

# ZABAWY PALUSZKOWE I MASAŻYKI



## Myszka i serek

**Skrobie serek myszka mała,  
bardzo dużo naskrobała.**

(„grabimy” plecy dziecka rozstawionymi palcami)

**Teraz ser do norki niesie  
(kroczymy palcami)**

**a część na wózek wiezie.**

(kreślimy dwie równoległe linie palcami wskazującymi po  
plecach)

**Równo w norce go rozkłada,  
myszek cieszy się gromada,  
(lekko stukamy palcami)**

**z apetytem gładzą brzuszki**

(głaszczemy plecy ruchem okrężnym),

**aż z radością tupią nóżki.**

(lekko stukamy wszystkimi palcami)

**A gdy serek cały zjadły,**

(głaszczemy plecy ruchem zgarniającym.)

**do snu szybko się pokładły.**

(kładziemy dłonie na środku pleców)

## Zupa

**Mama zupę gotowała.**

**W wielkim garnku ją mieszała** – naśladujemy mieszanie zupy

**Przyprawiła, smakowała** - naśladujemy przyprawianie i smakowanie

**Do talerza Ci naleła** - robimy miseczkę z raczek

## Dziesięć paluszków, dwie dłonie

**Ja dziesięć palców mam**

(pokazujemy wszystkie palce),

**Na pianinie gram**

(uderzamy palcami o kolana).

**Ja dwie ręce mam**

(pokazujemy dłonie),

**Na bębnie gram**

(uderzamy dłońmi o kolana).

**Ja dziesięć palców mam**

(pokazujemy wszystkie palce),

**I na trąbce gram**

(poruszamy wszystkimi palcami przed ustami).

**Ja dwie ręce mam**

(pokazujemy dłonie),

**I zaklaşcze wam** (klaşczemy w dłonie).

## Rączki robią klap, klap, klap

Rączki robią klap, klap, klap.  
Nóżki robią tup, tup, tup.  
Tutaj swoją głowę mam  
A na brzuszku bam, bam, bam.  
Buzia robi am, am, am  
Oczka patrzą tu i tam.  
Tutaj swoją główkę mam,  
I na nosku sobie gram

## Auto

Auto do myjni przyjechało, bo się umyć ładnie chciało.

Umyto:

Pierwsze koło podstawowe (głaszczemy mały palec),  
Drugie koło podstawowe (głaszczemy drugi palec),  
Trzecie koło podstawowe (głaszczemy trzeci palec),  
Czwarte koło podstawowe (głaszczemy czwarty palec),  
Piąte koło zapasowe (głaszczemy kciuk).

## Wąż

**Sunie, sunie, sunie ,sunie, sunie długi wąż**

(Naśladujemy palcami ruchy węża w różnych kierunkach po całych plecach dziecka)

**Syczy, syczy, syczy, syczy Nie dotykaj go**

(Delikatnie dotykamy pleców dziecka w różnych miejscach)

**Zwija, zwija, zwija, zwija w kłębek się.**

(Na plecach dziecka rysujemy palcem okręgi)

**I zasypia i zasypia**

**Prześpi cały dzień**

## Małe rączki

Dwie małe rączki klaszczą,

Czasami się pogłaszczą.

W kolanka zastukają

i wszystkim pomachają.

## Wąż

**Sunie, sunie, sunie ,sunie, sunie długi wąż**

(Naśladujemy palcami ruchy węża w różnych kierunkach po całych plecach dziecka)

**Syczy, syczy, syczy, syczy Nie dotykaj go**

(Delikatnie dotykamy pleców dziecka w różnych miejscach)

**Zwija, zwija, zwija, zwija w kłębek się.**

(Na plecach dziecka rysujemy palcem okręgi)

**I zasypia i zasypia**

**Prześpi cały dzień**

## Małe rączki

Dwie małe rączki klaszczą,

Czasami się pogłaszczą.

W kolanka zastukają

i wszystkim pomachają.

## Myszka i serek

**Skrobie serek myszka mała,  
bardzo dużo naskrobała.**

(„grabimy” plecy dziecka rozstawionymi palcami)

**Teraz ser do norki niesie  
(kroczymy palcami)**

**a część na wózek wiezie.**

(kreślimy dwie równoległe linie palcami wskazującymi po  
plecach)

**Równo w norce go rozkłada,  
myszek cieszy się gromada,  
(lekko stukamy palcami)**

**z apetytem gładzą brzuszki**

(głaszczemy plecy ruchem okrężnym),

**aż z radością tupią nóżki.**

(lekko stukamy wszystkimi palcami)

**A gdy serek cały zjadły,**

(głaszczemy plecy ruchem zgarniającym.)

**do snu szybko się pokładły.**

(kładziemy dłonie na środku pleców)