Piosenka

Obrót, skok!

Dwa tip - topy

Wielki krok

Trochę w lewo

Trochę w prawo

Stop!

I brawo!

Kiedy tylko dzień się zbudzi

I otworzysz oczy swe

Spójrz na wszystkich wokół ludzi

Każdy sport uprawiać chce

Dwa przysiady

Obrót, skok!

Dwa tip - topy

Wielki krok

Trochę w lewo

Trochę w prawo

Stop!

I brawo!

Możesz zagrać w koszykówkę

Możesz z kimś na łyżwy iść

Tańczyć, pływać na żaglówce

Tylko zrób to jeszcze dziś

Dwa przysiady

Obrót, skok!

Dwa tip - topy

Wielki krok

Trochę w lewo

Trochę w prawo

Stop!

I brawo!

Mama tata powtarzają

Że jest ważny w życiu ruch

A ja wiem to nie od dzisiaj

W zdrowym ciele zdrowy duch!

Dwa przysiady

Obrót, skok!

Dwa tip - topy

Wielki krok

Trochę w lewo

Trochę w prawo

Stop!

I brawo!

Dwa przysiady

Obrót, skok!

Dwa tip - topy

Wielki krok

Trochę w lewo

Trochę w prawo

Stop!

I brawo!