

Rumpebumpernes Sangbog

Rumpebumpernes Sang

Hurlumhejs Sang

Doks Sang

Gøjsers Sang

Mulius' Sang

Rimse Ramses Sang

Sanses Sang



Rumpebumpernes Sang

Vi er rumpebumperne
der altid bumper rumperne
når vi syn's vi siger noget rigtigt.
Vi vil daske snaskerne
og rose grøntsags-gnaskerne.
Sundt er rumpen bumpe-mig da vigtigt.



Rumperne er klar? YES!
Sunde ting er klar? YES!
Så nu vil vi gi' jer, hvad vi har:

Gnaske gulerødder - BUMP
Bruge vores fødder - BUMP
Gi' en ven en krammer lige hvor den rammer
BUMP - YES - BUMP, BUMP - YES.
Sol er bare sagen - BUMP
Se fjernsyn hele dagen –

Vi er Rumpebumperne... (hele sangen igen indtil:)

Gnaske gulerødder - BUMP
Bruge vores fødder - BUMP
Gi' en ven en krammer lige hvor den rammer
BUMP - YES - BUMP, BUMP - YES.
Slik er bare sagen –

Vi er rumpebumperne... (hele sangen igen indtil:)

Gnaske gulerødder - BUMP
Bruge vores fødder - BUMP
Gi' en ven en krammer lige hvor den rammer
BUMP - YES - BUMP, BUMP - YES.
Sol er bare sagen - BUMP
Lege hele dagen - BUMP
Finde på et hop og ikke bare give op
Være Rumpebumper uden stop - BUMP

Vi er Rumpebumperne
der altid bumper rumperne
når vi syn's vi siger noget rigtigt.
Vi vil daske snaskerne
og rose grøntsags-gnaskerne.
Sundt er rumpen bumpe-mig da vigtigt.

Hurlumhejs Sang



Når der er høj musik, og vi er klar til danseleg
Så danser jeg
Hurlumhej

Når voksne sir' at vi skal kør' i bil, ja så sir' jeg
Vel vil jeg ej
Hurlumhej

Omkvæd

*For jeg ka' hoppe højt og cykle selv og løbe som en hvirvelvind
Jeg ka' krybe lavt og trille rundt og balancere på en pind
Du bliver' stærk og klog og frisk og glad, når pulsen går op
Du har arme, ben og numse, mave, brug nu hele din krop
//: 10, 20, 30, 40,50, 60 Hey!://*

Sku' det ske jeg ser, der er en vandpyt på min vej
Så plasker jeg
Hurlumhej

Og endnu bedre: Er det snevejr, ja, så kælker jeg
For jeg er sej
Hurlumhej

Omkvæd

*For jeg ka' hoppe højt og cykle selv og løbe som en hvirvelvind
Jeg ka' krybe lavt og trille rundt og balancere på en pind
Du bliver' stærk og klog og frisk og glad, når pulsen går op
Du har arme, ben og numse, mave, brug nu hele din krop
//: 10, 20, 30, 40,50, 60 Hey!://*

Doks Sang



Jeg kan mærke på mit hjerte, når jeg hopper og jeg danser rundt
Kroppen den blir' varm og kinderne de brænder, så det næsten gør ondt
Jeg mærker på mit hjerte, når jeg ligger lige så stille
Det er godt, jeg ved, det stadig slår,
for det er svært at mærke når
jeg ligger helt, helt stille.

En myre er så lille, når den kravler her på min tå
Den kan ikke lege med mig, den kan faktisk ingenting forstå
Men når den samler 1000 venner og familien med
Ka' de bygge kæmpe myretuer,
fange megastore fluer,
som de bærer afsted.

I min have vokser bønner, ærter, bær og gulerødder
Jeg gøder dem, jeg vander både dem og mine fødder
De vokser og de gror, når de får mad som du og jeg
Maden den skal vær' sund og go'
for ellers kan vi ikke gro
og løbe rundt og lege

Gøjsers sang



Noget af det bedste jeg ved er at bage
men der er ik' en ens'te bolle der er rund
de bliver' til snegle og biler, man kan smage
og en krokodille med en kæmpe mund

*Jeg ka' ik' la' vær' at lave forunderlige ting
vende op og ned på det de andre plejer
for det bobler inden i mig, tanker springer omkring
og jeg finder på noget nyt imens jeg leger
Verden er fuld af sjove idéer,
og det er virkelig nødvendigt
at der er nogen, der får dem.*

Jeg er ikke altid så god til at vær' stille
for mine instrumenter kalder på mig
Jeg bliver nødt til at synge og at spille
det larmer måske, men det er den bedste leg

*Jeg ka' ik' la' vær' at lave forunderlige ting
vende op og ned på det de andre plejer
for det bobler inden i mig, tanker springer omkring
og jeg finder på noget nyt imens jeg leger
Verden er fuld af sjove idéer,
og det er virkelig nødvendigt
at der er nogen, der får dem.*

Jeg er vild med maling og pensler og farver
og det er svært at vælge den farve, der er bedst
jeg maler blomster og næsehorn og larver
og med grøn og lilla på min gyngestol

*Jeg ka' ik' la' vær' at lave forunderlige ting
vende op og ned på det de andre plejer
for det bobler inden i mig, tanker springer omkring
og jeg finder på noget nyt imens jeg leger
Verden er fuld af sjove idéer,
og det er virkelig nødvendigt
at der er nogen, der får dem.*

Mulius' sang



1.vers

Av min rumpe, øv jeg faldt igen
Op på hesten sir' min bedste ven.
Intet er umuligt hvis vi vil

For vi blir' stærke som en tiger,
når vi allesammen siger :

Omkvæd:

*Kom her lad mig hjælpe dig
- og se nu blæser vinden vores vej,
Ta' min hånd og rejs dig op min ven,
og ta' så bar' og prøv igen.*

2.vers

Jeg kan danse som en hvirvelvind,
hyle som en ulv i måneskin.
Intet er umuligt hvis vi vil.

For vi blir' stærke som en tiger,
når vi allesammen siger :

Omkvæd :

*Kom her lad mig hjælpe dig
- og se nu blæser vinden vores vej,
Ta' min hånd og rejs dig op min ven,
og ta' så bar' og prøv igen.*

3.vers

Er der tordenskyer over dig,
- ta' det roligt, solen er på vej
Intet er umuligt hvis vi vil
For vi blir' stærke som en tiger,
når vi allesammen siger:

Omkvæd:

*Kom her lad mig hjælpe dig
- og se nu blæser vinden vores vej,
Ta' min hånd og rejs dig op min ven,
og ta' så bar' og prøv igen.*

4.vers

Vi kan flyve som en albatros
- mens vi spiser is og candyfloss
Intet er umuligt hvis vi vil

For vi blir' stærke som en tiger,
når vi alle sammen siger:

Omkvæd:

*Kom her lad mig hjælpe dig
- og se nu blæser vinden vores vej.
Ta' min hånd og rejs dig op min ven,
og ta' så bar' og prøv igen.*

Rimse Ramses sang

Ska vi ta' min remse nu?

Omk.

Ska vi ta min remse nu?

Ska vi ta min remse nu?

Ska vi ta min vitamin-remse nu?

Rimse Ramse siger:

Gi mig et A!

Gulerødder gumler jeg hver eneste dag.

Rimse Ramse siger:

Gi mig et B!

Broccoli'n og ærten får min hud til at le.

Rimse Ramse siger:

Gi mig et C!

Frukt og grønt det smager skønt - en gnaske idé

Omk.

Ska vi ta min remse nu...

Rimse Ramse siger:

Gi mig et D!

Fisk og kød og solens glød får ting til at ske.

Rimse Ramse siger:

Gi mig et E!

Æg og nød og fiberbrød er det, jeg vil se.

Rimse Ramse siger:

Gi mig et K!

Kål, spinat og druer må jeg huske at få.

Det var vitaminerne fra A og til K.

Omk.

Ska vi ta min remse nu?

Ska vi ta min remse nu?

Ska vi ta min vitamin-remse nu?



Sanses sang

Hej - kom ind i min hule.
Sæt dig her hos mig.
Gi' mig et klem.
Jeg kan se, du er glad,
og det er jeg også.

Omk.

*Fortæl mig om det, der betyder noget.
Hvad tænker du på?
Har du brug for et råd?
Her i min hule er der drømme og held.
Her i min hule kan du sanse dig selv.*

Hej - kom ind i min hule
sæt dig her hos mig.
Gi' mig et klem.
Jeg kan se, du er trist.
Måske kan jeg hjælpe?

Omk.

Fortæl mig om det...

Hej - kom ind i min hule
sæt dig her hos mig.
Gi' mig et klem.
Jeg kan se, du er vred.
Fortæl hvad der skete.

Omk.

Fortæl mig om det...

