

# SÅNGER & LEKAR



## Änglamarken

Text & musik: Evert Taube

Kalla den änglamarken  
eller Himlajorden om du vill  
jorden vi ärvde  
och lunden den grö- na  
vildrosor och blåsippor  
och lindblommor och kamomill  
låt dem få leva  
de är ju så skö- na

Låt barnen dansa  
som änglar kring lönn och alm  
leka tittut mellan blommande  
gre- nar  
låt fåglar leva  
och sjunga oss sin psalm  
låt fiskar simma kring bryggor  
och ste- nar  
Sluta att utrota skogarnas alla djur  
Låt örnen flyga, låt rådjuret löpa  
Låt sista älven som brusar i vår  
natur  
brusa alltjämt mellan fjällar och  
gran och fur

Kalla den Änglamarken  
eller himlajorden om du vill  
jorden vi ärvde  
lunden den gröna  
vildrosor och blåsippor  
och lindblommor och kamomill  
låt dem få leva,  
de är ju så sköna.

## Vem kan segla förutan vind?

Text & musik: Finsk folkvisa

Vem kan segla förutan vind?  
Vem kan ro utan åror?  
Vem kan skiljas från vännen sin  
utan att falla tårar?

Jag kan segla förutan vind,  
jag kan ro utan åror,  
men ej skiljas från vännen min  
utan att falla tårar.

## Pelle Jöns

Mel: Trad.

Det var en gång en daggmask  
som hette Pelle-Jöns  
Han har så rädd för skator  
Han var så rädd för höns  
Han var så rädd för metare och  
letare med burk  
Den som sätter mask på krok den  
kallar han för skurk  
En dag så tänkte masken  
nu gräver jag mig ner  
en meter under jorden  
så syns jag inte mer  
I trädgården gick metare och  
letare och höns  
dom hittar många maskar  
men inte Pelle-Jöns

## Sång till naturen (TVM sången)

Text & Musik: Martin Björnsson

Det finns en värld som jag far till  
ibland,  
där själen får plats i sinnenas land  
Följ mig och se hur vackert där är  
fjällvärdens vidd, skogar och  
skär

Vi vandrar, vandrar omkring  
I skogarnas sal, där hörs ingenting  
Älvorna dansar och natten är  
lång,  
vi samlas kring elden och sjunger  
en sång

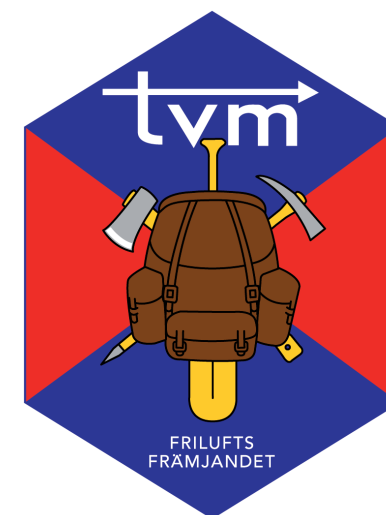
Om du vill veta hur man kommer  
hit,  
lyss till ditt inre det räcker en bit.  
Där finnes svaren, du ej kan  
förstå.  
Fundera en stund och börja sen  
gå.

Vi strövar, strövar i fjäll. Vad  
vackert här är med norrsken i  
kväll.  
Liv du ger liv, du brusande älv.  
Famnad av fjällen, du finner dig  
själv.

Dagarna kommer, och dagarna  
går, äldre du blir, men världen  
består. Ut och upplev, känn  
fridens behag. Där ska vi träffas  
en dag du och jag.

Vi paddlar, paddlar i sjö. Skrinna  
som barn, ända till tö.  
Stormar som river vidöppna hav,  
sover så gott när sjön ligger kav.

Trollbunden längtar jag att återse,  
mångubben skimra, och mot mig  
le.  
Solen går upp, fjäll, hav och fur.  
Omfamna mig, du moder natur.



## Imse vimse spindel

Mel: Trad.

Imse vimse spindel klättrar upp  
för trä'n  
Ned faller regnet spolar spindeln  
bort  
Upp stiger solen torkar bort allt  
regn  
Imse vimse spindel klättrar upp  
igen.

## Hoppe hare

Mel: Imse Vimse

Hoppe, hoppe hare  
satt och mumsa bär.  
Klappar sig på magen,  
det var gott det här.  
Fram smög räven  
tänkte haren ta.  
Hoppe, hoppe hare  
skuttade så bra.  
Hoppar in i skogen  
bakom mossig sten.  
Stannar han och vilar  
sina trötta ben.  
Ugglan flyger  
tyst ifrån sitt bo.  
Stackars Hoppe hare  
aldrig får han ro.

## Kramvisan

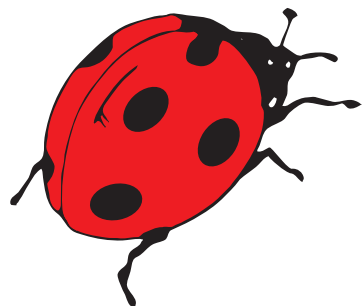
Mel: Imse Vimse

Luta dig åt sidan,  
luta dig min vän.  
Ner faller kroppen,  
stiger upp igen.  
Upp stiger armen,  
andra armen med.  
Armarna åt sidan,  
krama om en vän.

## Maria nyckelpiga

Mel: Imse Vimse

Maria Nyckelpiga  
kryper på ett blad.  
Solen vackert skiner  
hon är nöjd och glad  
med sju små prickar  
på sin röda rygg  
Maria Nyckelpiga  
kryper glad och trygg.



**SKOGSKNYTTE**  
FRILUFTSFRÄMJANDET

## Fader Abraham

Mel: Trad.

Fader Abraham, fader Abraham  
Fyra söner hade Abraham  
Och dom åt och drack  
Och dom drack och åt  
Och sen gjorde dom så här:

Höger hand!

Fader Abraham, fader Abraham  
Fyra söner hade Abraham  
Och dom åt och drack  
Och dom drack och åt  
Och sen gjorde dom så här:

Höger hand! Vänster hand!

Fader Abraham, fader Abraham  
Fyra söner hade Abraham  
Och dom åt och drack  
Och dom drack och åt  
Och sen gjorde dom så här:

Höger hand! Vänster hand!  
Höger fot!

Fader Abraham, fader Abraham  
Fyra söner hade Abraham  
Och dom åt och drack  
Och dom drack och åt  
Och sen gjorde dom så här:

Höger hand! Vänster hand!  
Höger fot! Vänster fot!

Fader Abraham, fader Abraham  
Fyra söner hade Abraham  
Och dom åt och drack  
Och dom drack och åt  
Och sen gjorde dom så här:

Höger hand! Vänster hand!  
Höger fot! Vänster fot!  
Huvudet!

Fader Abraham, fader Abraham  
Fyra söner hade Abraham  
Och dom åt och drack  
Och dom drack och åt  
Och sen gjorde dom så här:

Höger hand! Vänster hand!  
Höger fot! Vänster fot!  
Huvudet! Kroppen med!

Fader Abraham, fader Abraham  
Fyra söner hade Abraham  
Och dom åt och drack  
Och dom drack och åt  
Och sen gjorde dom så här:

Tjohej!

## 34:an

Mel: Trad.

Denna kåk har varit våran uti  
många herrans år,  
denna kåk har varit vår, och det  
har nog satt sina spår.  
Denna kåk den har hängt i, och  
den har stått i vått och torrt,  
Men nu är det slut på det för nu  
ska trettifyran bort.

Ja, nu är det slut på gamla tider,  
ja, nu är det färdigt inom kort.  
Nu ska hela rasket rivs,  
nu ska hela rasket bort.  
Så jag tar farväl och stora tårar  
rullar på min kind.  
Nu är det slut på gamla tider,  
nu går trettifyran i himlen in.

Denna kåk var ganska rar och  
släppte solsken till oss in.  
Den var också generös med fukt  
och kyla, regn och vind.  
Den var snäll och lite gnällig men  
den ville alla väl,  
och den var vår i alla väder fastän  
gisten ful och skev.  
Men nu är det slut på det för nu  
ska trettifyran bort.

Ja, nu är det slut på gamla tider..

Här i kåken har vi härjat sen vi  
alla varit små,

hår i kåken klådde morsan vice  
värden gul och blå.  
Ja, vår kåk har fått stå pall för  
smällar hårda så de dög.  
Som när Far gick genom väggen  
så att spån och plankor flög.  
Men nu är det slut på det för nu  
ska trettifyran bort.

Ja, nu är det slut på gamla tider...



**STRÖVARE**  
FRILUFTSFRÄMJANDET

## Jag vill va som du

Mel: Trad.

Jag kungen är över alla här, under  
trädens gröna höjd.  
Jag har nått opp till högsta topp,  
men ändå är jag ej nöjd.  
Jag vill ju bli en man en människa  
och kunna allt ni kan.  
Jag vill ej längre apa mig, jag vill  
bara va' en man,  
ohh...

Ooo be doo, jag vill ju va' som du.  
Jag vill se ut som du, gå som du,  
du.  
Det vill jag nu, en djur som jag,  
Det lär sig bra, att bli en männi-  
ska.

Försök inte lura mig gosse, jag  
inga konster tål.  
Att lära mig hur eld blir till, det är  
mina drömmars mål.  
Din hemlighet vill jag veta, seså  
säg hur det går till.  
För då blir jag visst en man till  
sist, och det är ju vad jag vill,  
Ohhh...Ooo be doo...

Jag måste lära mig leva, som män-  
niskor lever nu,  
För då blir jag ju likadan, precis  
likadan som du.  
Se till att jag nu får veta hur män-  
niskor sig betar.

Så att jag kan, ta alla i hand, och  
dom sin vänskap mig ger,  
Ohhh...Ooo be doo...

## Trollmors vaggvisa

Text: Margit Holmberg

När trollmor har lagt de elva små  
trollen  
och bundit fast dem i svansen  
då sjunger hon sakta för elva små  
trollen  
de vackraste ord hon känner  
ho aj aj aj aj buff  
ho aj aj aj aj buff buff  
ho aj aj aj aj buff.

## Huvud, axlar...

Huvud, axlar, knä och tår  
knä och tår.  
Huvud, axlar, knä och tår  
knä och tår.  
Öga, öra, kinden klappen får.  
Huvud, axlar, knä och tår  
knä och tår.

## Skit i Allt

Mel: Let It Be

Om du går omkring i fjällen,  
tycker packningen är tung för  
fem.

Så har vi funnit svaret: Skit i den!  
Du ligger kvar i sovsäcken och  
ryggsäcken står tom breve',  
Dom andra är redan klara, skit i  
det!

Skit i allt, skit i allt, skit i allt, skit  
i allt.

Vi har funnit svaret: Skit i allt!

Nedanföret ett jättestup, ligger  
kompisen med krossat knä.  
Han vrålar ut sin smärta. Skit i  
det!

Det blåser full orkan och tältet  
håller på att följa med.  
Men varför slita ut sig? Skit i det!

Skit i allt...

Ni går omkring i dimman längs  
en dåligt utmärkt vandringsled.  
Plötsligt fattas Arne. Skit i det!  
Om du är hård i magen, tycker  
livet det är knappast ballt.  
Så sätt dig bakom busken, och  
skit ut allt!

Skit ut allt...



**FRILUFSARE**  
FRILUFTSFRÄMJANDET

## Min tupp är död

Mel: Trad. Kan sjungas i kanon

Min tupp e död, min tupp e dö.  
Min tupp e död, min tupp e dö.  
Han kan inte säga kockoli,  
kockola,  
han kan inte säga kockoli,  
kockola.  
Ocko ocko ocko ocko ockoli och  
kockola  
Ocko ocko ocko ocko ockoli och  
kockola

## Sjörövar Fabbe

Mel: Trad.

Sjörövar-Fabbe, farfars far,  
är minsann en sjusärdeles karl,  
kring alla hav han far och far,  
tjohej hadelittan lej.

Sjörövaryrket passar'n bra.  
"Det är bara att röva och ta,  
och det", sa Fabbe, "gillar jag,  
tjohej hadelittan lej."

Men då ... vad står på?  
Fabbe blir plötsligt blek och grå!  
Oj då! Vad står på,  
oj oj oj oj oj Oj!  
(Oj, oj, oj, oj, oj, Oj!)

Sjörövar-Fabbe, farfars far,  
är minsann en sjusärdeles karl,  
men han är sjösjuk alla dar,  
tjohej hadelittan lej.

Stormen ryter och åskan går,  
havet brusar och seglena slår,  
ner i kajutan Fabbe går,  
tjohej hadelittan lej.

Kräks och svär och mår inte bra.  
"Bättre väder det vill jag nog ha,  
annars", sa Fabbe, slutarjag",  
tjohej hadelittan lej."

Men då ...  
vad står på?  
Fabbe blir plötsligt blek och grå!  
Oj då!  
Vad står på,  
oj oj oj oj oj Oj!

"D'ä nåt ingen mänska förstår,  
varför alltid så illa jag mår,  
bara båten guppar och går,  
tjohej hadelittan lej."

Sjörövar-Fabbe, farfars far  
är minsann en sjusärdeles karl,  
kring alla hav han far och far,  
tjohej hadelittan lej.

## Glada Älgar

Text & Musik: James Hollingworth

Här var det hi och här var det hå,  
här var det glada älgar!  
Här var det hi och här var det hå,  
här var det glada älgar!  
Hum hum hum, hum hum hum,  
hum hum hum, hum hum hum.  
Hum hum hum, hum hum hum,  
hum hum hum hum hum HEY!

## Kaninvisan

Mel: Trad.

Jag är en vanlig kanin,  
vanlig, fast ovanligt fin.  
Öronen mina är långa och fina  
och viftar som öronen ska.  
Vift, vift.

Jag är en vanlig kanin,  
vanlig, fast ovanligt fin.  
Tänderna mina är långa och fina  
och gnager som tänderna ska.  
Gnag, gnag.

Jag är en vanlig kanin,  
vanlig, fast ovanligt fin.  
Rumpstumpen min är liten och fin  
och gumpar som rumpstumpen  
ska.  
Gump, gump.

Jag är en vanlig kanin,  
vanlig, fast ovanligt fin.  
Bakbenen mina är långa och fina  
och skuttar som bakbenen ska.  
Skutt, skutt.

## Vampyrvisan

Mel: Kaninvisan

Jag är en vanlig vampyr.  
Suger ut blod tills jag spy.  
Huggtänderna mina är vassa och  
fina.  
Och suger som huggtänder ska,  
slurp, slurp.

## Skelettvisan

Mel: Kaninvisan

Jag är ett vanligt skelett.  
Helt utan muskler och fett.  
Köttklumparna mina var ruttna  
och fina.  
Och smakade maskarna bra,  
ha, ha.



**SKOGSMULLE**  
FRILUFTSFRÄMJANDET

## Var nöjd med allt som livet ger

Mel: Trad.

Vad nöjd med allt som livet ger,  
och allting som du kring dig ser,  
glöm bort bekymmer sorger och  
besvär.  
Var glad och nöjd, för vet du vad?  
En björntjänst gör ju ingen glad.  
Var nöjd med livet som vi lever  
här.

Vartän jag än strövar, vart än jag  
än går.  
Står djungel och snår, kring mina  
spår.  
Jag älskar bin och deras bon,  
för honung är ju min passion.  
Och vill du av myror ha munnen  
full  
så ta då en titt under sten och  
mull.

*"Och kanske - smaka på dom!"*  
*"Äta myror?"*  
*"Det är världens käk, kittlar*  
*dödsskönt i kistan!"*  
*"Mowgli, se upp!"*

Var nöjd med allt du ser och allt  
som livet ger

*"Men när?"*  
*"Allt livet ger."*

Vad nöjd med allt som livet ger,  
och allting som du kring dig ser,  
glöm bort bekymmer sorger och  
besvär.  
Var glad och nöjd, för vet du vad?  
En björntjänst gör ju ingen glad.  
Var nöjd med livet som vi lever  
här.

Om frukter de lockar Banan eller  
bär  
Se till att du plockar Dom utan  
besvär  
Vill du plocka frukter av bästa  
klass  
så använd din höger och vänster  
tass  
men klorna dom ska du dra in  
Så fort du ska ta en fin apelsin

*"Hoppas att du har förstått?"*  
*"O, ja. Tack Baloo!"*  
*"Oj, oj... Så utomordentligt*  
*fänigt..."*  
*"Kom an katten, det svänger ju!"*

Var nöjd med livet som vi alla  
lever här

*"Bland träd och bär!"*  
*"Vi lever här"*

# Jorden är Vår

Text & Musik: B. Bäckström

//: Jorden är vår (klapp, klapp), men bara som ett lån!  
Jorden är vår (klapp, klapp), men bara som ett lån!  
Och det man lånar ska man lämna tillbaks  
Likadant som det en gång var.://

Var rädd om allt som lever! Var rädd om allt som växer!  
För livet är en kedja, lika viktig är var länk.  
Hjälp till att rädda skogar och luft och mark och vatten.  
Snart kommer våra barn, häng med nu och tänk!

## Andra förslag på visor och lekar:

Ekorren satt i granen  
Bä, bä vita lamm  
Björnen sover  
Lilla snigel  
Mors lille Olle  
I ett hus i skogens slut  
En kulen natt

Jägersro  
En sockerbagaren  
Här kommer Pippi Långstrump  
Var nöjd med allt som livet ger  
Temperaturen  
Broder Jakob

