* Dzielny Tristan wyruszył na swoim rumaku w poszukiwaniu królewny (kląskamy językiem, układając usta na przemian wąsko i szeroko).
* Po długiej podróży rycerz dojechał na pustkowie (wymawiamy: prrrr), gdzie stała wysoka wieża (nos jest wieżą: dotykamy językiem nosa), której bronił groźny smok ziejący ogniem (chuchamy otwartą buzią, powietrze ma być ciepłe).
* Bestia była wielka, ale niezbyt bystra. Tristan zakradł się do smoka od tyłu (dotykamy każdego zęba na dolnej szczęce od lewej do prawej strony – liczymy zęby) i ugodził go mieczem (robimy językiem „żądełko” – wysuwamy go jak najdalej do przodu, staramy się, aby jego czubek był jak najwęższy).
* Smok odwrócił się, ale szybki rycerz okrążył wieżę (dotykamy dolnych zębów od prawej do lewej strony – liczymy zęby) i znowu był z tyłu smoka, więc mógł zadać mu kilka ciosów mieczem (robimy językiem żądełko).
* - Już wiem, jak chcesz mnie pokonać, marny rycerzyku – ryknął smok. - Skaczesz dookoła po kamieniach, znajdujących się dalej od wieży, aby mnie zmylić! Zaraz cię złapię! – Słysząc to Tristan postanowił zmienić taktykę i zaczął skakać po kamieniach położonych blisko wieży (dotykamy językiem każdego zęba na górnej szczęce od lewej do prawej strony), dzięki czemu mógł ugodzić smoka mieczem (robimy językiem żądełko).
* Zdziwiony i zdezorientowany smok odwrócił się, ale nasz czujny bohater zdążył już szybko okrążyć wieżę (skaczemy językiem po górnych zębach od prawej do lewej strony) i znowu mógł ukłuć przeciwnika mieczem (robimy językiem żądełko).
* Smokowi tak zakręciło się w głowie, że zapomniał ziać ogniem. Na to właśnie czekał dzielny Tristan, który wskoczył wprost do paszczy smoka i zadawał mu liczne ciosy (robimy językiem piłeczkę – język „skacze” do podniebienia i opada, nie ruszamy przy tym brodą). W ten sposób ostatecznie pokonał złą bestię.
* Po tak wyczerpującej walce rycerz mógł wspiąć się po królewnę (dotykamy językiem brody i przesuwamy go powoli do nosa) i zabrać ją z wieży (kierujemy język z nosa   
  w stronę brody).
* Rycerz i królewna, cali i bezpieczni, uśmiechnęli się do siebie z radością (uśmiechamy się szeroko) i pocałowali (posyłamy całuski – bardzo wąskimi ustami).
* Nawet koń cieszył się szczęściem naszych bohaterów (parskamy luźno wargami).
* Po krótkim odpoczynku dzielny Tristan wrócił do domu z piękną królewną (kląskamy jak koń).
* Kiedy bohaterowie dotarli na miejsce, wszyscy mieszkańcy królestwa witali się z nimi wśród okrzyków radości i łez szczęścia. Dzielny Tristan i uratowana królewna przywitali się z królem, królową i wszystkimi siostrami królewny (uśmiechamy się   
  i posyłamy całuski na przemian).

**Tak skończyła się historia o dzielnym i sprytnym Tristanie. Rycerz dostał w nagrodę połowę królestwa, a królewna z chęcią została jego żoną. I żyli długo i szczęśliwie!**

*Opracowała Alina Duszyńska*