! God dag...  
Kom frem, Gullebrann og Gullestine! God dag...

Kom frem, lille Petter Spillemann og lille Lise Spillepike! God dag...  
Kom frem, alle ti små dverge! Vi er så glad og har det så bra!  
Og fort bort i berget det blå!

*Begge hender er bak ryggen. De nevnte fingrene kommer frem, berører hverandre på «god dag!» også beveges de bak ryggen igjen.*

Her ser du bikuben, bienes hjem-  
Men hvor har biene gjemt seg hen?  
Vent nå litt, så kommer de frem!  
En, to, tre, fire, fem!  
Bssss- ...p!

*forme en bikube med begge hender  
Se eller høre på «bikuben»*

*En hånd løfter fingrene etter tur  
eurytmask «bie» med hendene*

*Dette kan gjøres bare sittende men det går også an at en eller flere får lov å være bie én hel runde rund ringen, mens de andre lager bier fortsatt sittende.*

## 6

### **Føtter**

Her er søster, her er bror, de er gode venner!  
Her er søster, her er bror, jeg dem begge kjenner!

*høyre frem og tilbake, så venstre, hoppe  
høyre frem, så venstre, gni føttene*

Så hilser vi på føttene, kraftig og kry!

*tåspissen frem, så hælene*

1 edderkoppben  
1, 2 mus uten sko  
1, 2, 3 menn henter ved  
1, 2, 3, 4 riddere rir  
1, 2, 3, 4, 5 røvere er slem  
1, 2, 3, 4, 5, 6 kjeks til en heks  
1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 ting tok en tyv.

*ét steg på ringen, så klappe lang- kort- kort- lang  
to steg fremover, klappe lang- kort- kort- lang  
tre steg etc.*

### **Ball, kule, dukke**

Leja, leja, li- ballen ruller vi

*lage en sittende stjerne, føtter berører hverandre*

Her ruller jeg og du- leja leja lu!  
(se noter)

*og rulle ballen fra midten og tilbake*

En stjerne ned fra him'len falt-  
og stjernen heter...!

*kaste ballen til et barn  
barnet kaster tilbake, alle sier navnet til barnet*

Over berg og blåne  
vandrer sol og måne  
på sin blanke himmelsvei  
lykke da på ferden  
vidt omkring i verden  
hilser de til deg og meg.

(Dan Lindholm)

(se noter)

*Alle sitter på ring. Ballen gis først til seg selv  
også i en vakker bue til naboen, rund i ringen.*

## 7

### Lek

Akka, bakka,  
bunka, rakka,  
etla, metla,  
sjong, dong,  
fillifong,  
Issa, bissa,  
Topp, stopp.

*hælene settes fremover og tilbake*

*klappe i hendene  
klappe på lårene  
klappe på kinnene  
ta på albuene  
opp på tå og ned*

Nå skal fløyta/ xylofonen spille og alle skal få: hoppe på to ben/ hinke/ liste etc.  
og når den slutter å spille skal alle sammen lage:  
(enten rett): sverd, pinne, gjerdet, snor, solstråle etc.  
(eller rund): fullmåne, sol, bløtkake, tallerk

Abrakadabra, simsalabim (eller – bing) / simsalabad  
nå forsvinner vår flotte tryllering/ tryllerad

*tryllende bevegelser  
hender bak ryggen*



## **Hvile etter timen**

Når trollmor har lagt sine elleve små troll og bundet dem fast i halen,  
da synger hun sakte for elleve små troll de vakreste ord hun kjenner:  
Ho aj, aj, aj aj boff, ho aj, aj, aj, ja boff- boff, ho aj, aj, aj, aj boff.  
(se noter)