

Omhoog en Omlaag

“Up and Down” • sing it, then read what it means

Language
Learning
with Songs

SING

WHAT IT MEANS

Ready? Klaar?

Ja!

Yes!

Reach up high!

Reik omhoog!

Reik omhoog!

Reach up high!

Up, up, reach up high!

Omhoog, omhoog, reik heel hoog!

Omhoog, omhoog, reik naar mij!

Up, up, reach for me!

Down, down, crouch down low!

Omlaag, omlaag, zak heel laag!

Omlaag, omlaag, zak maar zo!

Down, down, crouch down like this!

Jump in, jump in—where do you go?

Spring erin, spring erin — waar ga je heen?

Spring erin, erin, hup, daar zo!

Jump in, in, hop, right there!

Jump out, jump out, big and slow!

Spring eruit, spring eruit, groot en langzaam!

Spring eruit, eruit, daar gaan we, go!

Up!

Omhoog!

Omhoog!

Up!

Down!

Omlaag!

Omlaag!

Down!

In!

Erin!

In!

Out!

Eruit!

Eruit!

Out!

Up and down, move around!

Omhoog en omlaag, beweeg maar rond!

Omhoog en omlaag, op de grond!

Up and down, on the ground!

In and out, shout it loud!

Erin en eruit, roep het luid!

Erin, eruit, zing maar mee!

In, out, sing along!

Up, omhoog! Down, omlaag!

In, erin! Out, eruit!

Up and down, in and out!

Omhoog en omlaag, erin en eruit!

Omhoog en Omlaag

SING

WHAT IT MEANS

Nog een keer—roep het uit!

One more time — shout it out!

Near, dichtbij—come close to me!

Far, ver weg—now run and see!

Fast, snel—go, go, go!

Slow, langzaam—stap maar zo!

Stop means sta stil, freeze like a tree!

Go means daar gaan we—come with me!

Snel, snel, run over here!

Langzaam, langzaam, soft and clear!

Dichtbij, dichtbij, near, near, near!

Ver weg, ver weg, far from here!

Up and down, move around!

Omhoog en omlaag, beweeg maar rond!

Omhoog en omlaag, op de grond!

Up and down, on the ground!

In and out, shout it loud!

Erin en eruit, roep het luid!

Erin, eruit, zing maar mee!

In, out, sing along!

Up, omhoog! Down, omlaag!

In, erin! Out, eruit!

Up and down, in and out!

Omhoog en omlaag, erin en eruit!

Nog een keer—roep het uit!

One more time — shout it out!

Fast!

Snel!

Snel!

Fast!

Slow!

Langzaam!

Langzaam!

Slow!

Stop!

Sta stil!

Sta stil!

Stop!

Go!

Daar gaan we!

Daar gaan we!

Here we go!

Freeze—be still!

Bevries — sta stil!

Omhoog en Omlaag

SING

WHAT IT MEANS

Sta stil!

Stop!

Now go!

Nu gaan!

Daar gaan we!

Here we go!

Near, then far!

Dichtbij, ver weg!

Dichtbij, ver weg!

Near, then far!

Reach up high!

Reik omhoog!

Omhoog!

Reach up high!

Crouch down low!

Zak heel laag!

Omlaag!

Crouch down low!

Up and down, move around!

Omhoog en omlaag, beweeg maar rond!

Omhoog en omlaag, op de grond!

Up and down, on the ground!

In and out, shout it loud!

Erin en eruit, roep het luid!

Erin, eruit, zing maar mee!

In, out, sing along!

Up, omhoog! Down, omlaag!

In, erin! Out, eruit!

Fast, snel! Slow, langzaam!

Stop, sta stil! Go, daar gaan we!

Up and down, in and out!

Omhoog en omlaag, erin en eruit!

We know the words—roep het uit!

Omhoog!

Up!

Up!

Omhoog!

Omlaag!

Down!

Down!

Omlaag!

Dag, dag!

Bye, bye!

Bye-bye!

Dag dag!

Omhoog en Omlaag

KEY WORDS

omhoog = up

erin = in

dichtbij = near

snel = fast

omlaag = down

eruit = out

ver weg = far

langzaam = slow