

Hele kroppen kan danse

Når musikken bidrar til gode fellesskapsopplevelser der alle sanser er i bevegelse, kan vi skape inkluderende møteplasser som gir rom for alle.

I «Hele kroppen kan danse» inviteres dere til frislipp av bevegelsesglede og følelsesdeling.

«Hele kroppen kan danse» setter i gang hele maskineriet, helt ned til den minste lille kroppsdel.

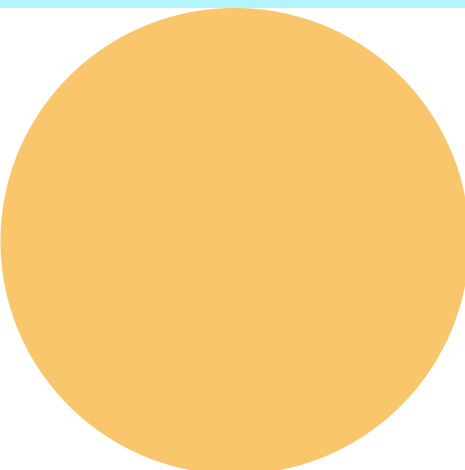
Sangen har en innebygd tenkepause: Her kan barna komme med sine forslag. De kan vise med kroppen eller si med ord. Vi anbefaler at alle samles i en ring og synger første del av sangen, den med tekst. Ikke forklar barna hva og hvordan, bare gjør det!

Varierte forslag til bevegelser gjør at alle barn mestrer å delta i fellesskapet. Morsomme forslag gir mye humor og latter. Her er det bare å forkaste selvhøytideligheten og la seg rive med inn i kreative krumspring sammen med barna!

På «la-la/ai-ai»-delen er det bare å hive seg inn i dansen i fri utfoldelse.

Når du leder aktiviteten blir du en rollemodell som barna kan imitere, før de skaper sine helt egne danseuttrykk.

Når dere har gått tom for kroppsdelar å danse med, kan dere danse som de ulike jungeldyra eller andre morsomme skapninger.



Hele kroppen kan danse

Anne Linn Vatnedalen Vik

G C(add9) D(sus4) G/F#



He - le krop - pen kan dan - se _____ Ba - re vent og se _____
He - le krop - pen kunne dan - se _____ Vi viste det med en sang _____

5 Em A⁷ D(sus4) D



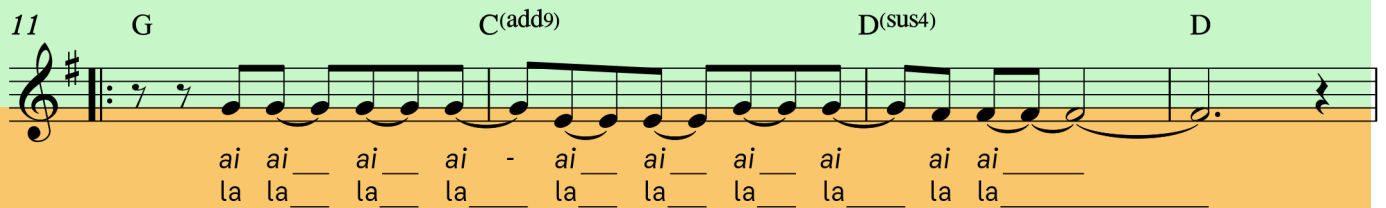
Hvem bestem mer hva vi begynner med _____
Nå skal vi dan-se med he - le på en gang _____

Rop ut et navn på et barn som ser klar ut.

Barnet kan svare med ord eller vise det med kroppen:

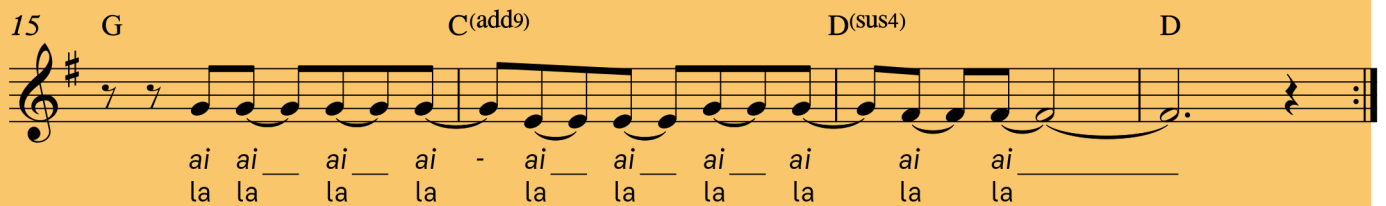
Fingrene, hodet, skuldrene, tunga, armer, bein, rumpa, magen osv...

11 G C(add9) D(sus4) D



ai ai ai - ai ai ai ai ai ai
la la la la la la la la la la

15 G C(add9) D(sus4) D



ai ai ai - ai ai ai ai ai ai
la la la la la la la la la la

**Fra albumet
«Sprell i jungelen».**

Kurs og inspirerende
musikkvideoer finnes
på YouTube: [https://
bit.ly/sprelltube](https://bit.ly/sprelltube)