Zabawa „stary niedźwiedź mocno śpi”

Spośród dzieci wybierany jest niedźwiedź, który śpi wewnątrz koła utworzonego przez trzymające się za ręce dzieci. Dzieci chodząc dookoła śpiącego niedźwiedzia śpiewają:

„Stary niedźwiedź mocno śpi. Stary niedźwiedź mocno śpi.

My się go boimy, na palcach chodzimy.

Jak się zbudzi, to nas zje. Jak się zbudzi to nas zje.”

Dzieci zatrzymują się i machają ręką w kierunku niedźwiedzia, mówią:

„Pierwsza godzina niedźwiedź śpi!

Druga godzina niedźwiedź chrapie.

Trzecia godzina niedźwiedź łapie.”

Przy słowach trzecia godzina – niedźwiedź łapie, niedźwiedź budzi się i łapie dzieci. Złapane dziecko staje się niedźwiedziem. Zabawę powtarza się kilka razy.