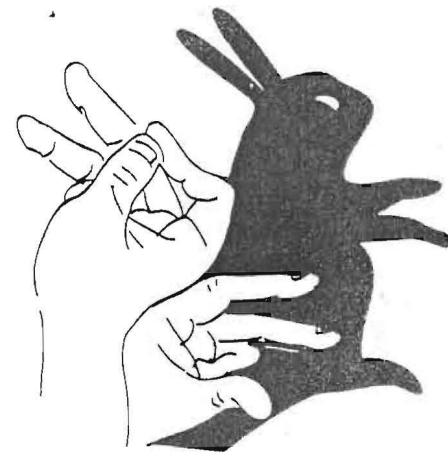


150 igara prstićima
za razvoj fine motorike i govora

s pjesmicama na sve dječje teme



Guria Osmanova



Naslov izvornika:

“NOVIJE IGRY S PALČIKAMI DLJA RAZVITIJA MELKOJ MOTORIKI”

Copyright © 2008, Osmanova G. A.

Copyright © 2008, KARO

Copyright © za hrvatsko izdanje: Planet Zoe d. o. o.

Published by the arrangement with KARO, Sankt-Peterburg, Rusija,
represented by ANIGOR, Belgija.

Illustratori: O. Voronova, O. Markina, L. Ivanov

Prevela, prepjevala i uredila: Ilona Posokhova, prof. logoped

Pjesme na stranicama 37, 50, 57, 61, 65, 66, 72, 77-83,

94-96, 99, 103 i 105 napisala: © Ilona Posokhova

Dizajn omota, obrada i prijelom: Planet Zoe d. o. o.

Ilustracije na omotu: © Aleksej Bannih

I. izdanje: veljača, 2010.

Nakladnik:

PLANET ZOE d. o. o.

tel/fax: 01 62-55-498

www.planetzoo.hr

urednistvo@planetzoe.hr

narudzbe@planetzoe.hr

CIP zapis dostupan u računalnom katalogu
Nacionalne i sveučilišne knjižnice u Zagrebu
pod brojem 727612

ISBN: 978-953-7685-08-9



Sadržaj



Riječ autorice	6
Samomasaža	7
1. Samomasaža prstiju	8
2. Samomasaža vanjske strane ruku	9
3. Samomasaža dlanova	10
Pokreti rukama	15
Razvoj kinetičke komponente motoričkog čina	16
Vježbe za razvoj kinestetičke osnove pokreta ruku	19
Igra sjena	33
Razvoj kinetičke osnove pokreta ruku	41
Vježbe stiskanja-otvaranja šaka	42

Imitacijske vježbe za ruke	45
Vježbe na ravnoj površini	49
Sukcesivno dodirivanje prstiju na svakoj ruci zasebno	59
Sukcesivno dodirivanje prstiju obiju ruku zajedno	63
Složeni pokreti izmjene položaja	67
Gimnastika za prste pri usvajanju leksičkih tema	67
Pjesmice po temama:	
Jesen	68
Povrće	69
Voće	70
Šumsko voće. Gljive	72
Odjeća	73
Domaće životinje i njihova mladunčad	75
Divlje životinje i njihova mladunčad	77
Domaća perad	79
Zima	81
Božić. Nova godina	83
Ptice staničnice	85
Namještaj	86
Posude	87

Vozila	88
Alat	90
Glazbeni instrumenti	91
Zanimanja	92
Proljeće. Mamin dan	94
Ptice selice	96
Životinje sjevernih krajeva	97
Životinje južnih krajeva	98
Moj grad	100
Školski pribor	102
Ljeto. Kukci	103
Proslava blagdana	105

Razvoj dinamičke koordinacije ruku tijekom izvođenja istodobno organiziranih pokreta	107
---	------------

Riječ autorice

Nepripremljenost za pisanje zbog nedovoljno razvijene motorike ruke već na samome početku školovanja može uzrokovati negativan odnos prema učenju. Zato je rad na razvijanju fine motorike važna sastavnica pripreme djece za školu. S djecom predškolske dobi važno je raditi baš na pripremi za pisanje, a ne na samome pisanju.

Znanstvenici smatraju da su ljudski pokreti ruke rezultat asocijativnih veza koje se stvaraju tijekom rada vizualnog, slušnog i verbalno-motoričkog sustava.

Visok stupanj razvoja fine motorike ukazuje na funkcionalnu zrelost kore mozga i na psihološku spremnost djeteta za školovanje. Dokazano je da igre i vježbe za razvoj fine motorike potiču razvoj govora. Takve su igre i vježbe moćno sredstvo održavanja tonusa i radne sposobnosti kore mozga, te pomažu i uspostavljanju interakcija kore s donjim struktura mozga.

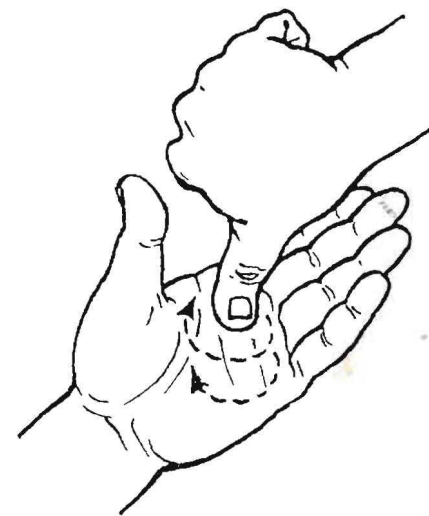
Primjenom igara i vježbi za razvoj fine motorike u djece se poboljšavaju pažnja, pamćenje, slušna i vizualna percepcija, razvija se ustrajnost, poboljšava kvaliteta igre i učenja.

U predloženom materijalu za razvoj fine motorike u djece predškolske dobi korištene su ideje, igre i vježbe iz različitih izvora. One također omogućuju učinkovitu korekciju motoričkih teškoća.

Priručnik je namijenjen logopedima, odgojiteljima, kao i roditeljima koji žele pripomoći djetetovu školskome uspjehu.

Samomasaža

1. Samomasaža prstiju
2. Samomasaža vanjske strane ruku
3. Samomasaža dlanova



Na početku dijete treba naučiti samomasažu ruku.

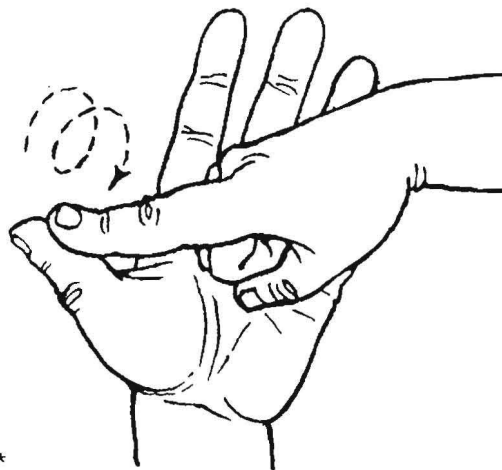
Samomasaža predstavlja jednu vrstu pasivne gimnastike, koju treba izvoditi svakodnevno, po mogućnosti dva do tri puta dnevno. Samomasaža ima tonizirajuće djelovanje na središnji živčani sustav, poboljšava funkcioniranje receptora i neuralnih putova.

1. Samomasaža prstiju

Samomasaža počinje laganim trljanjem jagodica prstiju u smjeru od vrhova prema dlanu na jednoj ruci, zatim na drugoj.

Jedan, dva, tri, četiri, pet,
okupio svih se prstića svijet.
Prstići su svi na broju -
čekaju masažu svoju.

Vrh prstića prvo stišćem,
prema dlanu ga pritišćem.
I još druga ruka seka
na svoj red sad mirno čeka.



* * *

Od vrha prema dolje
trljati sad treba,
da svaki palčić bude
sretan kao beba.

S kažiprstom ista stvar,
masažu voli mlad i star.

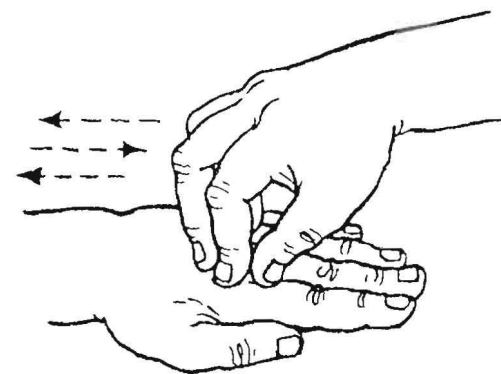
Srednji, prstenjak,
čak i prstić mali,
pažljivo ih trljamo,
nijedan se ne žali.

2. Samomasaža vanjske strane ruku

CRTICE

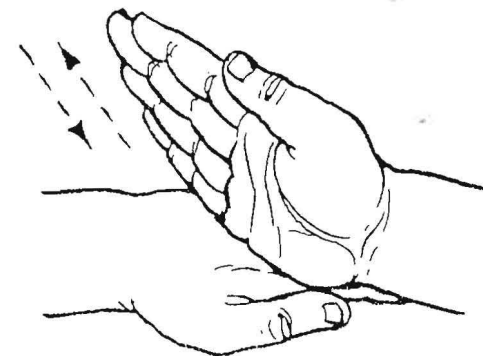
Početni položaj - jagodice prstiju desne ruke postavljene su na početku prstiju lijeve ruke s vanjske strane dlana. Pokretima naprijed-nazad ("crticama") pomičemo kožu, postupno se premještajući prema zapešću. Isto ponavljamo na drugoj ruci.

Prema dolje dlan okrenem
pa odozgo trljati krenem.
Samo pazi: od prstiju
prema zglobu
masažu trebaš početi ovu.



"PILJENJE" GORNJE STRANE DLANA

Ruku lijevu po stolu raskrilim,
desnom rukom po njoj pilim.
Brzo i točno ide ruka čila
kao da bi stvarno prava pila bila.

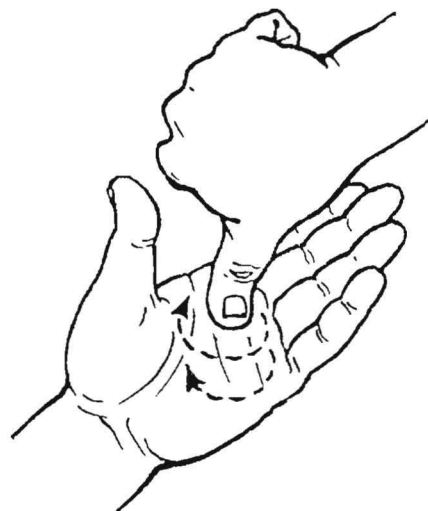


3. Samomasaža dlanova

PUTELJCI NA DLANU

Palcem jedne ruke izvodi se trljanje dlana druge ruke od sredine prema krajevima.

Vidim nešto svaki dan,
puteljaka pun je dlan.
Puteljak svaki kad istražim,
na drugom dlanu novi tražim.



MASAŽA DLANOVA

Dlan svoj trljam sam
najbolje što znam.
Od sredine počnem,
to je dlanu mило.

Onda dalje palcem
pritišćem ga čilo.
Svega ga izgnječim,
to mu godi jako.

Takvu bi masažu
volio baš svatko.

PILA

Početni položaj - lijeva ruka (dlan i podlaktica) leži na stolu dlanom prema gore. Bridom desnog dlana oponašamo piljenje cijele površine lijevog dlana u smjeru gore-dolje. Isto ponavljamo na drugoj ruci.

Prema gore dlan se digne,
od pile pobjeći ne stigne.
Ne bojte se jer je pila
moja desna ruka bila.



VALJAK

Početni položaj je isti kao i u prethodnoj vježbi. Zglobovima prstiju desne ruke stisnutih u šaku pomičemo gore-dolje po dlanu lijeve ruke, gnječimo je. Isto ponavljamo na drugoj ruci.

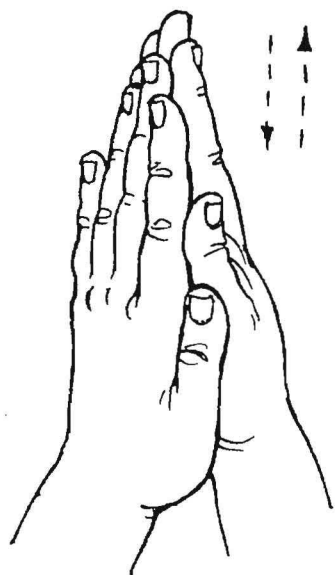
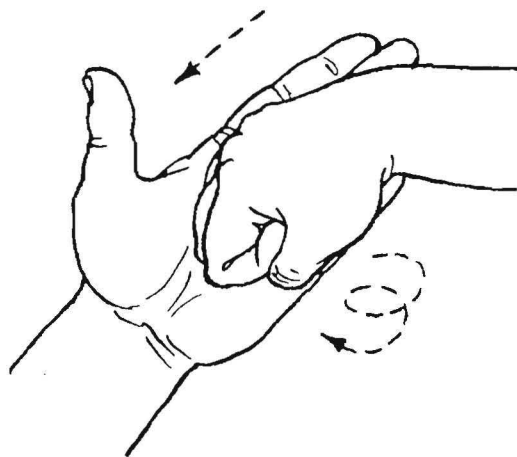
Desne ruke šaku stisnem
i uz lijevi dlan pritisnem.
Šakom gnječimo mi dlanak
kao što cestu gnječi valjak.



GNJEČALICA

Početni položaj je isti. Zglobovima prstiju stisnute šake desne ruke gnječimo lijevi dlan pokretima "bušenja". Ponavljamo isto na drugoj ruci.

Zglobićima desne ruke lijevu gnječim ja bez muke, pri tome je vrlo važno da pritišćem snažno, snažno!



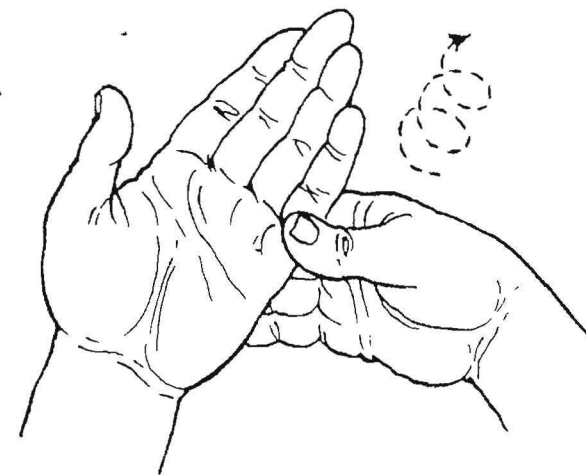
ZAGRIJMO DLANOVE

Dlan o dlan ti žustro trljaj
jer rukama toplina, znaj,
godí kao zimi čaj
i kao mamin zagrljaj.

SPIRALICE

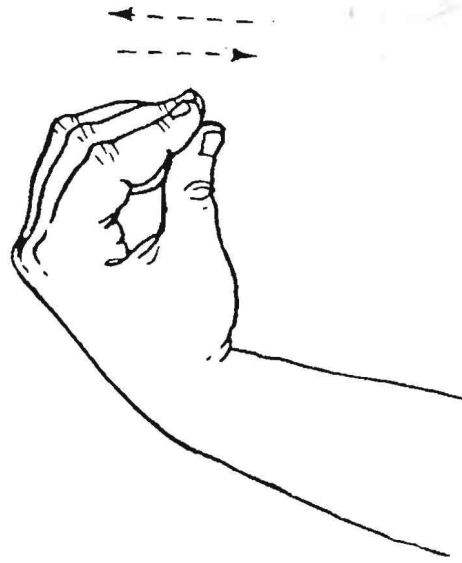
Svaki prst lijeve ruke redom, počevši od malog prsta, stavlja se na četiri prsta desne ruke. Palcem desne ruke izvodimo spiralne pokrete po prstu lijeve ruke odozdo prema gore, odnosno prema jagodici. Isto ponavljamo na drugoj ruci.

Počnimo sa prstom malcem, kružno trljamo ga palcem. Na prstu rišemo spirale što se penju, lijepe, male.



Pokreti rukama

Razvoj kinetičke komponente
motoričkog čina



Razvoj kinetičke komponente motoričkog čina

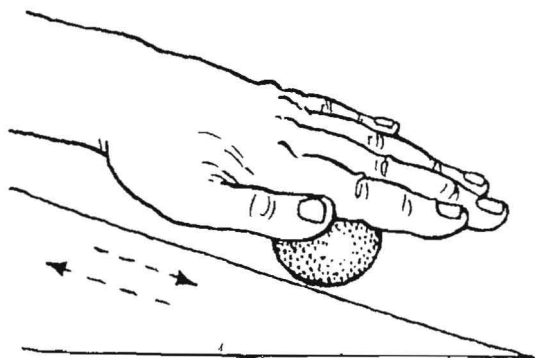


Pokreti se izvode prema uzorku, prvo jednom, zatim drugom rukom, a nakon toga objema rukama istodobno.

VJEŽBA ZA DLAN

Kotrljanje loptice malog promjera (drvene, gumene, kineske, teniske) dlanom po kosoj površini.

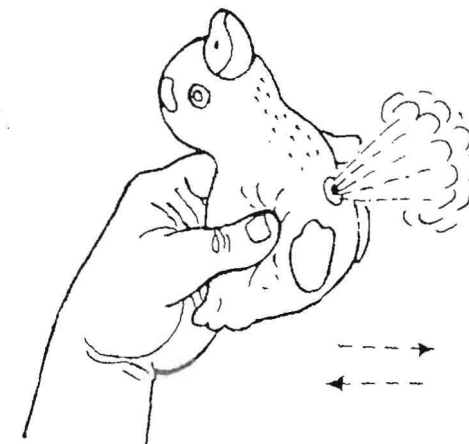
Lopticu kotrljamo,
dlan mi njome trljamo.
Na koturaljkama sama
po stolu ruka kliže nama.



NAJDRAŽA IGRAČKA

Stiskanje gumenih igračaka usmjeravajući izlazni zrak na jednu pa na drugu stranu.

Igračkicu novu
grlim jako, jako.
To je uvijek prvo,
a zatim polako
u dlanu je stišćem
pa je onda puštam,
a tada je braci
veselo prepuštam.

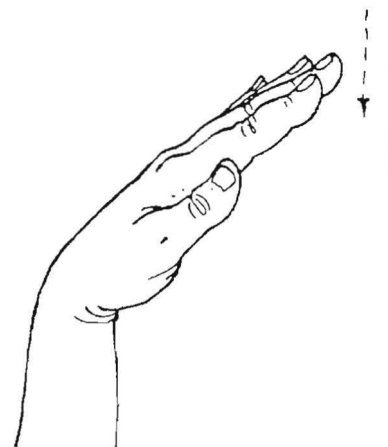


VJEŠTI SOBOSLIKAR

Laktovi se naslanjaju na stol, prsti su ispruženi i čvrsto stisnuti. Pokreti gore-dolje izvode se iz zapešća.

Ja sam soboslikar
i zidove bojim
gore-dolje, gore-dolje
kistovima svojim.

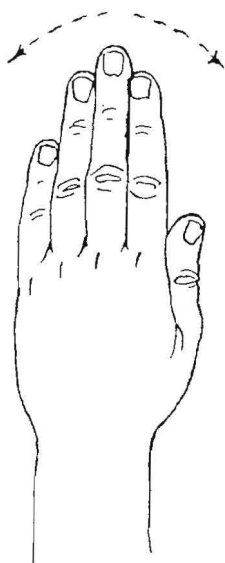
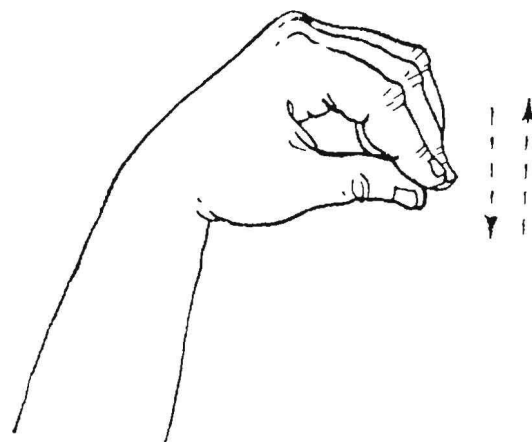
Gore-dolje, gore-dolje
klizi svaki potez
da na pod ne kapne boja
potreban je oprez.



KOKICA PIJE VODU

Laktovi se naslanjaju na stol, svi prsti i palac su ispruženi i skupljeni u "kljunić"; pokreti gore-dolje izvode se iz zapešća.

Prste naprijed stavi -
kokicu napravi.
Gore-dolje kljunić smije
da polako vodu pije.

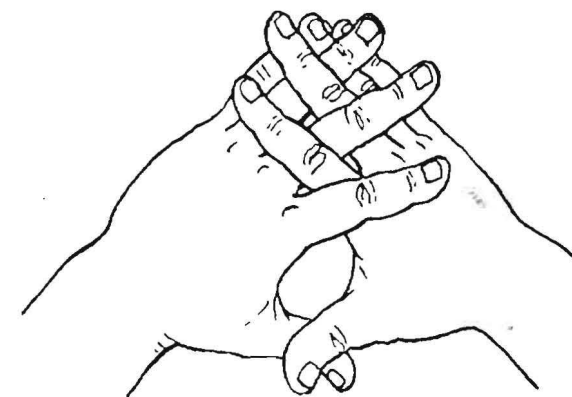


SAT

Laktovi se naslanjaju na stol, prsti su ispruženi i čvrsto stisnuti. Pokreti lijevo-desno izvode se iz zapešća.

Laktove na stol nasloni,
lijevo-desno idu oni.
Sat udara bim-bam-bom,
ruka ide u ritmu tom.

Vježbe za razvoj kinestetičke osnove pokreta ruku

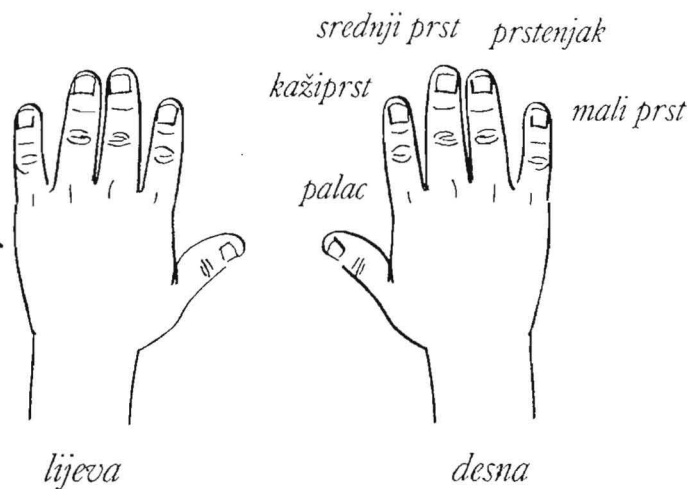


ČAROBNJACI

Imam dvije ruke ja,
dva dlana, deset prstića.

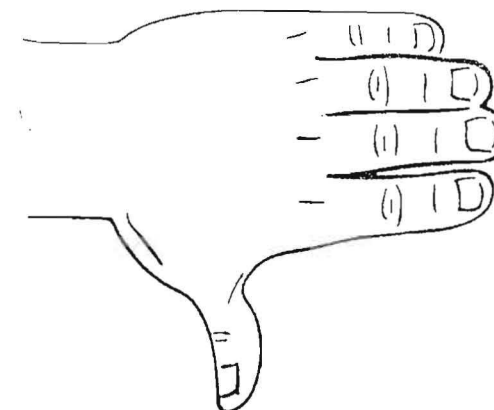
Ja ih sada lijepo čaram
i u predmete pretvaram.

(Stiskati i otpuštati šake obiju ruku.)
(Ruke su savijene u laktovima, prsti su
uspravljeni, okrećemo zapešća iz strane
u stranu.)
(Stiskati i otpuštati šake obiju ruku.)
(Kružni pokreti rukama.)



ZASTAVICA

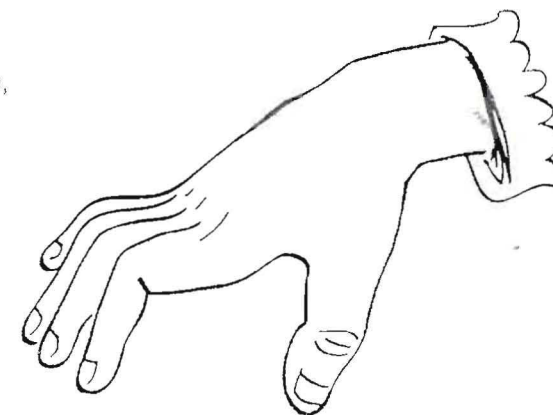
Sva četiri prsta svoja spoji,
palac od njih nadolje odvoji.
Tko sad zastavicu ima,
neka je pokaže svima.



(Spojiti prste i spustiti palac.)

GRABLJE

Malo ti razmakni prste
i dolje ih spusti.
Grabljicama skupljaj lišće,
nijedan ne propusti.



(Blago saviti široko
razmaknute prste i
spustiti ih.)

KAKAV SUSRET!

Stisnute šake dvije napravi,
onda palčeve uspravi.
Desni palac - medenjak,
lijevi - vuk. Gric! Žvak!



*(Stisnuti obje šake i uspraviti
palčeve.)*

GLJIVA

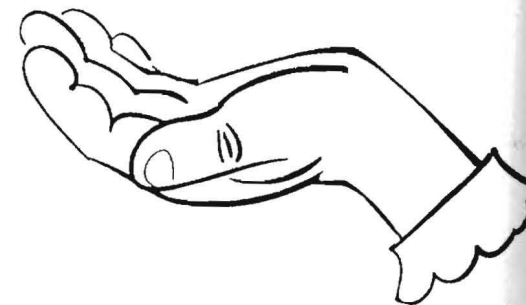
Stabljiku treba gljiva svaka,
to je moja mala šaka.
I da klobuk još napravim
na šaku dlan ja gore stavim.



*(Desna šaka je stisnuta;
odozgo se na šaku
spušta blago savijeni
dlan lijeve ruke.)*

ČAMAC

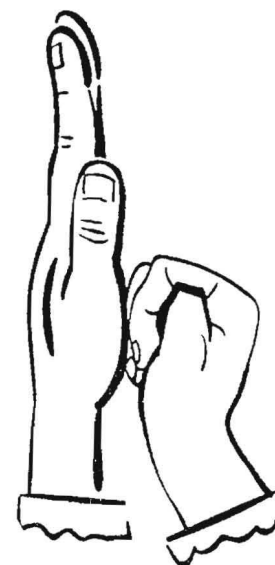
Plovi, plovi čamac mali,
veselo ga nose vali.
Stisnut prste trebaš moći,
da ti čamac ne promoći.



*(Desna ruka je okrenuta
dlanom prema gore, svi su
prsti stisnuti i blago savijeni.)*

NASLONJAČ

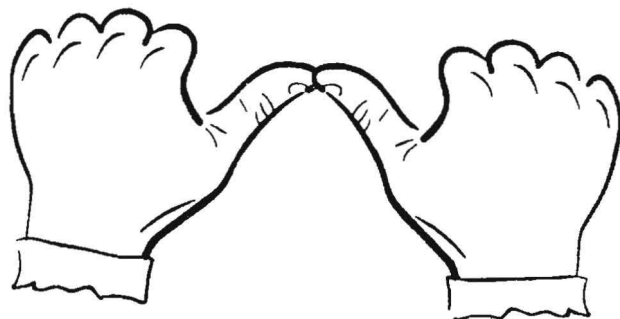
Uspravi dlan
i stisni šaku,
a sad u naslonjač
pozovi baku.



*(Lijevi dlan je uspravljen; uz njega
se pritišće stisnuta desna šaka;
palčeve treba okrenuti prema sebi.)*

UKRAS ZA JELKU

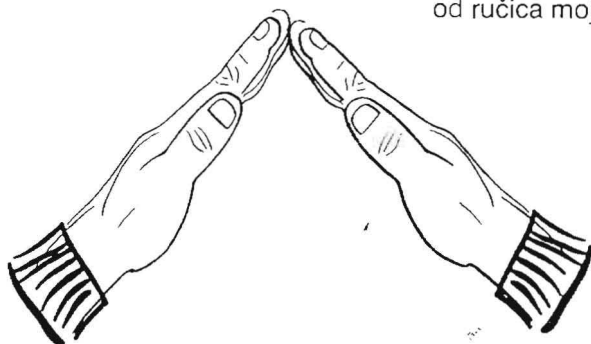
Kitit ćemo jelku,
brzo šake stisni
i još dva palca
spoji i pritisni.



(Stisnuti obje šake, palčeve ispružiti i spojiti.)

KUĆICA

Prstiće smo spojili,
dlanove razdvojili.
Kućica sad ima nov
od ručica mojih krov.

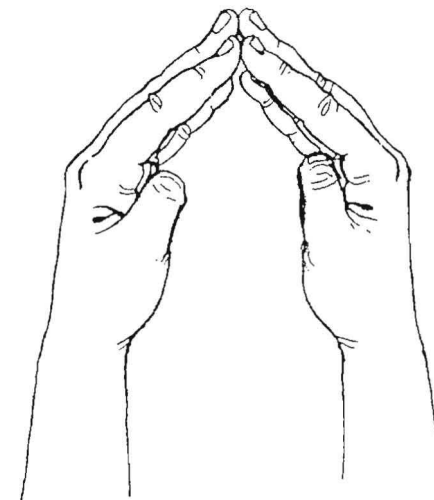


*(Vrhove prstiju
obiđu ruku spojiti
u kosom položaju
dlanova.)*

KUĆICA ZA PTICE

Prste zajedno ti stavi,
za ptice kućicu napravi.
Ptice sada mogu doći,
zobati i dalje poći.

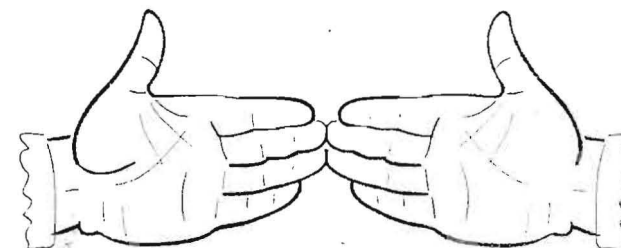
*(Laktovi se naslanjaju na stol.
Dlanovi su uspravljeni, prsti obi-
đu ruku blago su savijeni i dodir-
uju se jagodicama, palčevi su
savijeni prema unutra.)*



DVORIŠNA VRATA

Palčeve uspravi,
srednje prste skupa stavi.
Vrata smo stvorili
i čvrsto ih zatvorili.

(Srednji prsti obiđu ruku dodiruju se vrhovima; ruke su okrenute jedna prema drugoj; dlanove okrenuti prema sebi, palčevi su uspravljeni.)



ZDJELICA ZA VODU

Prste čvrsto stišnem
i dlanove spojim.
Iz zdjelice ove
među svog napojim.

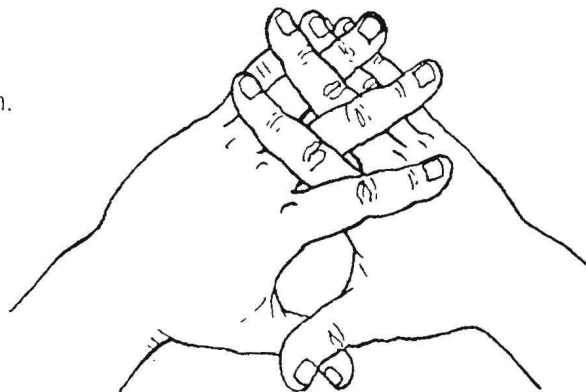
*(Blago zaokružiti i spojiti
dlanove u obliku "zdjelice".)*



BOR

Zimi je zelen kao i ljeti,
na Božić ga kititi volim.
Samo prste isprepleti
i složiti ga rukama svojim.

*(Dlanove okrenuti od
sebe. Prsti su isprepleteni
i uspravljeni, dlanovi su
nakošeni.)*



SNJEGOVIĆ

Evo moje šake dvije,
snježne kugle velike.
Snjegovića da napravim
samo palac još uspravim.

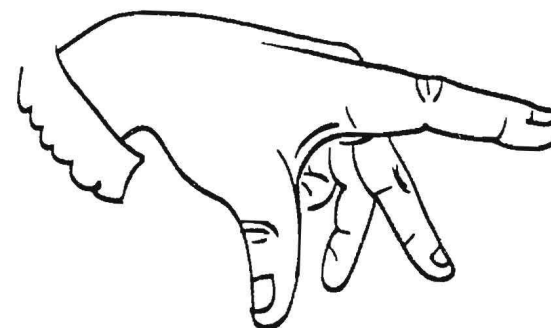
*(Obje šake su stisnute, palčevi
su uspravljeni. Šakom desne
ruke obuhvatiti palac lijeve
ruke, vanjskom stranom ruke
prema van.)*



ŽDRIJEBE

Prstići su noge i kopita,
kažiprst je griva i glavica.
Ždrijebe moje lijepo skače
i travicu slasnu žvače.

*(Spušteni, rašireni prsti i
palac naslanjaju se na stol.
Kažiprst je uspravljen.)*



NAOČALE

Spoji svoje prste male,
bit će lijepe naočale.
Na oči ih zatim stavi,
svi će mislit da su prave.

*(Palčevi desne i lijeve ruke
zajedno s ostalim prstima
oblikuju krugove. Približiti
krugove očima.)*



PTIĆI U GNIJEZDU

Prstiće sve redom spoji,
u gnijezdu ptiće sad izbroji.
Gle, pet ptića zapomaže,
mamu zovu, hranu traže.

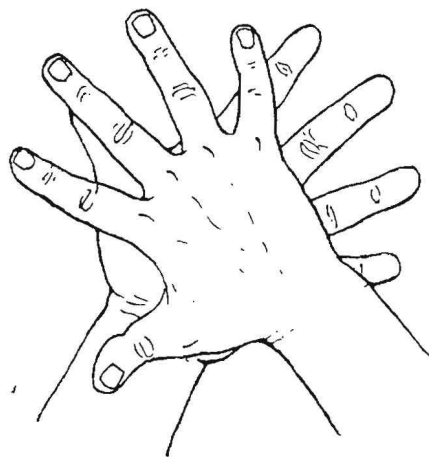
*(Lijevim dlanom obuhvatiti sve
prste i palac desne ruke i
micati njima.)*



SUNCE

Širim prste, spajam šake,
to su sunca tople zrake.
Sunce naše sve nas grije,
svako mu se dijete smije.

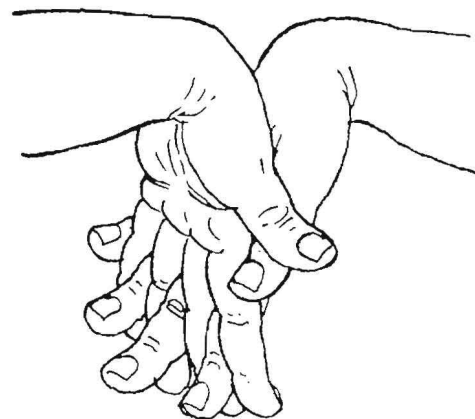
*(Prekriženi dlanovi
međusobno se spajaju.
Prsti su maksimalno
razmaknuti u strane.)*



KORIJEN

Isprepleti prste,
ruke spoji vrijedno.
Požuriti treba
jer je stablo žedno.
Taj dio stabla,
što je vrlo važan,
zove se korijen,
dubok je i snažan.

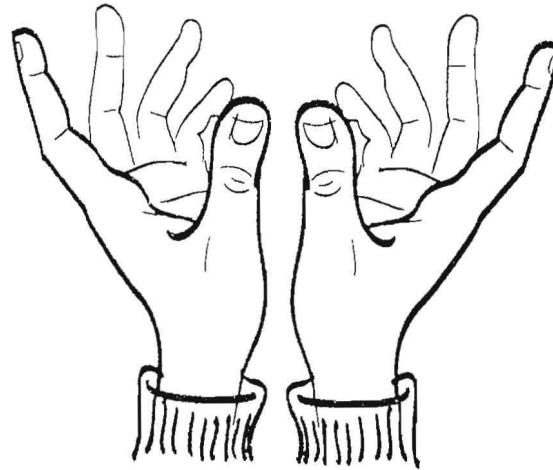
*(Dlanovi su pritisnuti jedan uz
drugi vanjskom stranom, prsti
su spušteni.)*



CVJETIĆ

Od prstića cvjetić
složimo lako,
raširiti prstiće,
to može svatko.
Ako se ručice male slože,
čak se i buketić
napraviti može.

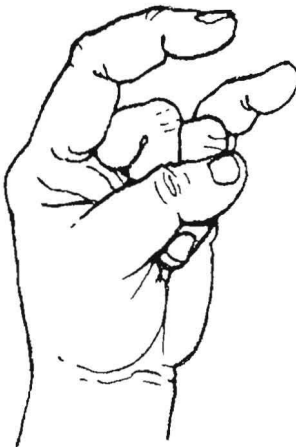
*(Spojiti oba dlana,
prste blago saviti i raširiti.)*



MAČKA

Skupi prstiće i sakrij ih u šaci,
onda kažiprst i prst mali izbacij.
To su maci uši, zato dobro pazi,
čuti ona mora miševu na stazi.

*(Laktovi se naslanjaju na stol, kažiprst i
mali prst su podignuti i blago savijeni,
palac čvrsto pritišće srednji prst i
prstenjak uz dlan; pokreti se izvode
podignutim prstima - "uši se miču".)*



ŽABICA

Prstenjak i prst srednji
spojimo sa palcem,
sagnemo zatim
kažiprst sa malcem.
I nešto krekeće,
ne to nije šala,
skakati može
žabica sad mala.

*(Laktovi se naslanjaju na stol, kažiprst i
mali prst su savijeni i pomaknuti prema natrag,
srednji prst i prstenjak čvrsto su pritisnuti uz dlan,
a palac ih vodoravno prekriva. Pokreti se proizvoljno izvode
kažiprstom i malim prstom - "žabica spava", "žabica se probudila".)*

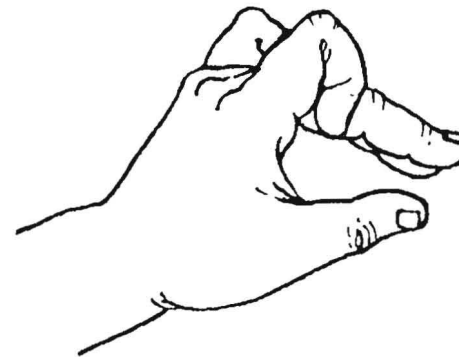


KROKODIL

Vidi strašnog krokodila,
otvorenih ralja pliva.
Od prstića je, nije pravi,
tko još se boji, nek se javi.

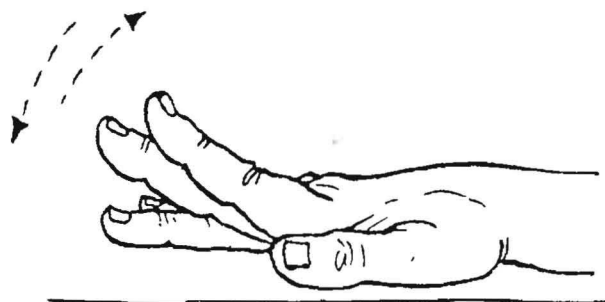
*(Laktovi se naslanjaju na stol,
kažiprst i mali prst savijeni su
i pomaknuti prema natrag,
srednji prst i prstenjak ispru-*

*ženi su prema naprijed, palac ih dodiruje odozdo - "čeljusti"; pokreti se izvode
ispruženim prstima - "krokodil jede".)*



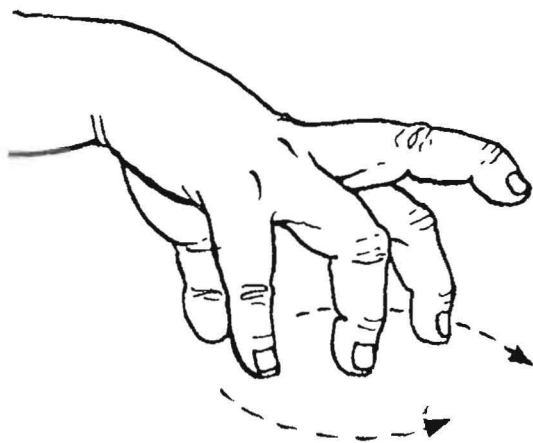
PUŽ

Ispružimo prstića dva
i dobijemo pužića.
Ticala su sva na broju,
kućicu samo
nema on svoju.



(Staviti ruke na stol, po-
dignuti kažiprst i srednji
prst, ostale prste čvrsto
pritisnuti uz stol. Podignu-
ti prsti pomiču se - "puž
miče ticalima".)

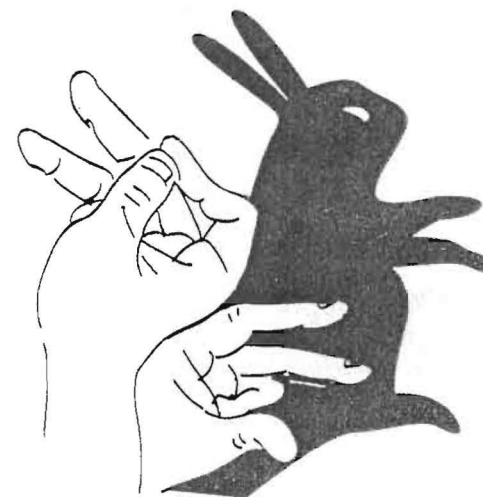
MEDO BRUNDO



Prstiće na stol položi,
Medu brundu od njih složi.
Spreman je i na put kreće,
ali putem brundat neće.

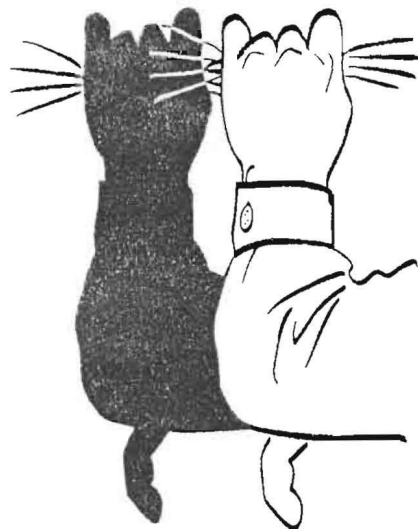
(Svi prsti, osim srednjeg prsta,
stoje na stolu, srednji prst je
savijen i pridignut -
"medvjedova glava"; pokreti se
izvode naizmjenično palcem i
kažiprstom, prstenjakom i
malim prstom - oponašanje
medvjedova hoda.)

Igra sjena



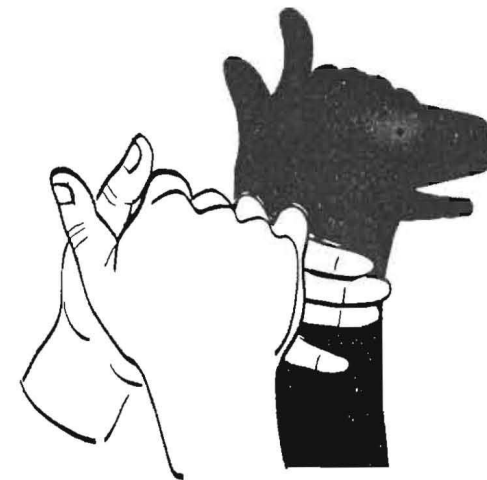
MAČKA

Gledajte u moje ruke,
mačka nastaje bez muke.
Mirno sjedi, tako treba,
i miševе tiho vrebа.

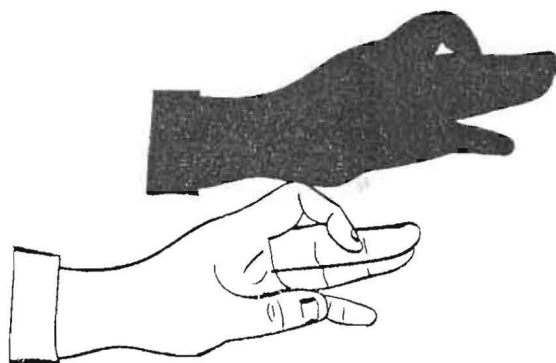


PAS

Psića imam, nije šala,
to je moja tajna mala.
Prsti vole štene mlado
pa ga uvijek slažu rado.

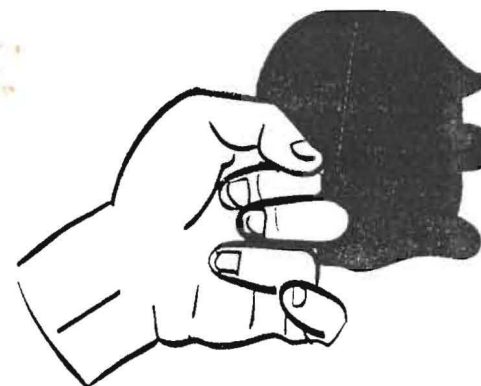


PATKA



Prste pružam pa ih slažem,
da vam patku ja pokažem.
Ali patka, nakon svega,
letjet neće preko brijega.

BAKA



Skaču unuci od sreće -
baka palačinke peče.
Sad prstiće svoje slažem
da vam baku ja pokažem.

KONJ

Ruke svoje ja sad spajam,
u konjića ih pretvaram.
Lijep i hitar konj je taj,
ali za jahanje nije, znaj!



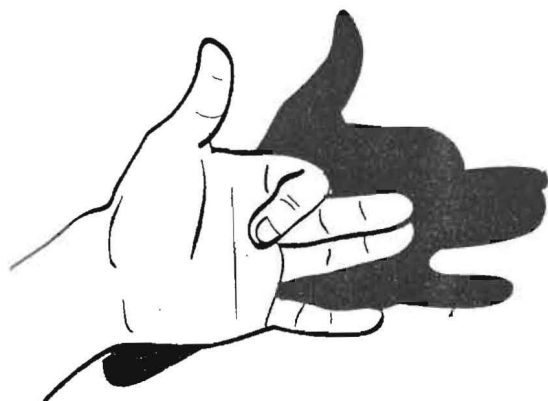
PIJETAO

Ručice, dva prstića,
evo lijepog kljunića.
Kukuriče pjetlić glasno,
makar već je podne kasno.



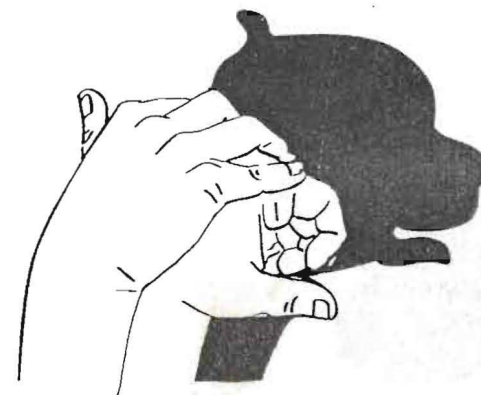
VUK

Prste smo lijepo spojili,
u gladnoga vuka pretvorili.
Neka pobjegne tko ima sreće,
a mene pojesti sigurno neće.



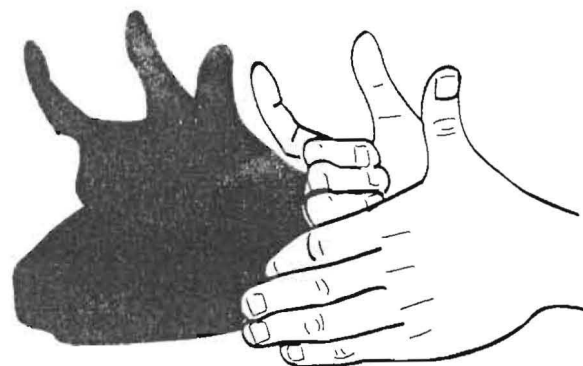
MEDVJED

U taj zimski, hladan dan
medo čudan sniva san:
proljeće da je stiglo,
iz kreveta među diglo.



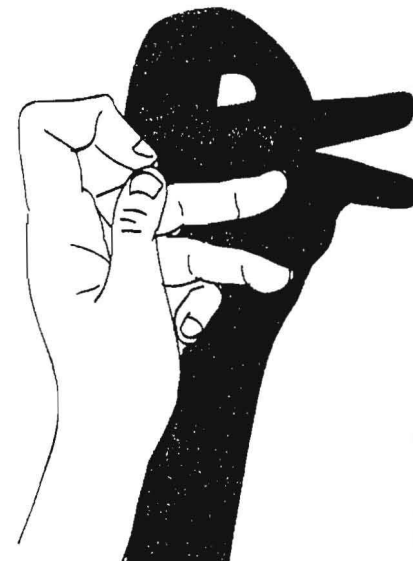
KOZA

Od prstića moga
evo kože dugog roga.
Nestrpljivo bradom trese,
čeka da se travica donese.



GUSKA

Ne bojim se ove guske,
ona mi ne dijeli pljuske.
Makar kljunom svojim prijeti,
mene gristi neće smjeti.



KRAVA

Krava muče vrlo snažno:
- Od prstića sam, nije važno!
Nisam tužna ja zbog tog
sve dok imam oštar rog.



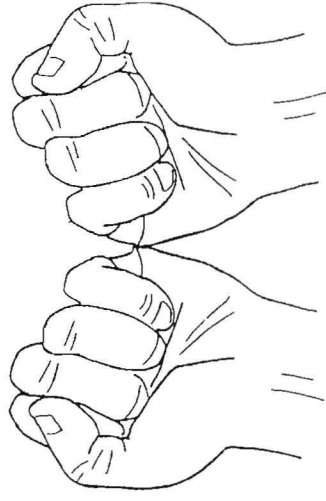
ZEC

Eci-peci-pec,
evo mali zec.
Da ga bolje vam pokažem
prste uredno ja slažem.



Razvoj kinetičke osnove pokreta ruku

Vježbe stiskanja-otvaranja šaka



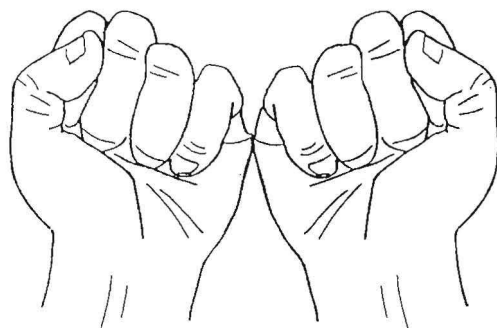
Vježbe stiskanja-otvaranja šaka



AKTIVNO STISKANJE

Imam dvije ruke ja,
dva dlana, deset prstića.
Sada vježbam stiskati šake,
da mi ruke budu jake.

(Stiskanje-otvaranje šaka.)

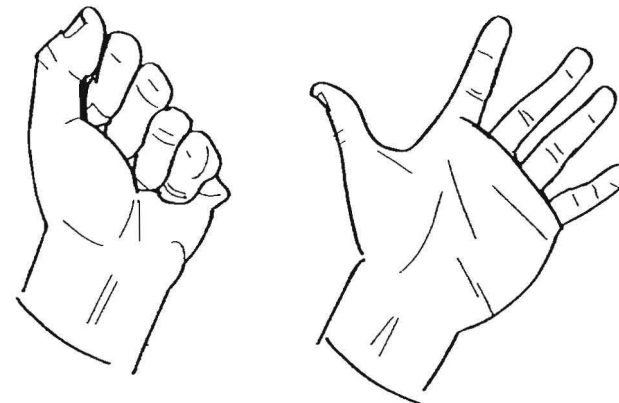


Jedan, dva, jedan, dva,
šaćicu ću stiskati ja.
Stisnem - jedan, pustim - dva,
Bit će snažna ručica.

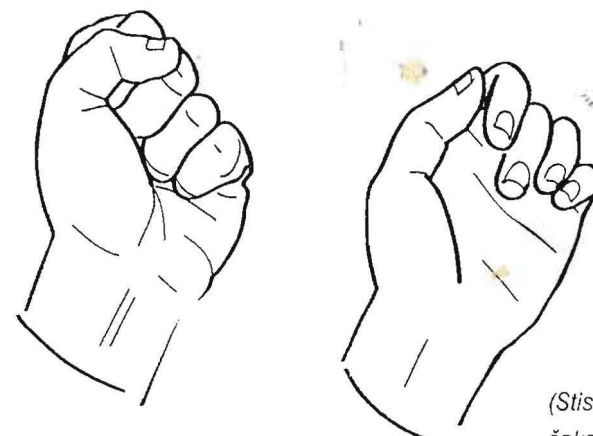
(Stiskanje-otvaranje šaka.)

Sad ćemo igru igrati takvu -
pokaži mi dlan pa stisni šaku.

(Stiskanje-otvaranje šaka.)



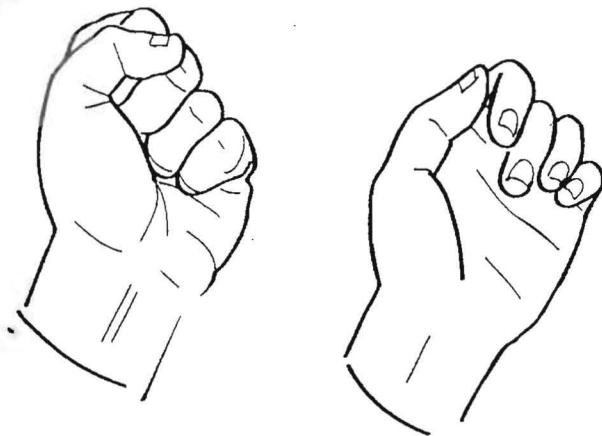
Prstić prstiću pritisni
i šake čvrsto opet stisni.
Onda dlanove otvori,
da se prstići odmore.



(Stiskanje-otvaranje
šaka.)

Prstiće naprežemo,
čvrsto šake stežemo.
Jedan, dva, tri, četiri, pet,
opuštamo ih opet.

(Stiskanje-otvaranje šaka.)



Pljes, pljes,
jedan, dva, tri.

(Pljeskanje dlanom o dlan.)
(Pljeskanje prstima svake ruke.)

Šake čvrsto
stisni ti.
Držimo i puštamo,
prstiće opuštamo.

(Stiskanje-otvaranje šaka.)

Imitacijske vježbe za ruke



Tuki-tuk, tuki-tuk!

(Nagli pokreti rukama gore-dolje.)

Pljes, pljes!

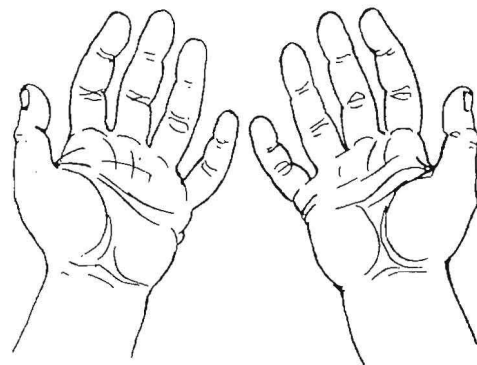
(Pljeskanje.)

Kakav zvuk!

To se prsti igraju,

Boje, plešu, sviraju.

(Imitacija navedenih pokreta.)



Svaki prstić treba znati

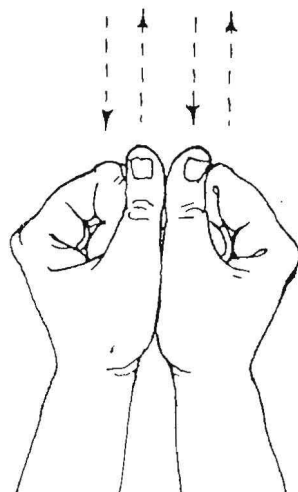
(Stiskanje-otpuštanje prstiju.)

Loptati i rublje prati

(Imitacija navedenih pokreta.)

Stiskati tipke i lijepiti papir,

Soliti juhu i rezati sir!



U vrtu kod moje bake,

(Stisnuta šaka - otvoren dlan.)

kupine su sočne, slatke.

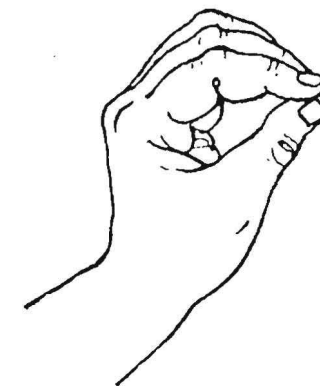
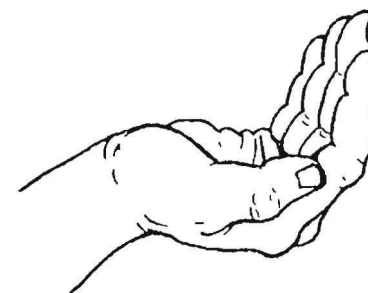
(Pokreti oponašanja branja kupina.)

Nabrali smo puni dlan,

(Dlanovi prema gore, prsti su stisnuti.)

da nam slađi bude dan.

(Prsti su skupljeni s palcem.)



Od bobica kompot spremam,
pa maline i voće oprati trebam.

(Oponašanje miješanja.)

*(Objе šake su stisnute, pokreti
šakama prema sebi i od sebe.)*

Onda sve u lonac stavim,
prelijem vodom i malo ostavim.

*(Pokreti prstima - oponašanje
stavljanja voća u lonac.)*

Odem po šećer, dodam tri žlice,

*(Pokreti prstima - oponašanje
sipanja šećera tri puta.)*

malo promiješam, što reći više,

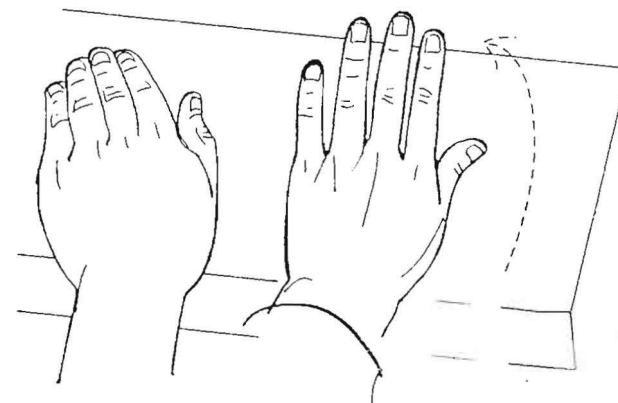
(Oponašanje miješanja.)

bit će to stvarno ukusno piće.

*(Šaka je stisnuta, palac
uspravljen.)*



Vježbe na ravnoj površini



Širim prste ruke svake,
ko što sunce širi zrake.

(Ruke su dlanovima položene na
stol. Širiti i skupljati prste.)

Kad se sunce smije,

(Ruke su dlanovima položene na
stol.)

prstići se šire.

(Raširiti prste.)

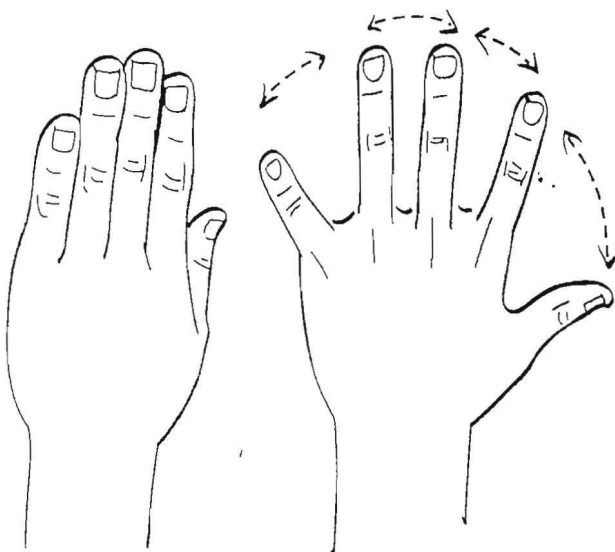
Kad se sunce mršti,

skupljaju se prsti.

(Skupiti prste.)

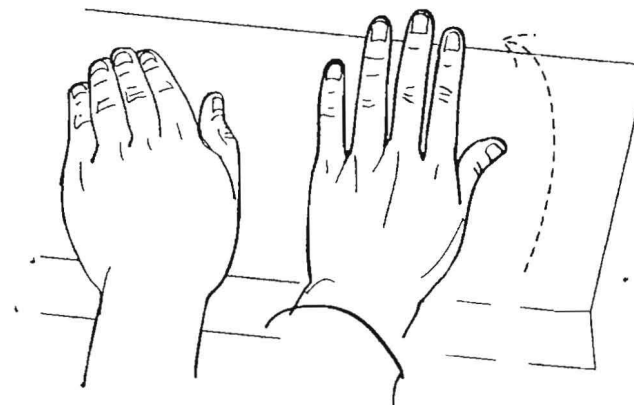
Dlan na stol polažem,
harmoniku slažem,
vješto svirati ja znam
prste širim - skupljam.

(Ruke su na stolu dlanovima prema dolje. Širiti i skupljati prste.)



Novu igru stvaram,
poklopac otvaram,
poklopac zatvaram.

(Držeći ruku na stolu, pridići dlan.)
(Podizati i spuštati dlan.)



Gore-dolje ide dlan,
poklopac se kreće sam.

(Držeći ruku na stolu, pridići dlan.)
(Podizati i spuštati dlan.)

Gore-dolje ide dlan,

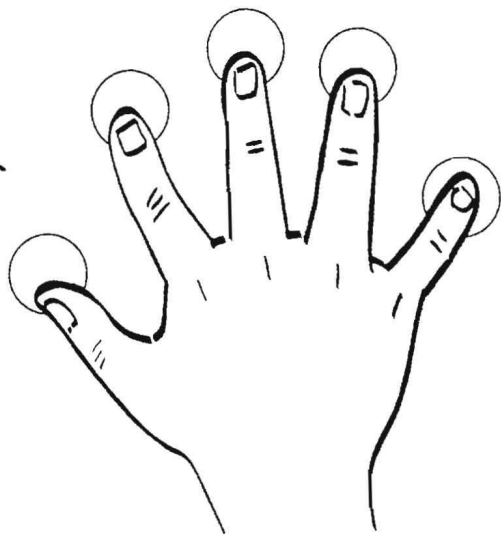
(Ruke su dlanovima položene na
stol.)

guska gaće cijeli dan.

(Držeći ruku na stolu, pridizati i
spuštati dlan.)

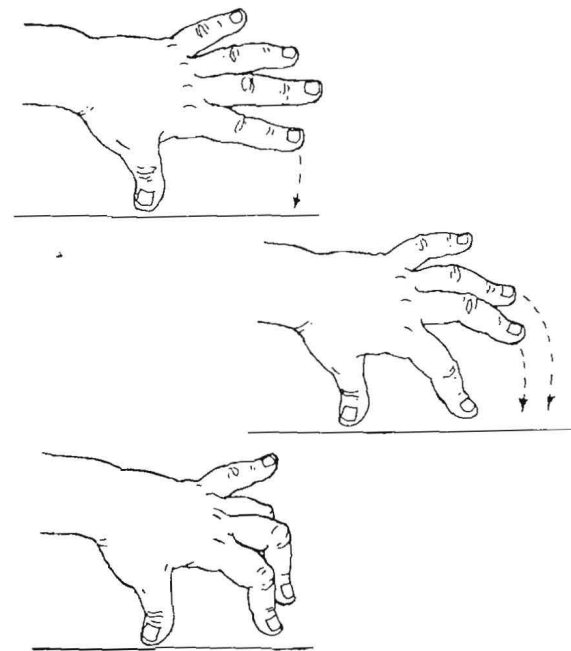
Pet kružića, pet prstića,
vesela je grupica,
prstići marširaju
po kružićima sviraju.
Jedan, dva, tri, četiri, pet!
Zasvirajmo opet!

(Pokriti svaki krug jednim prstom.)



Prste tamo vidi male,
skaču na proplanku,
jačaju se i vesele,
na svježemu zraku.
Spretni prsti, jaki dlan,
i rukopis je uredan.

(Jagodicama dodirivati stol, počevši od palca.)



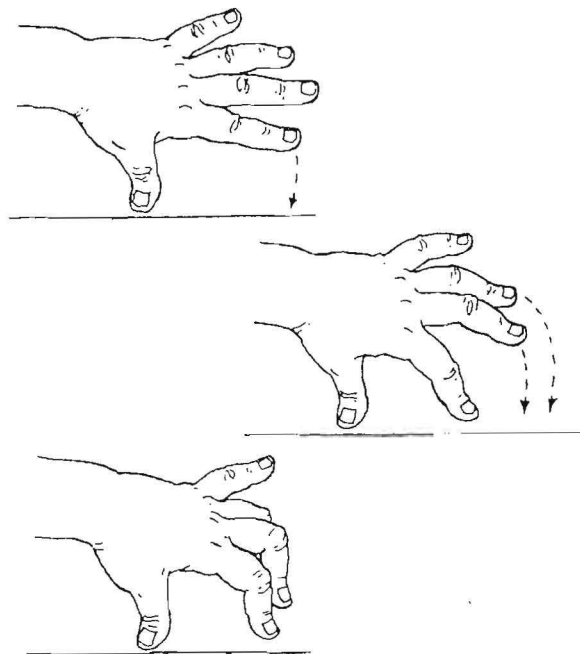
Prstiće ti sve izbroj
na obje ruke isti broj
na lijevoj pet
na desnoj pet
neka sazna
cijeli svijet.

(Ruka je na stolu dlanom prema dolje.)

(Jagodicama dodirivati stol, počevši od palca.)

Kupili su mi klavir,
na njemu ću svirati,
po tipkama crno-bijelim
veselo prebirati.

(Jagodicama prstiju obiju ruku dodirivati stol, počevši od palčeva.)



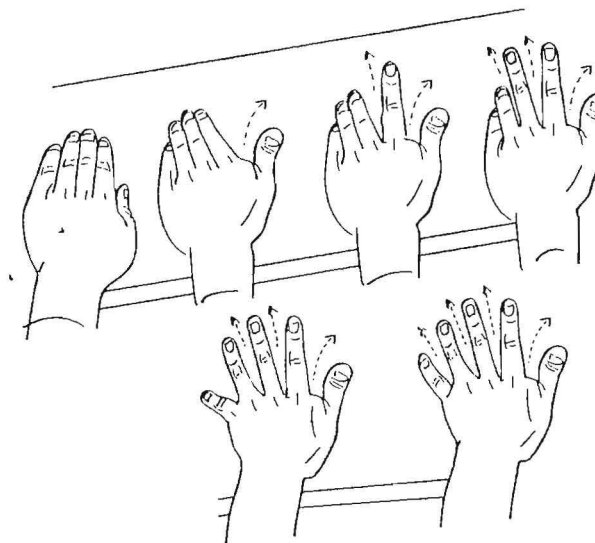
Veselo mi prsti skaču,
Svaki jednom zakorači.
Igraju se, plešu, skaču,
Natječu se tko je jači.

(Jagodicama prstiju obiju ruku dodirivati stol, počevši od palčeva.)

Ja ću sada vježbati,
prstiće podizati,
zato neću žuriti,
učim sve za pet,
vježbaju mi prstići,
jedan, dva, tri, četiri, pet.

*(Stiskati i otvarati prste desne šake,
staviti ruku na stol dlanom prema dolje.)
(Podizati i držati u zraku svaki prst.)
(Staviti dlan na stol - odmoriti se.)*

(Podizati i držati u zraku svaki prst.)



Vježbaju mi prstići,
jedan, dva, tri, četiri, pet.
Svaki treba se podići,
pa sve ponavljam opet.

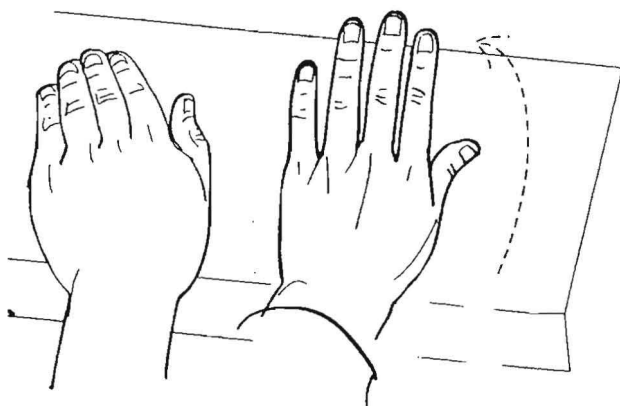
*(Ruka je na stolu dlanom prema dolje.)
(Podizati i držati u zraku svaki prst.)
(Ruka je na stolu dlanom prema dolje.)
(Podizati i držati u zraku svaki prst.)*

Dlan na stol polažem,
podižem ga i nazad stavljam,

*(Ruka je na stolu dlanom prema dolje.)
(Držeći ruku na stolu pridići i spustiti
dlan u početni položaj.)*

prstićima svim pomažem,
jedan po jedan sad uspravljam.

(Podizati i držati u zraku svaki prst.)



Idemo se igrati,
prstiće razgibati,
prvo ih istezati
pa u šaku stezati.

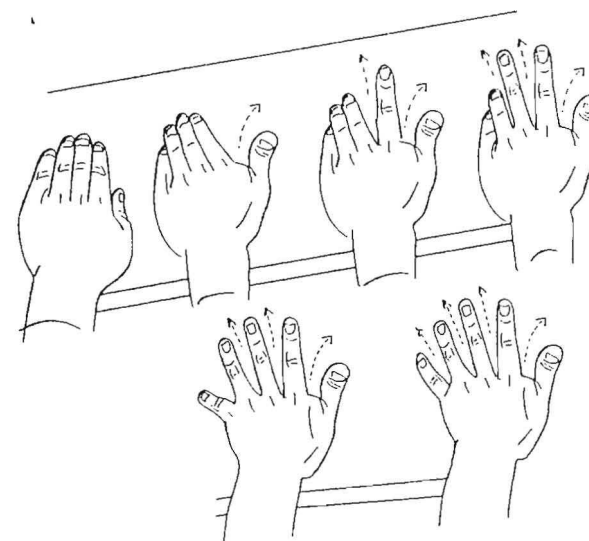
*(Držeći desnu ruku na stolu pridići
dlan.)
(Lagano kucanje svaki prstom
desne ruke, počevši od palca.)
(Podizati prstiće jedan po jedan.)
(Stisnuti šaku.)*

Prstića obitelj složna
živi na dlanu mom,
petero vesele braće
mirno dijeli isti dom.

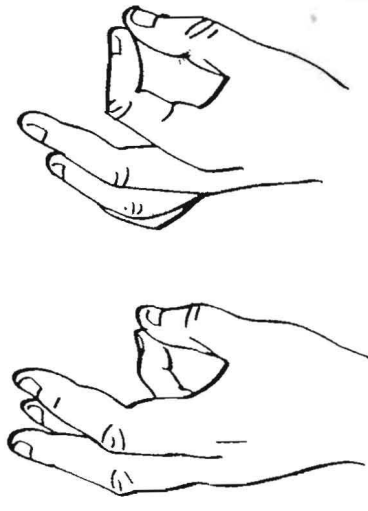
*(Stisnuta šaka - otvoren dlan.)
(Ruka je na stolu dlanom prema dolje.)
(Dlan je na stolu, podizati i držati u
zraku svaki prst.)*

Najstariji brat je palac,
obitelji on je glava.
Kažiprst je drugi bratac,
on je palcu pomoć prava.

Treći prst se srednji zove,
a prstenjak nije zadnji,
na začelju družbe ove
stoji malac - brat najmanji.

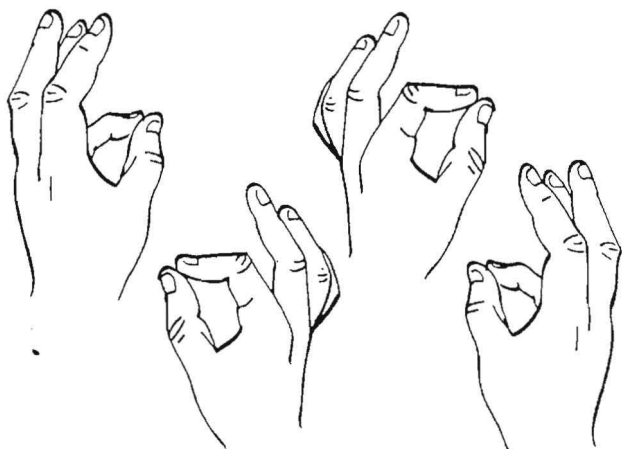


Sukcesivno dodirivanje prstiju na svakoj ruci zasebno



Prstiće ja spajam
i krugove stvaram,
jedan, dva, jedan, dva,
zabavna je igra ta.

(Sve prste jedne ruke redom spajamo s palcem.)



* * *

Jedan, dva, tri, četiri, pet,
Skupio svih se
prstića svijet.

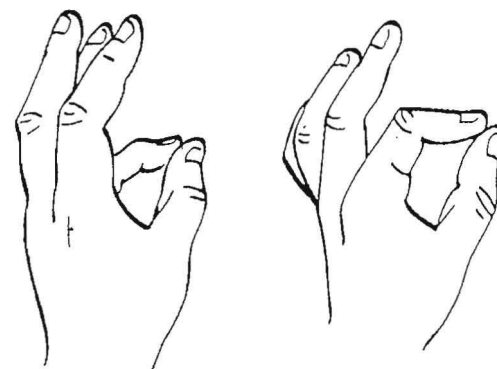
Svaki prstić razdragan,
nosi palcu jedan dar.
Danas mu je rođendan.

(Stiskanje i otvaranje šake.)

*(Sve prste jedne ruke redom
spajamo s palcem.)*

I brat blizanac,
susjedni palac,
rođendan ima,
poklone prima.

(Sve prste lijeve ruke redom spajamo s palcem.)



* * *

Bratac palac ide na put,
već je obukao mali kaput.
Braća ga sva pozdraviti žure,
pusu mu dati svi hitro jure.

(Sve prste lijeve ruke redom spajamo s palcem.)

Šaku sad otvori ti,

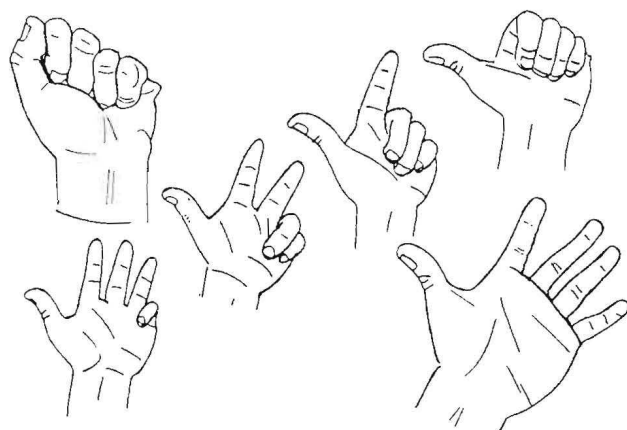
svaki prstić podigni.

Jedan, dva, tri, četiri, pet,

počinjemo opet!

(Saviti ruke u laktovima, stisnuti i otvoriti šake.)

(Redom savijamo svaki prst počevši od palca, a zatim ih uspravljamo počevši od malog prsta.)



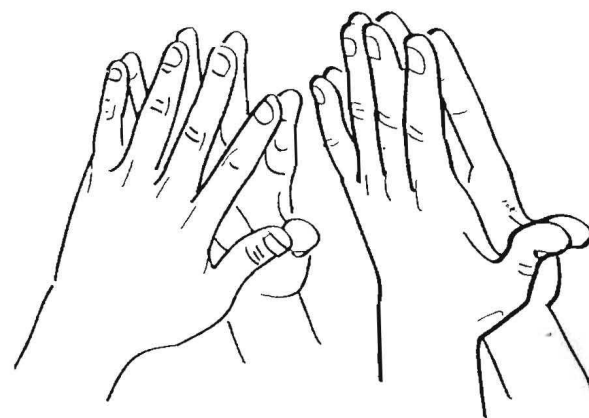
* * *

Ovaj prst je djedica,
ovaj prst je bakica,
ovaj prst je mamica,
ovaj prst je tatica,
ovaj prstić, to sam ja.

*(Početni položaj je stisnuta šaka.
Redom podižemo svaki prst jedan
po jedan počevši od palca.)*

*(Ponavljamo pjesmicu od početka,
ovaj put savijajući prste počevši od
palca.)*

Sukcesivno dodirivanje prstiju obiju ruku zajedno



To su prsti lijeve ruke,
to su prsti desne ruke.

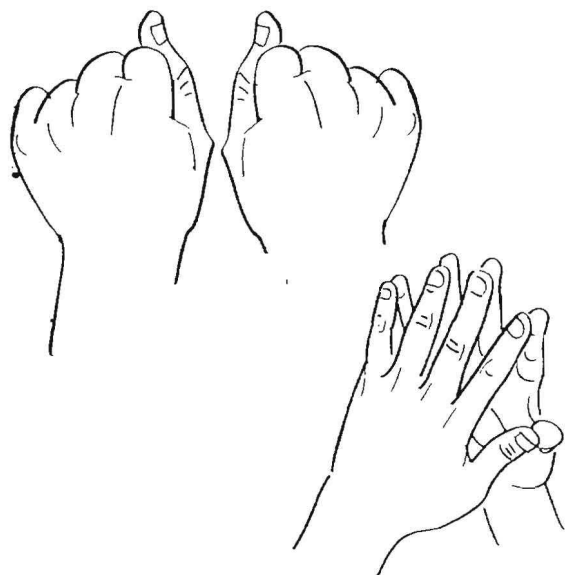
*(Pokazati.)
(Pokazati.)*

Šake sad od njih napravi
pa ih opet sve uspravi.

*(Stisnuti obje šake.)
(Otvoriti obje šake.)*

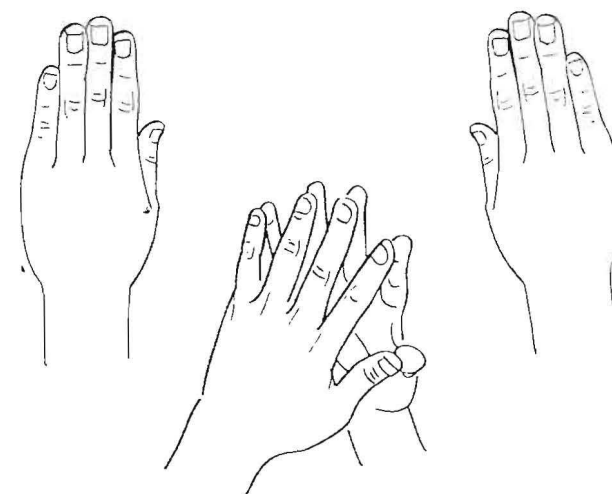
Prste ćemo spajati opet,
jedan, dva, tri, četiri, pet.

*(Spajati parno sve prste na obje
ruke počevši od palčeva.)*



Svaki prst s blizancem spoji
i blizance sve prebroji.
Jedan, dva, tri, četiri, pet,
počinjemo opet!

(Spajati redom prste obiju ruku počevši od palčeva.)



Prsti jedan drugom hrle,
da blizanci se zagrlje.

*(Spajati redom prste obiju ruku
počevši od palčeva.)*

Jedan drugome su došli
i onda svojim putem pošli.

(Razmaknuti ruke u strane.)

Prsti zajedno se druže,
jedan drugom ruke pruže.

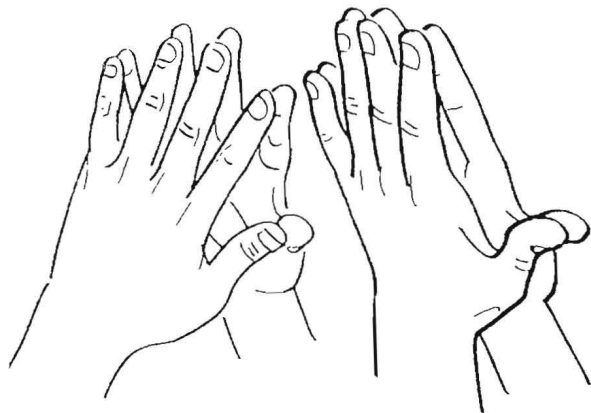
*(Spajamo redom prste obiju ruku
počevši od palčeva.)*

Igrali se sve do noći,
sada valja kući poći.

(Razdvajamo ruke.)

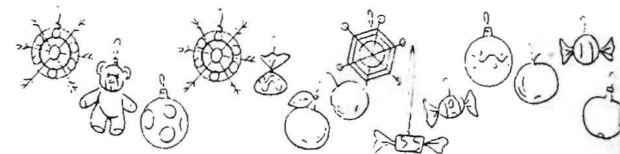
Jedan, dva, tri, četiri, pet,
sutra će se sresti opet!

*(Spajamo redom prste obiju ruku
počevši od palčeva.)*



Složeni pokreti izmjene položaja

Gimnastika za prste pri usvajanju
leksičkih tema



Tema "Jesen"

Opet žuto lišće pada,
hladna kiša stalno lije.
Na jug lete ptice sada,

rodna nam se jesen smije.

(Stiskanje i otvaranje šaka.)
(Lagani valoviti pokreti prstima.)
(Dlanove okrenuti prema sebi, palčevi
su uspravljeni i isprepleteni - "ptičica",
ostali prsti prave pokrete mahanja
"krilima".)
(Pljesnuti dlanovima i ispružiti ruke
prema naprijed dlanovima prema gore.)



* * *

Po prozoru kiša pada,
tap, tap, tap.

Došla nam je jesen sada,
šljap, šljap, šljap.

(Stiskanje i otvaranje šaka.)
(Spajamo parno jagodice prstiju obiju
ruku.)
(Redom spajamo kažiprst, srednji prst i
prstenjak s palcem na obje ruke
istodobno.)

Tema "Povrće"

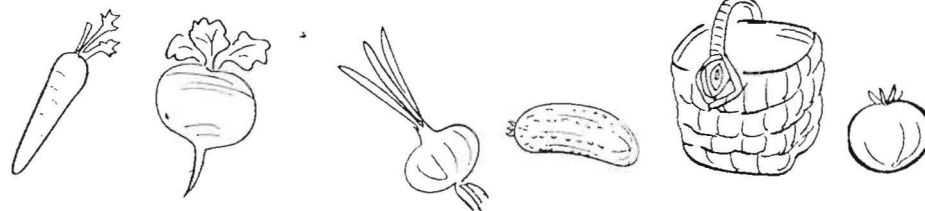
U vrtu kod djedice,
prepune su gredice:
krumpir, repa, tikvica,

grah, zelje i mrkvice,

luk i slatki pastrnjak,
to je djedov povrtnjak.

(Stiskanje i otvaranje šaka.)

(Redom spajamo kažiprst, srednji prst i
prstenjak desne ruke s palcem.)
(Spajamo mali prst desne ruke s desnim
palcem, zatim kažiprst i srednji prst
lijeve ruke s lijevom palcem.)
(Spajamo prstenjak i mali prst lijeve ruke
s lijevom palcem.)



* * *

Svojim vrtom se ponosim,
povrće iz njega nosim.

U njem rastu tikve,
skriveno u travi,
krastavci i rajčice
i patlidžan plavi.

Rotkve, celer i salata,
i još cikla zdrava.
Sve to raste u obilju,
Pohvalite vrtlara!

(Stisnuti i otvoriti šake.)
(Pljesnuti dlanovima i raširiti ruke u
strane.)
(Redom savijati prve prste desne, a
zatim lijeve ruke, počevši od palca.)

(Stisnuti šake i uspraviti palčeve.)

tema "Voće"

U voćnjaku kod moje bake
vrste voća ima svake.

(Stiskati i otvarati šake.)

Grane razgledaj,
jedan, dva, tri,
sve što tu raste
nabroji sad ti:

(Tripud pljesnuti dlanovima i podići ruke
široko razmaknutih prstiju - "grane".)

Marellice slatke
i šljive glatke,
jabuke reske
i sočne breskve.

(Redom spajati prste desne ruke s
palcem.)

Ukusne trešnje
i mirisne višnje,
lubeniča i dinja fina,
voće je izvor vitamina!

(Redom spajati prste lijeve ruke s
palcem.)

(Pljesnuti dlanovima, raširiti ruke u
strane; šake su stisnute, palčevi
uspravljeni.)



Ustala sam jutros rano,
voće zrelo ubrala s grana.

(Ruke savijene u laktovima podići prema
gore i široko razmaknuti prste.)

(Pokreti oponašanja branja voća s
grana.)

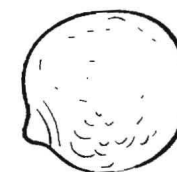
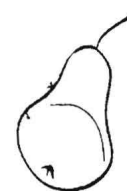
Šljive i jabuke,
breskve i kruške.

(Spajamo redom sve prste desne ruke s
palcem.)

Na stolu sad je gozba prava,
svakakvog voća tu ima zdrava.

(Spajamo redom sve prste lijeve ruke s
palcem.)

(Pljesak dlanovima i širenje ruku u
strane.)



Tema "Šumsko voće. Gljive"

Kupine ja berem s grana,

(Spajamo redom sve prste desne ruke s palcem.)

bit će grana lagana.

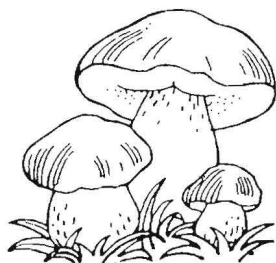
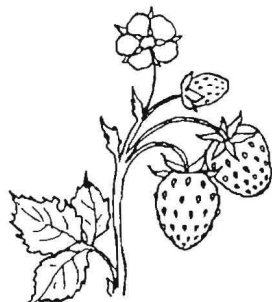
(Spajamo redom sve prste lijeve ruke s palcem.)

Stavljam ih u košaricu,

(Spajamo redom sve prste desne ruke s palcem.)

da razveselim mamicu.

(Spajamo redom sve prste lijeve ruke s palcem.)



Pod bukvom, ispod lišća

(Svi prsti, osim kažiprsta, stisnuti su u šaku. Kažiprstom izvodimo kružne pokrete.)

skriva se vrganj.

("Gljiva" - desna šaka je stisnuta, odozgo je pokriva blago savljeni lijevi dlan.)

Pazi dok ga tražiš,

(Ruke su na stolu dlanovima prema dolje. Širenje i skupljanje prstiju.)

nemoj stati na nj.

(Redom spajamo u parove prste obiju ruku počevši od palčeva.)

Tema "Odjeća"

Mami-tati, mami-tati,

(Redom spajamo u parove prste obiju ruku počevši od palčeva.)

odjeću ćemo sad prati.

(Stisnuti obje šake i izvoditi pokrete rukama od sebe i prema sebi.)

Haljinu i hlače,
suknju i čarape,

(Spajamo redom sve prste desne ruke s palcem.)

košulju i džemper,
kape i marame.

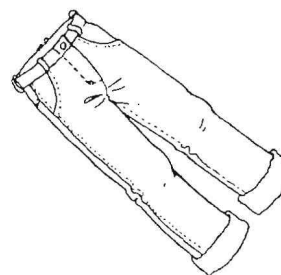
(Spajamo redom sve prste lijeve ruke s palcem.)

Jedan, dva, tri, četiri, pet,

(Redom spajamo u parove prste obiju ruku počevši od palčeva.)

sve je čisto opet!

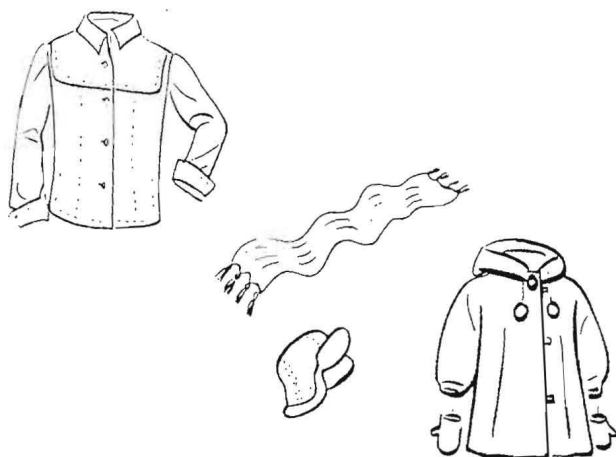
(Pljesak dlanovima.)



U ormaru svom
odjeću pretražimo.
Što ćemo mi sad obući
rado vam pokažemo:

Potkošulju, gaće,
košulju i hlače.

Vestu, čarape
i ovaj put
za van odijevamo
kaput!



* * *

(Stiskanje i otvaranje šaka.)

(Redom spajamo prste s palčevima na
svakoj ruci istodobno počevši od
kažiprsta.)

(Savijamo palac, kažiprst, srednji prst i
prstenjak na desnoj ruci.)

(Savijamo mali prst na desnoj ruci i
palac te kažiprst na lijevoj ruci.)

Tematika "Domaće životinje i njihova mladunčad"



Baku ćemo svoju
na selu posjetiti,

životinja domaćih
svakakvih se sjetiti.

Eno, vidim kravu,
kako pase travu.

Eno, svinja leži,
obrok jede sveži.

I još bakin vjerni pas -
prijatelj je sviju nas.

(Ruke su na stolu dlanovima prema
dolje. Širenje i skupljanje prstiju desne
ruke.)

(Širenje i skupljanje prstiju lijeve ruke.)

(Imenujući životinje, podizati i držati u
zraku svaki prst na desnoj ruci počevši
od palca.)

(Uspraviti palac lijeve ruke, saviti
kažiprst, a ostale prste ispružiti i spojiti -
"pas".)



Mačka ima mačića,

* * *

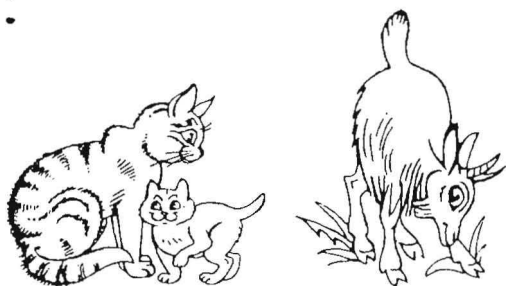
(Prvo oblikujemo "mačku" prstima desne ruke. Laktovi se naslanjaju na stol, kažiprst i mali prst su ispruženi i malo savijeni, srednji prst i prstenjak čvrsto su pritisnuti palcem uz dlan. Zatim prstima lijeve ruke na isti način oblikujemo "mačića".)

koza ima kozlića.

(Prstima desne ruke prvo oblikujemo "kozu", a zatim prstima lijeve ruke - "kozlića".)

A pokraj mame krave,
tamo navrh stelje,
ne, to nije "kravić",
to je malo tele!

(Desnom rukom pokazujemo "kravu", a lijevom "tele".)



Tema "Divlje životinje i njihova mladunčad"

Kroz gustiš trči mama zeka,
kod kuće je zečić čeka.

(Spajamo redom sve prste desne ruke s palcem.)

Žuriti mora, već sumrak pada,
u lov izlazi lija sada.

(Spajamo redom sve prste lijeve ruke s palcem.)

A smeđi medvjed, istina prava,
u brlogu svome čvrsto sad spava.

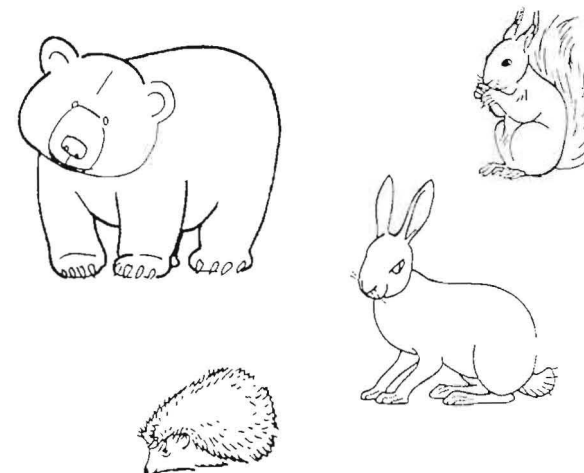
(Spajamo redom sve prste desne ruke s palcem.)

Vuk, sivi lovac, rijetko kad drijema,
hranu si traži, odmora nema.

(Spajamo redom sve prste lijeve ruke s palcem.)

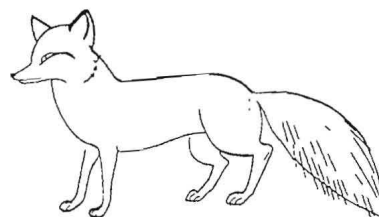
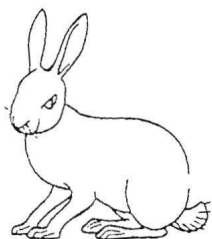
U travi duboko liščem netko šuška,
ježića bodljica to viri njuška.

(Spajamo redom sve prste desne ruke s palcem.)



Zima je u šumi,
napadao je snijeg,
od lisice zeko
dao se u bijeg.

Neće ga lija naći,
trči zeko smjelo,
u snijegu joj nije lako,
razaznat krzno bijelo.



* * *

(Šake obiju ruku stišćemo jednu uz drugu.)

(Prstima oblikujemo "zeca" - šaka je stisnuta, kažiprst i srednji prst su uspravljeni, ostali prsti su stisnuti.)

(Kažiprst i srednji prst "trče" po stolu.)

(Oba dlana bridovima naslanjamo na stol. Unutar dlanova savijamo kažiprste, palčeve blago savijamo i uspravljamo - "lisica".)

(Stiskanje i otvaranje šaka.)

(Ispružiti ruke prema naprijed, otvorenim dlanovima prema gore.)

Tema "Domaća perad"

Kakva buka i galama

u dvorištu kraj kuće!

To peradi sila sva,
gura se i tuče.

Gaču, kvaču, kokodaču,
ćurliču, kukuriču.

Hej, vi kokice,
guskice i ptrice,
pjetlići i patkice,

brzo sad se smirite
i lijepo pomirite.

(Ruke su na stolu: desna je dlanom prema dolje, lijeva šaka je stisnuta. Izgovarajući tekst, izmjenjujemo položaj ruku.)

(Ponavljamo prethodne pokrete.)

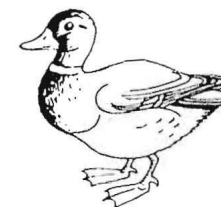
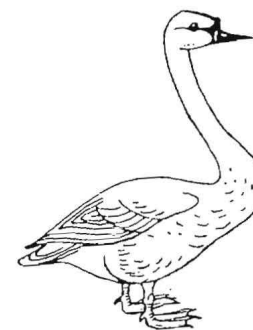
(Udaramo desnom šakom u lijevi dlan, a zatim izmjenjujemo položaj ruku.)

(Ponavljamo prethodne pokrete.)

(Redom spajamo u parove prste obiju ruku počevši od palčeva.)

(Pljesak dlanovima.)

(Spajamo dlanove i ispreplićemo prste.)



* * *

Zove kokoš i galami:
"Ko-ko-da, ko-ko-da!
Pilići, dođite mami!
Ko-ko-da, ko-ko-da!"

(Redom spajamo u parove prste obiju
ruku počevši od palčeva.)

(Redom razdvajamo prste obiju ruku
počevši od malih prsta.)

Pilići ti žuti mali
nestašni su bili,
i od mame koke
nekuda se skrili.

(Redom spajamo u parove prste obiju
ruku počevši od palčeva.)

(Redom razdvajamo prste obiju ruku
počevši od malih prsta.)



Tema "Zima"

Zima nam je došla,
zabijelila je sve.

(Redom spajamo prste desne ruke s
palcem.)

Ulicama prošla,
kuca na prozore.

(Redom spajamo prste lijeve ruke s
palcem.)

Napadao je snijeg
na krovove i jele.

(Redom spajamo prste na obje ruke s
palčevima.)

Pokrile su brijeg
pahuljice bijele.

(Redom spajamo prste na obje ruke s
palčevima.)



* * *

Uzmi sanjke, žuri
i izađi van,
s brijega snježnog sjuri,
prekrasan je dan.

(Valoviti pokreti prstima, zatim kažiprst i
srednji prst obiju ruku "trče" po stolu.)

Snježne grude pravi,
valjaj snjegovića,
na glavu mu lonac stavi,
a nos mu je mrkvica.

(Oponašanje valjanja snježne grude.)

(Pokriti dlanovima glavu.)
(Oblikovati prstima "snjegovića".)



Tema "Božić. Nova godina"

Uz šumu, pokraj rijeke,
priča meni zeko,
u snijegu se sakrilo
seoce malo neko.

(Spajati redom prste obiju ruku počevši
od palčeva.)

(Oblikovati prstima "kućicu".)

Nasred sela stoji
visoka stara jela,
oko nje su dječica
na Badnju večer sjela.

(Ispreplesti prste, pokazati "jelu".)

(Spajati redom prste s palčevima na obje
ruke istodobno.)

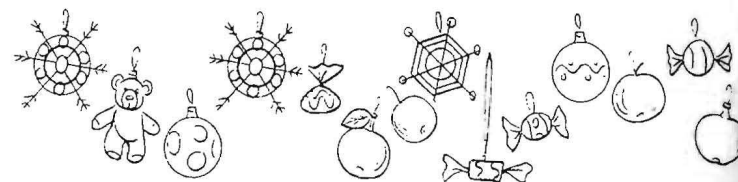
Kuglice i zvjezdice
na jelki toj se sjaju,
doći će Djed Božićnjak,
dječica to znaju.

(Savijati prste na desnoj pa na lijevoj
ruci.)

Donijet će im igračke,
darova punu vreću,
zvečkice i slatkiše,
poželjet će im sreću.

(Otvoriti jedan po jedan prste na svakoj
ruci.)

(Pljesnuti dlanovima.)



Okupio se uz bor
životinja cijeli zbor.

Vjeverica, medo, zeka,
lisica, vuk i sova.

Poklone svatko čeka,
došla je godina Nova!



(Ispreplitanjem prstiju oblikovati "bor".)

(Šaka je stisnuta. Kažiprst i srednji prst su podignuti i malo savijeni, ostali prsti su stisnuti - "vjeverica"; "medo" - svi prsti osim srednjeg, stoje na stolu, srednji prst je savijen i pridignut; "zeko" - isto kao i kod "vjeverice" osim što su kažiprst i srednji prst uspravljeni; "lisica" - kažiprst savijamo, palac blago savijamo i uspravljamo, ostali prsti su stisnuti i ispruženi; "vuk" - isto kao i kod "lisice", osim što je palac potpuno uspravljen; "sova" - oblikujemo "pticu" isprepletenim palčevima i raširenim dlanovima.)

(Spojiti dlanove.)

(Spojiti i malo zaokružiti dlanove.)

Tema "Ptice stanarice"



Nastanili su sela i ulice

vrapci, djetlići i sove,

šojke, golubovi, sjenice,

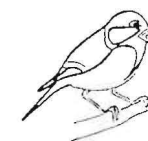
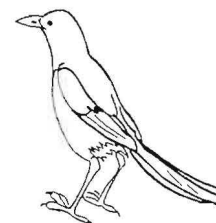
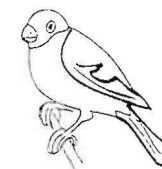
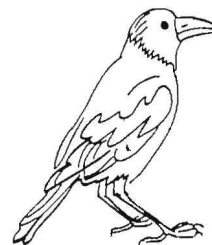
a na snježni pokrivač
stigla nam je zime ove
lijepa ptica crvendać.

(Ruke su na stolu dlanovima prema dolje; širimo i skupljamo prste.)

(Redom podižemo palac, kažiprst i srednji prst desne ruke.)

(Podižemo prstenjak, mali prst i palac lijeve ruke.)

(Raširenim dlanovima i isprepletenim palčevima oblikujemo "ptičicu", mašemo krilima.)



Smrzavaju se ptice,
vrapci i sjenice,
kućicu im napravimo,

dobro ih nahranimo.

(Stisnuti obje šake.)
(Otvoriti prvo jedan dlan, zatim drugi.)
(Spustiti dlanove, ispreplesti prste i razmaknuti laktove u strane.)
(Stisnuti šake i uspraviti palčeve.)

Tema "Namještaj"

Namještaj proučimo,
nazive naučimo:
krevet, naslonjač, ormar,
stol i kauč, jasna stvar.
Na krevetu noću spavam,
u ormar odjeću spremam,
za stolom crtam, pišem,
a kada se umorim,
na kauč i u naslonjač
sjednem i odmorim.

(Stiskati i otvarati šake.)

(Redom spajati prste svake ruke s
palčevima počevši od kažiprsta.)

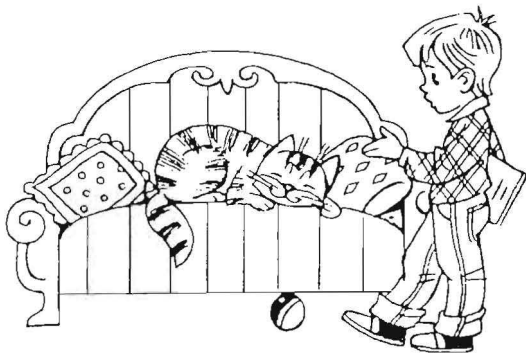
(Redom spajati prste desne ruke s
palcem.)

(Redom spajati prste lijeve ruke s
palcem.)

(Redom spajati prste svake ruke s
palčevima počevši od malih prsta.)

(Stiskati i otvarati šake.)

(Stisnuti lijevu šaku, prisloniti uz nju
desni dlan - "naslonjač".)



Na krevetu Karlo spava,
zavukao se pod pokrivač.
A njegova mačka Ava,
prilegla je u naslonjač.

(Redom spajati prste desne ruke s palcem.)

(Redom spajati prste lijeve ruke s palcem.)

(Redom spajati prste svake ruke s palčevima
počevši od kažiprsta.)

(Redom spajati prste svake ruke s palčevima
počevši od malih prsta.)

Tema "Posude"

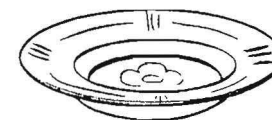
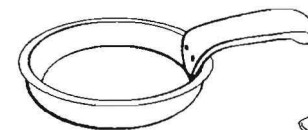
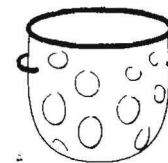
U novoj smo trgovini
posude kupovali:

(Ruke su na stolu dlanovima prema
dolje; širimo i skupljamo prste.)

Tanjuriće i šalice
smo kupili za kavu,
pa noževe i vilice,
i jednu lijepu tavu.

(Podizati redom prste desne ruke i držati
ih u zraku.)

(Podizati redom prste lijeve ruke i držati
ih u zraku.)



Sve sastojke za juhu
u dubok lonac stavljam,
kajganu i omlet
u tavi pripravljam.
Uzimam kruh uz juhu,
kriške u zdjelu slažem,
ponudim sir na kruhu,
mami ja pomažem.

(Istodobno savijati palčeve obiju ruku.)

(Istodobno savijati kažiprste i srednje prste
obiju ruku.)

(Istodobno savijati prstenjake obiju ruku.)

(Istodobno savijati male prste obiju ruku.)

Tema "Vozila"

Lete avioni,

(Spojiti istodobno jagodice prstiju obiju ruku.
Dlanovi su razmaknuti i malo zaokruženi;
pokreti spojenih ruku prema gore.)

vlakovi žure,

(Saviti ruke u laktovima ispred prsa, pokreti
rukama naprijed i nazad.)

voze kamioni,

(Saviti ruke u laktovima ispred sebe, stisnuti
šake, oponašati vozača za upravljačem.)

gliseri jure.

(Brzi valoviti pokreti rukama - oponašanje
kretanja glisera po valovima.)



Tata mi je dao auto,
znači sad sam šofer,
volan vrtim lijevo-desno
odabirem vožnje smjer.

(Dlanove okrenuti jedan prema drugome,
palčevi su pritisnuti uz dlanove.)
(Okrenuti dlanove prema gore, spojiti sve
prste obiju ruku počevši od palčeva.)

U autu se sa mnom vozi
moj ljubimac - mačka,
igramo se mi u slozi,

(Otvoriti dlanove.)
(Stisnuti šake.)
(Spojiti sve prste obiju ruku počevši od
palčeva.)

auto moj je igračka.

(Ispružiti spojene ruke prema naprijed.)

Spajam male ruke,
leti uvis raketa,

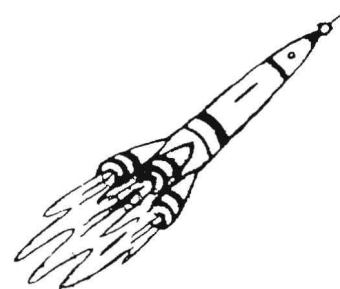
(Spojiti dlanove.)
(Podizati spojene ruke uvis, oponašajući
uzlet rakete.)

juri hitro i bez buke

(Raširiti podignute ruke u strane i spojiti ih
ponovno.)

do samoga kraja svijeta.

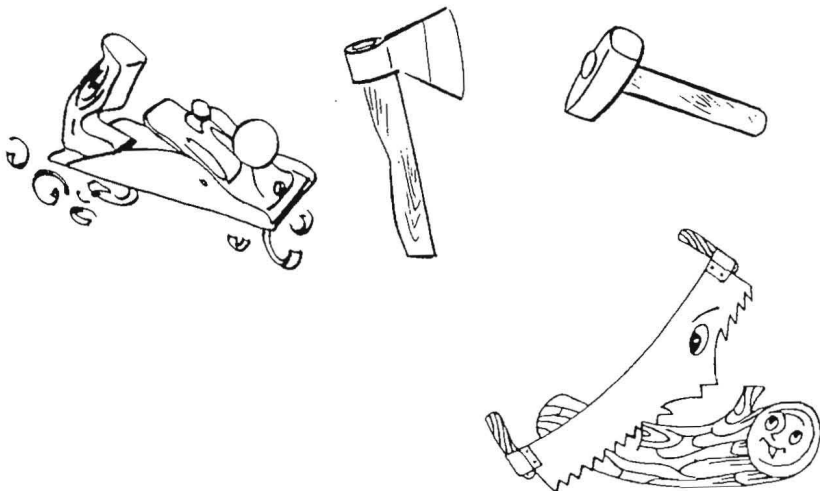
(Stiskati i otvarati šake.)



Tema "Alat"

Kad bi kupila mi mama
čekić, pilu, odvijač,
postao bih dobar majstor,
pravi tatin pomagač.

Sve bih predmete u kući
odmah sam popravio,
a mamici u zahvalnost
novi stol napravio.



Oštrila je, oštrila

čvrste zube pila,
pilila je, radila,
stvarno vrijedna bila.

(Stiskanje i otvaranje šaka.)
(Redom spajati palčeve, kažiprste i
srednje prste obiju ruku.)
(Redom spajati prstenjake i male prste.)

(Razdvajati prste počevši od malih
prsta.)
(Pokucati šakom desne ruke o šaku
lijeve ruke, zatim zamijeniti šake.)

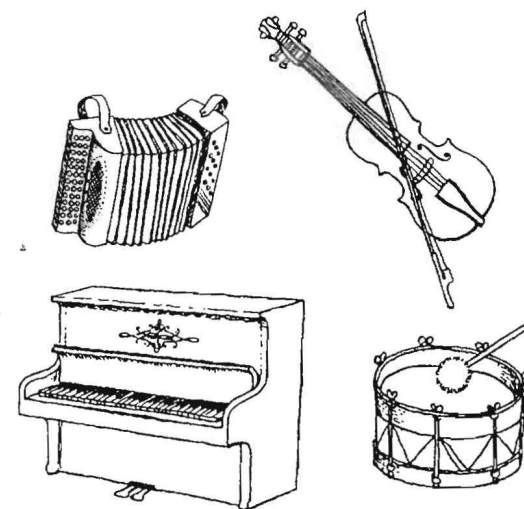
(Redom spajati palčeve, kažiprste i srednje
prste obiju ruku.)
(Spajati prstenjake i male prste.)
(Razdvajati prste počevši od malih prsta.)
(Pokucati šakom desne ruke po šaci lijeve i
obratno.)

Tema "Glazbeni instrumenti"

Harmoniku malu sviram,
tipke prstićima diram.

Vješto svirati ja znam
ruke širim - skupljam.

(Stiskati i otvarati obje šake istodobno.)
(Redom spajati sve prste na svakoj ruci s
palcem.)
(Spajati u parove sve prste obiju ruku.)
(Stisnuti šake, zbližavati i udaljavati ruke.)



Instrumente sve ja znam,
sada samo ponavljam:

Violina i gitara,
harmonika, klavir,
harfa, bubanj i "Hura!"
još i moja tambura.

Tamburicu lijepo sviram,
žice vješto ja prebirem.

(Stiskati i otvarati obje šake istodobno.)

(Spajati sve prste desne ruke s palcem.)

(Spajati sve prste lijeve ruke s palcem.)

(Spajati sve prste desne ruke s palcem.)

(Spajati sve prste lijeve ruke s palcem.)

Tema "Zanimanja"

Tvoji i moji
mama i tata
pravi su majstori
svog zanata.

*(Spajati redom sve prste desne ruke s
palcem.)*

*(Spajati redom sve prste lijeve ruke s
palcem.)*

Kuhari, stolari,
slikari, mornari,
liječnici, građevinari,
prodavači i vrtlari.

*(Redom spajati prste na obje ruke s
palčevima.)*

Zanimanja ovdje sva
ne mogu predstaviti,
pa predlažem
da vi sa mnom
zajedno nastavite...

(Stiskati i otvarati šake.)

*(Ispružiti ruke prema naprijed dlanovima
prema gore.)*



Prste stisni pa otpusti,
pa ih zajedno sastavi,
kućicu s krovom
rukama napravi.

*(Stiskati i otvarati obje šake istodobno.)
(Spojiti sve prste na obje ruke.)
(Prsti obiju ruku spojeni su pod kutom,
široko razmaknuti i dodiruju se samo
jagodicama istoimenih prstiju.)*

Jedan, dva, tri, četiri, pet,

*(Redom spajati prste u parove na obje ruke
počevši od palčeva.)*

ponovimo sve opet!

(Razmaknuti dlanove.)



SLASTIČAR

On peče kolače od čokolade,
priprema torte, štrudle, rolade.

*(Praviti rukama krugove.)
(Oponašati pokrete razvlačenja
tijesta.)*

Čarolijom svojom jela on stvara

*(Spajati redom prste na svakoj ruci s
palčevima.)*

i svima dobar tek otvara.

(Stisnuti šake i uspraviti palčeve.)

Tema "Proljeće. Mamin dan"

Sunce nam se opet smiješi,
otopio se stari snijeg,
zvončići, jaglaci i visibabe

pokrili su šumski brijeg.

Bubamare male lete,
pupa prvo cvijeće,
obitelj ptičja gnijezdo plete,

stiglo nam je proljeće!

*(Spojiti dlanove ukriž i raširiti prste
oblikujući "sunce".)*

*(Spajati redom prste obiju ruku s
palčevima.)*

*(Dlanovi su okrenuti prema gore, prsti
spojeni jagodicama i blago savijeni
oblikujući pupoljak, zapešća su spojena;
postupno razdvajati prste i razmicati
dlanove.)*

*(Spajati prste obiju ruku u parovima
počevši od palčeva.)*

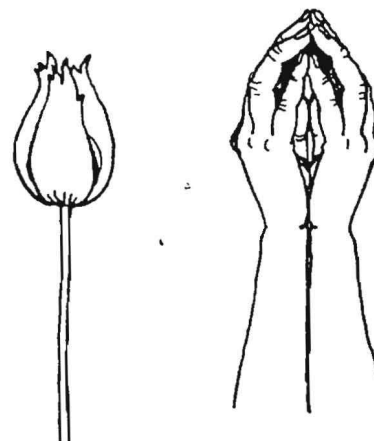
*(Dlanovima i palčevima oblikovati
"gnijezdo s ptičima".)*

(Stiskati i otvarati šake.)



Na livadi zelenoj
cvjetić se stvorio,
nježne žute latice
polako je otvorio.

Svakoj maloj bubici
nudi on svoj dar -
mirisan i sladak
cvjetni nektar.



(Spojiti obje ruke.)

*(Malo saviti prste ne odvajajući pritom
jagodice istoimenih prstiju.)*

*(Redom razdvajati prste obiju ruku počevši
od palčeva.)*

(Ispružiti ruke prema naprijed.)



U zagrljaju svoje mame

sve nevolje utješim,

nema ljepšeg mjesta za me,
tu se uvijek smiješim.

*(Spajati sve prste u parove počevši od
palčeva.)*

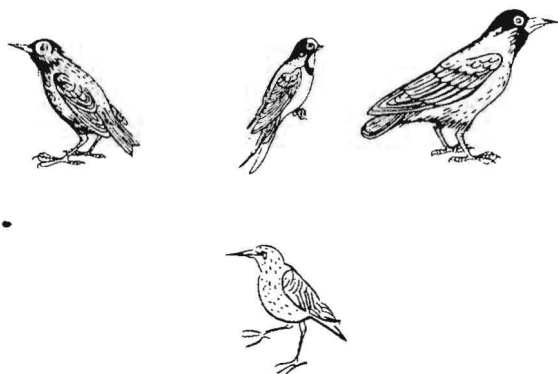
*(Razdvajati sve prste u parovima počevši
od palčeva.)*

*(Spojiti dlanove ukriž i "zagrliti" ih prstima.)
(Stisnuti i otvoriti šake.)*

Tema "Ptice selice"

Vraćaju se natrag kući
iz zemalja stranih, južnih,
cvrkuću nam opet ševe,
nose kraj tih dana tužnih.

(Postupno spajati prste obiju ruku s
palčevima.)
(Spajati prste obiju ruku u parovima
počevši od palčeva.)
(Dlanovima i palčevima oblikovati
"ptičicu", mahati dlanovima.)
(Stisnuti i otvoriti šake.)



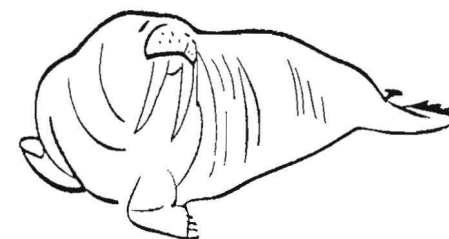
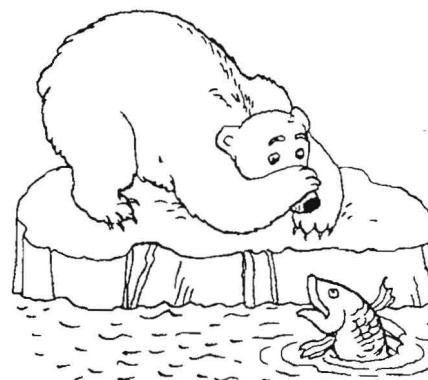
Došlo nam je proljeće,
žubore bistre vode,
iz tla se budi prvo cvijeće,
vraćaju se kući rode.

(Spajati sve prste desne ruke redom s
palcem, počevši od kažiprsta.)
(Spajati sve prste lijeve ruke redom s
palcem, počevši od kažiprsta.)
(Prstima i dlanovima oponašati otvaranje
"cvijeta".)
(Isprepletenim palčevima i dlanovima
oblikovati "pticu", mahati dlanovima kao
krilima.)

Tema "Životinje sjevernih krajeva"

Medvjedić bijeli
mraza se ne boji,
u ledenome moru
ribice on broji.

(Ruke su na stolu dlanovima prema dolje;
razdvojiti i spojiti prste desne ruke, dok
lijeva pritom miruje.)
(Razdvojiti i spojiti prste lijeve ruke, dok
desna pritom miruje.)
(Podizati prste desne ruke jedan po jedan
počevši od palca.)
(Podizati prste lijeve ruke jedan po jedan
počevši od palca.)



Moržu mladom
stari morž reče:
"Riba ti u usta
sama skočit neće.
Nemoj ti na ledu
po cijele dane ležati
jer će ribica od tebe
uvijek spretno bježati."

(Spajati sve prste desne ruke redom s
palcem, počevši od kažiprsta.)
(Spajati sve prste lijeve ruke redom s
palcem, počevši od kažiprsta.)
(Spajati u parove prste obiju ruku počevši
od palčeva.)
(Spojiti dlanove isprepletenih prstiju,
premješati prste u druge položaje.)