



Világlátó

Otthoni Ovis Okoskodó-világlátó (Tavaszi, Húsvét, Föld napja, Egészségnap)

Készítette: Vadász Edit

1. Tavasz

Az óvodás korú gyerekek még nem a naptár segítségével tájékozódnak, nem tudják, mit jelent az, hogy a tavasz első hónapjában járunk. Ők, csak a számukra kézzelfogható, szemmel látható, saját bőrükön megtapasztalható dolgokon keresztül érthetik meg, mi is az a tavasz.

Miből tudjuk, hogy tavasz van?

Már nem kell felhúznunk a vastag télikabátot, bélelt nadrágot, kesztyűt és sálát sem hordunk már.

Többször látjuk a Napocskát kisütni, néha már érezzük is a melegét az arcunkon.

Este tovább világos van, ovi után még sokáig lehet kint játszani az udvaron, játszótéren.

A tavasz jellemzői:

- olvad a hó (igaz, idén nem ☹️)
- csöpög a jégcsap
- zöldellni kezd a fű
- megjelennek a rügyek
- előbújnak a rovarok (katicák, pókok, hangyák)
- kinyílnak a tavaszi virágok
- megérkeznek a vándormadarak
- gyakran hallunk madárcsicsergést
- megkezdődnek a kerti munkák

Megújul a természet.

Találós kérdés: Olvad a hó, hosszabbak a napok, zöldellnek a kertek, melyik évszak vagyok? (Tavasz)

Nem fúj már, és nem havaz, itt van, itt van a...(tavasz).

Én vagyok az első tavaszi virág, hófehér ruhám a hó alól kandikál. (Hóvirág)

Tavaszköszöntő versek:

Móra Ferenc: Fecskehívogató

Villásfarkú fecskemadár, jaj
de régen várunk!
Kis ibolya, szép hóvirág, kinyílt
már nálunk!
Fátyolszárnyú kis méhecskék
zúgva-döngve szállnak.
Cifra lepkék, kék legyecskék
ide-oda járnak.
Rózsa, rózsza, piros rózsza nyitogatja
kelyhét;
itt a tavasz, lessük, várjuk
a csicsergő fecskét.

Weöres Sándor: Tavaszköszöntő

Sándor napján megszakad a tél,
József napján eltűnik a szél,
Zsákban Benedek
Hoz majd meleget
Nincs több fázás, boldog aki él.
Már közhírré szétdoboltatik:
Minden kislány férjhez adatik,
Szőkék legelébb
Aztán feketék, Végül
barnák és a maradék.

Zelk Zoltán: Tavaszi dal

Egy, kettő, három, négy, kis
őzike, hová mégy?
- Elég, hogyha tudom én:
tavasz elé futok én!
Egy, kettő, három, négy, te
kis nyuszi hová mégy?
- Se erdőbe, se rétre: a
szép tavasz elébe!
Egy kettő, három, négy, te
kis madár vígan légy:
olyan szép dalt daloljál,
szebb legyen a tavasznál!

Kiss Béla: Nyitnikék

Szőlővessző venyige,
rászállott egy cinege
Egy icinke-picinke dalos
csőrű kis cinke.
Dalra fakadt nyitnikék
Nyitni kéne, nyitni már
legyen szép zöld, piros, kék
Erdő-mező rét határ.
Csanádi Imre: Tavasz-ébresztő

Ébredj új tavasz, jégtörő,
sugaras,
gallyat lombosító,
rügyet rojtosító,
mindenféle madarakat víg
versre tanító!

Dalok, mondókák: Csipp csepp
Jöjj ki napocska
Csicseri borsó
Gólya, gólya
Tavaszi szél

Zenehallgatás: Beethoven: Zongora szonáta
Vivaldi: Négy évszak/ Tavasz

Mesék: A három pillangó
Hóvirágébresztő
A természetébresztő kis cinege

Mindezek után: Készthettek rajzokat a tavaszról, fessetek fát, és fákra színes virágokat ragaszthattok (papírból tépett virág is jó), és készíthettek pillangót!



2. Húsvét

A húsvét a kereszténység legnagyobb ünnepe. Legismertebb jelképe a tojás. A negyvennapos böjt után sonkát, tojást és kalácsot ettek az emberek. Húsvét hétfő a locsolkodás napja. Régen kútvízzel, vödörből locsolták a fiúk a lányokat. Akik kézzel festett tojásokat adtak a legényeknek.

A fiúk locsolóverseket mondtak a lányoknak. Íme néhány:

Én apró gyerek vagyok,
locsolkodni akarok. Van
tojás, vagy nincs, jó lesz
a forint.

Én csak erre jártam, egy
szép kislányt megláttam.
Piros tojás, fehér nyuszi,
szabad-e meglocsolni?

Korán reggel felébredtem, messze-messze jártam,
Tündérorság kiskertjéből rózsavizet hoztam. Na,
te kislány, megöntözlek, ma van húsvét napja,
Tündököljön a két orcád, mint a piros rózsa. Az
illatos rózsavíztől megnőnek a lányok,
Zsebemben is elférnek a piros tojások.

Húsvéti dalok:

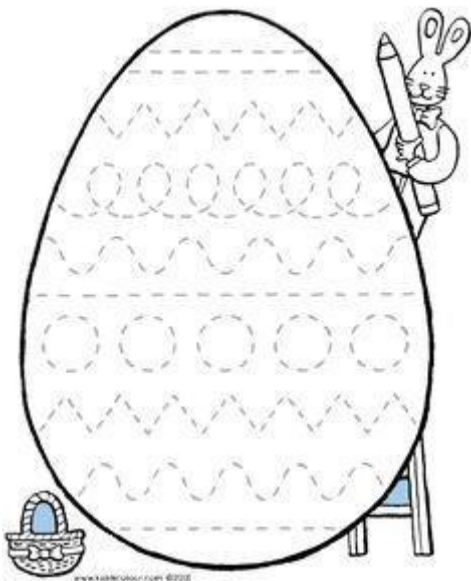
Ha jó a kedvek..
Nyuszi ül a fűben
Kinn a bárány Hol
jártál?
Nyuszi fülét hegyezi
Hová mész te kis nyulacska?
Nyuszi Gyuszi

Ötletek kézművesedésre:

- Tojásfestés
- Üres fél tojáshéjba tegyél földet, fűmagot és locsold szorgalmasan
- Húsvéti színezők
- Só-liszt gyurmából tojáskészítés
- Tojásforma díszítés-tépéssel
- Virágkoszorú készítés

Mesék:

- A nyulacska csengettyűje
- Kelekótya Kiskakas
- A két ügyes tapsifüles
- A tyúk és a tojás
- Húsvét közeleg
- A nyúl meg a káposzta
- A három nyúl



3 . A Föld napja

Földünk békéje és túlélése épp azon az emberi tevékenységek miatt került fenyegetett helyzetbe, melyek nélkülözik az elkötelezettséget a humánus értékek mellet” (Dalai Láma)

Az első Föld napján, Denis Hayes amerikai egyetemista kezdeményezésére, 1970. április 22-én 20 millió amerikai emelte fel szavát a természetért. Magyarországon környezetvédők 1990-ben megalapították a Föld napja Alapítványt.

Ki mondta, hogy nem tudod megváltoztatni a világot”? így hangzik a Föld napja mozgalom egyik jelmondata.

A föld napján világszerte fát ültetnek, parkok, utcák, terek, kertek, folyók takarítását szervezik, óvodások, iskolások részére rajzpályázatot hirdetnek.

Ma már van szelektív hulladékgyűjtés, környezetbarát termékek, csomagolás-mentes termékek, napkollektorok, elektromos autók.

Javasolt otthoni tevékenységek:

Kukatündér játék-családdal

Növények locsolása

Magvak csíráztatása

Ágak hajtatása

Kifestő, színező a Földről

Védett növények, állatok-képeskönyv nézegetés

Állatok felismerése hangról

Egyszer volt a Föld.. (francia ismeretterjesztő sorozat -YouTube-on)

Térképek nézegetése

Cél: tapasztalatszerzés, a gyerekek környezettudatos magatartásának alakítása. Az alapvető környezetvédelmi és természetvédelmi szabályok megismertetése.

Mit tehetünk mi ovisok a természetért, hogyan védjük környezetünket,: Ne tépjük le a növényeket, ne szemeteljük, az állatokat ne bántsuk,

Dalok: Én kis kertem...
Zöld paradicsom
Nincs szebb..
 Koszorú, koszorú
 Kis kacsa fürdik
Beültettem kiskertemet
Eresz alól..
 Ültem ringó..
 Két szál piros rózsa

4. Egészség nap

„Ép testben ép lélek!”

Cél: Az egészséges táplálkozás iránti igény felkeltése

Az egészséges táplálkozás az egészség megőrzés alapja. Nem beszélhetünk egészséges életmódról akkor, ha nem táplálkozunk egészségesen. Minél korábban kezdjük egészséges ételekkel etetni a még egészséges gyermekeket, annál valószínűbb, hogy egészséges felnőttekké válnak.

Feladatok, amit otthon is meg tudtok Anyáékkal tenni:

- zöldségek, gyümölcsök tisztítása, saláták készítése
- csipkebogyó tea készítése
- almakompót készítése, mézzel
- reform élelmiszerek
- teljes kiőrlésű gabonából készült termékek
- cukros italok helyett, víz ivása
- fogmosás

Közös, játékos torna a mozgásigény kielégítésére (most, sajnos a séta helyett!)

- Előre jobb kezedet, utána hátra...
- Játékos akadálypálya: pálya vizes palackokból készül. Menj végig a pályán, kerülgetve a palackokat, visszafelé meg fuss. Ha Anyáék, és a testvéred is játszik lehet váltóbotot használni (legyen egy répa a váltóbot)
- Az akadálypályán lehet kúszva, mászva kerülgetni a palackokat.

Vadász Edit

Mese:

Makk Marci
A fogfájós nyuszi
Visszajött a répa

Színezés:

Rajzolj gyümölcsöket, színezd ki
Tisztasági manó színezése



A foglalkozásokhoz jó időtöltést kívánok: Edit néni

Óvodai okoskodó Daloló

Készítette: Vadász Edit

Dalok, mondókák az otthoni tartalmas időtöltéshez:

LIPEM LOPOM A SZŐLŐT

Lipem, lopom a szőlőt,
elaludt az öreg csősz.
Furkósbót a kezébe, vaskalap
a fejébe.

LÓGA LÁBA LÓGA

Lóg a lába, lóga,
nincsen semmi dolga.

Mert, ha dolga volna, a
lába nem lógna.

Ugráljunk, mint a verebek! Rajta, gyerekek!

EGY KIS MALAC

Egy kismalac, röf-röf-röf trombitálgat
töf-töf-töf.

Trombitája víg ormánya
Földet túrja Döf-döf-döf. Jön
az öreg, meglátja,
örvendezve kiáltja. Rajta
fiam röf-röf-röf-röf Apád is
így csinálja! Most már együtt
zenélnek, kukoricán
megélnek. Töf-töf-töf-töf,
röf-röf-röf-röf Ezek ám a
legények!

ELVESZTETTEM ZSEBKENDŐMET

Elvesztettem zsebkendőmet,
szidott anyám érte. Annak, aki
megtalálja, csókot adok érte.
Szabad péntek, szabad szombat,
szabad szappanozni. Szabad az
én galambomnak, egy pár
csókot adni.

ENNEK A KISLÁNYNAK

Ennek a kislánynak nem jutott párja,
jaj, de megharagszik. Majd máskor
jut neki, jobban iparkodik. Kácsa,
kácsa, piros kácsa, ki a párját nem
találja, keressen magának!

KIS KECE LÁNYOM

Kis kece lányom,
fehérbe vagyon,
Fehér a rózsza, kezébe
vagyon.

Vadász Edit

Mondom, mondom,
fordulj ide mátkám asszony, Mondom,
mondom,
fordulj ide mátkám asszony.

MÉLY KÚTBA TEKINTEK

Mély kútba tekintek,
aranszálat szakítok. Benne
látom testvérkémet,
Bíborba, bársonyba,
gyöngyös koszorúba.

(Játék hozzá:

-Kútba estem.

-Ki húzzon ki?

-Húzz ki, Kata!

-Hány méterről?

-Három.

A két gyerek összefogott kézzel annyit ugrik, ahány méter a kihúzó mondott.)

EGY BOSZORKA VAN

Egy boszorka van,
Három fia van,
Iskolába jár az egy,
Másik bocskort varrni megy,
A harmadik kinn a padon
A dudáját fújja nagyon, De
szép hangja van, Dana-
dana-dan.

TAVASZI SZÉL

Tavaszi szél vizet áraszt,
Virágom, virágom. Minden
madár társat választ,
Virágom, virágom. Hát én
immár kit válasszak,
Virágom, virágom. Te
engemet, én tégedet,
Virágom, virágom.

KIUGROTT A GOMBÓC

Kiugrott a gombóc a fazékból, Utána
a molnár fazekastól, Stól-stól-stól,
fazekastól.
Énekek nagyobbaknak

SÁRGA CSIKÓ

Sárga csikó, csengő rajta,
Vajon hová megyünk rajta?
Huzsedári, huzsedom. Majd
el megyünk valahova,
Kovács Róza udvarukra.
Huzsedári, huzsedom.
Betekintünk az ablakon,
Ki kártyázik az asztalon?
Huzsedári, huzsedom. Juhász
Jani karosszékből,
Cigánykártya a kezében.
Huzsedári, huzsedom.
Kovács Róza fésülködik,
A tükörben biggyeszkedik, Huzsedári,
huzsedom.
Ugye Jani szép is vagyok,
Éppen hozzád való vagyok. Huzsedári,
huzsedom.
Szép is vagy te, jó is vagy te, Csak
egy kicsit csalfa vagy te.
Huzsedári, huzsedom.

TAVASZKÖSZÖNTŐ

Sándor napján megszakad a tél,
József napján eltűnik a szél,
Zsákban Benedek hoz majd meleget,
Nincs több fázás, boldog aki él. Már
közhírré szétdoboltatik,
Minden kislány férjhez adatik,
Szőkék legelébb, aztán feketék, Végül
a barnák és a maradék.

KÖRTÉFA

Vadász Edit

Körtéfa, körtéfa, Kőrösi,
kerepesi körtéfa, Városi
gazda, gyöngyösi lány,
Könnyű járó kis menyecske, dobszerda.

CICKOM, CICKOM

Cickom, cickom, vagyon-e szép lányod?
Vagyon, vagyon, de mi haszna vagyon?
Add nekem azt, elkapom azt, Szita-szita
péntek, szerelem csütörtök, Dobszerda.
A legények regimentje igen cifra,
Benne forog Sándor Panka, igen nyalka, Ice-ruca
Rebeka, de ékes a dereka, Galambocska.
Ha ékes is, illeti, barna legény szereti, Galambocska.

HEJ, TULIPÁN

Hej, tulipán, tulipán, Teljes
szegfű, szarkaláb, Tele
kertem zsályával,
Szerelemnek lángjával.
Nyisd ki rózsám kapudat,
Hadd kerüljem váradat,
Rózsafának illatja Az
én szívem biztatja.

SZÉLRŐL LEGELJETEK

Szélről legeljetek,
Fának ne menjetek,
Mert ha fának nekimentek,
Fejeteiket beveritek,
Szilikút, Szanyikút, Szentandrás
Sobrikút.
(kánonban nagyon szép)

TÜCSÖKLAKODALOM

Zöld erdőben a tücsök házasodni készül, Ölelgeti
a legyet, kéri feleségül.
Elvinnélek te kis légy, ha kicsi nem volnál, Hozzád
mennék te tücsök, ha görbe nem volnál.
Pitteg-pattog a bolha, vőfély akar lenni,

Tetű sógor sőtörő, szakács akar lenni. Farkas
koma mézárós, tíz ökröt levágott, Melléje
meg malacot huszat is kirántott. Béka fújja
trombitát, kis gólya a flótát,
Büdös bogár a bölgős, szúnyog meg a kontrás

CIFRA PALOTA

Cifra palota, zöld az ablaka, Gyere
ki te tubarózsa, vár a viola.
Hess légy, ne szállj rám, beteg vagyok én, Legyezz
engem Julis asszony, meggyógyulok én. Hess
légy, ne szállj rám, beteg vagyok én, Legyezz
engem Péter uram, meggyógyulok én.

HEJ, VARGÁNÉ

Hej, Vargáné káposztát főz,
Kontya alá ütött a gőz,
Hányja-veti fakalánját, Kinek
adja Zsuzsa lányát. Nem adja
azt más egyébnek,
Kara István ökelmének. Még
akkor neki ígérte, Mikor
bölcsőben lengette.
Nem ettem én ma egyebet, Csak
egy köcsög aludt tejet. Azt is
csak úgy kalán nélkül, Megélek
én a lány nélkül.

KÉT SZÁL PÜNKÖSD RÓZSA

Két szál pünkösdi rózsát, kihajlott az útra,
Nincs ki leszakassza, csak úgy hervad rajta.
Szakaszd le te Julcsa, kösd a bokrétára,
Tedd az Ihász Péter csárdás kalapjára.
Talán megérdemli, meg is viselheti, Lányok
lányságáért, szép ifjúságáért. Meggyújtom
a csumát, végig ég az utcán, Látom a
babámat, végigmeleg az utcán.
Gyűrűm az ujjába, ragyog az utcába, Akárki
meglátja, nincs megyében párja.

ESTE VAN MÁR

Este van már, nyolc óra,
Ég a világ a boltba,
Sallárom, sallárom, Ég
a világ a boltba.
Ott mérik a pántlikát,
Piros színű pántlikát,
Sallárom, sallárom, Piros
színű pántlikát. Jakus
Pista méreti,
Az asztalra leteszi,
Sallárom, sallárom, Az
asztalra leteszi.
Bíró Róza felveszi,
A hajába biggyeszi,
Sallárom, sallárom, A
hajába biggyeszi.
Biggyeszd Róza, nem bánom,
Úgy is te lész a párom,
Sallárom, sallárom, Úgy
is te lész a párom.

ORGONA ÁGA

Orgona ága, barackfa virága.
Öltözzetek új ruhába, anyák napja hajnalára, illatosan.
Zúgja az erdő, susogja a szellő.
Üzenik az ágak, lombok: légy te mindig nagyon boldog, Édesanyám!
Kedves Anyám!

HÁZASODIK A TÜCSÖK

Házasodik a tücsök, szúnyog lányát kéri.
Csiszeg-csoszog a tetű, násznagy akar lenni.
Odaugrik a bóha, vőfély akar lenni, Mindenféle
csúf bogár vendég akar lenni. Gólya volt a
szekundás, kis béka a flótás;
Dongó darázs a brúgós, pulyka volt a primás.
Táncba ugrik a majom, megjárja a polkát.
Híres betyár a bagoly, lesi a hurkáját. Farkas
volt a mézárós, hat ökröt levágott, Amellé
még malacot ötvenet kirántott.
Kecske volt a szakácsné, jó gulyáshúst főzött. Míg
az ebéd elkészült, a tücsök megszökött.

HEJ DUNÁRÓL FÚJ A SZÉL

Hej Dunáról fúj a szél,
szegény embert mindig ér,
Dunáról fúj a szél Ha
Dunáról nem fújna, olyan
hideg nem volna Dunáról
fúj a szél. Hej Jancsika,
Jancsika mér' nem nőttél
nagyobb? Dunáról fúj a
szél Nőttél volna
nagyobb, lettél volna
katona Dunáról fúj a szél.

HOL JÁRTÁL BÁRÁNYKÁM?

Hol jártál báránykám?
– Zöld mezőben asszonykám. – Mit ettél báránykám?
– Édes füvet asszonykám.
– Mit ittál báránykám?
– Forrásvizet asszonykám. – Ki vert meg báránykám?
– Szomszéd legény asszonykám.
– Mivel vert báránykám?
– Fütökösbotlással asszonykám.
– Sírtál-e báránykám?
– Sírtam biz én asszonykám. – Hogy sírtál báránykám?
– Ehem-behem asszonykám.

HOPP JULISKA

Hopp, Juliska, hopp, Mariska,
Sej, gyere vélem egy pár táncra, Sej,
gyere vélem egy pár táncra.
Fogd a kontyod, hogy ne lógjon,
Sej, hogy a hajtúd ki ne hulljon,
Sej, hogy a hajtúd ki ne hulljon.
Fordulj bolha csoszantóra,
Járd meg a táncot régi módra,
Járd meg a táncot régi módra. Így
kell járni, úgy kell járni,
Sári, Kati tudja, hogy kell járni, Sári,
Kati tudja, hogy kell járni.

IGLICE

Vadász Edit

Iglice, szívem, iglice
Aranyos lábú iglice,
Ahová te hajlasz, én is
oda hajlok, iglice.

Árok mellett jártamba'
tüske ment a lábamba. Rajta
kap, rajta kap, mindenhová
belekap.

VIRÁGÉKNÁL ÉG A VILÁG

Virágéknál ég a világ, Sütik
már a rántott békát.
Zimmezum, zimmezum, Rece
fice bum-bum-bum.

Bíró Marcsa odakapott,
Békacombot ropogtatott,
Zimmezum, zimmezum, Rece
fice bum-bum-bum.

Puskás Gábor későn futott, Neki
csak a füle jutott.
Zimmezum, zimmezum, Rece
fice bum-bum-bum.

ZELK ZOLTÁN – ESTE JÓ, ESTE JÓ

Este jó, este jó este
mégis jó. Apa mosdik,
anya főz, együtt lenni
jó.

Ég a tűz, a fazék
víznótát füttyül
bogárkarika forog a
lámpa körül.

A táncuk karikás, mint a
koszorú, meg is hal egy
kis bogár: mégse
szomorú.

Lassú tánc, lassú tánc
táncol a plafon, el is

érem már talán,
olyan alacsony.

De az ágy meg a szék
messzire szalad, mint a
füst, elszállnak a fekete
falak.

Nem félek, de azért sírni
akarok, szállok én is,
mint a füst,
mert könnyű vagyok

Ki emel, ki emel, ringat
engemet? Kinyitnám még
a szemem,
de már nem lehet...

Elolvadt a világ,
de a közepén anya
ül, és ott ülök az
ölében én.

Amennyiben szeretnétek további dalokat, a YouTube-on keressetek rá az alábbiakra:

Halász Judit: Csiribiri

Alma együttes: Háztáji nóta

Gryllus Vilma: Káró katona; Vigye el a róka; Békavacsora

Palya Bea: Száraz kóró

Kolompos együttes: Én elmentem a vásárba

Kaláka együttes: Három székláb

Kiskalász zenekar: Nem akarok

Mondókák

TAPSOLÓK

Szembe ülünk a kisgyermekkel, mindketten ökölbe szorítjuk az egyik kezünket, a másik kezünkkel megfogjuk az ő kezét, és ritmikusan ütünk vele egyszer az ő öklére, egyszer a sajátunkra:

Egyedem, begyedem, tengertánc,
hajdú sógor, mit kívánsz? Nem
kívánok egyebet, csak egy falat
kenyeret.

Két kezünkkel először a combjukat ütögetjük ütemesen, aztán a hasukat, majd a mellkasukat, végül megvakargatjuk a fejük búbját:

Hej, Gyula, Gyula, Gyula,
szól a duda, duda, duda, Pest,
Buda, Buda, Buda,
Pattogatott kukorica.

Megfogjuk a kisgyermek kezét és tapsoltatjuk – az első két sor alatt maga előtt, aztán az egyik oldalon, majd a másik oldalon:

Süti, süti pogácsát, apjának,
anyjának, tejbe-vajba az
apjának, sóba-vízbe a
dadának.

Süti, süti pogácsát,
apának, anyának, sóba,
vízbe az apjának, tejbe,
vajba az anyjának.

Ökölbe szorítjuk mindkét kezünket, majd először a ballal ütünk a jobbra, aztán a jobbal a balra. Ezt ismétljük az első két sor alatt. A következő sor közben ökölbe szorított kezünkkel körkörös mozgást végzünk, végül az utolsó sornál nyitott tenyérrel széttárjuk a kezünket:

Töröm, töröm a mákot,
sütök vele kalácsot, icce
tolla motolla, neked
adom, Marcika!

Az első sor alatt kavargatunk, aztán sózunk a kicsi tenyerébe, paprikázásnál csipkedjük a kis markát, az utolsó sornál elsimítjük, majd tapsolunk egy nagyot. A legvégén ne felejtsük el megkóstolni a kis kezét!

Borsót főztem, jól
megsóztam, meg is
paprikáztam, ábele,
bábele, fuss!

CIRÓGATÓK

Az első két sornál jobbról-balról végigsimítjuk az arcát, a második kettőnél tenyerén kavargatunk az ujjunkkal, a következőnél kezünkbe zárjuk az ő kezét és ide-oda lendítjük, végül úgy teszünk, mintha be akarnánk kapni a kezét:

Cicuska, macuska, mit
főztél, Katuska?
Kevertem babocskát,
sütöttem pampuskát.
Ide raktam, oda raktam,
utoljára jól bekaptam.

Ölbe vesszük a gyereket, velünk szemben ül. Megfogjuk mind a két kezét és azzal simogatjuk egyszer az ő arcát, aztán a sajátunkat:

Ciróka, maróka.
Mit főztél? Kását.
Hova tetted?
Pad alá.
Megették a kiscicák!

A baba velünk szemben ül, soronként négyszer érintjük mutatóujjunkkal az arcát (homlokát, állát, jobb arcát, bal arcát). Az utolsó sorban háromszor az orrát, "pukk"-ra az orrát megsavartjuk:

Ecem, pecem, pompodaré,
sárgarépa, kacincaré,
cérnára, cinegére, hess ki
madár a mezőre, álé, álé,
álé, pukk!

Mutatóujjal megsimítjuk az orrunkat, aztán az övét, majd összedörgöljük az egymás orrát, végül gyengéden összeütögetjük a homlokunkat:

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

Áspis kerek
Útifüves leveles
(köröket rajzolunk a kicsi tenyerébe)
Bíbola, bíbola
(végigsimítjuk a kistenyerét)
Pacs, pacs, pacs
(megpaskoljuk a kistenyerét)

Kerekecske, dombocska,
Itt szalad a nyulacska, Itt
szalad, ott megáll,
Egy, kettő, három, négy,
te kis cipő, hová mégy?
Kip-kop, kopogok, találd
ki, hogy ki vagyok!

(tenyeréből indulva végigcirógatjuk a karját, majd megcsiklandozzuk)

Vadász Edit

Hadd nézzek kis tenyeredbe,
kukukk, kukukk, mi van benne?
Kerekecske, dombocska, merre
fut a nyulacska?

(Mintha gyúrnánk a tésztát)
Süssünk, süssünk valamit,
Azt is megmondom, hogy mit,
Lisztből legyen kerek, Töltelékes
jó édes,
Sodorva, tekerve,
Almával bélelve, Csiga-biga
rétes,
Leveles és édes.

Jó egészséget és jó tanulást kívánok Mindenkinek!

Szeretettel:
Edit néni