Mondókák babáknak

37 mondóka – a mozdulatokkal együtt

Zötyög a szekér

Zötyög-zötyög a szekér,
lassan a hegyre felér.
Döccen egyet: hopp, megállj!
Ölembe most visszaszállj!

Höcögtető: a gyereket a térdünkön ültetve zötyögtetjük, a „hopp, megállj”-nál óvatosan megemeljük, a végén magunkhoz öleljük.

Öt kismadár

Öt kismadár ült a fán,
csiviteltek délután.
Egy elszállt a kék egen,
négy maradt a levelen.
Elszállt egy, és három ül,
kettő, egy, a fa kiürül.
Este mind az öt kis madár
visszaszáll, a fészek vár.

Ujjjáték: a baba öt ujjacskáját nyújtva kezdjük, és minden elszálló madárnál egy ujjat behajlítunk, amíg mind be nem csukódik; a „visszaszáll”-nál mind az öt ujjat egyszerre kinyitjuk, majd a kis kezet a tenyerünkbe zárjuk, mint madarat a fészekbe.

A kis csikó

Gyí, te csikó, útra fel,
a kis lovas vágtat el.
Töpp-töpp-töpp, kopog a patkó,
szalad, szalad a kis csikó.
Árkon-bokron áthalad,
dombtetőre felszalad.
Este szépen hazatér,
ölbe huppan, célba ér.

Höcögtető: a gyereket a térdünkön lovagoltatjuk, a „töpp-töpp-töpp”-nél gyorsítunk, az „ölbe huppan”-nál magunkhoz húzzuk és megöleljük.

Mondókák babáknak (folytatás)

Ciróka, maróka

Ciróka, maróka,
mit főztél?
Kását.
Hová tetted?
A padkára.
Elvitte a macska.
Hamm, bekapta!

Arcsimogató ölbeli játék: mondás közben a baba arcát cirógatjuk, a „hamm”-nál az álla alatt vagy a nyakán megcsiklandozzuk.

Hüvelykujjam almafa

Hüvelykujjam almafa,
mutatóujjam megrázta,
középső ujjam felszedte,
gyűrűsujjam hazavitte,
kisujjam mind megette.

Ujjjáték: a baba ujjacskáit sorra megfogjuk és megmozgatjuk a hüvelykujjtól a kisujjig, a végén a tenyerét megcsiklandozzuk.

Töröm, töröm a mákot

Töröm, töröm a mákot,
sütök vele kalácsot.
Gyúrom, gyúrom, dagasztom,
kemencébe bedugom.
Kisült már a kalács:
hamm, bekapja a pajtás!

Tenyérjáték: a baba nyitott tenyerében öklünkkel körkörösen „mákot törünk”, a „gyúrom”-nál a kis kezét gyengéden gyúrogatjuk, a „hamm”-nál megcsiklandozzuk.

Kerekecske, dombocska

Kerekecske, dombocska,
itt szaladt el a nyulacska.
Erre ment, erre ment,
itt bújt el!

Tenyérrajzoló ölbeli játék: ujjunkkal kört rajzolunk a baba tenyerébe, az „erre ment”-nél két ujjunkkal felszaladunk a karján, az „itt bújt el”-nél a hónaljánál megcsiklandozzuk.

Mondókák babáknak (folytatás)

Hinta-palinta

Hinta-palinta,
régi dunna, kis katona,
ugorj a Tiszába,
zsupsz!

Hintáztató: a gyereket az ölünkben vagy kézen fogva előre-hátra ringatjuk, a „zsupsz”-nál óvatosan megemeljük vagy meglendítjük.

Gyí, paci, paripa

Gyí, paci, paripa,
nem messze van Kanizsa.

Ölbeli játék: a felnőtt a térdére ülteti a kisgyereket, és a mondóka ritmusára lovagoltatja. A végén széttárja a térdét, és óvatosan „lehuppantja” a gyereket, közben végig fogja.

Ez elment vadászni

Ez elment vadászni,
ez meglőtte,
ez hazavitte,
ez megsütötte,
ez az icike-picike
mind megette!

Megfogjuk a baba kezét, és a hüvelykujjától indulva soronként megérintjük vagy megmozgatjuk egy-egy ujját. Az utolsó sornál, a kisujjnál, finoman megcsiklandozzuk a tenyerét.

Én is pisze, te is pisze

Én is pisze,
te is pisze,
gyere, pisze,
vesszünk össze!

Ölünkbe vesszük a babát, szemtől szemben, és az orrunkat finoman összedörzsöljük az övével (ez az eszkimópuszi). A végén nevetve összebújunk.

Hőc, hőc, katona

Hőc, hőc, katona,
ketten ülünk a lóra.
Szénát, zabot a lónak,
abrakot a csikónak.

A térdünkre ültetjük a babát, szemben magunkkal, és a ritmusra lovagoltatva höcögtetjük. Az utolsó sor után kicsit szétnyitjuk a térdünket, és a babát a kezét fogva óvatosan „lepottyantjuk”.

Áll a baba, áll

Áll a baba, áll,
mint a gyertyaszál.

Akkor mondjuk, amikor a baba kapaszkodva vagy a két kezét fogva feláll. Bátorítjuk vele, és megdicsérjük, milyen egyenesen áll.

Mondókák babáknak (folytatás)

Jár a baba, jár

Jár a baba, jár,
mint egy kismadár,
rakosgatja a lábát,
koptatja a bocskorát.

Fogjuk a járni tanuló baba két kezét, és a mondóka ütemére lépésről lépésre vezetjük. Minden ütemre jut egy kis lépés.

Cini-cini muzsika

Cini-cini muzsika,
táncol a kis Zsuzsika.
Jobbra dől, balra dől,
tücsök koma hegedül.

A babát az ölünkben vagy a karunkban tartva a ritmusra ringatjuk és táncoltatjuk. A „jobbra dől, balra dől” sornál vele együtt jobbra, majd balra billenünk. Zsuzsika helyett a gyerek nevét is mondhatjuk.

Lóg a lába, lóga

Lóg a lába, lóga,
nincsen semmi dolga,
mert ha dolga volna,
a lába nem lógna.

Az ülni tudó gyereket egy székre vagy a térdünkre ültetjük, és a ritmusra előre-hátra lóbáljuk a lábát.

Dombon törik a diót

Dombon törik a diót,
rajta meg a mogyorót.

Ökölbe szorítjuk a kezünket, és a ritmusra egymáshoz ütögetjük őket, mintha diót törnénk. A nagyobb baba utánozza, a kicsiknek mi koccintjuk össze az öklüket.

Kis cica, kelj fel

Kis cica, kelj fel,
itt a jó tejfel!
A kis cica fel is kelt,
megette a jó tejfelt.

Ébredéskor mondjuk: az alvó babát simogatjuk, és gyengéden nyújtóztatjuk a karját, lábát. Az utolsó sornál a kezét fogva felültetjük.

Tipi-tipi, tipi-ca

Tipi-tipi, tipi-ca,
lábujjhegyen jár a cica.
Nyújtózik egy nagyot: hú!
Ásít egyet: miaú!

Lábujjhegyen, puhán tipegünk körbe, mint a cica. A „hú”-nál a magasba nyújtózunk, a „miaú”-nál nagyot ásítunk.

Kiskacsa megy a partra

Kiskacsa megy a partra,
billeg jobbra, billeg balra.
Szétnéz: háp, háp, hol a tó?
Csobban egyet: jaj, de jó!

Guggolva vagy totyogva, jobbra-balra billegve haladunk. A „hol a tó”-nál tenyerünket a szemünk fölé tartjuk, a „csobban”-ra előreugrunk.

Cammog, cammog a mackó

Cammog, cammog a mackó,
bundája puha, barna, jó.
Mézet talált: nyami, nyam!
Megnyalja a mancsát: ham!

Nehéz léptekkel, akár négykézláb cammogunk, mint a medve. A „nyami, nyam”-nál a levegőből kanalazzuk a mézet, a „ham”-nál megnyaljuk a „mancsunkat”.

Mászik, mászik a csiga

Mászik, mászik csigabiga,
hátán ring a kicsi háza.
Fel a kézen, fel a karon,
megpihen a kis vállon.
Felér végül a nyakadhoz:
csiki-csiki, csiklandoz!

Két ujjunkkal lassan „mászunk” a gyerek kézfejéről a karján át a vállára, ott egy pillanatra megállunk. A végén finoman megcsiklandozzuk a nyakát.

Egy, kettő – kis cipő

Egy, kettő – kis cipő,
három, négy – zöld mező,
öt – kinyílt a tenyerem,
integet a kis kezem.

Ökölbe zárt kézzel kezdünk, és minden számnál kinyitunk egy újabb ujjat, a hüvelykujjal indulva. Az ötnél nyitott tenyérrel integetünk.

Öt kis ujjam ébren van

Öt kis ujjam ébren van,
négy már pislog álmosan.
Három ásít: hú, de késő!
Kettő súgja: jó éjt, tesó!
Egy is bújik: csitt, csitt, csitt,
csukott öklöm alszik itt.

Nyitott tenyérrel kezdünk, és soronként behajtunk egy-egy ujjat; az „egy is bújik”-nál az utolsó is elbújik. A végén ökölbe zárt kezünket az arcunk alá tesszük, mintha párnán aludnánk.

Mondókák babáknak (folytatás)

Fejem, fejem, kerek fejem

Fejem, fejem, kerek fejem,
két kis vállam felemelem,
térdem, térdem, paskolom,
orrom hegyét nyomkodom: tüt-tüt!

Két kézzel körbesimítjuk a fejünket, aztán felhúzzuk és leengedjük a vállunkat, majd megpaskoljuk a térdünket. A végén kétszer megnyomjuk az orrunkat, mint egy dudát.

Kipp-kopp, kopog az eső

Kipp-kopp, kopog az eső,
kinyílik az esernyő.
Tócsa itt és tócsa ott,
csizmám csobban: csobb, csobb, csobb!

Ujjbeggyel kopogunk az asztalon vagy a gyerek tenyerén, aztán a fejünk fölött összeérintett karral „kinyitjuk” az ernyőt. A végén háromszor dobbantunk, mintha tócsába ugranánk.

Fel a dombra, lép, lép, lép

Fel a dombra – lép, lép, lép,
húzzuk a szánkót, de nehéz!
Fenn a dombon ülj fel, hopp,
suhanunk le: zsupp, zsupp, zsupp!

A gyerek a térdünkön ül, mi pedig lépésenként emeljük a sarkunkat, így lesz egyre magasabb a domb. A „hopp”-nál fent megállunk, aztán kinyújtjuk a lábunkat, és a gyerek lecsúszik rajta, mint egy szánkó.

Fel, fel, felhőig

Fel, fel, felhőig,
le, le, földig,
körbe, körbe, forgószél,
puszi, puszi, hazaér.

A babát a hónaljánál fogva lassan a magasba emeljük, aztán óvatosan leengedjük. Egyszer körbefordulunk vele, a végén magunkhoz öleljük és megpuszilgatjuk.

Gyúrom, gyúrom a tésztát

Gyúrom, gyúrom a tésztát,
nyújtom, kenem rá a lekvárt,
feltekerem, feltekerem,
sütőbe teszem, megeszem: ham!

A gyerek hátán vagy pocakján finoman gyúrunk, majd tenyérrel végigsimítunk rajta, mintha nyújtanánk és lekvárt kennénk. A „feltekerem”-nél görgető mozdulatot teszünk, a „ham”-nál játékosan megpuszilgatjuk.

Egyik kar, másik kar

Egyik kar, másik kar,
bújik a kabátba.
Egyik láb, másik láb,
bújik a csizmába.
Sapka megy a fejre,
sál megy a nyakra –
kész a kicsi manó,
indulhat az udvarra!

Öltözködés közben mondjuk: minden sornál azt a ruhadarabot adjuk rá, amelyikről éppen szó van. Az utolsó sornál kézen fogjuk a gyereket, és együtt elindulunk az ajtó felé.

Fel-le, fel-le, fogkefe

Fel-le, fel-le, fogkefe,
habbal lesz a szánk tele.
Jobbra, balra, körbe jár,
nem marad egy morzsa már.
Csillog-villog minden fog,
ragyog, mint a csillagok!

Fogmosás közben mondjuk, és a fogkefe mindig azt csinálja, amit a sor mond: fel-le, jobbra-balra, körbe. A végén a tükörbe nézve nagyot mosolygunk, és megmutatjuk a fényes fogakat.

Repül, repül a kanál

Repül, repül a kanál,
nyitva van a kapu már?
Hamm! – bekaptuk, ízlik ám,
jöhet a másik kanál!

A kanalat lassan, kanyargós úton „repítjük” a gyerek felé, mint egy kismadarat. A „kapu” a gyerek szája: ha kinyitja, a „hamm”-ra beér a falat.

Pancs, pancs, pancsolunk

Pancs, pancs, pancsolunk,
kiskacsával úszkálunk.
Hab a hasán, hab a hátán,
hab a kicsi pici lábán.
Locsi-pocsi, egy, kettő,
itt a puha törölköző!

Fürdetés közben mondjuk: a „pancs”-ra a gyerek a tenyerével csapkodja a vizet, aztán sorban habot teszünk a hasára, a hátára és a lábára. Az utolsó sornál beburkoljuk a törölközőbe, és jól megöleljük.

Egy kis szappan, egy kis víz

Egy kis szappan, egy kis víz,
dörzsölődik mind a tíz.
Tenyerem és ujjhegyem,
habos lett a két kezem.
Lemossa a habot a víz –
tiszta lett mind a tíz!

Kézmosáskor mondjuk, és a szöveg szerint haladunk: szappanozás, a tenyér dörzsölése, az ujjak egyenként, végül öblítés. A végén a gyerek büszkén felmutatja mind a tíz ujját.

Csend van már a ház körül

Csend van már a ház körül,
kicsi madár fészkén ül.
Alszik a mackó, alszik a nyúl,
babám szemére álom borul.
Tente, tente, holdvilág,
takard be a kis babát!

Elalvás előtt lassan, halkan, ringatva mondjuk. Az utolsó sornál együtt betakarjuk a gyereket, és megsimogatjuk a fejét.

Ring a csónak, ringatózik

Ring a csónak, ringatózik,
a tó vize hullámozik.
Erre billen, arra billen,
fúj a szellő csendesen.
Jön egy nagy hullám, de nagy –
huppsz! – a parton ott vagy!

A gyerek szemben ül az ölünkben, fogjuk a kezét, és a mondóka ütemére jobbra-balra ringatjuk. A „huppsz”-ra finoman megemeljük, aztán magunkhoz öleljük, mintha partot ért volna.

Kopp, kopp, homlokocska

Kopp, kopp, homlokocska,
kukucs, kukucs, két szemecske,
pisze-pisze orrocska,
hamm, hamm, kicsi szájacska,
bök, bök, gömbölyű állacska –
csiki-csiki, nyakacska!

Az ujjunkkal sorban, gyengéden megérintjük a baba homlokát, a szemét, az orrát, a száját és az állát. Az utolsó sornál megcsiklandozzuk a nyakát.