
RYTMICKO – POHYBOVÉ HRY

Hviezdica- detské centrum

1. Bum bum na vrátka
otvárajte kozliatka
ja som vaša mamička
zahráme sa trošička.
 2. Kujem kujem podkovičku
koníčkoví na nožičku
kujem kujem vesele
zo železa z ocele.
 3. Každá rúčka má prstíčky
zovrieme ich do pästičky
bum bum na vrátka
to je rozprávka krátka.
 4. Ruky ruky ručičky
máte malé prstíčky
máte malé dlane
zatlieskame na ne.
 5. Takto sa krútia kolesá, kolesá, kolesá
bez nich autobus nehne sa, nemá síl.
 6. Bicy bicy bicykel
zajačik to nevedel
nevedel sa bicyklovať
musel si to opakovať.
 7. Kuki kuki
kde sú ruky?
Lárom – fárom
tu sú ruky!
 8. Hrášok je guľatučký
šošovička hladká
petržlen je kučeravý
a mrkvička sladká.
 9. Slniečko sa hnevalo
za mračná sa schovalo
vietor dýcha mrázik z úst
lamentuje každý prst.
 10. Ústočka sú na papanie
na vône je malý nos
očka aby videli
ušká aby počuli.
-

11. Guľatá som maličká
volajú ma loptička
skáčem sem a skáčem tam
(všetky) malé deti zabávam.
12. Guli guli gulička
poslúchaj ma trošička
guli guli gulička
kotúľaj sa trošička.
13. Skáče lopta červená
od večera do rána
celú nôcku nespala
iba takto skákala.
14. Tik tak tik tak
zvonja hodiny
tik tak tik tak
v našej kuchyni.
15. Skákala blška okolo bruška
cupi – lupi do kopčeka
potom koprc do pupčeka.
16. Na svietnik vysoký sa malá myška štvirá
hore kričí mama – mama!
Ale mamy nikde niet
tak sa do kľbka stočí a skotúľa sa spať.
17. Fúkaj fúkaj vetričku
zhod' mi jednu hruštičku
zhod' mi jednu lebo dve
však sú sladké obidve.
18. Raz sa prsty hádali
akú prácu konali
palec ten je silný
ukazovák pilný
prostredníček najväčší
prsteníček najkrajší
a malíček najmenší
raz, dva, tri zatlieskajme si.
19. Paci paci pacičky
to sú moje ručičky
teraz je z nich mištička
kto z nej pije? mačička!
20. Jedna kača dve kače
piekli spolu koláče
jedna si ich spálila
a tá druhá chválila.

21. Čimčarara čim čim čim
ja si trošku poskočím
teraz čupím ako peň
ani prstom nepohnem.
22. Skáče havko na dvore
mačička spí v komore
havko robí hav hav hav
a mačička mňau mňau mňau mňau.
23. Hore rúčky na ramienka
položíme na kolienka
zatlieskame tralala
vyskočíme hopsa sa.
24. Keď sa ja načiahnem
vysoko dočiahnem
keď sa ja skrčím
zeme sa chytím
keď si ja sadnem
ani sa nehnem
nakoniec sa zatočím
a vysoko vyskočím.
25. Ľavá nôžka pravá nôžka
zatancujeme si troška
hlboko sa pokloníme
veselo sa zatočíme.
26. Osievame múčku v slamennom klobúčku
čo naosievame mlynárovi dáme
a čo zvýši to Mariši
a čo zostane tak to Zuzane.
27. Ja som koník bystrá nôžka
poskočím si hopsa troška
hopsa hopsa hopi hop
veliký a malý skok.
28. Skáče žaba po blate
kúpime jej na gate
na aké? na také
na zelené strakaté.
29. Lezie žaba po rebríku
naťahuje elektriku
ide to nejde to
necháme to na leto.
30. Hop sa hop sa na koničku
idem idem po mamičku
hopsa hopsa hopi hop
urobíme veľký skok.

31. Hijo heta na koničku
do Račkovej po pšeničku
hijo heta na koni
pojegli psy tvarohy
iba jeden zostal
detičkám sa dostal.
32. Mám koníka bieleho
posadím sa na neho
hijó cválaj koník môj
a keď poviem prf tak stoj.
33. Pláva kačka po jazere
vo vode si šaty perie
rybky sem rybky tam
ja vás všetky pochytám.
34. Búcha bubeniček búcha na bubon
a zvoláva chlapcov chlapci poďte von
zahráme sa na vojakov
dosť je pušiek aj bodákov.
35. Varí mama kašičku
v maľovanom varničku
jeden, dva, tri, štyri, päť
a teraz to všetko zjedz.
36. My sme malé kuchárôčky
navaríme polievočky
napečieme buchty sladké
popapať ich dáme Zuzke.
37. Fúka fúka vetrík stále
pofukuje kvietky v tráve
lístočkami pohybujú
a nový deň oznamujú.
38. Hojda hojda hojda padla mačka z pôjda
padla na koláče teraz v kúte plače
hojda hojda hojdice plačte všetky mačice.
39. Letí letí lietadlo
letí aby nepadlo
letí ponad stráne
letí ponad pláne
potom nazad domov k mame.
40. Letí letí lietadlo
keby na zem dosadlo
zatlieskajte deti
lebo dolu letí.
41. Lienka malá ráno vstala
košielku si v rose prala
vietor silno zafúkal
košielku je roztrhal.

42. Kladivo je nosaté
búcha ako najaté
užitočná je to vec
ale pozor na palec.
43. Prší prší dáždiček
na zelený dáždniček
klope klope prstíkom
kto je pod tým dáždnikom?
44. Ideme ideme do lesa
zlámali sa nám kolesá
ideme ideme ako vlak
rýchlejšie letíme ako vták.
45. Štyri kroky dopredu
a štyri kroky dozadu
jeden sem druhý tam
ja sa z toho zamotám.
46. Ďateľ d'obká d'ob, d'ob, d'ob
vrabec skáče hop, hop, hop
ďateľ ťuká ťuk, ťuk, ťuk
a už ani muk.
47. Kuje kováč podkovičku
koníčkovi na nožičku
hotová je ešte dnes
ty ma koník dobre nes.
48. Ide ide vláčik ide ide vlak
poďte milé deti poďte nasadať
ideme my do Popradu
kúpime tam čokoládu
ide ide vláčik ide ide vlak.
49. Veľká novina priletela bublina
bublina sa nafukuje
pekne pritom poskakuje
pozrite sa deti
bublina tam letí!
50. Zima zima detičky
oziabu nás ručičky
cupy cup ťapy ťap
nebojím sa nemám strach
- líčka máme červené
a nošteky studené
cupy cup ťapy ťap
nebojím sa nemám strach

51. Dobrý deň, dobrý deň
Prajeme si krásny deň
Dobrý deň, dobrý deň
Ja dnes hnevať nebudem
- Dobrý deň, dobrý deň
To je dneska krásny deň
Dobrý deň, dobrý deň
Stretneme sa o týždeň.
52. Syčí sivý had, nemá on ľudí rád
Keď človeka zočí, hned' sa do es stočí.
53. Sladko spí si sedmospáč
Slnko svieti vstávať ráč
Sedmospáč je Samko
Oblejte ho mamko.
55. Bim bam bom, takto zvoní zvon
Cingy lingy, cingy lingy, takto zvoní konvalinky.
56. Gágal gunár na dvore
Až mu vyschlo v gágore
Húska krajšie gága
V potoku sa mága.
57. Ide ide panáčik, má on žltý zobáčik
Kde vodička zurčí, tam zobáčik strčí.
58. Pásla ovečky v zelenom hájičku
Pásla ovečky v čiernom lese
Ja za ňou dupi dupi dup
Ona zas cupi cupi cup
Pásla ovečky v zelenom hájičku
Pásla ovečky v čiernom lese.
59. Bľačia ovce za rána, bača pečie barana
Babke tečú slinky, na kus baraninky.
60. My sme smelí námorníci, veslujeme po pravici
Až to more preplávame, vrátíme sa domov k mame.
61. My sme malí námorníci,
Vypijeme rum a do vody bum.
62. Pláva rybka ako strela,
Vystrelená rovno z dela
Ak vieš plávať ako psík
Chytíš rybku za chvostík.
63. Hojda hojda Anička sa hojdá
Opica má chvost a už bolo dost'.

64. Bruško pupček zadoček
Neteč voda do očiek
Požičia nám sloník sprchu
O chvíľočku sme už v suchu.
65. Aj keď sme my maličké
Poplávame k mamičke
Voda je náš kamarát
Ktože by ju nemal rád.
66. Letí letí lietadlo
Pozor aby nespadlo
Lietadlo je vo vzduchu
a detičky na brušku.
67. Bolo raz jabĺčko krásne, malo líčka červené
Jeho jasná farba žiary ach mamka daj ho mne
Keď som zaľala doň zúbky, pochytil ma veľký strach
Lebo červík vyšiel z hĺbky a stal si na svoj prach
Bolo nám to obom trápne že má nahryznutý dom
On sa urazene vztýčil a vyplazil sa von.
68. Cip cip cipovička
Mak mak makovička
Cipovička cipová, makovička maková
Keď som bola maličká, hojdala ma mamička
Teraz som už veľiká dávajú mi macíka.
69. Bola babka mala capka
Cupy lupy cupy lupy mala capka
Poslala ho na kopačku
Cupy lupy cupy lupy na kopačku
Doniesol on prázdnu kapsu
Cupy lupy cupy lupy prázdnu kapsu.
70. Učí žabiak deti spievať kvak, kvak, kvak
Mama žaba prikyvuje tak, tak, tak
Žaburienky spievajú, ústočká nadúvajú kvak, kvak, kvak
Ale zrazu utíšil sa žabý hluk, blízko mláky zatrepotal čudný zvuk
A keď bocian priletí mama skríkne na deti ani muk.
71. Kreslím, kreslím maľujem
Modré nebo, čiernu zem
A v lesíčku veveričku
Namaľujem si nožičku.
72. Prala mamka, prala šaty
Pre takéto veľké deti
Keď naprala, vyžmýkala
Na šnúročku vyvešala
Prišiel vetrik šepleta
A šúp šaty do blata

73. Tancovala líška s capkom
Na kopčeku hrboľatom
Tak tam oni tancovali
A chvostíkmi natriasali.
74. Skákal pes cez oves, cez zelenú lúku
Šiel za ním poľovník s pierkom na klobúku.
75. Na cestičke macko oriešky si chrumká
Ani by ste neverili ako pekne brumká
Ani by ste neverili ako pekne brumká.
76. Slnko, slnko pod' naše líčko
Dáme ti vajíčko
Otvoríme vráta
Dáme ti kus zlata.
77. Kura zobe zob, zob, zob
Vravec skáče hop, hop, hop
Ďateľ ťuká ťuk, ťuk, ťuk
A už ani muk.
78. Pílime si polienko
Neprepíľ mi kolienko
Pílime si polená
Až po staré kolená.
79. Kráča bocian kráča
Vo vode sa máča
Každú chvíľu naďabí
Na žaby a na raky.
80. Pozrite sa husto sneží
malý zajko poľom beží
hopi sem a hopi tam
kdeže sa ja podieť mám?
Príď k nám zajko do školičky
zahráme ti na husličky
fidli sem a fidli tam
tu nebudeš nikdy sám.
81. Tancovala líška s capkom
na kopčeku hrboľatom
tak tam spolu hopsasali
a chvostíkmi natriasali.
82. Takto bocian kráča
vo vode sa máča
hlavou krúti sem a tam
kde tú žabku hľadať mám?
Keď tú žabku zočí
takto po nej skočí.