Ölbeli játékok

19 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.

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.

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.

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.

Ölbeli játékok (folytatás)

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.

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.

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.

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.