

# ΧΕΡΙΑ ΚΑΘΑΡΑ ΓΙΑ ΣΩΜΑΤΑ ΓΕΡΑ!!!

<https://www.youtube.com/watch?v=AEyNFMajgVI>

Παρακολουθήστε το παραπάνω βίντεο σχετικά με το πώς να πλένουμε σωστά τα χέρια μας. Έπειτα, δείτε τις εικόνες και πηγαίνατε να πλύνετε τα χέρια σας με τον ίδιο τρόπο! Και μην ξεχνάτε!! Δεν σταματάμε να τα πλένουμε τα χεράκια μας μέχρι να τραγουδήσουμε όλο το τραγούδι γενεθλίων «Να ζήσεις...και χρόνια πολλά»!



Τρίβουμε τις παλάμες μεταξύ τους.



Τρίβουμε ανάμεσα στα δάχτυλα με την παλάμη του ενός χεριού πάνω στη ράχη του άλλου.



Τοποθετούμε τα χέρια παλάμη με παλάμη, πλέκουμε τα δάχτυλα και τρίβουμε καλά.



Τρίβουμε τις ράχες των δαχτύλων του ενός χεριού στην παλάμη του άλλου χεριού.



Τρίβουμε περιστροφικά τα ακροδάχτυλα του ενός χεριού στην παλάμη του άλλου.



Τρίβουμε με περιστροφικές κινήσεις τους αντίχειρες μέσα στις παλάμες.