



15 - Arm over het hoofd

Stretch de borstkas en maak daar bewegingsruimte door één arm over het hoofd te leggen, het oor vast te pakken, en daar een uitlaatklep van te maken: als je aan je oorlel trekt klinkt er een krachtige **sjsjsj----** vanuit de buik gestuurd. Bij het loslaten van de oorlel stroomt de buik weer vol. Je kunt eventueel nog wat buigen aan de kant van het oor waaraan getrokken wordt. Dan wisselen van kant, het geluid bij het trekken aan de andere oorlel is natuurlijk anders: **ffffff--**, maar net zo krachtig.

Variatie: maak twee groepen, de ene trekt aan de linkerlel, de andere aan de rechterlel, dus met verschillende geluiden. Dirigeer nu de groepen in een afwisseling van links en rechts, maak een ritme. Verzin er nog andere geluiden bij, maak er een grappig spel van. Er kan op een teken bij gesprongen worden (**hop!**), een jubelende **jaaaa!** met gestrekte armen of **Changé!**: wissel van arm en lel. Maak de leerlingen lekker gek...