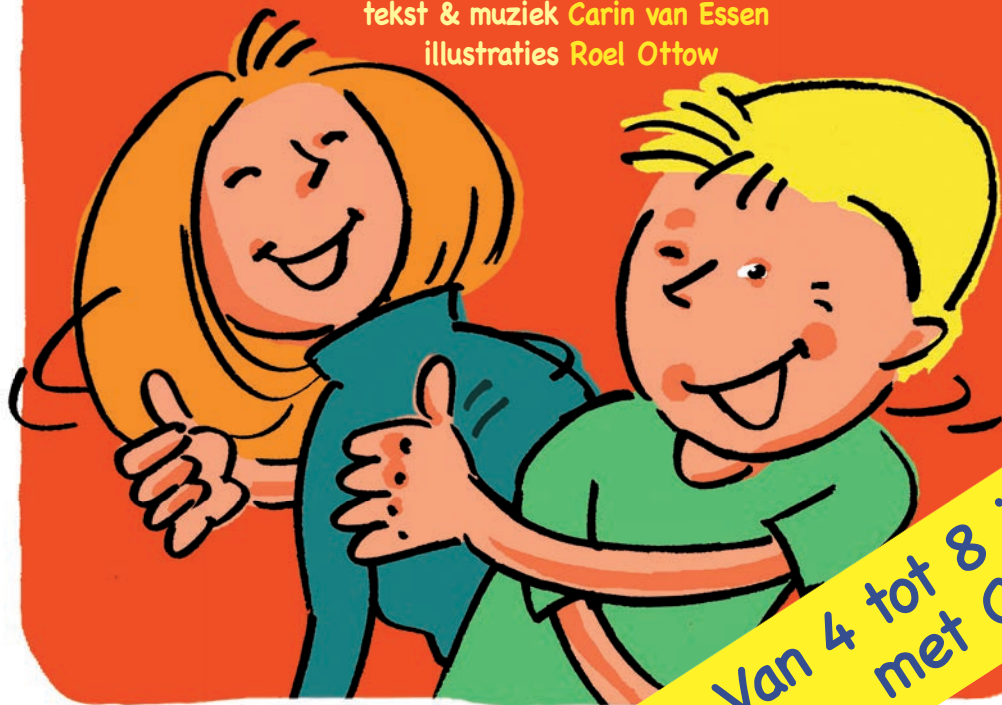


DAG!

tekst & muziek Carin van Essen

illustraties Roel Ottow



Van 4 tot 8 jaar
met CD!

DAG!

Kinderen zijn een kado en geen vanzelfsprekendheid. Zo onbevangen, vol energie en levenslustig als kinderen vaak zijn, kunnen ze ons inspireren.

Toch is opvoeden niet altijd eenvoudig. Met DAG! 4-8 jaar proberen we het een beetje makkelijker te maken. Door 16 kernwaarden in de opvoeding te koppelen aan een vrolijk lied, word je als ouder even bewust van wat belangrijk is om je kind mee te geven op deze leeftijd. De liedjes brengen je op ideeën en geven een vrolijke noot aan de dag. Ze helpen kinderen ook bewust te worden van waarden als geduld, eerlijkheid of grenzen.

N.B. Omdat het lastig is telkens hij of zij te schrijven is gekozen voor hij in de uitleg.

Samen zingen verbind je, brengt vrolijkheid en houdt de sfeer goed. Maar ook voor ouders die niet graag zingen wil DAG! een inspiratie zijn. Zingend opvoeden is zo gek nog niet!

Carin van Essen

www.day-tip.com



foto Jane Lasonder



1. Een lachdag

Maak van iedere dag
Een lachdag, een lachdag
Geef elke dag een kleur
Die je zelf bepalen mag
Maak van iedere dag
Een lachdag, een lachdag
Maak er een feestje van
Zet op iedere dag een vlag

Natuurlijk is het soms wel lastig
In de regen naar school toe
Op de fiets
Of je bent je tas vergeten
Dus in de pauze heb je dan
Helemaal niets
Maar dat is toch geen reden
Om de hele dag sikkeneurig te zijn
Probeer te blijven lachen
Dat is het beste medicijn

Maak van iedere dag
Een lachdag, een lachdag
Geef elke dag een kleur
Die je zelf bepalen mag
Maak van iedere dag
Een lachdag, een lachdag
Maak er een feestje van
Zet op iedere dag een vlag

Natuurlijk is het niet echt simpel
Maar wie zegt dat het leven
Eenvoudig is
Probeer te blijven lachen
Ook al gaat het soms wel mis
Er zijn ook van die momenten
Dat je bijna in huilen uitbarsten moet
Dan is het niet zo makkelijk
Maar lachen doet je goed

Maak van iedere dag
Een lachdag, een lachdag
Geef elke dag een kleur
Die je zelf bepalen mag
Maak van iedere dag
Een lachdag, een lachdag
Maak er een feestje van
Zet op iedere dag een vlag

Humor Lachen is gezond en helpt je kind om contact te maken. Lachen is ook leerzaam want het helpt om de dingen in het leven te kunnen relativeren. Samen lachen kan je kind helpen om beter met moeilijke situaties om te gaan. Maak van iedere dag een lachdag!



2. Knuffellied

Elke morgen roept mijn moeder
Sta eens stil
En dan weet ik alweer zeker
Wat zij wil
Want telkens voordat ik weer
Naar school toe ga
Knuffelt ze me stevig
Roept *I love you* achterna

Vasthouden, knuffelen,
Krabbelen en kriebelen
Elke dag, troetelen
Stoeien of kietelen
Een dikke kus is favoriet
Kom zing met mij dit knuffellied

Elke avond spring ik op
Het grote bed
Stoei ik met mijn vader
Altijd dikke pret
En telkens voordat ik weer
Naar bed toe ga
Knuffelt hij me stevig
Roept *I love you* achterna

Vasthouden, knuffelen,
Krabbelen en kriebelen
Elke dag, troetelen
Stoeien of kietelen
Een dikke kus is favoriet
Kom zing met mij dit knuffellied

Het is belangrijk
Dat je elkaar aanraakt
Zo zijn wij nou eenmaal gemaakt
Een dikke hug, een stevige zoen
Gebruik wel altijd je fatsoen

Vasthouden, knuffelen,
Krabbelen en kriebelen
Elke dag, troetelen
Stoeien of kietelen
Een dikke kus is favoriet
Kom zing met mij dit knuffellied

Een dikke kus is favoriet
Daarom is dit knuffellied

Lichamelijk contact Aanraking van je kind is nog belangrijker dan praten met je kind blijkt uit onderzoek. Door het regelmatig liefdevol vast te houden, zeg je zonder woorden heel nadrukkelijk dat je van hem houdt. Elke dag een dikke knuffel is goed voor iedereen!



3. Attentie! Attentie!

Attentie! Attentie!
Hooggeëerd publiek
Ik kondig u de regels aan
Heel netjes en heel chique
Dan krijgt u even tijd
Om uw dingen af te ronden
In rust en harmonie,
Geen chaos geen paniek

Of we nu straks eten gaan
Of de hond moet uitgelaten
Of je kamer is een zooi
En ik krijg het in de gaten
Of je moet je jas aan
Bij het buiten spelen
Of de chips is bijna op
En jij moet eerlijk delen

Attentie! Attentie!
Hooggeëerd publiek
Ik kondig u de regels aan
Heel netjes en heel chique
Dan krijgt u even tijd
Om uw dingen af te ronden
In rust en harmonie,
Geen chaos geen paniek

Of de bak moet aan de weg,
Of jij geeft antwoord op mijn vraag

Of de tafel moet gedekt
En jij bent aan de beurt vandaag
Of de tv mag niet aan
Tot je kamer netjes is
Of je geeft je broer een hand,
Zegt sorry want het ging weer mis

Attentie! Attentie!
Hooggeëerd publiek
Ik kondig u de regels aan
Heel netjes en heel chique
Dan krijgt u even tijd
Om uw dingen af te ronden
In rust en harmonie,
Geen chaos geen paniek

Duidelijkheid en
Regels zijn goed
Je weet waar je aan toe bent
En hoe je leven moet

Attentie! Attentie!
Hooggeëerd publiek
Ik kondig u de regels aan
Heel netjes en heel chique
Dan krijgt u even tijd
Om uw dingen af te ronden
In rust en harmonie,
Geen chaos geen paniek

Duidelijkheid Op
deze leeftijd is
het goed om hel-
dere kaders aan
te brengen. Bin-
nen die kaders
is er ruimte voor
individuele aan-
pak, maar de
regels zorgen
voor duidelijk-
heid en rust in
het gezin.



4. Voor alles is een tijd

Een baby wordt geboren
Pas na negen maanden daar
Een taart moet in de oven
Na een uur is hij pas klaar
Haal je hem er eerder uit
Dan smaakt hij voor geen meter
Heb dus maar geduld
Dan gaan de dingen vast veel beter

Als ik in gesprek ben
Moet je wachten tot het kan
Mag ik even storen?
Vraag je me dan
En als je naar de winkel gaat
Dan sta je in de rij
Dan wacht je netjes op je beurt
Dat hoort er gewoon bij

Voor alles is een tijd,
Een oude spreuk nog altijd waar
Geduld een schone zaak
Een gezegde zonneklaar
Soms moet je even wachten
Ook al vind je dat niet fijn
Je mag nu gaan leren
Om geduldig te zijn

Als je in de klas zit
Moet je wachten op je beurt
Of je wilt heel graag een snoepje
Het helpt echt niet als je zeurt
Als je bijna jarig bent
Dan duurt het wachten lang
Maar voor alles is een tijd
Houdt je dus maar in bedwang

Voor alles is een tijd,
Een oude spreuk nog altijd waar
Geduld een schone zaak
Een gezegde zonneklaar
Soms moet je even wachten
Ook al vind je dat niet fijn
Je mag nu gaan leren
Om geduldig te zijn

Geduld Onze maatschappij is snel en kinderen raken al jong gewend aan het drukke leven. Je mag je kind leren dat dingen soms tijd kosten en dat er nog vaak momenten in het leven zullen komen waarin hij geduld nodig heeft.



5. Let op wat je zegt

Let op wat je zegt
En hoe je het zegt
Want voor je het weet
Ben je brutaal
Dat is niet normaal
Dat is onbeleefd
Want met je mond
En met je stem
Heb je veel macht
Gebruik ze dus goed
En weet wat je doet
Want je woorden hebben kracht

Bewust van wat je zegt Woorden hebben kracht en kinderen hebben lang niet altijd door wat ze precies zeggen en wat de uitwerking daarvan is. Als ouders beseft je niet altijd welke invloed je woorden hebben op je kind. Goed voorbeeld doet goed volgen, dus als je zelf veel positieve woorden uitspreekt, zal je kind dat ook doen naar anderen.

Een waardevolle aanwinst voor ouders en opvoeders. Dit keer met onderwerpen en teksten die aansluiten op de wereld van het kind van 4-8 jaar. Heel herkenbaar, ook voor onderwijzers, oma's en opa's. Lachen, knuffelen, dingen bespreekbaar maken, regels, op je woorden letten, gezond eten, opruimen, eerlijkheid, zo maar een greep uit de sprankelende liedjes, heerlijk gezongen en voorzien van prachtige en functionele arrangementen. Zelfs muziek van Grieg (Peer Gynt) komt voorbij! Van het ontroerende laatste liedje werd de melodie door Elsa, de zesjarige dochter van Carin en Peter, bedacht: 'Ik hou van jou'. En dat is de toonzetting van DAG! Dwars door alles heen hou ik van jou. Een aanrader!

Elly Zuiderveld-Nieman,
zangeres, schrijfster, kinderkoor dirigente,
moeder en oma



DAG!

1. Een lachdag
2. Knuffellied
3. Attentie! Attentie!
4. Voor alles is een tijd
5. Let op wat je zegt
6. Gezond
7. Eerlijk duurt het langst
8. Het lukt je wel
9. Wie mag sturen?
10. Kom maar gauw bij mij
11. Genieten
12. Grenzen
13. Zeg het met woorden
14. Het is weer tijd
15. Opgeruimd staat netjes
16. Ik hou van jou



9 789043 526388 >