

*Wszyscy są, witam was. Zaczynamy już czas.  
Jestem ja, jesteś Ty.  
Raz, dwa, trzy.*

*A gimnastyka dobra sprawa  
Dla nas wszystkich to zabawa  
Ręce w górę, w przód i w bok  
Skłon do przodu, w górę skok.*

*Głowa, ramiona, kolana pięty  
Kolana, pięty, kolana, pięty  
Głowa, ramiona, kolana, pięty  
Oczy, uszy, usta, nos.*

*Kropka, kropka, kreska, kreska i duże kółeczko,  
Uśmiechnięte mamy buzie jak złote słońeczko.*

*Kropka, kropka, kreska, kreska kółeczko z niteczki,  
Uśmiechnięte mamy buzie jak srebrne gwiazdeczki.*

*Tu lewą mam rączkę, tu prawą rączkę  
mam, jak praczki pracują, pokażę  
ja wam.*

*Tak piorą, tak piorą przez cały  
długi dzień. (x2)*

*Tu lewą mam rączkę, tu prawą rączkę  
mam, jak praczki pracują, pokażę  
ja wam.*

*Wieszają, wieszają przez cały długi  
dzień. (x2)*

*Tu lewą mam rączkę, tu prawą rączkę  
mam, jak praczki pracują, pokażę  
ja wam.*

*Prasują, prasują przez cały długi  
dzień. (x2)*

*Tu lewą mam rączkę, tu prawą rączkę  
mam, jak praczki pracują, pokażę  
ja wam.*

*Składają, składają przez cały długi*

*dzień. (x2)*

*Tu lewą mam rączkę, tu prawą rączkę  
mam, jak praczki tańczą, pokażę  
ja wam.*

*Tańczą, tańczą przez cały wolny  
dzień. (x2)*

*Chwat pajak się wspinał po rynnie raz i dwa,  
lecz nagle spadł deszczyk i pajak z rynny spadł.  
A potem wyszło słońce i pajak wysechł w mig.  
I dalej się wspina po rynnie raz, dwa, trzy.*

*Małe pajęczki zgrabne mają rączki,  
plotą pajęczynkę, by nakarmić swą rodzinę.  
Nagle przyszedł wiatr, dmuchnął w cały świat.  
Zerwał pajęczynkę, przewrócił rodzinę.*