

“CANTA CHE TI PASSA”

Sussidio a cura dell'equipe diocesana ®

N.B. La conversione per altri programmi di video-scrittura o la formattazione con altri caratteri potrebbero causare lo spostamento dei margini e della posizione degli accordi, pertanto prima di utilizzare questo file è opportuno confrontarlo con il sussidio stampato.

ACR TWIST

1° coro

RE
Accierre è

RE
il più meglio che c'è
RE
sopra sotto dentro fuori

RE
tutta piena di colori

2° coro

SOL LA
accierre è

SOL LA
il più meglio che c'è
SOL LA

sopra sotto dentro fuori

SOL LA
tutta piena di colori

LA7

ma se scoppierà -a -a -a.....

RE SOL LA

tutto ciò che c'è di grigio si colorerà

RE SOL LA 7

tutto ciò che c'è di grigio si colorerà -a -a -a.....

ACR REGGAE

RE SOL LA

Non lo posso più fermare,

RE SOL LA

sta sgorgando dal mio cuore questo

RE SOL LA

A....C....R.... reggae (2v)

RE SOL LA

RIT: iamadama dama dama ohoho 2v

RE SOL LA

ea.... ea.... e 2v

Io lo canto la mattina,

quando bacio la mamma questo.... Rit.

Quando vado alla mia scuola,
se mi piglia un nodo in gola
mi sovviene questo Rit.

E mi mette di buon umore
e non sento più il sudore con questo.... Rit.

E poi tutto si fa normale,
perché il gruppo è un po' speciale con questo....

ACR ROCK

MI7

Da una settimana aspetto e ora vado via;

all'ACR mi divertirò

LA7

ho preso tutto, ho messo anche la brillantina

MI7

e ora in bicicletta proverò a cantare;

SI7 LA7 MI7

il canto fa così: A....C.R. ROCK

RIT:

LA7

Canta l'animator ACR ROCK

MI7

Quando è di buonumore ACR ROCK

LA7

canti tu quando sei ACR ROCK

MI7

con una bimba OK! ACR ROCK

SI7 LA7

e sei giù canta anche tu

MI7

A....C.R. ROCK

Se all'incontro si ACR fantasia non c'è
e l'animator non sa che cosa far
tu metti tutti in cerchio a battere le mani
e poi con la chitarra prova un pò a cantare
il canto lo sai già: A...C.R. ROCK Rit.

E se a scuola il professore vuole interrogar
e tu hai paura perché niente sai
e con tutti i tuoi compagni mettiti a cantare
sperando che a lui piaccia questo canto pazzo

BANANA BANANA

DO FA DO SOL
Ero stanco di essere un uomo della città,
DO FA DO SOL DO
in questa gabbia di cemento a vivere come si fa!
DO FA SOL MI- LA-
Tanti problemi inutili troppe preoccupazioni,
RE7
è meglio stare sugli alberi
SOL
e mettersi a penzoloni e fare...

DO FA DO SOL
RIT: uh uh ah ah, uh uh ah ah
DO FA
uh uh ah ah
DO SOL DO
banana cocco baobab
DO FA DO SOL DO
BANANA.... (13) cocco baobab

Andare con le liane invece che col tram
al posto del vestito una pelle di PierTarzan!
E poi stare sugli alberi a tirare le banane
in testa ai cocodrilli
ai bufali e ai cinghiali e fare.... Rit.

Si può mimare liberamente il ritornello imitando le scimmie

CARAMBA

DO SOL7
Lassù in cima al Monte Nero c'è una piccola caverna,
DO SOL DO
ci son dodici pirati al chiaror di una lanterna.

RIT.
DO
Caramba beviamo del whisky,
SOL7

Caramba beviamo del gin, del gin

DO SOL DO

e tu non dai retta al cuore che tutto passerà.

Mentre tutti son festanti uno solo resta muto,
ha il bicchiere ancora pieno come mai non ha bevuto? Rit.
L'altro ieri hanno avvistato una nave mercantile,
che non era della Nato ma che andava dritta in Cile. Rit.

Mentre guardano dall'alto s'ode forte uno sternuto,
corròn tutti per l'assalto è il segnale convenuto. Rit.

Ecco sono all'arrembaggio ma la merce è una sola,
sulla nave c'è formaggio è formaggio gorgonzola. Rit.

CIAO, BELINDA

1

Ciao, ciao, ciao Belinda (3 v.)
vuoi ballar con me?

2

Dammi la mano destra Belinda (3 v.)
vuoi ballar con me?

3

Dammi la mano sinistra Belinda (3 v.)
vuoi ballar con me?

4

Batti forte i tuoi piedoni (3 v.)
vuoi ballar con me?

5

Ciao, ciao, ciao Belinda (3 v.)
vuoi ballar con me?

Posizione di partenza: due file parallele, con i ragazzi uno di fronte all'altro.

Movimenti: 1. tutti vanno avanti. A metà strada ciascuno prende per entrambe le mani il compagno che ha di fronte. Si lasciano subito, ed entrambe le file tornano in posizione di partenza. 2. partono i due estremi opposti, si danno la mano destra, girando, e tornano ai rispettivi posti. Immediatamente partono anche gli altri due ed eseguono come i precedenti 3. stesso schema di prima con la mano sinistra 4. come prima saltellando sui due piedi 5. ci si unisce come all'1. Due coppie di un estremo passano sotto il ponte formato dagli altri e si sistemano all'estremo opposto, poi si torna in posizione di partenza.

Ripartono i nuovi estremi come al 2 e così via fino a quando tutti si sono "esibiti" al centro.

Mentre si esegue la danza, si possono battere a ritmo le mani. Al 4, si possono battere anche i piedi. Se si è all'aperto e fa freddo si battono anche i denti.

FLY FLAY

Fly, fly flay, fly flay flò
vista
Cumma la cumma cumma la de vista
o no no no de vista
minni minni esta minni esta
minni oh!
O no no no de vista
Cumma te l'è vista se la ghera no?
oh no no no de vista

GIONA E LA BALENA

1° coro

Giona nella balena
felice fu
benchè in prigion
perchè sebbene in pena
potea mangiar
dello storion
ma il terzo dì
lo vomitò
senza pietà

2° coro

felice fu
benchè in prigion
potea mangiar
dello storion
piripippipì
poropoppoppò
parapappappà

Si può alzare progressivamente la voce, per vedere quale dei due gruppi arriva ad un tono di voce più alto.

GOMITO A GOMITO

RIT:

DO 1 FA 2 SOL
Gomito a gomito e naso a naso,
DO 3 FA 4 SOL
noi qui non siamo amici per caso,
FA 5 DO SOL 6 DO

occhio per occhio dente per dente,
7 FA DO SOL7 DO
siamo senz'altro della gran bella gente

FA DO
E se la mano tu mi vuoi dare,
FA DO
non ti devi preoccupare,
FA SOL
te la ridò perchè è importante:
FA SOL DO
ne hai solo due, non sono poi tante Rit.

E se un calcio tu mi darai, stai sicuro che lo riavrai,
te lo ridò spingendoti un poco, perchè in fondo è solo un bel gioco. Rit.

E se un bacio ora ti mando, trattalo bene, mi raccomando
te lo spedisco senza la posta, aspetto solo la tua risposta Rit.

E se ti guardo mi crescono i baffi, e mi vien voglia di darti due schiaffi,
ma se vuoi ridammeli indietro, non mi sposto neanche di un metro Rit.

***Movimenti:** La canzone va eseguita in cerchio, a coppie. 1. i due si sfregano reciprocamente i gomiti 2. la stessa cosa...col naso 3. si danno entrambe le mani e con un saltello si girano verso l'esterno del cerchio 4. altro saltello per girarsi verso l'interno 5. ognuno indica con gli indici i propri occhi 6. idem con i denti 7. marciando sul posto... ognuno tira fuori tutto il suo sex-appeal e assume la posizione che preferisce. Le strofe possono essere mimate o sceneggiate ... improvvisando*

I DUE LIOCORNI

DO SOL7
Ci son due coccodrilli ed un orangotango,
due piccoli serpenti e un'aquila reale
DO 7 FA RE7
il gatto, il topo, l'elefante non manca più nessuno,
DO SOL DO
solo non si vedono i due liocorni.

Un dì Noè nella foresta andò
e tutti gli animali volle intorno a sé
"il Signore s'è arrabbiato il diluvio manderà
la colpa non è vostra io vi salverò".

E mentre salivano gli animali Noè vide nel cielo
un grosso nuvolone e,

lui vuol farti stonare, perciò non farlo parlare
 DO SOL LA- MI-
 Chi dirige ha talento, è proprio un grande portento
 FA SOL FA SOL DO
 il Signore dà il LA, trullallero trullallà

Ma Lucifero, accidenti, per le scale era negato,
 fu per questo incidente che cadde nello scantinato
 Quale sincope del cuore, che battuta sul testone
 fu per questo contrattempo che si trasformò in pitone Rit.
 Ma per questo scivolone fu di fuoco la sua stizza
 la sfogò con grande astuzia sull'Adamo gran solista
 Era il tempo delle mele quando Eva solfeggiava
 presso l'albero proibito col serpente che fischiava Rit.

Al veder quel pomo tondo, Eva disse : "Melodia!",
 ma le venne un po' stonata, anzi troppo mamma mia!
 Fu per quelle stonature che si ruppe l'armonia
 s'arrabiò il compositore, anzi troppo mamma mia! Rit.

Fu per questo che il gran capo
 ci mandò un bel musicista, veramente pieno d'estro,
 lo chiamavano Maestro
 Scelse 12 elementi per formare un bel coretto
 Pietro aveva anche la chiave, nel solfeggio era perfetto Rit.

Paolo andando a Damasco, ebbe un'illuminazione,
 Pietro intanto in quel di Roma, era il RE della canzone
 La canzone non finisce, dura sempre più del mondo
 canteremo il ritornello tutti insieme in girotondo !! Rit.

IL COW-BOY PIERO

1 2
 Là nella capanna, laggiù nel bosco nero,
 3 4
 c'era un cow-boy che si chiamava Piero.
 5 6 7
 E la sua cavalla dormiva nella stalla
 8 9
 mentre lui beveva allegramente il thé.
 10 11
 Ma il cow-boy Arturo, pian pian scavalca il muro
 5 12
 e la sua cavalla gli rubò, ohibò!
 13 14
 Ma l'indiano bello, col chiodo nel cervello
 5 4 15

SOL

io lo seguivo nel rosso tramonto,
LA RE
dall'alto di un monte seguivo il suo corso.

RIT.

RE7 SOL RE
E allora ea, ea, ea allora ea, ea, ea.....

Fiumi, boschi e mari senza confine,
chiari orizzonti e le verdi colline,
un giorno partivo per un lungo sentiero,
partito ragazzo e tornato guerriero. Rit.

Ricordo il villaggio con tutte le tende,
giorni felici fra la mia gente,
e quando il mio arco colpiva lontano,
sentivo l'orgoglio di essere indiano. Rit.

Fiumi, boschi e mari senza tramonto,
lune su lune fra capelli d'argento,
e quando fui pronto per l'ultimo sonno,
partii per un viaggio senza fare ritorno. Rit.

Un falco volava nel cielo di un mattino,
e proprio dall'alto indicava il cammino,
un falco che un giorno era stato colpito,
ma non era morto era solo ferito. Rit.

IO HO UNA ZIA

Io ho una zia, una zia
che sta a Forlì,
che quando va a ballare con il
fa così!
Così, così,
con il ... fa così, così, così
con il ... fa così.

I puntini verranno sostituiti con le varie
parti del corpo: piede, dito, testa... Tali parti,
che ad ogni strofa si aggiungeranno, dovranno
a tempo di musica compiere dei movimenti
"rotatori" da destra a sinistra.

I : piegarsi sulle ginocchia (auguri !!!)

LA DANZA DEL SERPENTE

Questa è la danza del serpente che vien giù dai monti
per ritrovare la sua coda che s'è persa un dì
"Ma dimmi un po', sei proprio tu quel pazzettin del mio codin?"

Tutti seduti in cerchio. La "testa" del serpente (un educatore) inizia a girare saltellando all'interno del cerchio, cantando. Si fermerà davanti ad un ragazzo/a (...sei proprio tu?... ecc.) che si alzerà, passerà sotto le gambe dell'educatore e si metterà dietro come un trenino. Si ricomincia: la "testa" chiamerà un nuovo ragazzo che passerà sotto le gambe dei due e si metterà in coda e così via finchè il serpente avrà ritrovato... tutta la coda!

LA MACCHINA DEL CAPO

1 2
La macchina del capo
3 4
ha un buco nella gomma (3 v.)
5
ripariamola col chewing-gum.

Movimenti: 1. tenere le mani su un volante immaginario e fare bruuumm 2. saluto militare e "mm" 3. indicare con l'indice e fare "psss". 4. descrivere una circonferenza con le braccia e fare "mm" 5. pasticciare con il chewing-gum.

Lo si canta una volta, tutto intero, poi si toglie di volta in volta una delle parti numerate sostituendola con il mimo.

L' ANACONDA

L' anaconda è un serpente che ti prende lentamente
se ti prende l'anaconda la tua vita è più gioconda.
La mia zia Raimonda tiene in casa un'anaconda
quando è Pasqua l'anaconda si trasforma in una colomba.

***Movimenti:** si fa il trenino con il passo dell'ubriaco: portando il corpo a destra
slanciare la gamba sinistra a sinistra e viceversa.*

LE FETTUCCE

*Si formano varie file di ragazzi (un colore per fila) che, rispondendo,
salteranno e balleranno come il can-can*

(si chiama un colore es. Rossi rossi rossi)
Avete fettucce da vendere ?
(risposta dei rossi)
Ce n'è ce n'è ce n'è
(domanda)
Di che colore é?
(risposta : un'altro colore es. Verdi verdi verdi)

LUCE ROSSA

RE SOL RE LA7
Luce rossa, là nel canyon, ecco dove voglio andar,
RE 7 SOL SOL- RE LA7 RE SOL RE
tornerò dal mio amore with my rifle, my pony and me.

Una pentola di fagioli è lì che sfrigola sul falò
tornerò...

Un coyote là sul monte alla luna ululerà,
tornerò...

Il mio cavallo tutto bianco, un nitrito lancia al ciel
tornerò...

Non ruberò mai più cavalli, scaccerò i traditor
tornerò...

Luce rossa, là nel canyon, ecco dove voglio andar,
tornerò...

L'UOMO DI CROW-MAGNON

RIT:

RE
L'uomo di crow- (1° coro)

L'uomo di ma- (2° coro)

L'uomo di gno- (3° coro)

(insieme)

RE LA
L'uomo di crowdemagnon blon blon
SOL RE
l'uomo di crowdemagnon
LA RE
era proprio un bestion, era proprio un bestion,

blon, blon...
SOL RE LA
l'uomo di crowdemagnon era proprio un bestion (2v)
RE
blon blon blon, blon blon blon blon

RE LA7
Era l'alba della preistoria mille e mille anni fa
RE
appariva senza gloria un essere simile all'urangutang
RE7 SOL
aveva il corpo coperto di peli, l'ascia di pietra e il baston,
RE
lui voleva conquistare la terra,

MI- LA 7 RE
ma era l'uomo di crowdemagnon Rit.

Passano gli anni i secoli e i mesi e la storia la sappiamo,
lasciamo perdere gli eschimesi gli antichi assiri e gli egiziani,
per non parlare di armi da guerra c'è la spingarda e il baston,
lui voleva conquistare la terra ma era l'uomo di crowdemagnon Rit.

Lo ritroviamo nella taverna attaccato al jukebox
fuma di sbieco la sigaretta tiene le braccia a penzolon,
passa la notte al naighete clubete porta la targa sui pantaloni;
crede di essere il re della terra, ma è l'uomo di crowdemagnon ! Rit.

PICCOLO ASFIDANKEN

(Si accompagna battendo le mani a tempo)

La la lalallalla Piccolo Asfidanken (2 volte)
Con le braccia danza, con le braccia danza!
Con le mani danza, con le mani danza!
Con le dita, dita, dita, con le dita, dita, dita!

La la lalallalla Piccolo Asfidanken (2 volte)
Con la testa danza, con la testa danza!
Con le braccia danza, con le braccia danza!
Con le mani danza... ecc.

La la lalallalla Piccolo Asfidanken (2 volte)

(si prosegue, aggiungendo di volta in volta le varie parti del corpo "agitando" quelle nominate)

PIERINO SULLA SABBIA

1 2 3
Pierino sulla sabbia ha fatto la sua casa (3v)

4
e la tempesta arrivava (2v)

5 6
Il vento soffiava, la pioggia cadeva, (3v)

7
e la sua casa sprofondava (2v)

8 9 3
Il saggio sulla roccia ha fatto la sua casa (3v)

4
e la tempesta arrivava (2v)

5 6
Il vento soffiava, la pioggia cadeva (3v)

e la sua casa resisteva (2v)

Movimenti: 1. indice alla tempia 2. mano destra ondulante 3. mimo della casa, con le due mani (tetto -pareti-terreno) 4. camminare sul posto pesantemente 5. cantare con voce cupa 6. si imita la pioggia cantando con voce stridula 7. mimo del tetto (punta delle mani appoggiate) che sprofonda 8. indice sulla fronte 9. con le mani si mima il sollevare di un grosso masso. 10 indicare forza con i pugni.

POLLO RAP

1
Io sono un pollo fritto
2
e mi chiamo Giovanni
3
tu mi stai masticando
4
e io ti chiedo i danni
5
se mi cuoci allo spiedo
6
e mi bruci il petto
7
solo questo ti chiedo: "Un po' di rispetto!"
8
9
Pollo rap, pollo rap, pollo rap rap rap!

Movimenti: 1. indicarsi con il pollice 2. indicare una scritta sul petto 3. muovere le mani a mo' di papera indicando il masticare 4. strofinare indice e pollice delle mani 5. imitare il girarrosto con le dita 6. mani intrecciate che battono sul petto 7. indici in alto 8. indici in basso 9. ballare il rap come Jovanotti. Il tutto sempre più veloce.

QUATTRO PIRATI

1 2 3
Quattro pirati nel mar dei Sargassi
4
con una zattera fatta di assi
5 6

stanno remando, dicono loro,
 7 8
 alla ricerca di un grande tesoro.
 9 10 11
 Però...uno è alto, uno è basso e uno è zoppo
 1 2
 ed il quarto ha una benda sull'occhio
 5 6
 stanno remando, dicono loro,
 7 8
 alla ricerca di un grande tesoro

Movimenti: 1. indicare "quattro" con le dita 2. mano destra occhio destro 3. mano destra ondulante 4. muovere alternativamente le mani messe "di taglio" 5. remare 6. indicare con i pollici dietro le spalle 7. mano alla fronte tipo vedetta 8. mimare qualcosa di grande 9. indice in alto 10. indicare con la mano rispettivamente in alto in basso 11. Toccarsi la caviglia destra.

Lo si canta una volta tutto intero, poi si toglie di volta in volta una delle parti numerate, sostituendola con il mimo.

QUESTA MATTINA IN CIELO

 1 2 3
 Questa mattina in cielo ho visto un elefante,
 4 5
 era una nuvola che camminava.
 6
 Sembrava un elefante,

 ma così elegante
 7 8
 con il suo codino e la proboscide...

Movimenti: 1. mimare il cielo con le dita 2. mano alla fronte 3. mimare le orecchie dell'elefante 4. disegnare una nuvola con il dito 5. mimare il camminare 6. distendere il braccio destro in avanti e la gamba sinistra indietro 7. mano destra in fondo alla schiena come una coda 8. mano destra aperta contro il naso.

SE SEI FELICE

Se sei felice, tu lo sai batti le mani!
Se sei felice, tu lo sai batti le mani!
Se sei felice, tu lo sai
e mostrarmelo dovrai,
se sei felice, tu lo sai batti le mani.

Poi si aggiunge: piedi, schiocca la lingua,
lavati i denti, dillo a me,
fa tutto insieme...

STENDI PANNI

1 2
Stendi i panni, stendi i panni,
3
bo bom bo bom
4
asciuga il sole li asciuga (2v)
5 6
bau bau bau bau bau fido (2v)
7 8
chi la vuole la bella verdura? (2 v)

Movimenti: 1. atto dello stendere i panni a sinistra 2. a destra 3. "ancheggiare" 4. movimento come per asciugare i vetri davanti a noi 5. inchinarsi muovendo le mani a tempo, in basso verso i piedi 6. portare le mani in alto 7. atto del porgere qualcosa a destra 8. ... a sinistra

Si ripete aumentando la velocità, oppure sostituendo tutte le vocali con una soltanto (es. standa panna l'asciuga, la sala l'asciuga ecc.)

TAM TAM MING

1 2 DO 3 SOL 4 FA
RIT: Tam tam ming augh olè
5 6 SOL 7 DO
ou je je salam igloo
8 DO 9 SOL FA
accoglienza è namastè
10 11 SOL DO

ora cantala anche tu

FA DO
C'è una festa in Macedonia
SOL DO
tutto il mondo hanno invitato
FA DO
se sei furbo od imbranato
SOL
per te il posto è assicurato
DO
una tavola più grande
SOL DO
lunga come un'autostrada
SOL FA SOL DO
se ci vieni l'allunghiamo ancora un po'

Tam tam batte l'africano,
non è più un suono lontano,
lui non vuole farti male,
lui soltanto vuol tamtare
un cinese stile ming,
cento volte meglio Sting
ti saluta, viene avanti
e fa l'inchin!

TRALALLALERO

1 2 1 2 1 2 1 2
Tralallalero tralallalero, tralallalero lero lero là
1 2 1 2 1 2
tralallalero tralallalero, tralallalero là là
3
bo bom, bo bom, bo bom
4 4 4 4
Tralallalero tralallalero, tralallalero lero lero là
4 4 4
tralallalero tralallalero, tralallalero là là
3
bo bom, bo bom, bo bom
5 5 5 5
Tralallalero tralallalero, tralallalero lero lero là
5 5 5
tralallalero tralallalero, tralallalero là là
3

bo bom, bo bom, bo bom
 6 7 6 7
 tralallallero tralallallero, tralallallero lero lero là
 6 7 6 7
 tralallallero tralallallero, tralallallero là là
 3
 bo bom, bo bom, bo bom
 8 9 8 9
 tralallallero, tralallallero, tralallallero lero lero là
 8 9 8
 tralallallero tralallallero, tralallallero là là
 3
 bo bom, bo bom, bo bom
 1 2 4 4 5
 Tralallallero tralallallero, tralallallero lero lero là
 6 7 8 9
 tralallallero tralallallero, tralallallero là là
 3
 bo bom, bo bom, bo bom

Movimenti: 1. battere le mani sulle ginocchia e portare la mano destra sulla spalla sinistra 2. battere le mani sulle ginocchia e portare la mano sinistra sulla spalla destra 3. muovere le braccia imitando la corsa dello scimmione. 4. raddoppiare movimenti 1 e 2 5. battere le mani sulle ginocchia - ribattere incrociando le mani - schioccare le dita battere le mani in alto. 6. ondeggiare la mano destra verso sinistra 7. viceversa 8. mani sotto il mento: portare il corpo in avanti 9. mani sotto il mento: portare il corpo indietro. L'ultima strofa si ripete sempre più veloce!

UN CIODO DE FERRO VECIO

 1 2
 Un ciodo de fero vecio
 de la meccanica de la meccanica
 Un ciodo de fero vecio
 1 2
 de la meccanica mechì mecò

Ohi bela mechimecomica

mechimecomica mechimecò !! (2 cori)

Movimenti: 1. un gruppo si alza, l'altro si siede 2. contrario

UN ELEFANTE

Un elefante si dondolava
sopra il filo di una ragnatela
e trovando la cosa interessante
andò a chiamare un altro elefante.
Due elefanti.....
Tre elefanti.....

*... E così via finchè si raggiunge il numero degli elementi del gruppo.
Cantando, formare una catena umana "legando" tutti in modo che la mano destra di ognuno
prenda, passando sotto le proprie gambe, la mano sinistra del compagno che sta dietro.*

Formata la catena, provare a "dondolarsi" e... buona fortuna !!!

VENITE NEL MIO CAMPO C'E' UN TESORO

FA RE - SOL7 DO7
Chi cerca in un castello si sa che non si sa
FA RE - DO7
se un gran tesoro d'oro troverà;
SI b SOL DO LA7
ma se qualcuno cerca nel campo che lui è
SOL SI b DO7
le cose più preziose scopre in sé.

RIT:

SI b DO 7 FA RE -
Anche tu, sì, puoi trovare un tesoro
SOL SI b DO
se lo cerchi con un cuore sincero.
FA LA7 SI b SOL
"Venite! Venite!" anche tu griderai!
FA DO7 FA
e più contento canterai:
DO FA
"Venite nel mio campo: c'è un tesoro!
RE - SI b DO
Non è fatto di pietre preziose, e neppure d'oro.
SI b FA SI b FA
Sono tante cose belle che ogni uomo ha già con sé:
DO 7 FA SI b FA

sono i doni che ho avuto in regalo dal Re dei Re."

Chi pesca nei suoi sogni si sa che non si sa
se i sogni, poi, diventano realtà;
ma se qualcuno cerca nel campo che lui è
le cose più preziose scopre in sé. Rit.

Movimenti: 1. battere le mani sulle cosce 2. movimento della mano intorno all'occhio come per la "E" dell'alfabeto muto 3. mano che batte sulla bocca 4. mano in aria che avvita una lampadina 5. balla il boogie-boogie 6. mano in avanti 7. braccia incrociate sul petto 8. mani aperte in un abbraccio 9. mani giunte in un inchino 10. pollici al petto 11. indici in avanti.

ZIO CAIMAN

Zio Caiman come muovi la codina
Zio Caiman sembri una signorina
Zio Caiman come muovi la codona
Zio Caiman sembri una signorona

Stavo nella mia casetta,
stretta stretta tra due mari
ma poi venne la tempesta
e con lui lo zio Caiman

D'improvviso il territorio
col canale m'ha spezzato
ed il campo che restava
zio Caiman se l'è mangiato

Ha piantato la bandiera
e la mia me la stracciò,
ogni cosa che toccava
col suo dente avvelenava

nonostante l'apparenza
morde ancora zio Caiman

“RICANTA CHE TI RIPASSA”

Sussidio a cura dell'equipe diocesana ®

LA CANZONE DELLA FELICITA'

SOL 1 LA- 2
Se sei triste e ti manca l'allegria,
RE7 3 SOL
scacciar puoi la malinconia

4 MI-
 se sposti un po' la seggiola ,
 LA7 5 6 RE7
 stai comodo anche tu.
 SOL 1 2
 Gli amici a questo servono,
 SI7 7 8 MI-
 a stare in compagnia,
 DO 9 SOL 10 DO 11 SOL
 sorridi al nuovo ospite non farlo andare via,
 DO 12 SOL
 dividi il companatico,
 DO 13 14 RE SOL
 raddoppia l'a - a - a - allegria.

Aggiungi un posto a tavola, che c'è un amico in più,
 4 15
 se sposti un po' la seggiola, se sposti un po' la seggiola,
 starai più comodo tu.

Gli amici a questo servono, a stare in compagnia,
 saluta il nuovo ospite non farlo andare via,
 13
 dividi il companatico, raddoppia l'allegria,
 aggiungi un posto a tavola,
 13 14
 e così, e così, e così, così sia.

Movimenti: 1.Unire gli indici davanti a sé, prima il destro e poi il sinistro 2.Stendere le braccia in avanti in segno di accoglienza 3.Darsi la mano da soli 4.Saltare verso destra sollevando le ginocchia 5.Alzare il ginocchio destro rimanendo in equilibrio sulla gamba sinistra e poggiare il gomito destro sulla mano sinistra indicando in alto 6. Lo stesso ma indicando in avanti 7.Battere le mani sulle cosce 8.Mani giunte, portarle in alto serpeggiando 9.Mimare un sorriso 10.Negare 11.Battere le mani, una di taglio e una di palmo 12.Massaggiarsi la pancia 13.Braccio destro in alto, poi il sinistro, quindi slanciarle entrambe in alto 14.Slanciare le braccia in alto, poi in basso, quindi riportarle in alto disegnando un cerchio 15.Saltare verso sinistra sollevando le ginocchia.

L'ALFABETO

LA- MI7
A come armatura B come bravura
 LA7 RE-
C come canaglia che con me verrà in questura
 LA-
D come diamante E come elefante

SI7

MI7

F è un furfante che in galera finirà

*per G c'è tanta gente per H non c'è niente
immediatamente alla L passerò L è l'animale
M menomale N è natale e tanti doni io avrò
O per orco P per pinocchio
Q questo marmocchio che stasera mangerò
R come roma S come strada
T tutte le strade che a Roma porteran
U che bella storia che Vi ho raccontato
Z ho tanto zonno e a letto me ne andrò
sotto le coperte tutte le parole fanno le capriole
e una altra storia inventerò....la la la la la la*

ONCI, ONCI

Onci, onci, onci fai un saltino, ino, ino
non far cadere, ere, ere il tuo vicino, ino, ino
vai verso destra, estra, estra
muovi la testa, esta, esta

Torna a sinistra, istra, istra
asta la vista, ista, ista
fai il sorrisetto, etto, etto
muovi il culetto, etto, etto
fai l'aereoaplano, ano, ano
abbassa la mano, ano, ano.

Movimenti: In cerchio, mani sulle spalle dei vicini, dondolandosi a destra e sinistra. Seguire le indicazioni del canto. Ogni volta che si canta "...abbassa la mano" si ripete il tutto ma portando le mani di volta in volta sulla vita, sulle ginocchia e sulle caviglie dei vicini.

QUANDO UN CRISTIANO BAILA

1 MI SI7 MI
Quando un Cristiano baila, baila, baila, baila
Quando un Cristiano baila, baila, baila bien.
2
Pies, Pies, Pies.....
Quando un Cristiano baila.....

3

Rotia, rotia, rotia, rotia.

Pies, Pies, Pies...

Quando un Cristiano baila...

4

Careira, careira, careira, careira.

Rotia...Pies, Pies, Pies...

Quando un Cristiano baila...

5

Cintura, cintura, cintura, cintura

Careira...Rotia...Pies, Pies, Pies...

Quando un Cristiano baila...

6

Codito, codito, codito, codito.

Cintura...Careira...Rotia...Pies, Pies, Pies...

Quando un Cristiano baila...

7

Ombrito, ombrito, ombrito, ombrito.

Codito...Careira...Cintura...Rotia...Pies, Pies, Pies...

Quando un Cristiano baila...

8

Cabeza, Cabeza, Cabeza, Cabeza.

Ombrito...Codito...Careira...Cintura...Rotia...Pies, Pies, Pies...

Quando un Cristiano baila...

Movimenti: 1.Ballare liberamente una samba 2.Ruotare i piedi a tempo di musica, prima verso destra, poi verso sinistra, tenendo ferme prima le punte e poi i talloni 3.Incrociare le mani sulle ginocchia tipo "Charleston" 4.Mani ai fianchi e ondeggiare 5.Movimento dell'hoola-hop 6.Poggiare il gomito destro sulla mano sinistra e con l'indice in alto, disegnare un cerchio. Alternare con il gomito sinistro 7.Toccarsi la spalla destra con l'indice sinistro e viceversa 8.Piegare la testa alternativamente a destra e a sinistra.

AVREI VOLUTO ESSERE UNA BANDA

LA- RE-
Si è vero ho fatto lo spazzino,
SOL FA MI7
ma avevo un desiderio dentro il cuor:

e mi ricordo, quando ero bambino, che io chiedevo sempre anche al Signore.

LA

RIT: Avrei voluto essere una banda,

MI7

col direttore che la comanda,

RE LA

una piccola banda di paese.

MI7 LA

pochi elementi senza pretese

Po, po, po.....

Però volevo essere io tutto,
dalla grancassa al clarinetto,
la tromba, il trombone, il sax-tenore
e nello stesso tempo il direttore.

Po, po, po.....

Ma era un sogno perché ero stonato
ed il tempo non sapevo tener!
Per seguire della musica l'ebrezza
mi misi a lavorar nella nettezza,
ed ogni banda che suonava in piazza, l'ascoltavo
abbracciato alla ramazza. RIT:

Ma quella sera c'era molta gente,
ed io là in fondo non sentivo niente,
allora sotto il palco sono andato,
chi lo sapeva che.....sarebbe crollato!!!

RIT: Adesso suono sempre nella banda,
col direttore che la comanda,
ma è una banda di grandi proporzioni:
solo di trombe siamo due milioni!!!
Po, po, po.....
Certo fra noi c'è un grande affiatamento,
ma è il direttore che è un gran portento.
E' un tipo eccezionale e ha dell'estro,
e tutti qui lo chiamano Maestro.

TUTTO CIO' CHE C'E' DI GRIGIO SI COLORERA'

INTRO: SOL/RE/DO/RE (2v)

SOL 1 RE DO SOL 2 1 RE 2 DO RE
Hei mi piace ciò che dici, al mondo noi vogliamo più amici
1SOL DO 2 RE DO 1 SOL 2DO RE

quel libro ragazzi pesava, forse più di un quintale chissà.

DO7 FA 9 SOL-7

E quando a scuola il suo libro portava, come pesava, come pesava

DO7 10 SOL-7 DO7 FA

con quella pietra Gugù camminava, come sudava, come sudava

11 FA7 Sib

ogni sei passi così si fermava, si riposava, si riposava

SOL7 12 DO7 FA RE-7

e quando a scuola in ritardo arrivava,

13 SOL7 DO7 FA

“quattro” in condotta il maestro gli dava!

14

Sul grosso quaderno di pietra scriveva ogni giorno Gugù,

15

16

battendo il martello incideva: A B C F G H U !!

17

Battendo scintille faceva, ma un giorno il quaderno cascò,

18

19

che botta ragazzi, che botta: per sei giorni Gugù zoppicò!

E quando a scuola il suo libro portava, come pesava, come pesava

con quella pietra Gugù camminava, come sudava, come sudava

ogni sei passi così si fermava, si riposava, si riposava

e quando a scuola in ritardo arrivava,

“quattro” in condotta il maestro gli dava! (2v)

DO7 FA

9

SOL-7

E noi bambini che ci lamentiamo quando alla scuola i libri portiamo,

Sib SOL 20 FA RE-

SOL7 DO7 FA 5

se son pesanti allora pensiamo al grosso libro che aveva Gugù !! (2v)

Movimenti: 1.Unire le braccia davanti alla pancia 2.“Salutare” vicino all’orecchio 3.Piegarsi in avanti, allungare le braccia e avanzare verso il centro del cerchio a formare una caverna 4.Dito sulla bocca, ruotare il busto a destra e sinistra 5.Due salti in avanti con i pollici in tasca 6.Aprire un librone 7.Negare 8. Fingere di cadere all’indietro per il peso. 9.Camminare in cerchio piegati in avanti, ciondolando 10.Annusarsi le ascelle 11.Appoggiarsi sulla schiena del compagno davanti 12.Saltellare velocemente 13.Indicare “4” 14.Scrivere letterone 15. Scolpire 16.Alfabeto muto 17.Buttare qualcosa per terra 18.Sventolare la mano: Ahi! 19.Saltellare su un piede 20.Dito alla tempia

‘U CIUFFU

MI 1

2

Mi soso la mattina, ‘u ciuffu s’arrimina

3

MI7

ci mett’ ‘a gelatina e ‘u ciuffu s’arrimina

4 LA7

Rit: Ma che beddu, ma che beddu 'stu ciuffu

5 MI

che m'arriva fin 'o muzzu,

4 SI7 6 5 MI

ma che beddu, ma che doce 'stu ciuffu

7

8

Mi faccio lu caffè, zucchero non ce n'é

9

10

ci metto 'u cucchiaino e cu 'u ciuffu c'arrimino Rit.

11

12

Apro lu portone appiccio 'o lambrettone

13

3

mi fermo cu lu russu e m'asbriscico 'u ciuffu Rit.

14

15

Scendo a lu paese, incontro lu paesano

16

17

c'arronco la mano e c'astriscico 'u ciuffu

Rit.

1

18

Mi soso la mattina, mi feci la barba

19

20

feci una boiata e ci diedi una tagliata

Rit: Era beddu, era beddu 'stu ciuffu

m'arrivava fin 'o muzzu

era beddu era doce 'stu ciuffu

Movimenti: 1. Mani dietro la nuca 2. Spettinarsi 3. Mettersi la gelatina 4. Schiacciare le dita prima a destra e poi a sinistra 5. Prendersi un ciuffo di capelli e portarlo al mento (per finta!!!) 6. Dito sulla guancia: che buono! 7. Avvitare la caffettiera 8. Negare 9. Mettere il cucchiaino 10. Piegarsi in avanti e roteare la testa 11. Apri la porta 12. Accendere la vespa 13. Fare un cerchio in alto 14. Fare un salto n avanti 15. A coppie uno di fronte all'altro 16. Darsi la mano 17. Piegarsi in avanti e sfiorare con la testa quella del vicino 18. Farsi la barba 19. Battere una volta le mani in segno di disappunto 20. Fingere di tagliarsi il ciuffo con le forbici.

SAICOSATIDICO?

SOL 1 DO MI- 2 DO RE

Saicosatidico...saicosatidico? Dico che se accogli tu sarai un vero amico

SOL 3 DO

Puoi comunicare...puoi comunicare

MI- 4 DO RE SOL 5 FA SOL FA

Balla insieme a noi e poi mettiti a cantare !! Ah Oh Ah Oh Ah Oh Ah

DO SOL LA-
 un tipo di automobile che ridere può far
 SOL RE7 SOL
 ma ridere per ridere papà ci volle andar
 SOL# SOL
 e dopo dieci, venti, trenta scoppi del motor
 SOL# SOL
 la gente tutt'intorno gli gridava con calor...
 SOL7 DO
Dai, dai, dai dagli una spinta
 SOL 7 DO
dagli una spinta perché così non va
Dai, dai, dai dagli una spinta
dagli una spinta vedrai che partirà

Di scena sono i missili e i razzi a propulsion
 qualcuno entra in orbita, qualcuno fa eccezion
 Poi quelli che ricadono in fumo se ne van
 son cose che succedono ma si rimedierà
 Fra dieci o quindici anni per la luna partirem
 e questo ritornello forse ancora canterem...

PER QUESTO PAN

SOL7 DO
 Per questo pan pan pan,
 LA-
 per ogni don don don
 FA SOL7
 noi ti lodiam lodiam lodiam Signor

DA SOLI NON CI PACE

1 SOL DO 2 RE 3 SOL
 Rit: Canta con noi più forte che puoi
 1 SOL DO 4
 cantiamo insieme
 5 LA7 6 RE
 e costruiremo un mondo di pace
 2 7 8

Se stai con noi vedrai che poi

9

10

una catena dalle nostre mani nascerà

SOL RE LA-

Da soli no, non ci pace!

perché noi tutti sappiamo

RE7

che esiste un mondo intorno a noi

LA- RE7

che pensa solo ai fatti suoi! Rit:

Vedi casa dopo casa, formano una città

uomo dopo uomo, un altro uomo

formano l'umanità, l'umanità che lega tutti

che fa sentire tutti amici ! Rit:

Movimenti: 1. Mani intorno alla bocca "tipo urlo" 2. Indicarsi con i pollici 3. Stringere i pugni in senso di forza 4. Mani sulle spalle dei vicini 5. Fingere di attaccare un chiodo alla parete 6. Disegnare un cerchio in aria con le dita 7. Mano sulla fronte tipo "vedetta" 8. Ruotare l'indice in avanti 9. Ci si prende per mano 10. Si sollevano le mani unite

GLI AMICI SONO GRATIS

FA RE- DO7

Se vuoi regalare qualcosa

FA RE- DO7

tu, sì, tu puoi andare in città:

SIb DO7 FA

in giro trovi tanti negozi...

SIb DO7 FA DO7

Ma se non hai soldi che cosa puoi far?

SIb SOL7 DO7

Non compri neanche un regalo.

SIb DO7 FA DO7

Se invece il regalo vuoi essere tu

RE- SIb SOL7 DO7

spalanca i tuoi doni ma come un amico vero

RIT:

(solo)	(coro)
Sib	DO7
E gli amici	I veri amici
FA	RE-
sono gratis	proprio gratis
SOL7	DO7
non li paghi	no, non li paghi
FA	Sib FA
neanche se vuoi	neanche se tu vuoi

Se vuoi regalarti qualcosa
 tu, sì, tu puoi andare in città:
 in giro trovi quello che vuoi...
 Ma con quelle cose lo sai pure tu,
 la gioia rimane per poco.

Se invece tu cerchi un amico sincero
 con tutti i suoi doni è più di un tesoro vero. RIT:

Se poi cerchi tanti regali
 tu, sì, tu lo sai come si fa?
 Li scopri in ognuno che incontri...
 E chi quei bei doni fa crescere in sé
 diventa un tesoro per tutti.

Se un vero regalo vuoi essere tu
 spalanca i tuoi doni, ma come un amico vero. RIT:

VUOI VENIR CON ME A BALLARE ?

1	2
Vuoi venir con me a ballare? Eeoo!!	
E' così facile imparare! Eeoo!!	

Fai un giro, fai un salto,
 batti un piede, poi quell'altro
 fai un salto da ranocchio
 giù la spalla, su il ginocchio!

Se tutto questo tu farai,
 a ballare imparerai!!

3	2
(tolon-tolon-tolon-tolon-Eeoo!)	

Vuoi venir...

Fai un giro [...] ginocchio!
Fai le ali da gallina,
mani ai fianchi, sgrullatina
Mani a terra, giù il sedere
fai veder le mani nere

Se tutto questo...

Oramai tutto hai imparato! Eeooo!
Rifacciam tutto da capo! Eeooo!

Fai un giro [...] mani nere

Movimenti: 1.indicare con il braccio destro in avanti 2.prendere qualcosa e tirarla a sé 3.mimare il twist. Seguire poi le indicazioni del testo sempre più velocemente.

PER QUESTO PAN PANE BIANCO

MI- SI7 MI-
Per questo pan, pane bianco
SI7 MI-
noi Ti lodiam lodiam Signor
SI7 MI-
Per questo pan, pane bianco
DO7 SI7 MI-
noi Ti lodiam lodiam lodiam lodiam lodiam Signor (2v)

ANDIAMO A CACCIA DEL LEONE

1
Andiamo a caccia del leone
e non abbiám paura,
abbiamo un bel fucile ed una lunga spada.
2 3 4
Bum!!! Ah!!! Ma cos'è questa cosa qua?
Una fitta foresta!
5
Non possiamo passarci sopra,
6
non possiamo passarci sotto,
7
dobbiamo attraversarla!!!

8
Zac-zac-zac...
Andiamo a caccia del leone...
Ma cos'è ...
9
Un fiume impetuoso!
Non possiamo [...] attraversarlo!!!
10
Ciaff, ciaff...

Andiamo a caccia del leone...
Ma cos'è...

Movimenti: 1. Battere le mani sulle cosce alternando destra e sinistra 2. Slanciare le mani in basso 3. Mani sulle orecchie: che paura! 4. Indicare qualcosa stupiti 5. Passare con la mano sopra un ostacolo immaginario 6. Sotto 7. Battere le mani una di taglio e una di palmo 8. Affettare l'aria 9. Mimare lo scorrere di un fiume 10. Mimare tutti gli stili del nuoto 11. Andare a tastoni 12. Palpare qualcosa per terra 13. Dito sulla bocca, ondeggiare.

Andiamo a caccia del leone ...
Ma cos'è...
Una buia caverna!
Non possiamo [...] attraversarla!!!
11
Tap tap tap...

12 3
Calda, morbida, pelosa: il leone!!!
11
Scappiamo per la buia caverna,
10
scappiamo per il fiume impetuoso,
8
scappiamo per la fitta foresta,
13
Ma non avevamo mica paura noi!

DALL'AMICIZIA IN POI

LA7 RE LA7 RE
C'è un piano che è forte! Lo slogan sarà
LA7 RE LA7 RE
"O amici, o amici"...puoi scegliere già.

RE7 SOL LA7 RE SI-
Allora spargi i tuoi colori dove passi
SOL LA7 RE
le cose più belle che hai.
RE7 SOL LA7 RE SI-
L'arcobaleno per un mondo nuovo
MI7 LA7 SOL LA7
coi doni che abbiamo, saremo noi.
RE LA7 RE LA7
Dall'amicizia in poi...oo oh! non resti solo

RE

sulla strada di chi costruisce quel mondo nuovo.

LA7 RE LA7

Dall'amicizia in poi ...ee eh! Che scoprirai?

RE

Un amico che non ti lascerà mai.

SOL RE SOL RE

Chi sa amare sa dov'è la felicità.

LA7 RE

Piano piano ognuno la troverà.

SOL RE SOL RE

E se qualche sasso vedi sulla via,

SOL MI7 LA7 RE

tu fa un salto e poi...via!

Quel piano che è forte ognuno lo sa:

non nasce da sola: la pace si fa!

Allora spargi.....

Non tornare indietro, non fermarti mai.

Guarda avanti e poi... vai!

Col piano che è forte la pace verrà

E' un piano segreto, ma ognuno lo sa.

Allora spargi...

Se ti senti stanco, se non ti va più,

guarda ancora più su.

TACCO PUNTA

1		2		3
Tacco punta, tacco punta la lalalla la la la (2v)				
4	5	6	5	2
la la la, la la la, la lalalla la la la (2v)				

Movimenti: Ragazzi e ragazze formano due cerchi concentrici. Si avranno così tutte le coppie in cerchio. Ciascuna coppia assumerà la posizione tipica del tango *1.Ragazzo e ragazza insieme, battono a tempo prima il tacco e poi la punta del piede 2.Tutte le coppie avanzano, ballando, in senso antiorario 3.Senso orario 4.Battere le mani sulle cosce 5.Battere le mani su quelle del partner 6.Fare un giro completo su sé stessi.* La seconda volta sostituire la 6 con la 2 senza ripetere la 5. A questo punto il cerchio interno ruota di una posizione in senso antiorario. In questo modo si formeranno nuove coppie. Ripetere il movimento fino a quando tutti i ragazzi avranno ballato con tutte le ragazze.

IL GIROTONDO DEL CORPO VIVO

LA7

Se vivi a corpo vivo

RE FA# SI7

scopri che hai due occhi per guardare intorno:

MI- LA7

puoi vedere cose grandi come il mare e come i monti,

RE FA# SI7

e anche cose piccoline più lontane o più vicine

MI- LA7

e le cose tanto belle come i fiori e le farfalle.

RE MI-7

RIT: Adesso tu, puoi già sorridere

LA7 RE LA7

se trovi chi vuol bene a te.

RE MI-7

E allora, su, dai doni scopri che

LA7 RE LA7

qualcuno ha pensato a te.

RE

Non restare a corpo morto come un sasso!

LA7

Testa, occhi, naso, bocca, orecchie,

RE

collo, spalle, braccia, mani,

LA7

pancia, gambe, e piedi sono tuoi.

Se vivi a corpo vivo

scopri che hai due orecchie certo eccezionali;

se le tieni ben pulite sono radar personali:

puoi ascoltare tante voci, i bei suoni ed i rumori,

senti i tuoni e senti il vento, senti versi di animali.

Adesso tu...

Se vivi a corpo vivo

scopri che il tuo naso è un tipo raffinato:

non riesci a respirare se lo lasci un po' otturato,

ma se invece è ben curato guarda come puoi odorare!

Erba, frutti, cibi buoni e il profumo di ogni fiore.

Adesso tu...

Se vivi a corpo vivo

scopri che hai una bocca proprio singolare:

UNA SARDINA

Una sardina, due sardine, tre sardine ed un gatto
un bel giorno s'incontrarono per abitare in una ciabatta

Movimenti: A piacere. Chi inventerà i movimenti più divertenti?

ACIUCCIUCIA'

1

La, la, la....

(solo)

(coro)

Pollici in fuori

Pollici in fuori

2

Aciucciucià, aciucciucià, aciucciuciaccia, ah!

La, la, la...

Pollici in fuori

Pollici in fuori

Gomiti in dentro

Gomiti in dentro

Aciucciucià, aciucciucià, aciucciuciaccia, ah!

La, la, la....

Pollici in fuori

Pollici in fuori

Gomiti in dentro

Gomiti in dentro

Sedere in fuori

Sedere in fuori

Aciucciucià, aciucciucià, aciucciuciaccia, ah!

La, la, la...

Pollici in fuori

Pollici in fuori

Gomiti in dentro

Gomiti in dentro

Sedere in fuori

Sedere in fuori

Ginocchia in dentro

Ginocchia in dentro

Aciucciucià, aciucciucià, aciucciuciaccia, ah.

Movimenti: *1. Camminare in cerchio battendo le mani.* Fermarsi e, di volta in volta, seguire le indicazioni del testo *2. Con i pollici in su ruotare i polsi a destra e sinistra e man mano piegarsi in avanti.*

sul tavolo un biglietto lui trovò,
in Australia con un tacchino lei (sigh!) scappò

RIT:

Ma il giorno dopo Augusto volò via QUA QUA
andò in Australia con la ferrovia QUA QUA
a Melbourne Guendalina ritrovò,
uno sguardo e l'amor ricominciò !

RIT: 2 volte

Movimenti: *Si possono far mimare liberamente le varie strofe (Guendalina - Augusto - Il tacchino), meglio se assegnando i ruoli maschili alle ragazze e viceversa.*

BINGO

1

There was a farmer had a dog
and Bingo was his name

2

B - I - N - G - O (3v)
and Bingo was his name

3

4

Spelling: B I N G O

Movimenti: *1.Due cerchi concentrici, ragazzi esterno e ragazze interno.Ogni ragazzo prende la mano della rispettiva ragazza come nel minuetto e, cantando, tutti iniziano a camminare saltellando 2.Sempre saltellando si battono le mani a tempo 3.Per ogni lettera dello spelling il cerchio dei ragazzi avanza di una posizione in senso orario e ciascuno si inchina e dà la mano in modo molto formale alle ragazze che di volta in volta si trova davanti 4.Alla lettera "O" si saluta la ragazza di fronte in modo informale (abbracci, baci, ecc.).*

UATTANCIU'

1

Uattanciù

2

Bada schelitten

3

Ischen bilotte botten

4

Ochen dochen dochen ochen

5

Itten ditten ditten itten

Movimenti: 1.Indicarsi con i pollici 2.Pugni uno sull'altro e ruotarli come per raggomitolare qualcosa 3.Due passi in avanti e poi slanciare la gamba destra in avanti. Poi si torna indietro mentre si dice ...badaschelitten... e si fa il movimento n°2 4.Poggiarsi due volte e a ritmo prima sul fianco destro e poi sul sinistro 5.Come prima ma avanti e indietro.