



# Polka

Muzido



Polka: het lied .....	3
De muziekopname .....	3

**Activiteiten per leeftijd:**

<b>Baby's</b> .....	4
• Babydans .....	4
• Met muziekinstrumenten .....	4
<b>Dreumesen</b> .....	4
• Klinkend materiaal .....	4
• Trommelen .....	4
• Spelmateriaal .....	4
• Klappen .....	4
• Verschillende bewegingen, zittend .....	5
• Door de ruimte .....	5
<b>Peuters</b> .....	5
• Basis zittend .....	5
• Basis discodans .....	5
• Klinkend materiaal: ritmestokjes, rammelaars en schudeitjes .....	6
<b>Kleuters</b> .....	6
• Spel om vooraf te spelen .....	6
• Basis zittend .....	7
• Basis discodans .....	7
• Klinkend materiaal: ritmestokjes en schudeitjes .....	7
• Shakers knutselen .....	7

Spelvarianties zijn beschreven op leeftijd. Bijna alle spelvarianties die voor de jongste leeftijden geschikt zijn blijven leuk en interessant voor kinderen die al in de volgende leeftijdsfase zitten.

Stichting Muziek op Schoot  
De Meerkoet 1, 2761 SM Zevenhuizen

0180-632829  
info@muziekmethetjongekind.nl  
www.muziekmethetjongekind.nl



(foto Gerda Horemajler)

# Polka

Ierse traditional

**A**

**B**

**C**

## Structuur van de opname

A, A  
B, B,  
C, C

Deze Polka (uit Ierland) bestaat uit drie stukjes, waarbij elk deel een keer wordt herhaald. Door de duidelijk muzikale indeling kun je leuke spel- en bewegingsvariaties bedenken.

## Basis “discodans” voor peuters en kleuters

A: lopen (in de kring)

B: twee armen in de lucht zwaaien (stilstaan)

C: 8x stampen dan 1 rondje draaien

Maak de wisseling van de beweging op logische plaatsen in de muziek: de ABC-structuur helpt je daarbij.

## Baby's

### Babydans (kind op de arm)

2 rijen tegenover elkaar, ieder ouder/kind paar staat tegenover een ander paar

In de kinderopvang: 1 baby op de arm, één baby in een wipstoeltje ertegenover.

A: lopen: 1e rij naar de andere rij toe, bij de herhaling teruglopen en zwaaien.

B: lopen: 2e rij naar de andere rij toe, bij de herhaling teruglopen en zwaaien.

C: 3x zachtjes hoppen op de maat van de muziek met het kind op de arm, (2x)

Tot slot: rondje draaien in 8 tellen.

### Met muziekinstrumenten

Met rammelaars of schudeitjes mee schudden op de muziek.

De schudeitjes liggen goed in de hand bij jonge kinderen en hebben een prettig geluid. Zorg dat de baby (vanaf 8 maanden) twee eitjes krijgt: een in iedere hand. Dit is van belang voor de tweezijdige ontwikkeling van het kind. Ze zijn ook te koop in voordeelverpakking waar je jaren plezier van hebt:

[http://www.kindermuziekwinkel.com/home.php?cat=336&sort=orderby&sort\\_direction=0&page=2](http://www.kindermuziekwinkel.com/home.php?cat=336&sort=orderby&sort_direction=0&page=2)

## Dreumesen

### Klinkend materiaal

Ritmestokjes, blokjes

Tik met de ritmestokjes of met houten blokken mee, op de maat van de muziek.

<http://www.kindermuziekwinkel.com/Trommel-c-342.html>

tip: de taptap trommel is degelijk en minder duur

### Trommelen

Dreumesen willen erg graag trommelen en je doet ze een groot plezier door ze te laten experimenteren met allerlei geluidsmateriaal. Favoriet zijn de, niet te kleine, trommels. Geef de dreumes stevige stokjes uit één stuk en ze gaan meteen aan de slag. Je zult merken dat de dreumes op ontdekkingsstocht gaat en al spelend ontdekt dat alle delen van de trommel, zoals de zijkant, ook geluid maken. Op deze leeftijd onderzoeken ze alles op klank. Nadat ze de trommels verkend hebben geeft een instrumentaal muziekje de puls om mee te spelen.

Grote kans dat ze delen in de maat mee trommelen.

### Spelmateriaal

Bewegen met sjaaltjes van een dunne stof, liefst doorzichtig. Deze zijn kant-en-klaar te koop bij

<http://www.kindermuziekwinkel.com/Beweging-c-346.html>

Je kunt ze ook zelf maken van een lap organza van de markt.

Je kunt ook linten gebruiken in plaats van sjaaltjes. Zorg dat de linten niet langer zijn dan de benen van het kind, anders struikelen ze erover.

Met de sjaaltjes en de linten kan je verschillende manieren van zwaaien uitproberen. Per A, B of C deel een andere bewegingsrichting: A van boven naar beneden, B: van links naar rechts en bij C zwaai je de sjaaltjes of de linten in een rondje boven je hoofd. Er zijn vast nog veel meer leuke ideeën

Aansluitend (of voorafgaand) aan deze bewegingsactiviteit kun je met de sjaaltjes ook een kiekeboespelletje spelen of dansen op het Muzido lied “Adewiedewanseltje”.



## Klappen

Je kiest voor kinderen tussen 1-2 jaar één beweging. De meeste kinderen zullen vrij snel meedoen, maar stoppen ook tussendoor om daarna weer mee te gaan doen. Hoe vaker ze oefenen, hoe beter het ze zal lukken om die ene beweging het hele muziekstuk door vol te houden.

## Variatie

Waar tik je op? Op je buik, je benen, je billen?

## Variatie

Met de dreumesen die al (aan de hand) kunnen lopen stap je lekker door de ruimte.

## Verschillende bewegingen, zittend

- A: op de benen tikken
- B: in de handen klappen
- C: op de buik tikken

B kan ook zijn: de handen draaien (zoals bij de molen)

Voor zowel het A als het B gedeelte zijn er nog vele bewegingsmogelijkheden waaruit je kunt kiezen. Denk eens aan: Klappen, op je benen tikken, met de vingers op de tafel tikken, handen om elkaar heen draaien, met de vingers tegen elkaar tikken enz.

Extra optie voor C:

De drie luide noten meezingen en op je neus drukken alsof die een toeter is: pep, pep, pep!! of toet, toet, toet!!  
Doordat de verschillende bewegingen niet te snel na elkaar komen kunnen dreumesen dit wel volgen. Worden de verschillende bewegingen sneller afgewisseld dan is die spelvorm meer geschikt voor de peuters.

## Door de ruimte

- A: lopen
- B: stappen op de plaats
- C: stampen/lopen
- Of C: stilstaan en klappen

Wanneer de dreumesen dit goed kunnen en al snel reageren kun je bij elke wisseling in de muziek (ABC) een andere manier van bewegen kiezen:

- A: schudden
- B: tikken
- C: ergens anders tikken (achter rug, of handen naar voren/opzij, hoog)  
(Oriëntatie van het lichaam: voelen van de eigen reikwijdte)

## Peuters

De eerste keer dat je de Polka doet start je eenvoudig met een beweging voor het hele stuk of kan je een van de bewegingsvormen voor de dreumesen nemen.

## Basis zittend

- A: op de benen tikken
- B: in de handen klappen
- C: op de buik tikken

## Variatie

- A: op de benen tikken
- B: met de vingers tegen elkaar tikken
- C: 8 x klappen, daarna 8 tellen heel zacht tikken



## Basis “discodans”

A: lopen (in de kring)

B: twee armen in de lucht zwaaien (stilstaan)

C: 8x stampen dan 1 rondje draaien

Maak de wisseling van de beweging op logische plaatsen in de muziek: de ABC-structuur helpt je daarbij.

## Klinkend materiaal

Ritmestokjes

Tik met de ritmestokjes op maat van de muziek of speel op de trommel

<http://www.kindermuziekwinkel.com/Trommel-c-342.html>

De stokjes in onderstaande spelletjes kunnen ook vervangen worden door houten blokjes

## Vorm

A: met de stokjes op elkaar tikken

B: met de stokjes op de grond tikken

C: In tweetallen: met de stokjes op de stokjes van de ander/de volwassene tikken

A: stokjes op elkaar tikken

B: stokjes op de grond tikken

C: combinatie van A en B: 8 tellen op elkaar tikken, 8 tellen op de grond tikken.

## Variatie

Tik ieder deel eerst zacht en in de herhaling wat harder.

## Tussendoortje

Zing het lied “zagen zagen wiedewiedewagen” en “zaag” met de ritmestokjes over elkaar.

Vervolgens:

A: tikken

B: zagen met de stokjes

C: combinatie: eerst 8x tikken, dan 8 tellen zagen

## Rammelaars of schudeitjes

<http://www.kindermuziekwinkel.com/Shaker-c-303.html>

De 1e keer kunnen de peuters meteen mee schudden op de muziek.

## Vorm

Elke wisseling in de muziek (ABC) anders:

A: schudden

B: eitjes tegen elkaar aan tikken

C: ergens anders tikken (achter rug, of handen naar voren/opzij, hoog)

(oriëntatie van het lichaam: voelen van de eigen reikwijdte)

## Kleuters

### Spel om vooraf te spelen

Zak door je knieën en adem uit: dit duurt wel vier tellen.

Dit doe je nog eens 3x

Hierna doe je 4x hetzelfde maar dan blaas je uit in twee tellen.

Direct aansluitend start de muziek en ga je dansen



## **Basis zittend**

- A: op de benen tikken
- B: in de handen klappen
- C: op de buik tikken

## **Variatie**

- A: op de benen tikken: bij herhaling de handen niet tegelijk maar om de beurt klappen
- B: met de vingers tegen elkaar tikken: bij herhaling vinger voor vinger
- C: klappen: 1,2,3, rust 1,2,3, rust

## **Basis “discodans”**

- A: lopen (in de kring)
- B: twee armen in de lucht zwaaien (stilstaan)
- C: 3x stampen 1 tel rust 3x stampen 1 tel rust, dan rondje draaien

Maak de wisseling op de logische plaatsen in de muziek: de ABC-structuur helpt je daarbij.

Extra: achter je rug, boven je hoofd, onder één been door, aan de zijkant.

## **Klinkend materiaal**

Ritmestokjes

### **Vorm**

- A: met de stokjes op elkaar tikken
- B: met de stokjes op de grond tikken
- C: In tweetallen: met de stokjes op de stokjes van de ander/de volwassene tikken

- A: stokjes op elkaar tikken
- B: stokjes op de grond tikken
- C: combinatie van A en B. Kleuters kunnen na wat oefenen ook 2 tikken op de stokjes, twee tikken op de grond. Twee tikken op de stokjes enz.

## **Schudetjes**

De 1e keer, net zoals bij de peuters, meteen mee schudden op de muziek. De oudste peuters en de kleuters kunnen al schudden en lopen tegelijk. Zelfs in een optocht.

## **Shakers knutselen voor peuters en kleuters**

Wat heb je nodig?

Iets wat je kunt vullen, zoals een plastic flesje, chipsbus, klein doosje.

Vulling: Vul het met materiaal dat rammelt, zoals (strijk)kralen, rijst, suiker, zand, etc.

Sluit extra goed af met stevige tape.

De buitenkant kan extra mooi worden versierd door de kinderen.