

Şimdi Hareket Zamanı!

Bir arkadaşlık dansı tasarlamaya ne dersin? Sevdiğin arkadaşlarını al yanına, sen de katıl arkadaşlık dansımıza!

Not: Bir müzik eşliğinde arkadaşlarınla dans edebilirsin. Dans hareketlerini iyice öğrendiğinde, gitgide hızlanarak da bu dansı daha eğlenceli hâle getirebilirsin.

Haydi hep birlikte...

Üç adım sağa ilerle, alkışla,
Üç adım sola ilerle, alkışla...



Önce öne eğil, parmak şıklat,
Sonra doğrul, parmak şıklat,
Hoop! Üç kere de zıpla...

Gir kol kola bir arkadaşınla,
Dön etrafında iki tur, güle oynaya...



Arkadaşlarıyla çember ol,
Hem kendini döndür
Hem de ellerini...



Eller yukarı,
Eller aşağı,
Haydi sallla belini...



Şimdi de koy ellerini yere,
İlerle iki adım ileri,
İki adım da geri...



Dans bitti, dinlenme saati...