

TEKST PIOSENKI:

Co tu robić? Rety! Rety! (ręce w wagę/wahadło, dzieci bujają nimi na boki)
Katar złapał mnie niestety (ręce lewa, prawa machają przed twarzą w górę i dół, na przemian)
Nos zatkany... Czego szukać (ręce na krzyż, dzieci robią X, maszerują)
W co najlepiej nos wydmuchać? (paluszek na głowę wskazuje pomysł)

Mam ściereczkę, mam bluzeczkę (ręka w lewa do góry, ręka prawa do góry)
Mam skarpetkę i gąbeczkę (ręka w lewa w dół, ręka prawa w dół)
Mam dwie sznurówki i dwa liście (ręce do góry, kołowrotek)
I chusteczkę oczywiście (duże koło rękami, dzieci ruszają paluszkami)

Katar mnie od rana trzyma (uderzanie w kolana dwoma rączkami, zaciśnięte rączki)
Już nie mogę z nim wytrzymać (ręce na boki góra, bok, dół)
Cierpliwości więcej nie mam (dzieci kucają)
By wydmuchać nos wybieram: (podskok i machanie rękami w górze)

Nie w ściereczkę, nie w bluzeczkę (ręka w lewa do góry, ręka prawa do góry)
Nie w skarpetkę, nie w gąbeczkę (ręka w lewa w dół, ręka prawa w dół)
Nie, nie w sznurówki, ani w liście (ręce do góry, kołowrotek)
Lecz w chusteczkę oczywiście! (duże koło rękami, dzieci ruszają paluszkami)

Dziś kataru nie mam wcale (dzieci łączą się w pary i kręcą w koło)
Już się czuję doskonale (dzieci dalej kręcą się w koło, zmieniają kierunek kręcenia)
Bo chusteczka moja mała (ręce proste, wyciągnięte do przodu, machanie)
W końcu mnie uratowała (serduszko przed buzią, ręce pod twarzą)

Nie w ściereczkę, nie w bluzeczkę (ręka w lewa do góry, ręka prawa do góry)
Nie w skarpetkę, nie w gąbeczkę (ręka w lewa w dół, ręka prawa w dół)
Nie, nie w sznurówki, ani w liście (ręce do góry, kołowrotek)
Lecz w chusteczkę oczywiście! (duże koło rękami, dzieci ruszają paluszkami)

Jeśli katar cię dopadnie (ręce obok głowy, kiwanie wskazujące problemy)
Teraz chyba wiesz dokładnie (ręce złączone, robią koło od lewej do prawej)
Czego wtedy trzeba szukać (gest wskazujący szukanie)
W co najlepiej nos wydmuchać (ręce falują od góry do dołu przed twarzą)

x2

Nie w ściereczkę, nie w bluzeczkę (ręka w lewa do góry, ręka prawa do góry)
Nie w skarpetkę, nie w gąbeczkę (ręka w lewa w dół, ręka prawa w dół)
Nie, nie w sznurówki, ani w liście (ręce do góry, kołowrotek)
Lecz w chusteczkę oczywiście! (duże koło rękami, dzieci ruszają paluszkami)