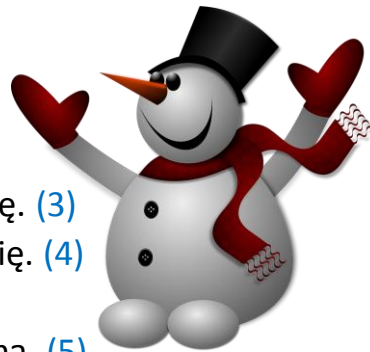


## Zimowa zabawa muzyczno-ruchowa „Bałwanek” ilustrowana ruchem

(sł. i muz. Monika Majewska)



1. Mały bałwanek, mały bałwanek na jednej nodze stał. (1)  
Nadeszła zima, nadeszła zima, a on się ciągle chwiał. (2)  
Zima dmuchnęła śniegowym puszką, bałwanek chwieje się. (3)  
Śnieżek nadleciał, upadł pod brzuszkiem, bałwanek śmieje się. (4)
2. Skacze bałwanek, skacze bałwanek, dwie śnieżne nóżki ma. (5)  
I przytupuje, i podskakuje, obroty robi dwa. (6)  
Zima dmuchnęła śniegowym puszką, bałwanek kręci się. (7)  
Śniegowe płatki wirują w koło, bałwanek kłania się. (8)
3. Tańczy bałwanek, tańczy bałwanek, a w ręce miotłę ma. (9)  
Masuje brzusek, masuje brzusek, głód w brzuszku marsza gra. (10)  
W koło wirują śniegowe płatki, bałwanek łapie je. (11)  
I coraz większy jest nasz bałwanek, bo śnieżek ciągle je. (12)

### Na słowa piosenki dzieci:

- (1) stają na jednej nodze;
- (2) zmieniają nogę i ponownie stają na jednej nodze oraz kotłyszają się na boki;
- (3) stają obunóż, ręce unoszą nad głowę i kotłyszają się do przodu, do tyłu i na boki;
- (4) układają dłonie na brzuchu i śmieją się;
- (5) przeskakują z nogi na nogę;
- (6) jeden raz tupią, jeden raz podskakują w miejscu i wykonują dwa obroty;
- (7) rozkładają ręce na boki i kręcą się dookoła;
- (8) wykonują „młynek” dłońmi z jednoczesnym pochylaniem się do przodu;
- (9) układają dłonie na biodrach i wystawiają do przodu raz jedną, raz drugą nogę;
- (10) masują swoje brzuszki a następnie rytmicznie się po nich klepią;
- (11) podskakują i naśladują łapanie śniegowych płatków;
- (12) przykucają i stopniowo wstają dotykając ust raz jedną, raz drugą dłonią