

Morgens früh

Text + Musik: Hermann Heimeier

♩ = 180

Refrain



1. Mor - gens früh, da steh' ich auf, re - cke mei - ne Ar - me,



freu' mich auf den neu - en Tag, auf al - les, was da kommt!

Strophe



1. Lin - ker Arm und rech - ter Arm, im - mer hin und her.



Lin - ker Arm und rech - ter Arm, das ist gar nicht schwer!

2. |: Morgens früh, da steh' ich auf, beuge meine Knie,
freu' mich auf den neuen Tag, auf alles, was da kommt! :|

In die Knie und wieder hoch, immer hin und her.

In die Knie und wieder hoch, das ist gar nicht schwer!

3. |: Morgens früh, da steh' ich auf, wackel mit dem Po,
freu' mich auf den neuen Tag, auf alles, was da kommt! :|

Po nach hinten, Po nach vorn, immer hin und her.

Po nach hinten, Po nach vorn, das ist gar nicht schwer!

4. |: Morgens früh, da steh' ich auf, schüttel meine Beine,
freu' mich auf den neuen Tag, auf alles, was da kommt! :|

Linkes Bein und rechtes Bein, immer hin und her.

Linkes Bein und rechtes Bein, das ist gar nicht schwer!

Spielanleitung:

Dies Lied ist gedacht als Unterstützung bei der Morgengymnastik. Wir verteilen uns im Raum und führen jeweils die gesungenen Bewegungen aus. Danach seid ihr fit für den Tag!