

# Pląsy harcerskie i zuchowe

---

**Opracowanie: Małgorzata Pięta**

**Na podstawie: [www.zuchy.zhp.pl](http://www.zuchy.zhp.pl)**

## LABADO

Tańczymy labada, labada, labada  
Tańczymy labada małego walczyka  
Tańczą go harcerze, harcerze, harcerze  
Tańczą go harcerze i małe zuchy też

Idziemy ustawieni w kole trzymając się za wymienione przez n – la części ciała np. głowy były – tak  
Uszy były – tak  
Kolana były – nie  
I łapiemy za kolana tańcząc w kole.

## TALAREK

Jak to miło i wesoło  
gdy talarek krąży w koło  
Talar tu, talar tam talareczek tu i tam.  
Gdzie jest talar! - 3x  
lub  
Jak to miło i wesoło  
kiedy grosik krąży wkoło  
grosik tu, grosik  
grosik krąży, tu i tam .  
Gdzie jest grosik! - 3x

### **OPIS ZABAWY:**

Stoimy w kole, prawej dłoni robimy "dziubek"  
z lewej dłoni "łódeczkę".

Zaczynamy śpiewać, rytmicznie przenosimy prawą dłoń - "dziubek" z własnej dłoni - "łódeczki"  
do "łódeczki" sąsiada z prawej strony.

W tym czasie osoby podają sobie dyskretnie  
przez cały czas "talarek" - "grosik"  
który przenoszony jest z "łódeczki" do "łódeczki"

Na słowa

"Gdzie jest talar!" lub "Gdzie jest grosik!" - wszyscy wyciągają ręce do środka koła  
z dłońmi zaciśniętymi w pięści i potrząsając nimi rytmicznie na wyprostowanych rękach.  
Jedna osoba stojąca w środku, bez podglądania musi szukać talarka lub grosika.  
Jeśli go nie znajdzie zostaje dalej w kole.

### **INFORMACJA:**

Oczywiście do tej zabawy musimy mieć "rekwizyt" czyli najlepiej jakąś monetę lub kamyk.

## Pląsy harcerskie i zachowe

---

Osoba stojąca w środku przez cały czas trwania zabawy szuka grosika

### MUZYKANCI KONSZABELANCI

Jestem muzykantem, konszabelantem.

A my - muzykanci, konszabelanci.

Ja umiem grać

i my umiemy grać:

Na flecie,

na flecie!

Firlalalajka, firlalalajka,

firlalalajka, firlalalajka, bęc!

Jestem muzykantem...

...Na bębnie,

na bębnie:

Bumtarara, bumtarara...

Firlalalajka..., bęc!

Jestem muzykantem...

...Na trąbce,

na trąbce!

Trutututu, trutututu...

Firlalalajka...

Bumtarara..., bęc!

Jestem muzykantem...

...Na skrzypcach,

na skrzypcach!

Cimcirimci, cimcirimci...

Firlalajka...

Bumtarara...

Trutututu..., bęc!

#### OPIS:

Wszyscy stoją na okręgu. Prowadzący śpiewa pierwszy wers piosenki, a pozostali odpowiadają mu drugim itd. Podczas śpiewania refrenu wszyscy naśladują się grę na danym instrumencie. W kolejnych refrenach dodaje się wszystkie instrumenty z poprzednich refrenów.

### Ojciec Wirgiliusz

Ojciec Wirgiliusz

Uczył dzieci swoje

A miał ich wszystkich

Prawdziwe roje

## Pląsy harcerskie i zachowe

---

Takie malutkie (pokazujemy ręką nisko)  
I takie wielkie (pokazujemy ręką wysoko)  
Takie grubiutkie (pokazujemy rękami szeroko)  
I takie cienkie (pokazujemy rękami wąsko)  
Tralali i tralala  
śpiewasz ty śpiewam ja  
Gdy melodia z wiatrem gna  
Tralali i tralala  
Ojciec Wirgiliusz  
Kochał swoje dziatki  
Kupił im wszystkim  
Bluzeczki w kwiatki (pokazujemy ręką bluzeczkę rysując na niej kwiatki)  
Spodenki w kratkę (pokazujemy ręką spodenki rysując na nich kratki)  
W paseczki czapki (pokazujemy ręką czapkę z daszkiem)  
Koszulki w kulki (pokazujemy ręką bluzeczkę rysując na niej kulki)  
I klapki w ciapki (pokazujemy ręką buty i malując na nich ciapki)  
Tralali i tralala  
śpiewasz ty śpiewam ja  
Gdy melodia z wiatrem gna  
Tralali i tralala  
To jest piosenka  
Na niepogodę  
Na chmurny piątek  
Deszczową środę  
Dla wszystkich dzieci  
Od Wirgiliusza  
Bo ten Wirgiliusz  
To złota dusza  
Tralali i tralala  
śpiewasz ty śpiewam ja  
Gdy melodia z wiatrem gna  
Tralali i tralala

### ABRAHAM

1. Stary Abraham miał siedmiu synów,  
Siedmiu synów miał stary Abraham.  
A oni siedli, i nic nie jedli i zaśpiewali sobie tak:  
-Lewa ręka.

2. Stary Abraham miał siedmiu synów,  
Siedmiu synów miał stary Abraham.  
A oni siedli, i nic nie jedli i zaśpiewali sobie tak:  
- Lewa ręka, prawa ręka, lewa noga, prawa noga,

# Pląsy harcerskie i ruchowe

---

a tego jeszcze głowa.

(do każdej zwrotki, jest ich 5, dodajemy jedną „kończynę”)

## STONOGA

Idzie, idzie stonoga, stonoga, stonoga

Idzie, idzie stonoga, stonoga bęc

Pierwsza noga itp.

### OPIS ZABAWY:

Ustawiamy się jak do „pociągu” i idziemy po woli, na „bęc” stonoga się zatrzymuje i pierwsza osoba podnosi prawą nogę do góry mówiąc „ pierwsza noga”, później druga osoba i tak do końca, a później lewa noga i ostatnia osoba idzie na początek.

### Wersja: STONOGA

TEKST:

Idzie sobie stonoga, stonoga, stonoga

idzie sobie stonoga, stonoga, stonoga bęc

głowa, pierwsza noga, druga noga..... ogon!

OPIS ZABAWY:

Ustawiamy się w kole jak do "pociągu" i idziemy powoli rzędem śpiewając, na słowo "bęc" zatrzymujemy stonogę pierwsza osoba krzyczy "głowa", druga osoba podnosi prawą nogę krzyczy "pierwsza noga" i tak dalej trzecia, czwarta...., ostatnia osoba krzyczy "ogon!" biegnie na początek i prowadzi dalej stonogę.

INFORMACJA:

Alternatywa: możemy liczyć prawe nogi,

później lewe nogi, a następnie zaczynać zabawę od początku.

## PODAJMY SOBIE RĘCE

I. Choć świat dokoła, dziwny jest i wielki,

a my tacy mali, mali jak kropelki.

Ref: Podajmy sobie ręce,

w zabawie i w piosence,

w ogródku przed domem,

na łące znajomej.

Podajmy sobie ręce,

przez burzę i przez tęczę,

pod gwiazdą daleką,

nad rzeczką i rzeką.

II. Kiedy nagle z bajki zniknie dobra wróżka,

## Pląsy harcerskie i zachowe

---

kieady szary smutek wpadnie do fartuszka.

Ref: Podajmy sobie ręce,

III. Choć nas czasem dzielą nieprzebyte góry,  
nieskończone drogi, zachmurzone chmury.

Ref: Podajmy sobie ręce,

### MUNDUR CHUSTA PAS ZUCHOWY

Mundur, chusta, pas zachowy,  
(Mundur- pokazujemy mundur,  
Chusta- pokazujemy chustę,  
pas zachowy- pokazujemy pas,)

Beret zdobi głowę,

pokazujemy beret,

A na piersi pięknie błyszczy

Znaczek kolorowy.

(pokazujemy znaczek zucha,)

Ref: to zuchy, to zuchy,

Co tu dalej kryć,

To zuchy, to zuchy,

Dobrze zuchem być.

(maszerujemy w miejscu.)

Biały orzeł to odwaga,

Słońce radość głosi,

Zuch jak sama nazwa mówi,

W ZHP być musi.

### KADRYL

Zapraszamy do kadryla, te melodię każdy zna

Tutaj wszystko się zaczyna, z drugiej strony koniec ma

Raz, dwa, jak pięknie grasz, to rajdowy kadryl nasz

Hej, hej nie rób jaj, graj kadryla, graj

Gdzieś pod Gdańskiem pewnej kurze wmontowali gwizdek w dziurze

Jak się kura chciała nieść, wygwizdała taką treść

Raz, dwa, jak pięknie grasz, to rajdowy kadryl nasz

Hej, hej nie rób jaj, graj kadryla, graj

Koło Pruszcza pewien grajek trudni się barwieniem jajek

Choć wielkanoc już za pasem kończ malować, zagraj czasem

Raz, dwa, jak pięknie grasz, to rajdowy kadryl nasz

Hej, hej nie rób jaj, graj kadryla, graj

Skacze żaba, skacze po mokrym asfalcie

## Pląsy harcerskie i zuchowe

---

A czemu skacze? – bo jest pod napięciem  
Raz, dwa, jak pięknie grasz, to rajdowy kadryl nasz  
Hej, hej nie rób jaj, graj kadryla, graj

### PRZYGOTOWAŁ ZUCH ....

Przygotował zuch dwie nogi,  
Do dalekie ciężkiej drogi.  
Noga lewa, noga prawa,  
To dla zuch jest zabawa.

Ref: Idzie zuch, wicher dmucha,  
I do tyłu ciągnie zucha,  
Ale zuch się nie przejmuje,  
I do przodu maszeruje.

Przygotował zuch dwie ręce,  
Tylko dwie, bo nie ma więcej.  
Ręka lewa, ręka prawa,  
To dla zucha jest zabawa.

Przygotował zuch dwa oka,  
Takie wielkie jak u smoka.  
Oko lewe, oko prawe,  
Oba światy są ciekawe.

,  
Przygotował zuch dwa ucha,  
To zabawa jest dla zucha.  
Ucho lewe, ucho prawe,  
Oba dźwięki są ciekawe.

Przygotował zuch swą głowę,  
Na daleką ciężką drogę.  
Głowa w lewo, głowa w prawo,  
**Takie jest zuchowe prawo.**

### ZUCHY CZUJ..

1. Jeśli nie chcesz, by Ci smutno było wiecznie,  
Ale pragniesz życia swego znaleźć sens,  
Do gromady zuchów zapisz się koniecznie  
I zaśpiewaj razem z nami refren ten.

## Pląsy harcerskie i zachowe

---

ref.: Zuchy czuj, zuchy czuj, zuchy czuj, czuj, czuj  
Zuchy czuj, zuchy czuj, zuchy czuj, czuj, czuj  
Gdy na zbiórce się spotkamy  
Zaśpiewamy wszyscy wraz  
Zuchy-czuj! Zuchy-czuj!  
A odpowie dźwięcznym echem  
Niebo, słońce, rzeka las:  
Zuchy czuj, zuchy czuj, zuchy czuj, czuj, czuj.

2.W domu każdy zuch pomaga swojej mamie,  
Zmiata, zmywa, uwijając się za dwóch.  
Dwóch pół godzin jest już wszystko posprzątane,  
Mama mówi: „Z Ciebie jest prawdziwy zuch!”

ref.: Zuchy czuj, zuchy czuj, zuchy czuj, czuj, czuj

3.Zuch, choć mały jest uczynny i odważny,  
Lubi pracę oraz dobrze uczy się.  
Umie śmiać się i potrafi być poważny,  
Jest pogodny nawet wtedy, gdy mu źle.

ref.: Zuchy czuj, zuchy czuj, zuchy czuj, czuj, czuj

## LEŚNE DUSZKI

Muzyka: Aleksander Pałac  
Słowa: Dorota Gellner  
Śpiewa: Marlena Pawlik

Żyją w lesie małe duszki,  
Które czyszczą leśne dróżki.  
Mają miotły i szufelki  
I do pracy zapał wielki.

Duszki, duszki  
Duszki leśne  
Wstają co dzień  
Bardzo wczesnie  
I ziewając  
raz po raz  
zaczynają  
sprzątać las!

Piorą liście, myją szyszki

## Pląsy harcerskie i zuchowe

---

Aż dokoła wszystko błyszczący.  
Muchomorom piorą groszki  
Bo te duszki to czyścioszki.

Duszki, duszki...

Gdy ktoś czasem w lesie śmieci  
Zaraz duszek za nim leci,  
Zaraz siada mu na ręce  
Grzecznie prosi: - Nie śmieć więcej!

Duszki, duszki...

Gdy małego spytasz zucha, D A  
Czy jest ładny jego znak: A7 D  
Biały orzeł, słońko złote, e A7 D  
Zuch opowie tak: A7 D

Ref.: Owszem owszem, tak, tak, tak, A7 D  
To jest ładne to ma smak. A7 D  
Owszem, owszem, tak tak, tak, e A D  
Dla nas zuchów, to w sam raz. A7 D

A na zbiórce gry zabawy,  
Poznajemy, co to świat.  
Gdy ktoś spyta, nie ma sprawy,  
Odpowiemy tak:

Ref:...

Na wycieczkę, gdy idziemy,  
świeci słońce, śpiewa las,  
Ptak do marszu gwizdże zuchom,  
My śpiewamy tak:  
Ref:...