



Ciróka-maróka

BIHARI MOZGÁSOS MONDÓKÁK



LÓG A LÁBA

Lóg a lába, lóg a,
Nincsen semmi dolga,
Mert ha dolga volna,
A lába nem lógna.

Az ölünkbe ültetjük és lógáztatjuk a baba lábacskaít lassan majd gyorsabban.

ÁLL A BABA ÁLL

Áll a baba áll,
Mint a gyertyaszál,
A két kicsi lábójával
Jaj de szépen áll.

Állítgatjuk a babát.



EGY, KETTŐ, HÁROM, NÉGY...

Egy, kettő, három, négy,
Kicsi cipő hová mégy?
Kipp-kopp, kopogok,
Óvodába indulok.

A mondóka ritmusára lépegetünk együtt.

VOLT EGYSZER EGY KISBABA

Volt egyszer egy kisbaba
Földre tette anyuka,
Tipegett, topogott
Két kis cipő kopogott.

Sétálunk majd egyhelyben topogunk.





Ciróka-maróka

BIHARI MOZGÁSOS MONDÓKÁK



SZALADJUNK

Szaladjunk, szaladjunk,
Hadd lobogjon a hajunk.

Szaladunk.

TÁNCI

Tánci, tánci, galambáci,
Itthol van a Gyuri bácsi.
Ha nincs itthol Gyuri bácsi,
Tánoljunk hát, galambáci.

Sétálunk majd a mondóka végén megemeljük a gyereket és forgunk egyet.



CINI-CINI MUZSIKA

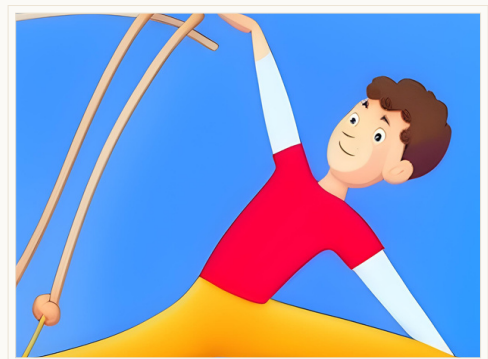
Cini-cini muzsika,
Táncol a kis Zsuzsika.
Egyedül, egyedül
Amíg párja nem kerül.

A nagyobbakat magunkkal szemben állítva, két karjukat fogjuk, a kisebbeket a hónuk alatt tartva dőlöngéltetjük, az utolsó sornál pedig összebújunk. A nagyobbakkal tapsolva foroghatunk is a végén.

MOZGATJA A FEJESKÉJÉT...

Mozgatja a fejcskáját,
Aztán a kis kezcskáját,
Hajlik jobbra,
Hajlik balra,
Gyere, baba,
Kezdjük újra.

Állva, a mondóka szövegét követve, mozgatjuk a baba testrészeit. Együtt hajlunk jobbra, balra.



WWW.CIROKA-MAROKA.RO



Ciróka-maróka

BIHARI MOZGÁSOS MONDÓKÁK



EGY, KETTŐ, HÁROM, NÉGY

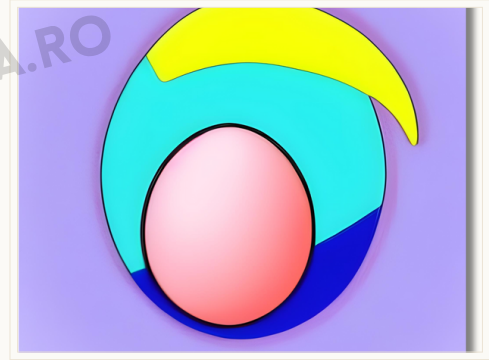
Egy, kettő, három, négy,
Gyöngyi, Gyurka erre lépj.
Tornára fel, gyerekek,
Hogy jó nagyra nőjetek.

Sétálunk, a mondóka végén megállunk, felemeljük a baba mindkét kezét és lábujjhegyre állítjuk.

GÓLYA VISZI A FIÁT...

Gólya viszi a fiát,
Elejti a tojását,
Potty.

A hátunkra vesszük a babát és együtt sétálunk majd a mondóka végén leejtjük.



HŐC, HŐC KATONA

Hőc, hőc katona
Ketten ülünk egy lóra.
Zabot adunk a lónak,
Cukrot meg a csikónak.

Szembeültejük a babát és lassan lovagoltatjuk, majd a következő fordulóban egyre gyorsabban.

HÖCC, HÖCC, KATONA

Höcc, höcc, katona,
Kinek deres a lova?
Lám az enyém fekete,
Mégsem vagyok remete.

Höcögtetjük lassan, csendesen kezdünk, majd a végére felgyorsulunk és hangosabban mondjuk.





Ciróka-maróka

BIHARI MOZGÁSOS MONDÓKÁK



EGY, KETTŐ, HÁROM, NÉGY

Egy, kettő, három, négy
Kis őzike hová mégy?
Elég hogyha tudom én
Tavasz elé futok én.

Sétálunk a mondóka ritmusára.

GYÍ TE SZÜRKE PARIPA

Gyí te szürke paripa,
Huszár lesz a kisbaba
Mefogja a nagytata,
Hogy le ne essen róla.

A baba kifelé fordulva van az öünkben lovagoltatjuk, a mondóka végén pedig felállunk vele és helyet cserélünk. Sétáltatóként is használható.



GYŰ VÁRADRA...

Gyű Váradra meg vissza,
A lovamat add vissza
Mert ha vissza nem adod,
Megcsípem a kis farod.

Lovagoltatjuk a mondóka végén pedig megcsípdessük.

KIPP-KOPP KALAPÁCS

Kipp-kopp kalapács
Kicsi kovács mit csinálsz?
Aranypatkót szegelek
Aranszegecsekkel,
Ucu pajtás kapj fel rája
Úgyis te vagy a gazdája.

Lassan indítunk, lovagoltatjuk, közben jobbra-balra mozgatva folyamatosan. Az aranypatkónál gyorsulunk, a mondóka végén pedig magasra emeljük.

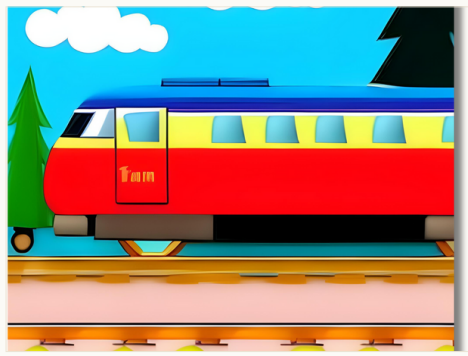


WWW.CIROKA-MAROKA.RO



Ciroka-maroka

BIHARI MOZGÁSOS MONDÓKÁK



FUT A VONAT

Fut a vonat / Megy a vonat
Zakatol / Zakatol,
Taka, taka / Taka, taka,
Zakatol / Zakatol.

*Lassan indítunk, sétálunk és egyre jobban gyorsulunk, míg a végén, az utolsó zakatolnál már futunk.
Amelyik baba tud járni azt kézen fogva visszük, amelyik nem azt ölben.*

MEGY A ZSIKI ZSIKI ZSIKI

Megy a zsiki zsiki zsiki
Megy a zsuku zsuku zsuku
Megy a masina, masina
Én vagyok a masiniszta.
Sétálunk mondhatjuk először suttogva majd egyre hangosabban, a végére felgyorsulva.



SOKAT RAKTAM

Sokat raktam
Nem bírom,
Ha megunom
Lerakom.

Ölbe vesszük a babát sétálunk, a mondóka végén pedig leejtjük.

ELMENT A TYÚK A VÁSÁRRA

Elment a tyúk a vásárra,
Batyut kötött a hátára.
Siess, Ani segíts neki,
Mert nem bírja elcipelni.

A hátunkra vesszük a babát és úgy sétálunk vele. Az Ani helyett mondhatjuk az ő nevét.

