

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ  
АДМИНИСТРАЦИИ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ЩЕРБИНОВСКИЙ РАЙОН

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ЩЕРБИНОВСКИЙ РАЙОН  
СТаница Старощербиновская

Принята на заседании  
педагогического/методического совета  
от «29» мая 2020 г.  
Протокол № 6

Утверждаю  
Директор МБУ ДО ДДТ  
ст. Старощербиновская  
М.П. А.В. Приймак  
«30» июня 2020 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

«КАПЕЛЬКИ+» (хореография)

Уровень программы: ознакомительный

Срок реализации программы: 1 год – 72 часа

Возрастная категория: от 6 до 7 лет

Состав группы: до 18 человек

Форма обучения: очная

Вид программы: модифицированная

Программа реализуется на бюджетной основе

ID-номер Программы в Навигаторе: 9784

Автор-составитель:  
Шемендюк Светлана Ивановна,  
педагог дополнительного образования

ст. Старощербиновская, 2020 г.

**ПАСПОРТ**  
**дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**  
**художественной направленности «Капельки+»**  
**(наименование программы с указанием направленности)**

|                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Наименование муниципалитета                                      | Щербиновский район                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Наименование организации                                         | муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования Дом детского творчества муниципального образования Щербиновский район станица Старощербиновская                                                                                                                                                                       |
| ID-номер программы в АИС «Навигатор»                             | 700                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Полное наименование программы                                    | Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Капельки»                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Механизм финансирования (ПФДО, муниципальное задание, внебюджет) | ПФДО                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| ФИО автора (составителя) программы                               | Шемендюк Светлана Ивановна                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Краткое описание программы                                       | Занятия в объединении направлены на общее развитие дошкольников, на приобретение устойчивого интереса к хореографии в дальнейшем. Учебный материал включают в себя лишь элементарные ритмические движения, объединенных в отдельные комплексы, игры и композиции. Все разделы программы объединяет игровой метод проведения занятий. |
| Форма обучения                                                   | очная                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Уровень содержания                                               | базовый                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Продолжительность освоения (объем)                               | 144                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Возрастная категория                                             | от 5 до 7                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Цель программы                                                   | формирование у учащихся творческих способностей через приобщение детей к искусству хореографии                                                                                                                                                                                                                                       |
| Задачи программы                                                 | образовательные (предметные):<br>сформировать основные уме-                                                                                                                                                                                                                                                                          |

|                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                      | <p>ния, навыки в области хореографического искусства;</p> <p>привить учащимся умение слышать и слушать музыку и передавать ее содержание в движении;</p> <p>сформировать способность выразительного исполнения в танце;</p> <p>развитие основных физиологических качеств (координированность, грациозность, гибкость, выносливость).</p> <p><i>Личностные:</i></p> <p>выявить и способствовать развитию индивидуальных способностей ребенка для дальнейшего личностного роста;</p> <p>привить навыки подвижного и здорового образа жизни;</p> <p>развить творческие способности учащихся;</p> <p>содействовать формированию мотивации ребенка в занятиях хореографией;</p> <p>воспитать самостоятельность, инициативность, стремление к саморазвитию.</p> <p><i>Метапредметные:</i></p> <p>сформировать навыки коммуникации, (общение, взаимодействие) со сверстниками при решении различных творческих задач на занятиях хореографии;</p> <p>освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;</p> <p>позитивная самооценка своих творческих возможностей;</p> <p>привить ответственное отношение к занятиям.</p> |
| Ожидаемые результаты | <p><i>Образовательные:</i></p> <p>к концу учебного года учащиеся будут:</p> <p>знать основные хореографические термины;</p> <p>знать основные хореографические движения (выпады, ход лицом</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |

|                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                 | <p>и спиной, бег с подскоком, галоп спиной и лицом со сменой ног, прыжковые комбинации и т.д.);</p> <p>навыки простых перестроений в танце;</p> <p>исполнять танцевальные композиции предусмотренные Программой;</p> <p>знать танцевальные комбинации (связки, переходы, элементы танцев);</p> <p>уметь ориентироваться в пространстве.</p> <p><i>Личностные</i></p> <p>к концу учебного года учащиеся будут:</p> <p>проявление устойчивого интереса к танцевальному искусству;</p> <p>иметь навыки подвижного и здорового образа жизни;</p> <p>проявлять культуру общения и поведения в коллективе;</p> <p>иметь устойчивую мотивацию к занятиям хореографией;</p> <p>воспитать самостоятельность, инициативность, стремление к саморазвитию;</p> <p>проявлять такие качества как целеустремленность, чувство ответственности за результат совместной деятельности, терпение и выдержку.</p> <p><i>Метапредметные:</i></p> <p>проявляют танцевальные способности, умение двигаться под музыку, чувство ритма;</p> <p>проявляют такие способности как гибкость, выносливость, координацию движений, концентрацию внимания;</p> <p>адекватно воспринимают оценку педагога, других учащихся, родителей.</p> |
| Особые условия<br>(доступность для детей с ОВЗ) | нет                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Возможность реализации в сетевой форме          | нет                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |

|                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Возможность реализации в электронном формате с применением дистанционных технологий | да                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Материально-техническая база                                                        | просторное, светлое помещение с зеркалами, отвечающее санитарно-гигиеническим нормам;<br>удобная обувь (чешки, балетки) и одежда для занятий ритмикой (девушкам — футболки и юбки, юношам — футболки и брюки);<br>аудиоаппаратура;<br>CD диски, флеш-накопитель, компьютер |

### **Нормативные основания для создания дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

2. Указ президента Российской Федерации от 7 мая 2018 года № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года».

3. Национальный проект «Образование», утвержденный президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24 декабря 2018 года № 16).

4. Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование детей», в редакции протокола президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам от 19 сентября 2017 года № 66 (7).

5. Федеральный проект «Успех каждого ребенка», в редакции протокола заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 7 декабря 2018 года №3.

6. Региональный проект «Успех каждого ребенка» в редакции протокола проектного комитета от 9 апреля 2019 года №5.

7. Приказ министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 № 196 «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

8. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 года № 41 «Об утверждении СанПин 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

9. Методические рекомендации Институт регионального образования Краснодарского края по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (2016 год).

10. Методические рекомендации Институт регионального образования Краснодарского края по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (2020 год).

11. Устав муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования Дом детского творчества муниципального образования Щербиновский район станица Старощербиновская.

Раздел I. Комплекс основных характеристик образования:  
объем, содержание, планируемые результаты

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная программа «Капельки плюс» имеет **художественную направленность**.

**Актуальность** предлагаемой о программы определяется запросом со стороны детей и их родителей на программы художественно-эстетического развития старших дошкольников, приобщении их к классическому, народному и эстраднему танцу, раскрытии в детях разносторонних способностей. Программа хорошо адаптирована для реализации в условиях временного ограничения (приостановки) для обучающихся занятий в очной (контактной) форме по санитарно-эпидемиологическим и другим основаниям и включает все необходимые инструменты электронного обучения.

### **Новизна данной программы**

Дополнен список литературы, интернет-ресурсы.

**Педагогическая целесообразность** программы обусловлена тем, что занятия развивают гибкость, быстроту и координацию движений, правильную походку, красивую осанку. В танце проявляется жизнерадостность и активность ребенка. Обучение детей танцу и развитие у них на этой основе творческих способностей требует от педагога не только знаний соответствующей методики, но и предлагает наличие у него правильного представления о танце, как художественной деятельности, виде искусства. В связи с тем, что сейчас остро стоит проблема гиподинамии, занятия хореографией позволяет восполнить дефицит движений, поэтому была создана программа по хореографии, которая восполняет дефицит движений, способствует развитию грации, осанки, красоты тела, что делает привлекательной данную программу. Выступление на различных мероприятиях является главным воспитательным средством: переживание успеха приносит ребенку моральное удовлетворение, создаются условия для реализации творческого потенциала, воспитываются чувство ответственности, дружбы, товарищества. Поэтому главная задача педагога - помочь детям проникнуть в мир музыки и танца, а не подготовить их к профессиональной сцене.

### **Отличительные особенности программы.**

Данная программа составлена на основе программы А. И. Бурениной «Ритмическая мозаика». – С-Петербург: «Музыкальная палитра», 2000 г, которая предполагает обучение детей с 2 до 9 лет. Тематическая направленность, предложенной программы, позволяет наиболее полно реализовать творческий потенциал каждого ребёнка, способствует развитию целого комплекса умений, совершенствующих двигательные навыки и помогает реализовать потребность в общении. Особенность данной программы состоит в том, что она состоит из отдельных тематических блоков, но в связи со спецификой обучения в танцевальном коллективе, границы их сглаживаются. На одном и том же занятии происходит изучение танцевальных элементов и композиции танца, одновременно выполняются задачи физического, психического и музыкального развития.

Программа реализуется в течение 1 года обучения и предполагает проведение занятий только с детьми старшего дошкольного возраста.

#### **Адресат программы**

Учащиеся старших групп (6-7 лет) муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад №8 комбинированного вида муниципального образования Щербиновский район станица Старощербиновская.

Специальная подготовка не требуется. Наличие медицинского допуска к занятиям обязательно.

**Уровень программы** - ознакомительный

**Срок реализации** – 1 год

**Объем программы** – 72 часа

**Форма обучения** – очная

**Режим занятий:** 1 учебный час 2 раз в неделю. Академический час 30 минут.

#### **Особенности организации образовательного процесса.**

Состав групп преимущественно разновозрастной. На занятиях применяется групповая форма деятельности детей с ярко выраженным индивидуальным подходом.

При реализации программы используются следующие формы занятий:

- занятие
- открытое занятие
- игра
- концерт

Программа адаптирована для реализации в условиях отдаленного поселения или временного ограничения (приостановки) занятий в очной (контактной) форме по санитарноэпидемиологическим и другим основаниям и включает все необходимые инструменты электронного обучения.

#### **Цели и задачи программы**

Целью данной программы является создание условий, способствующих раскрытию и развитию природных задатков и творческого потенциала ребенка в процессе обучения искусству танца.

Задачи обучения следующие:

*образовательные (предметные)*  
 формирование первоначальных музыкально-ритмических навыков,  
 обучение навыкам правильного и выразительного движения,  
 разучивание простых танцевальных композиций;  
 развитие двигательных качеств и умений (гибкость, точность выполнения движений, правильная осанка и др.).

*личностные* – формирование эстетического восприятия окружающего мира, культуры общения и поведения в социуме, навыков здорового образа жизни, развитие активности и самостоятельности, развитие и тренировка психических процессов.

*метапредметные* – развитие мотивации к исполнению танцевальных композиций, потребности в саморазвитии, самостоятельности, ответственности, активности, аккуратности. Развитие умения самостоятельно анализировать и корректировать собственную деятельность.

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### Учебный план

| №<br>п\п | Тема                                            | кол-во часов |        |          | Форма<br>контроля                |
|----------|-------------------------------------------------|--------------|--------|----------|----------------------------------|
|          |                                                 | всего        | теория | практика |                                  |
| 1        | Вводное занятие                                 | 1            | 1      | -        | Диагностика, творческий<br>отчет |
| 2        | Развитие двигательных качеств и умений          | 22           | -      | 22       |                                  |
| 3        | Развитие умения ориентироваться в пространстве  | 8            | -      | 8        |                                  |
| 4        | Развитие творческих способностей                | 6            | -      | 6        |                                  |
| 5        | Развитие и тренировка психологических процессов | 8            | -      | 8        |                                  |
| 6        | Разучивание танцевальных композиций             | 24           | -      | 24       |                                  |
| 7        | Итоговые занятия                                | 3            | -      | 3        |                                  |
|          | ИТОГО                                           | 72           | 1      | 71       |                                  |

### Содержание учебного плана

#### 1. Вводное занятие

**Теория:** цели и задачи третьего года обучения, инструктаж по технике безопасности, инструктаж по противопожарной безопасности.



**Практика:** -

## **2. Развитие двигательных качеств и умений**

**Теория:** -

**Практика:** движения на развитие координации, элементы асимметричной гимнастики, движения по линии танца. Основные: на носках и каблуках, перебаты стопы, высоко поднимая колени, выпады, ход лицом и спиной, бег с подскоками, галоп спиной и лицом со сменой ног, перестроения для танцев, прыжковые комбинации, «линии», «хоровод», «шахматы», «круг», «змейка»;

*общеразвивающие движения* - на различные группы мышц и различный характер, движения позволяющие повышать технику исполнения движения и более точное исполнение танца;

*имитационные движения* - разнообразные образно - игровые движения, которые помогают ребёнку более интересно исполнять танцы;

*танцевальные комбинации* - связки, переходы, элементы танцев, которые изучаются в течение года (приложение №1).

*При дистанционной форме обучения – видео уроки*

## **3. Развитие умений ориентироваться в пространстве**

**Теория:** -

**Практика:** вставать в круг, в пары, несколько кругов. Шеренги, колонны, самостоятельно выполнять перестроения на основе танцевальных композиций (приложение №2).

## **4. Развитие творческих способностей:**

**Теория:** -

**Практика:** развитие умения сочинять несложные танцевальные движения и комбинации, формирование умений использовать знакомые движения в игровых ситуациях, под другую музыку, умение импровизировать, самостоятельно создавая пластический образ, умения оценивать свои творческие проявления и давать оценку другим детям (приложение №3).

## **5. Развитие и тренировка психических процессов:**

**Теория:** -

**Практика:** развитие умения самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, способность координировать слуховое представление и двигательную реакцию, развитие умения выражать эмоции в мимике, развитие восприятия, произвольного внимания, воли и всех видов памяти. В умение выразить своё восприятие в движениях (приложение №4); воспитание культуры поведения на тренировки в процессе обучения, воспитания умения вести себя в не зала (на концертах, конкурсах, семинарах), воспитание чувства такта, умения вести себя в группе во время группового общения с детьми и взрослыми.

*При дистанционной форме обучения – видео уроки*

## **6. Разучивание танцевальных композиций (приложение №5)**

**Теория:** -

**Практика:** танцы: «Капельки», «Веселая полька», «Лимонадный дождик», «Детский вальс»

## **7. Итоговое занятие.**

**Теория:** -

**Практика:** диагностика

*При дистанционной форме обучения – контрольные задания.*

## **Планируемые результаты**

### **Образовательные:**

к концу учебного года учащиеся:

разучат и смогут воспроизводить танцевальные композиции под музыку в паре, группе в соответствии с планом;

будут знать технику исполнения отдельных танцевальных элементов;

освоят названия и смогут показать позиции рук, ног;

освоят танцевальные движения под музыку с игровым предметом;

смогут передать игровой образ при помощи танцевальных движений;

### **Личностные:**

сформируют мотивацию к исполнению танцевальных композиций, потребность в саморазвитии, самостоятельности, ответственности, активности, исполнительности.

### **Метапредметные:**

смогут последовательно выполнять задания, поставленные перед ними педагогам;

оценивать правильность выполнения действий;

адекватно воспринимать оценку педагога, других учащихся, родителей.

## **Раздел II Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации**

Календарный учебный график прилагается

### **Условия реализации программы**

#### материально-техническая база:

просторное, светлое помещение с зеркалами, отвечающее санитарно-гигиеническим нормам;

удобная обувь (чешки, балетки) и одежда для занятий ритмикой (девушкам — футболки и юбки, юношам — футболки и брюки);

аудиоаппаратура;

CD диски, флеш-накопитель

компьютер

#### информационное обеспечение:

аудио-, видео-, интернет-ресурсы

#### кадровое обеспечение

педагог дополнительного образования, обладающий профессиональными знаниями в реализуемой области, знающий специфику работы органи-

зации дополнительного образования, имеющий практические навыки в сфере организации интерактивной деятельности детей.

### **Формы аттестации**

Аттестация проводится в форме творческого отчета, при дистанционной форме обучения – контрольные задания.

### **Оценочные материалы**

**Первое задание** – проявление интереса к музыкально-ритмическим движениям,

**второе** – владение набором программных шагов и музыкально-ритмических движений,

**третье** – умение выполнять движения под музыку с предметами,

**четвёртое** - умение воплощать в элементарных движениях музыкально-игровой образ.

Результат каждого задания оценивается по трех бальной системе (*1высший балл; 3низший балл*), а затем вычисляется суммарный итог по 4–м заданиям.

Развитие учащихся, получивших в сумме по 4-м заданиям:

- от 4-х до 6-ти баллов, рассматриваются как выше среднего

- от 7-и до 9-ти баллов, как средний уровень

- от 10-ти до 12-ти баллов – ниже нормы.

### **ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ:**

#### **Задание №1**

1 балл. Учащийся проявляет активный интерес к музыкально-ритмическим движениям.

2 балла. Учащийся проявляет достаточный интерес к музыкально-ритмической деятельности.

3 балла. Учащийся проявляет слабый интерес к музыкально-ритмической деятельности.

#### **Задание №2**

1 балл. Учащийся владеет набором программных шагов и музыкально-ритмических движений в полной мере.

2 балла. Учащийся владеет набором программных шагов и музыкально-ритмических движений в достаточной мере, выполняя их с активной помощью педагога.

3 балла. Учащийся затрудняется в выполнении программных шагов и музыкально-ритмических движений даже с помощью педагога.

#### **Задание №3**

1 балл. Учащийся умеет выполнять движения под музыку с предметами (куклами, лентами, шарфами и т. д.) .

2 балла. Учащийся умеет выполнять движения под музыку с предметами только с активной помощью педагога.

3 балла. Учащийся затрудняется в выполнении движения под музыку с предметами даже с активной помощью педагога.

#### Задание №4

1 балл. Учащийся умеет воплощать в элементарных движениях музыкально-игровой образ.

2 балла. Учащийся умеет воплощать в элементарных движениях музыкально-игровой образ, только вместе с показом педагога.

3 балла. Учащийся затрудняется в исполнении образных игровых движений даже по показу педагога.

#### Методические материалы

| №      | <i>Раздел и тема программы</i>                  | <i>Методы обучения</i>                                      | <i>Формы организации учебного занятия</i>           | <i>Технологии обучения</i>                                                                                    | <i>Дидактический материал</i>                          | <i>Техническое оснащение занятий</i> |
|--------|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|--------------------------------------|
| Тема 1 | Вводное занятие                                 | Словесный, наглядный                                        | Беседа                                              | Группового обучения, коллективного взаимодействия, здоровьесберегающая,                                       | Схема, памятки, аудиозаписи                            | Аудиоаппаратура                      |
| Тема 2 | Развитие двигательных качеств и умений          | Словесный, наглядный, практический, упражнения.             | Практическое занятие, творческая мастерская,        | Группового обучения, коллективного взаимодействия, здоровьесберегающая, самообучение, индивидуальное обучение | Аудиозаписи, трансляция или запись занятий             | Зеркала, аппаратура, компьютеры      |
| Тема 3 | Развитие умения ориентироваться в пространстве  | Словесный, наглядный, практический, упражнения              | Беседа, Практическое занятие, творческая мастерская | Группового обучения, коллективного взаимодействия, здоровьесберегающая                                        | Аудиозаписи                                            | Зеркала, аппаратура                  |
| Тема 4 | Развитие творческих способностей                | Словесный, наглядный, практический, упражнения.             | Практическое занятие, творческая мастерская         | Группового обучения, коллективного взаимодействия, здоровьесберегающая                                        | Аудиозаписи                                            | Зеркала, аппаратура                  |
| Тема 5 | Развитие и тренировка психологических процессов | Словесный, наглядный, практический, упражнения. видео-уроки | Практическое занятие, творческая мастерская,        | Группового обучения, коллективного взаимодействия, здоровьесберегающая, самообучение, индивидуальное обучение | Аудиозаписи, компьютеры, трансляция или запись занятий | Зеркала, аппаратура, компьютеры      |

|        |                                     |                                                 |                                             |                                                                        |             |                     |
|--------|-------------------------------------|-------------------------------------------------|---------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------------|
| Тема 6 | Разучивание танцевальных композиций | Словесный, наглядный, практический, упражнения. | Практическое занятие, творческая мастерская | Группового обучения, коллективного взаимодействия, здоровьесберегающая | Аудиозаписи | Зеркала, аппаратура |
| Тема 7 | Итоговое занятие                    | Наглядный, практический, упражнения             | Диагностика Творческий отчет, концерт       | Контроль и самоконтроль                                                | Аудиозаписи | Зеркала, аппаратура |

Применяются следующие **педагогические технологии**:  
развивающего обучения;  
коллективного обучения;  
взаимообучения;  
индивидуального обучения;  
здоровьесберегающая технология;  
игровая технология;

#### **Формы организации учебного занятия:**

практическое занятие  
открытое занятие  
занятие-показ  
игра  
концерт

#### **Алгоритм учебного занятия**

организационная часть  
изложение изучаемого материала  
закрепление полученного материала  
рефлексия  
инструктаж по выполнению практического занятия  
практическое занятие (самостоятельная работа учащихся)  
оценка деятельности  
рефлексия

### **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

для педагога:

1. Е.В. Горшкова «От жеста к танцу. Методика и конспекты занятий по развитию у детей 5-7 лет творчества в танце. Пособие для музыкальных руководителей детских садов. — М.: Издательство «Гном и Д», 2002. — 55 с.
2. Е.В. Горшкова «О говорящих движениях и чудесных превращениях. учебно-методическое пособие. — М.: Издательство «Гном и Д», 2002. — 120 с.
3. «Средства и методы хореографии в танцевальной аэробике»/ Сост. Алексанян С. Н., Коюмджан Е. Н., Шарина О. А. —Екатеринбург Издательство Уральского университета , 2016г. — 114с.

4. «Ритмическая мозаика» / Сост. А.И.Буренина . – С-Петербург: «Музыкальная палитра», 2000 г. – 220 с.
5. «Топ-топ, каблучок» / Сост. И. Каплунова, И. Новоскольцева, И. Алексеева. – С-Петербург: Композитор, 2005г. – 37 с. (ксерокопия)
6. «Танцевальная ритмика для детей 1» / Сост. Т. Суворова. – С-Петербург: «Музыкальная палитра», 2004 г. – 40 с.
7. «Танцевальная ритмика для детей 2» / Сост. Т. Суворова. – С-Петербург: «Музыкальная палитра», 2005 г. – 40 с.
8. «Танцевальная ритмика для детей 3» /Сост. Т. Суворова. – С-Петербург: «Музыкальная палитра», 2006 г. – 40 с.
9. «Танцевальная ритмика для детей 5» / Сост. Т. Суворова. – С-Петербург: «Музыкальная палитра», 2007 г. – 40 с.

для учащихся и родителей:

1. Банш Хельга. «Мими-балерина». - Из-во ЭНАС-КНИГА, 2015
2. Делаэ Жельбер. «Маруся и ее любимые занятия: Балет. Музыка». – Из-во АСТ, 2017
3. П. Моховая. «Балет. Книга о безграничных возможностях». Из-во Манн, Иванов и Фербер, 2020 - серия «Твои правила».
3. Халаберт Кэтрин. «Анжелина-балерина». – Из-во МАХАОН, 2010

Интернет-ресурсы:

1. РИТМИКА ДЛЯ ДЕТЕЙ 3-5 ЛЕТ. Учим детей слушать музыку и танцевать[https://www.youtube.com/watch?v=\\_8NSVXxdGdo](https://www.youtube.com/watch?v=_8NSVXxdGdo)
2. Проще простого -поскоки  
<https://www.youtube.com/watch?v=zqUqW4XDKXg>
3. Проще простого: шаг польки  
<https://www.youtube.com/watch?v=h9IP06o-HVo>  
<https://www.youtube.com/watch?v=WLbrdwoWErk>
4. Проще простого: Ковырялочка  
<https://www.youtube.com/watch?v=x9Ek0nCo2Ek>
5. Проще простого: Приставной шаг и боковой галоп[https://www.youtube.com/watch?v=1-m4Yb\\_vs-E](https://www.youtube.com/watch?v=1-m4Yb_vs-E)
6. Обучение вальсу в детском саду<https://www.youtube.com/watch?v=xZKLRe06yEk>
7. Разучи танец фиксиков  
[https://www.youtube.com/watch?v=EABN7\\_QBuO4](https://www.youtube.com/watch?v=EABN7_QBuO4)  
ЧИКА-РИКА  
<https://www.youtube.com/watch?v=ICuvAMk33pQ>
8. СОЛНЫШКО ЛУЧИСТОЕ

10. [https://www.youtube.com/watch?v=\\_WTx5Jw-mLQ&list=PLZwm9r5UWcLJ0txABgyC6UXB5apy5ZFZF&index=10](https://www.youtube.com/watch?v=_WTx5Jw-mLQ&list=PLZwm9r5UWcLJ0txABgyC6UXB5apy5ZFZF&index=10)
11. Двигайся зами танцы для детей <https://www.youtube.com/watch?v=mKfEFD3eOMs>
12. Танец игра почесали ручкой ушки <https://www.youtube.com/watch?v=41mb83ZNvAQ>
13. Танец «Мне нравится двигаться» <https://www.youtube.com/watch?v=ymigWt5TOV8>
14. Tiki Tiki Room <https://www.youtube.com/watch?v=UP-ctUE4DHo>
15. Цыпленок пи Танцы для детей <https://www.youtube.com/watch?v=kbXLNAC3eVo>
18. 50 танцевальных игр [https://drive.google.com/file/d/1B6OjTaOeU83z-MEU2tZEKz3q2u\\_e5oiB/view](https://drive.google.com/file/d/1B6OjTaOeU83z-MEU2tZEKz3q2u_e5oiB/view)

## ***ПРИЛОЖЕНИЕ***

### ***Движения для ног***

#### **“ВЕСЁЛЫЙ КАБЛУЧОК”**

**Притопы** – одно из основных движений танцев. Они соответствуют весёлой, плясовой музыке и передают её ритмический рисунок. При энергичных, сильных притопах ногу следует поднимать выше и быстрее (как бы отталкиваясь от пола). Колено опорной ноги может пружинить.

#### **“Я НАСТОЙЧИВАЯ”**

**Притопы одной ногой.** При выполнении движения нужно следить, чтобы, топая, дети не выносили ногу далеко вперёд. Руки следует поставить кулачками на пояс. Это помогает сохранить хорошую осанку.

#### **“Я ВЕСЁЛАЯ”**

**Переменные притопы** выполняются то одной, то другой ногой, с приставлением топнувшей ноги обратно к опорной на раз – топнуть чуть впереди себя, на два – приставить ногу к опорной ноге, потом то же с другой ноги. Корпус во время движения следует держать прямо.

#### **“ТОПОТУШКИ-РАССЫПУШКИ”**

**Притопы двумя ногами поочерёдно** – быстрые топчущее шажки на месте. При их выполнении колени должны быть слегка согнуты, корпус прямой. Движения всегда соответствуют задорной, шутливой музыке.

#### **“Я КОКЕТЛИВАЯ”**

**Выставление ноги вперёд** на пятку или на носок – элемент польки и других народных и детских танцев. Нога выставляется на пятку сильно согнутой в подъеме, так, чтобы носок смотрел вверх задорно и весело,

корпус остаётся прямым. На носок нога выставляется косо вперёд, подъём выпрямляется, корпус можно слегка наклонить к выставленной ноге. Во всех случаях ногу следует выставлять недалеко от опорной ноги, чтобы не переносить тяжесть тела на выставленную ногу.

**“Я ОЗОРНАЯ”**

**Прыжки с выбрасыванием ноги вперёд** – нога выносится вперёд, не сгибая колена и почти касаясь носком ноги пола. Носок при этом следует слегка повернуть наружу. При движении корпус остаётся спокойным, чуть откинутым назад, руки положены на пояс кулачками или скрещены на груди.

**“Я СТРЕМИТЕЛЬНАЯ”**

**Боковой галоп.** При галопе вправо ребёнок выполняет движение правым плечом вперед, корпус в сторону движения не разворачивается, правая нога делает шаг вправо, левая приставляется к ней пяткой, как бы подталкивая для следующего шага вправо, при движении влево – наоборот. Носки обеих ног слегка разведены стороны. Характер движения – полётный.

**“Я ЛЁГКАЯ”**

**Шаг польки** представляет собой сочетание лёгкого пружинистого бега и подскоков: на “раз-и-два” – три не больших шага на носках – правой, левой, правой ногой; на “и” – подскок на правой ноге, левая слегка сгибается в колене. Затем три шажка – левой, правой, левой – и подскок на левой ноге.

**“ПРУЖИНКА”**

**“Пружинка”** – движение, которое выполняется без остановок, включая покачивания вниз и вверх на слегка согнутых коленях.

**“Я ПОРХАЮ, КАК МОТЫЛЁК”**

**Поскоки с ноги на ногу** – ребёнок должен стараться хорошо оттолкнуться от пола, устремляясь корпусом вверх.

**“ПРЫГАЮ, КАК МЯЧИК”**

**Подпрыгивание** – следует выполнять бесшумно, мягко сгибая колени. Подпрыгивания могут иметь варианты :на двух ногах, на одной, попеременно, с чередованием.

**“ШАГАЮ, КАК ЛОШАДКА”**

**Шаг с высоким подъемом ноги** в колене. Согнутая в колене нога поднимается вперёд так, что бедро принимает горизонтальное положение, а голень образует с бедром прямой угол. Носочек при этом “смотрит” в пол. Корпус должен быть прямым, голова поднята.

### ***Виды шага***

**Спокойная ходьба (прогулка)** — шаг начинается с носка вытянутой правой (левой) ноги, носок развернут в сторону. Амплитуда и длина шага небольшая. Движение рук произвольное (могут быть в любой позиции).

**Шаг на всей ступне (топающий)** — выполняется с очень небольшим продвижением вперед: колени чуть согнуты, корпус прямой, ноги ста-



вятся на всю ступню с легким притопом, от пола их почти не поднимают, но и не шаркают. Ребенок движется как бы «на колесиках». Руки можно поставить кулачками на пояс.

**Хороводный шаг** — этот вид шага используется в хороводах. Отличается от простого шага большой плавностью и устремленностью. Устремленный характер придают движению хорошая осанка, приподнятая голова. Движение связано с музыкой неторопливого, спокойного содержания.

**Приставной хороводный шаг** (без смены опорной ноги) — на «раз» — небольшой шаг с носка правой (левой) ноги, на «два» — носок другой ноги приставляется к пятке опорной и т. д.

**Приставной хороводный шаг** (с поочередной сменой опорной ноги) — ритмический рисунок шага: 2 восьмые, четверть. На «раз» — длинный шаг с носка правой (левой) ноги, и на «и» — приставление левого (правого) носка к пятке опорной ноги. На «два» — шаг на месте с правой (левой) ноги. На следующий такт движение с другой ноги.

• **Шаг кадрили** — на «раз» — шаг правой (левой) ногой, на «два» — легкий скользящий удар каблуком другой ноги рядом с опорной. Не опорная нога после удара каблуком вытягивается вперед, начиная следующий шаг. Этот шаг можно выполнять с легким полуприседанием на счет «два».

**Высокий шаг** — нога не выносится вперед, а сгибается в колене и поднимается вверх под углом 90°. Носок максимально оттянут вниз (или ступня параллельна полу) «утюжком». Это шаг на месте или с продвижением вперед (в образе петушка, лошадки).

**Шаг с притопом на месте** — на «раз» делают шаг на месте левой ногой рядом с правой; на «два» — притоп правой ногой впереди левой, без переноса на нее тяжести тела. Затем на «раз» — шаг на месте правой, ставя ее рядом с левой; на «два» — притоп левой впереди правой; все повторяется сначала. Акцент постоянно падает на притоп (на «два»).

**Переменный шаг** — выполняется на 2 такта в двухдольном размере или 1 такт в четырехдольном. В основе шага — хороводный шаг. На «раз» и «два» 1-го такта — длинные поочередные шаги с носка правой (левой) ноги. На «раз» и «два» 2-го такта — три коротких поочередных шага с носка другой ноги. На «и» пауза. Следующий шаг начинается с носка левой ноги.

**Боковой приставной шаг** — на «раз» — вправо (влево), на «два» — левая (правая) нога приставляется к опорной. Носки ног вместе или врозь, в зависимости от исходного положения («узкая дорожка» или основная стойка).

**Боковое припадание** — на «раз» — боковой шаг с носка правой (левой) ноги, колено сгибается (как бы маленькое приседание). На «два» — носок другой ноги приставляется к пятке опорной сзади, одновременно колено правой (левой) ноги выпрямляется. Элемент «припада-

ния» можно выполнять и на месте в «точке» или с поворотом вокруг своей оси («часики»).

• ***Шаг на носках:***

**Пружинящий шаг** — это «пружинка» с продвижением на всей ступне.

**Крадущийся шаг** — это «пружинка» с продвижением на подушечках и низких полупальцах (образ куклы, балерины и т. д.)

**Боковой шаг («крестик»)** — на «раз» — шаг в сторону с правой (левой) ноги. На «два» — перед ней накрест ставится левая (правая) нога.

**Шаг окрестный вперед-назад («косичка»)** — хороводный шаг, только ноги ставятся не под углом 45° вправо или влево, а накрест перед правой или левой. При движении этим шагом назад левая нога ставится сзади правой и наоборот.

**Семенящий шаг («плавающий»)** — плавный хороводный шаг с продвижением вперед (назад) на носках. При его выполнении сгибаются только подъемы ног.

**Движения для рук**

**“ВЕРТУШКИ”**

Движение основано на поворотах кистей рук от корпуса и обратно. Руки согнуты в локтях и зафиксированы в статичном положении, работают только кисти, сила удара ладони о ладонь небольшая.

**“ВЕТЕРОК”**

Перекрестные движения рук над головой. В работе участвуют плечо, предплечье, кисть

**“ЛЕНТОЧКИ”**

Поочередные пластичные движения правой и левой руками вверх — вниз перед грудью.

**“ВОЛНА”**

Плавное движение вверх и вниз одной рукой. Она может быть отведена в сторону или вытянута вперед. “Волна” образуется за счёт пластичного движения плеча, предплечья, кисти.

**“КРЫЛЬЯ”**

Плавные маховые движения руками, разведёнными в стороны. Следует помнить, что при подъеме рук кисти опущены, а при опускании рук локти слегка согнуты, кисти выразительно подняты вверх.

**“ПОЮЩИЕ РУКИ”**

Из положения “руки в стороны” мягким движением кисти направляются на встречу друг другу, словно “собирая” перед собой упругий воздух. Также пластично руки разводятся в стороны. Корпус помогает выразительности движения, слегка наклоняясь вперед и затем чуть прогибаясь назад.

**“МОТОРЧИК”**

Руки согнуты в локтях перед грудью, ладони крутятся одна вокруг другой. Быстро или медленно.

## Хлопки

### “КОЛОКОЛА”

Активные хлопки над головой. Движение яркое, с большим размахом слегка согнутых в локтях ненапряженных рук.

### “КОЛОКОЛЬЧИКИ”

Мелкие хлопки прямыми пальцами одной руки о ладонь другой. Движение мягкое, по силе – негромкое. Руки могут быть согнуты в локтях, выпрямлены или подняты в сторону вверх.

### “ТАРЕЛКИ”

Скользящие хлопки. Одна рука с размаху двигается с верху вниз, другая – снизу вверх.

### “ЛОВИМ КОМАРИКОВ”

Лёгкие, звонкие хлопки прямыми ладошками справа, слева от корпуса, вверху и внизу согнутыми в локтях руками.

### “БУБЕН”

Хлопки ладонью одной руки о неподвижную раскрытую ладонь другой. Хлопки могут быть громкими или тихими.

### “ПОДУШЕЧКА”

Хлопки выполняются свободными, непринужденными, мягкими руками впереди и сзади корпуса.

## Положение рук в танцах и упражнениях.

**Положение “руки на поясе”** – выполняется так, чтобы большие пальцы рук были обращены назад и сходились на спине.

**Положение “руки в стороны”** – руки подняты до уровня плеч и составляют с ними одну линию. Они могут быть прямыми и жёсткими или мягкими.

**Положение “руки вперёд”** руки подняты до уровня плеч и параллельны одна другой.

**Положение “руки лодочкой”** – руки разведены в стороны и находятся на уровне плеч. Мальчики раскрывают руки ладошками вверх, девочки, как правило, кладут “раскрытые” руки на ладони мальчиков.

**Положение “круглые руки”** – руки раскрыты в стороны, но несколько ниже уровня груди, локти слегка согнуты.

**Положение “кулачки на бочок”** – пальцы рук слегка сжаты в кулачки, которые ставятся на талию тыльной стороной внутрь.

### ***Позиции рук в парах***

• Дети стоят рядом (смотрят в одну сторону):

«Стрелка» — руки соединены в позиции «Вперед». От величины угла меняется название «стрелки»: узкая, широкая.

«Воротики» — руки соединены в позиции «Вверх». Ладонь девочки подкладывается снизу под ладонь закрытой руки мальчика.

«Плетень» — руки соединены крест-накрест.

«**Бантик**» — то же, но локти округлены и приподняты вперед — вверх, руки не напряжены.

«**Саночки**» — мальчик стоит перед девочкой к ней спиной и подает ей обе руки назад. Девочка стоит лицом к спине мальчика и берет его за руки.

• **Дети стоят, соединив одноименные плечи (смотрят в разные стороны):**

«**Бараночка**» — одноименные руки соединены накрест в локтевых сгибах, кисть сжата в кулачок. Свободные руки в любой из перечисленных ранее позиций.

«**Вертушка**» — одноименные руки соединены в позиции «Вверх».

Кружиться вертушкой — соединив руки в позиции «Вертушка», двигаться как бы догоняя друг друга на месте.

«**Звездочка**» (трое и больше детей) — стоят друг за другом, соединив одноименные руки в позиции «Вверх».

Кружиться звездочкой — соединив руки в позиции «Звездочка», двигаться как бы догоняя друг друга на месте.

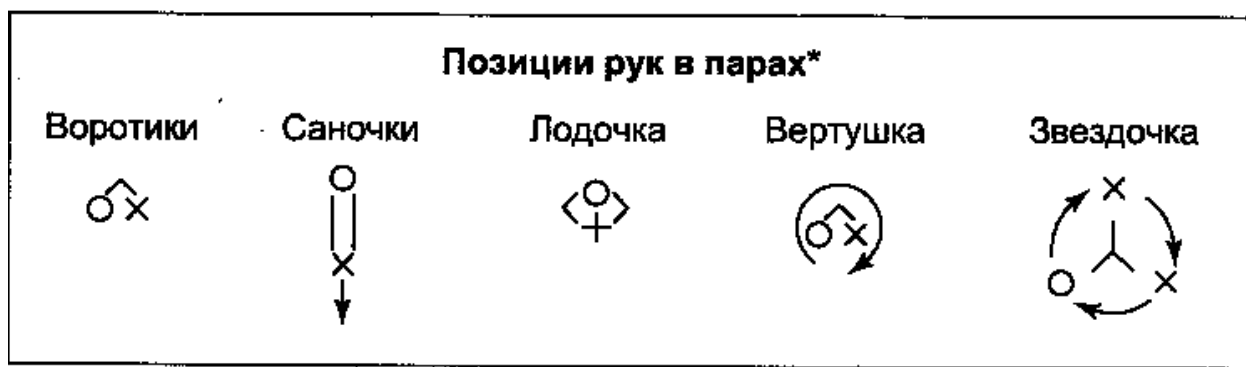
«**Двойной пояс**» — если дети стоят друг к другу левыми плечами, то левыми же руками обхватывают партнера за талию спереди и наоборот. Можно менять плечи на каждую музыкальную фразу.

• **Дети стоят лицом друг к другу:**

«**Лодочка**» — руки соединены в позиции «В стороны». Они раскрыты на уровне груди.

«**Воротники**» (узкие) — руки соединены вверху, (широкие) — в стороны-вверх.

«**Крестик**» — руки соединены накрест.



### Положение рук в народных плясках.

**Руки на талии** — сжатые в кулачки руки ложатся на талию и крепко прижимаются к корпусу.

«**Полочка**» — руки сгибаются в локтях на уровне груди и кладутся одна на другую ладонями вниз.

**“Матрёшка”** – руки “полочкой”, указательный палец руки делает “ямочку” на одноимённой щеке. Ладонь другой руки поддерживает локоть рабочей руки и чуть отведена вперёд (на весу).

**“Юбочка”** – щепотью обеих рук взять края юбочки и развести руки в стороны – вверх.

**“Фартучек”** – щепотью прихватить с обеих сторон перед юбочки и приподнять вверх.

**Положение рук в парах** – дети могут держаться:

- **За руки – под руки – “лодочкой”;**
- **Рука мальчика на талии девочки;**
- **Руки “свечкой”:** пары соединяют правые или левые руки (от локтя до кисти)
- **Руки “окошечко”** : а) пары стоят плечо к плечу, берутся за руки (правая – левая внизу, правая – левая сверху); б) пары стоят лицом друг к другу и берутся за руки: мальчик поднимает правую руку вверх и берёт поднятую вверх правую руку девочки; левая рука находится внизу и держится за левую руку девочки. Держась за руки в таком положении, один из детей может повернуться вокруг себя и снова “заглянуть в окошко”.
- **“Стрелка”** – руки соединены в позиции “Вперёд”. От величины угла меняется название “стрелки”: узкая, широкая.
- **“Плеть”** – руки соединены крест-накрест.
- **“Саночки”** – мальчик стоит впереди девочки к ней спиной и подаёт ей обе руки назад. Девочка стоит лицом к спине мальчика и берёт его за руки.
- **“Двойной поясок”** – если дети стоят друг к другу левыми плечами, то левыми же руками обхватывают партнёра за талию спереди и наоборот. Можно менять плечи на каждую музыкальную фразу.

### Прыжки.

#### • **На одной ноге:**

**“Точка”** – исходное положение ног – основная стойка, руки в любой позиции. После толчка приземлятся в ту же точку, ставя ногу сначала на носок, затем на всю ступню. Другая нога согнута в колене и отведена назад. Опорную ногу менять.

**“Часики”** – техника та же, только прыжок выполняется с поворотом вокруг своей оси. Опорная нога равномерно поворачивается по окружности. На 8 прыжков ребёнок должен сделать полный оборот - 360°.

**“Лесенка”** – техника та же что и в “точке”, с продвижением вперёд или назад.

**“Заборчик”** – боковой прыжок вправо или влево.

**“Солнышко”** – техника та же, с продвижением по окружности любого диаметра.

- **На двух ногах:**

**Подскок** — поочерёдное подпрыгивание на правой и левой ноге. Выполняется на месте или с продвижением вперёд и назад, а также с поворотом вокруг своей оси.

**Прыжки с отбрасыванием ног назад** — на “раз” прыжок-“точка” опорной ногой, одновременно не опорная нога сгибается в колене и отбрасывается назад пяткой кверху. Не опорная нога может удерживаться на весу или ставиться сзади на носок пяткой кверху. На “два” — смена опорной ноги.

**“Весёлые ножки”** — то правая, то левая нога поочерёдно часто выбрасываются вперёд. Носочек ноги направлен вниз, к полу.

**“Качалочка”** — исходное положение — ноги вместе. Затем правая нога выносится чуть вперёд и как бы толкает левую ногу назад, затем снова выносится вперёд, а левая возвращается на место.

**“Ножницы”** — на “раз” — толчок, разведение ног в стороны и приземление во вторую позицию. На “два” — толчок и скрещивание ног в третьей позиции.

**“Метёлочка”** — то же что и “качалочка”, только со сменой ног.

**«Крестик»** — на «раз» — толчок и скрещивание ног в «точке» (правая нога впереди), на «два» — то же самое, только впереди левая нога.

**Боковой галоп** — то же, что и боковой приставной шаг, только на прыжке.

**Галоп вперед** — техника та же, только продвижение не в сторону, а вперед. На «раз» — толчок и правая (левая) нога выносится вперед, приземляясь с носка. Носок другой ноги приставляется сзади к пятке опорной ноги. На «два» — повторение.

**«Веревочка»** — на «раз» — прыжок-«точка» на левой (правой) ноге, одновременно другая нога ставится сзади и скользящим движением носка по полу выносится вперед. На «два» — все повторяется с правой (левой) ноги. Этот прыжок можно выполнять как на месте, так и с продвижением вперед.

Танцевальные движения.

Исходное положение для всех вариантов (если не оговаривается дополнительно): ноги в основной стойке, руки в любой позиции.

**«Качель маленькая»** — дети стоят, взявшись за руки и слегка качая ими из стороны в сторону.

**«Качель большая»** — то же, только сильно раскачивают руками из стороны в сторону.

**«Пружинка»** — стоя на месте, легко, часто, непрерывно приседать. Колени при этом слегка разводятся в стороны. Спина — прямая. Это движение можно выполнять из 6-й позиции ног (на «узкой дорожке»). В этом случае колени ног не разводятся.

**Притоп** — стоя на левой ноге, ритмично притопывать правой, чуть пружиня обеими.

**«Три притопа»** (исходное положение — «узкая дорожка») — на месте. Шаг правой ногой, затем левой и снова правой, чуть притопнув. Повторяется с левой ноги. Движение выполняется ритмично.

**Притоп поочередно двумя ногами** — техника та же, только на «раз, и» — притоп правой (левой) ногой, а на «два, и» — левой (правой) ногой.

**Притоп в сочетании с «точкой»** — пяткой, носком неопорной ноги рядом с опорной или на расстоянии небольшого шага впереди.

**Приседание** — техника та же, только на «раз» — приседание, на «два» — возвращение в исходное положение. При полном приседании пятки ног отрываются от пола, а колени разводятся в стороны, спина прямая, крепкая.

**Полуприседание** — выполняется в сочетании с «точкой» — каблуком или носком правой (левой) ноги на расстоянии небольшого шага впереди.

**Полуприседание с поворотом корпуса** — сделать полуприседание, поворачивая корпус вправо (влево) на 90°. Разворачивая корпус прямо, принять исходное положение

**«Ковырял очка»:**

**1-й вариант:** правая нога ставится назад на носок, затем выносится вперед на пятку и на месте — три притопа.

**2-й вариант:** правую (левую) ногу согнуть в колене и поставить в сторону на носок невыворотно (пяткой вверх); одновременно слегка согнуть колено левой (правой) ноги. Вытягивая прямую правую (левую) ногу, поставить ее на пятку. Сделать тройной притоп, начиная с правой (левой) ноги.

**«Распашонка»** — на «раз» полуприседание с хлопком «ладушки» согнутыми в локтях руками впереди-вверху. На «два» — выпрямиться и поставить правую (левую) ногу в «точку» впереди-справа на пятку. Одновременно вытянуть руки по диагонали: правая — в сторону-вниз, левая — в сторону-вверх. На 2-й такт то же с другой ноги.

**«Самоварчик»** — на «раз» — полуприседание и хлопок-«ладушки» согнутыми в локтях руками перед грудью. На «два» — выпрямиться, левую руку вытянуть в сторону-вверх, правой — хлопнуть по внутренней стороне голени левой ноги, согнутой в колене и поднятой вверх под углом 90°.

**«Елочка»** — исходное положение: ноги — «узкая дорожка», руки — «полочка», «поясок» и др. На «раз» — повернуть ступни ног (отрывая носки от пола) вправо под углом 45°. На «два» — то же пятки. Движение можно выполнять как на прямых ногах, так и на «пружинке». Спина прямая.

**«Большая гармошка»** — ноги вместе. На «раз» — разведение носков в стороны, на «два» — разведение пяток, на «три» — снова разведение носков и на «четыре» — разведение пяток. Затем возвращение в исходное положение в том же порядке. ,

**«Топотушки»** — исходное положение — ноги вместе, чуть присев, руки сжаты в кулачки на поясе (подбоченившись). Часто поочередно топтать ногами на месте.

**«Рычажок»** — ноги на «узкой дорожке». На «раз» — правая рука сгибается в локте и рукой достает до правого плеча, рывком. Одновременно с рукой вверх, сгибаясь в коленке, поднимается первая нога. На «и» — в исходное положение. Все на «пружинке».

**Поворот вокруг себя (кружение)** — стоя лицом к зрителям начинать движение вправо. Легко на носочках повернуться на месте вокруг себя и остановиться в исходном положении.

### **Переменный**

**шаг**

Музыкальный размер 2/4. Исходное положение: ноги в третьей позиции, правая впереди.

Затакт. Слегка присесть на левой ноге, одновременно правую перевести вперед и, вытянув ее перед собой, слегка поднять над полом.

На «раз» - поднимаясь с приседания на левой ноге, шаг правой ногой с носка вперед.

На «и» небольшой шаг левой ногой вперед.

На «два» шаг правой ногой вперед, как на «раз».

На «и» слегка присесть на правой ноге, одновременно левую перевести вперед и слегка поднять, как на затакт.

Движение повторить с левой ноги.

### **Притоп**

Музыкальный размер 2/4. Исходное положение: ноги в шестой позиции. Исполняется на один такт музыки.

На «раз» - ударить правой ногой об пол.

На «и» - ударить левой ногой об пол.

На «два» - ударить правой ногой об пол.

На «и» - пауза.

Движение продолжить с левой ноги.

### **Припадание**

**в**

**повороте**

Музыкальный размер 2/4. Исходное положение: ноги в третьей позиции, правая впереди.

Затакт. Правую ногу слегка поднять над полом и вынести вправо.

На «раз» - шаг правой ногой вправо, опуская ступню на пол и поворачиваясь вправо на 90 градусов. Колени слегка согнуть. Тяжесть корпуса перенести на правую ногу, левую отделить от пола и подтянуть ступней сзади щиколотки правой ногой.

На «и» левую ногу опустить на полупальцы сзади правой; тяжесть корпуса перенести на левую ногу, правую слегка отделить от пола.

На два — повторить движение, исполняющееся на «раз», продолжая поворачиваться.

На «и» - повторить движение, исполняющееся на затакт.



Таким образом, танцующие поворачиваются вправо или влево, в зависимости от того, с какой ноги начинается движение.

### ***Поклон***

**«Русский поклон»** — исходное положение ног: 4-я позиция.

Согнув правую руку в локте, коснуться пальцами правой руки левого плеча. Выпрямляя правую руку, опустить ее вниз перед собой по траектории дуги, одновременно наклоняя корпус вперед.

## Позиции ног

Позиции ног могут быть выворотными и невыворотными: в первом случае носки развернуты под углом  $45^\circ$ , во втором — ноги параллельны и сближены.

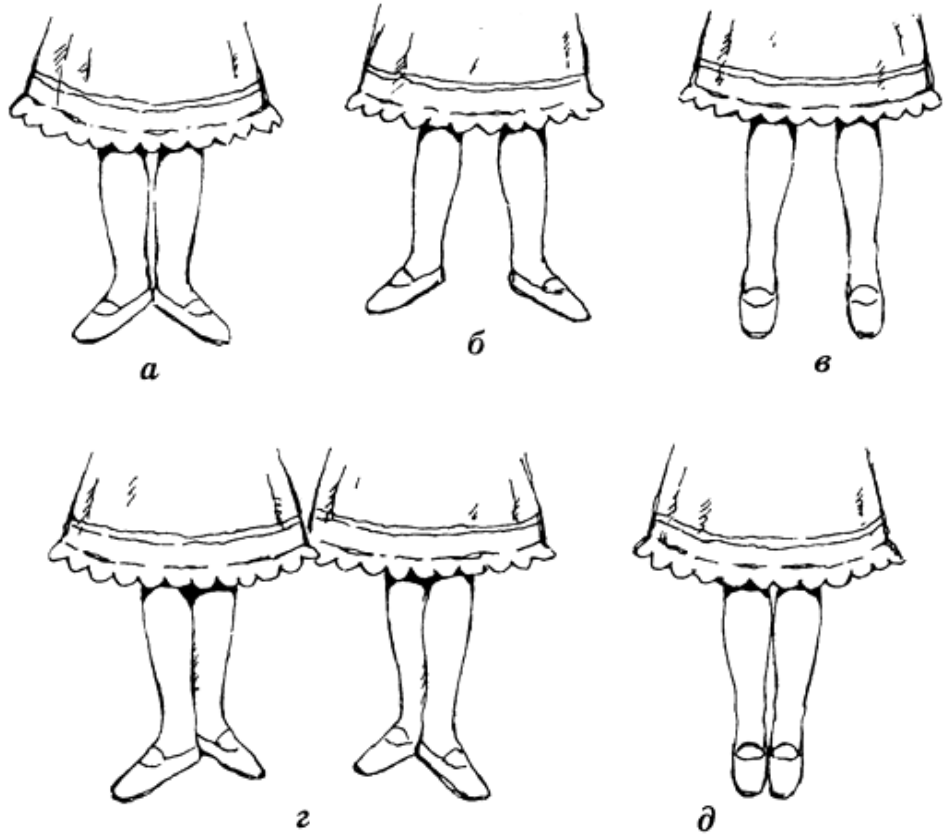
**Первая позиция:** пятки соединены, носки разведены в стороны под углом около  $45^\circ$ . Тяжесть корпуса равномерно распределяется на обе ступни (а).

**Вторая позиция:** ступни находятся на одной линии, расстояние между пятками равно приблизительно длине ступни танцующего; носки разведены в стороны. Тяжесть корпуса равномерно распределяется на обе ступни или полностью переносится на одну ногу, которая становится опорной; другая же нога касается пола только носком или пяткой (б).

Вторая позиция может быть и невыворотной, т. е. носки ног параллельны (в).

**Третья позиция:** пятка правой ноги приставлена к середине стопы левой ноги, носки разведены в стороны. Тяжесть корпуса равномерно распределена на обе ступни. В третьей позиции впереди может быть и левая нога (г).

**Шестая позиция:** ноги плотно соединены; ступни находятся на одной линии; носки направлены вперед. Тяжесть корпуса распределяется на обе ступни (д).



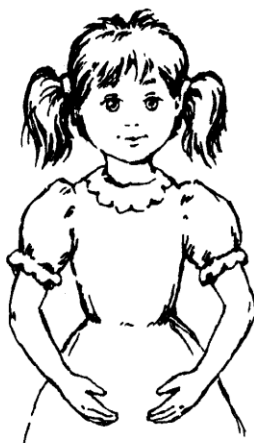
## Позиции рук

**Подготовительная позиция:** руки опущены вдоль корпуса; локти слегка округлены; кисти немного отведены от корпуса; пальцы естественно сближены и чуть округлены (а).

**Первая позиция:** руки подняты так, чтобы кисти оказались ниже уровня диафрагмы; локти слегка округлены и приподняты (б).

**Вторая позиция:** руки разведены в стороны так, чтобы кисти были чуть округлены и приподняты (в).

**Третья позиция:** руки подняты так, чтобы кисти оказались над головой, чуть впереди; локти слегка округлены (г).



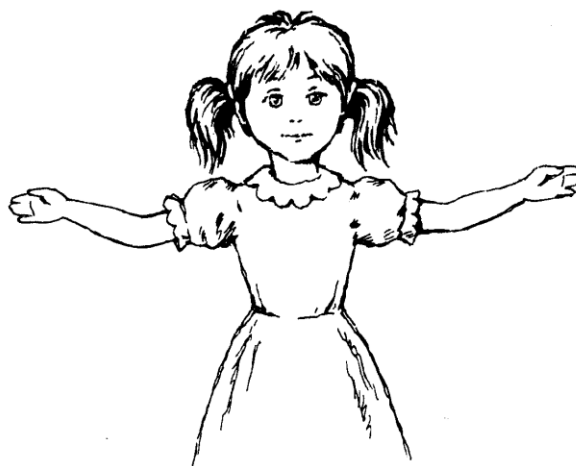
а



б



г



в

## Положения рук во время движения

1. За руку.
2. Под руку.
3. Рука мальчика на талии девочки.
4. Руки девочки находятся на плечах мальчика.
5. Руки находятся в положении «окошечко».
6. Из положения «окошечко»: правая рука девочки находится сзади и держит правую руку мальчика.
7. Правая рука девочки и левая рука мальчика подняты вверх и образуют «воротики».
8. Положение рук в паре во время кружения девочки вокруг себя.
9. Положение рук «свечкой» при кружении.



1



2



3



4



5



6



7



8



9

(к теме: «Развитие умения ориентироваться в пространстве» для групп №1, 2, 3)

### Построения

**Колонна** — дети стоят друг за другом, в одном направлении, соблюдая интервалы между собой.

**Шеренга** — дети стоят рядом друг с другом, в одном направлении, соблюдая интервалы между собой.

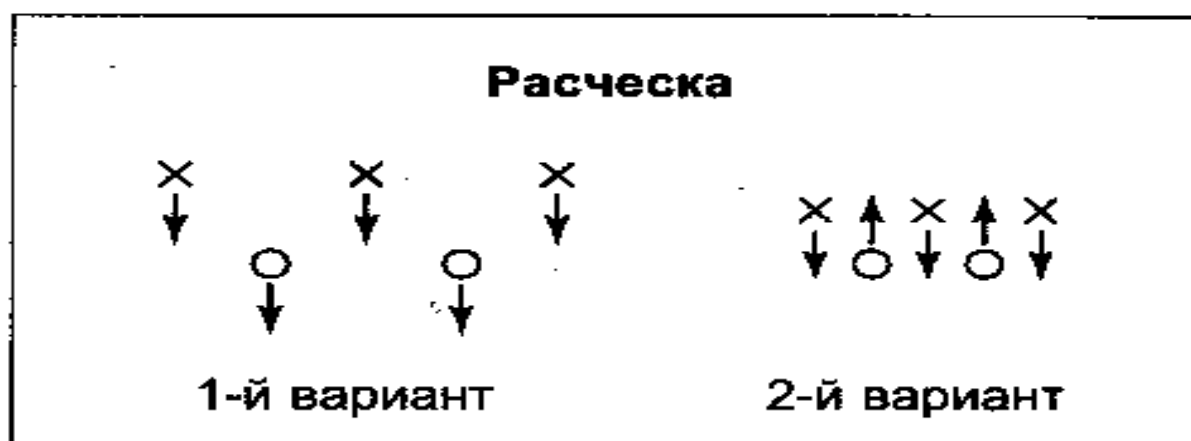
**Цепочка** — дети стоят вполоборота друг за другом, держась за руки.



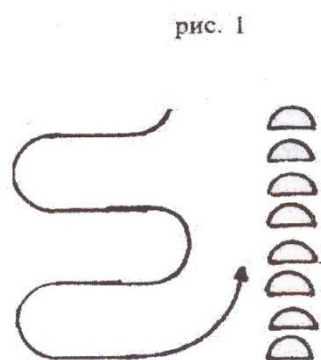
**«Расческа»** — дети стоят в шахматном порядке. На расстоянии друг от друга лицом в одном направлении.

**1-й вариант:** вначале вторая шеренга проходит вперед сквозь первую, останавливаясь чуть впереди. Затем первая (оказавшись позади) проходит вперед сквозь вторую, останавливаясь чуть впереди, и т. д.

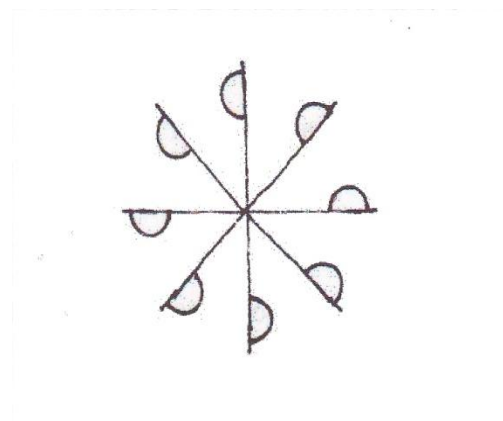
**2-й вариант:** первая шеренга идет назад, одновременно вторая — движется вперед. Проходя друг через друга — шеренги меняются местами.



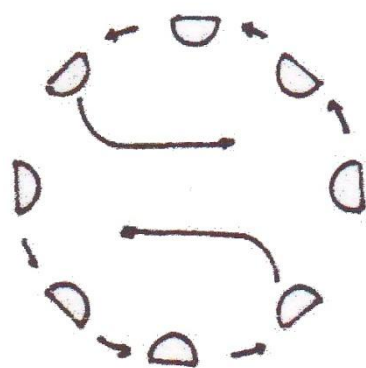
Перестроение «змейки» в колонну



Построение «Звёздочка»



Перестроение из круга в две линии



Перестроение из двух линий в круг

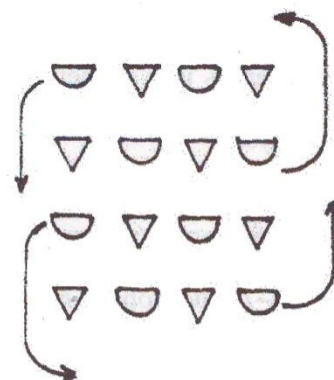
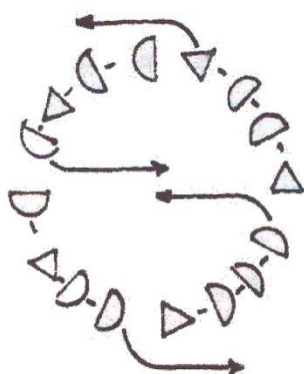


Перестроение из круга в четыре линии

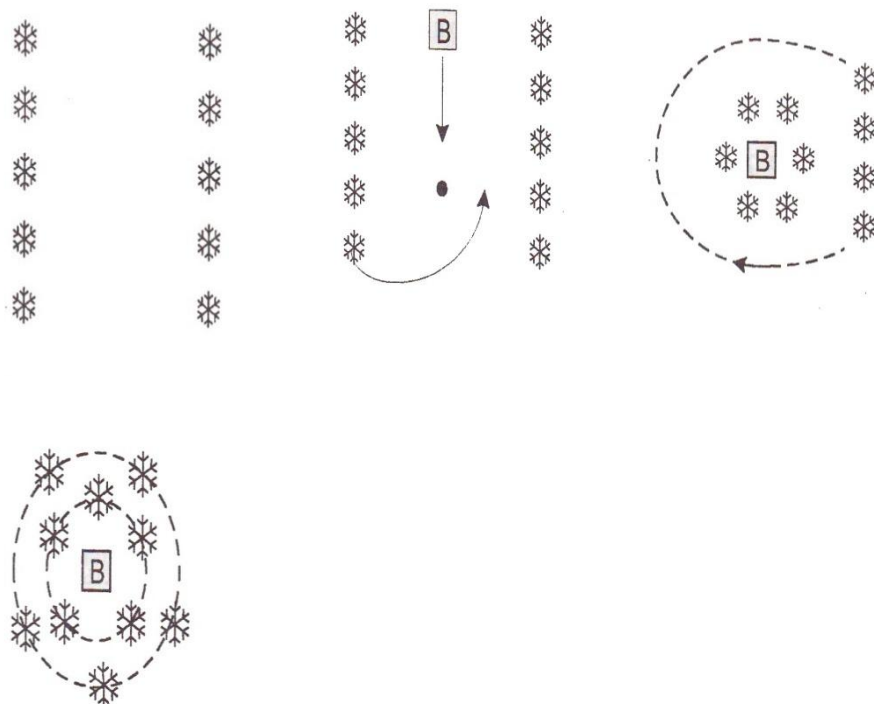


Перестроение из четырёх линий в круг



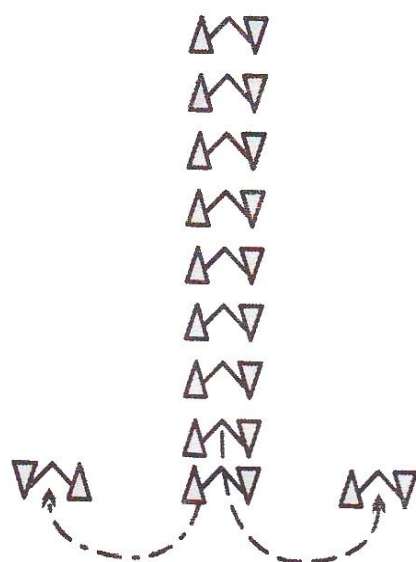
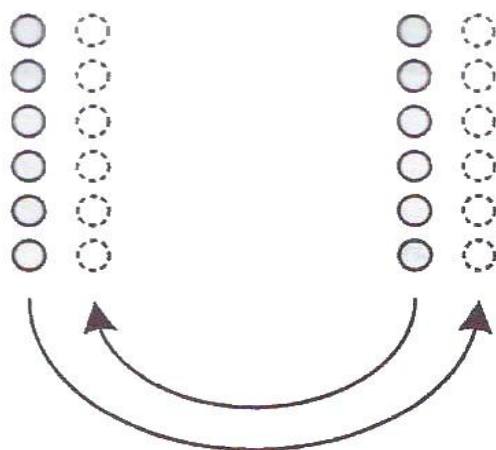


Перестроение из двух линий в два concentрических круга



Колонны меняются местами

Перестроение пар



### **Приложение №3**

**(к теме: «Развитие творческих способностей» для групп №1, 2, 3)**

**Упражнение «Танец — загадка»**

**Цели:**

- интенсификация обратной связи относительно особенностей экспрессии каждого участника группы;
- осознание участниками своих экспрессивных особенностей.

**Материалы:** музыкальное сопровождение по выбору участников.

**Описание проведения:** Группа становится в круг. Один из участников выбирает музыкальное сопровождение и танцует, имитируя наиболее характерные особенности экспрессии кого-либо из присутствующих. Остальные участники пытаются угадать, кто был загадан. По окончании танца участник приглашает следующего и становится на его место.

**Схемы обсуждения:**

- обмен чувствами «здесь и теперь»;



- анализируются специфические для каждого танца экспрессивные особенности, а также черты характера, состояния, отношения, которые могут находить выражение в экспрессии.

### **Упражнение «Увеличительное стекло»**

Цели:

- разогрев участников;
- интенсификация обратной связи.

Материалы: музыкальные записи разных стилей с чередованием быстрых и медленных ритмов.

Описание проведения: Участники группы разбиваются на пары. Пары могут быть сформированы случайным образом. Задача одного из участников – двигаться спонтанно и свободно, задача другого – отражать его движения в несколько преувеличенном, гипертрофированном виде, то есть так, как если бы между ними находилось увеличительное стекло. Через 10-15 минут участники меняются ролями. По окончании упражнения проводится обсуждение полученного опыта в парах.

### **Упражнение «Индивидуальный танец»**

Цели:

- стимулирование творческого самовыражение;
- катарсическое высвобождение чувств.

Материалы: музыкальное сопровождение по выбору участников.

Описание проведения: Участники садятся в круг. Звучит музыка. Один из членов группы выходит в центр круга и начинает спонтанно танцевать, выражая в индивидуальном танце свои чувства. Он может вступать во взаимодействие с кем-либо из членов группы, если возникнет такое желание. Участники, наблюдающие за индивидуальным танцем члена группы, также могут присоединиться к нему. Упражнение продолжается до тех пор, пока каждый желающий не исполнит свой индивидуальный танец.

### **Упражнение «Нарцисс и ручей»**

Цели:

- разрядка психоэмоционального напряжения;
- развитие позитивных взаимоотношений;
- самопринятие и взаимопринятие.

Материалы: медитативная музыка, музыка с элементами звуков природы – шум дождя, плеск воды и т.п. (например, «The Sounds of Nature» - «Mountain Paradise»).

Описание проведения: Упражнение выполняется в тех же парах, что и предыдущие два упражнения. Педагог-хореограф рассказывает группе легенду о Нарциссе, которой однажды, увидев свое отражение в ручье, влюбился в него. Участники становятся друг напротив друга и смотрят друг другу в глаза. Один из них – «Нарцисс», другой – его зеркальное отражение. «Нарцисс» начинает спонтанно двигаться, выражая лучшие

стороны своей личности, наслаждаясь своими движениями, любуясь своим «отражением» и осознавая возникающие чувства. В роли Ручья участник зеркально отражает движения партнера. Через 5–10 минут Нарцисс и Ручей меняются ролями. По окончании участники делятся чувствами «здесь и теперь» в парах.

### **Этюды на выразительность жеста**

#### **47. Это я! Это мое**

Ребенок разговаривает с глухой бабушкой, которая, оказывается, ищет именно его. Он уже понял, что с бабушкой надо разговаривать при помощи рук:4 ничего-то бабушка не слышит. Бабушка спрашивает: «Где Витя?» (называется имя играющего), «Чьи это книги?», «Чьи игрушки?». И т. п. Мальчик отвечает жестом.

Выразительные движения. Рука согнута в локте, указательный палец направлен на грудь: «Я!»; прижатая к груди кисть: «Моё, принадлежит мне!»

#### **48. Заколдованный ребенок**

Ребенка заколдовали. Он не может говорить. На вопросы отвечает жестами. Указательным пальцем он показывает различные предметы и направления: шкаф, стол, внизу, вверх, там.

#### **49. Сколько звуков**

Ведущий стучит несколько раз карандашом по столу. Ребенок должен показать на пальцах, сколько прозвучало ударов.

#### **50. Вот он какой!**

Ребенок должен без слов рассказать о размерах и форме хорошо известных ему предметов. С помощью жестов он характеризует предмет: маленький, большой, заостренный, крупный, круглый, четырехугольный, мелкий, длинный, короткий.

#### **51. Тише!**

Два мышонка должны перейти дорогу, на которой спит котенок. Они то идут на носочках, то останавливаются и знаками показывают друг другу: «Тише!» Этюд выполняется под музыку Б. Берлина «Спящий котенок».

Выразительные движения. Шею вытянуть вперед, указательный палец приставить к сжатым губам, брови поднять вверх.

#### **52. Отдай!**

Ребенок требует отдать ему игрушку.

Выразительные движения. Кисти рук держать горизонтально ладонями кверху.

#### **53. Иди ко мне**

Мальчик манит к себе малышку, которая учится ходить самостоятельно.

Выразительные движения. Присесть, обе руки вытянуты навстречу малышу.

#### **54. Уходи!**

Ребенок отталкивает обидчика.

Выразительные движения. Кисти рук держать вертикально, ладонями наружу.

#### **55. До свидания!**

От пристани отходит огромный белый теплоход. Провожаящие, глядя на стоящих на палубе моряков и пассажиров машут им высоко поднятой рукой: «До свидания! До встречи!»

#### **56. Не покажу!**

Мама подарила девочке маленькое зеркальце, чтобы она могла пускать солнечные зайчики. Дети обступили девочку, просят показать, какое оно. Но девочка, прижав ладонями зеркальце к груди и расставив локти, вертится из стороны в сторону: «Не покажу!»

#### **57. Я не знаю!**

Мальчика-незнайку о чем-то спрашивают, а он только пожимает плечами да разводит руками: «Не знаю», «Не имею понятия», «Ничего не видел».

Выразительные движения. Приподнять брови, опустить уголки рта, приподнять на миг плечи, руки слегка развести, ладони раскрыть.

#### **58. Игра в снежки**

Зима. Дети в саду играют в снежки под музыку Г. Струве «Веселая горка».

Выразительные движения. Нагнуться, схватить двумя руками снег, распрямиться и бросить снежок резким коротким движением, широко раскрывая пальцы.

#### **59. Игра с камушками**

Дети гуляют по берегу моря. Они то останавливаются, нагибаясь за приглянувшимся камушком, то входят в воду и брызгаются, зачерпывая воду руками. Затем садятся на песок и начинают играть с камушками. Дети то подбрасывают их вверх и ловят, то кидают вдаль.

Этюд сопровождается музыкой Т. Ломова «На берегу».

#### **60. Дружная семья**

Дети сидят на стульях, расставленных по кругу. Каждый занят каким-нибудь делом: один лепит из пластилина шарики, другой вколачивает в дощечку маленькие гвоздики, кто-то рисует, кто-то шьет или вяжет и т. п. Приятно смотреть на семью, в которой все так дружно работают.

Дети должны производить руками манипуляции так, словно в руках у них не воображаемые предметы, а вполне реальные.

Этюд сопровождается музыкой Р. Паулса «Золотой клубочек».

#### **61. Возьми в передай!**

Дети сидят на стульях, расставленных по кругу, и передают друг другу какой-нибудь воображаемый предмет. Со стороны, глядя на руки детей, должно создаться впечатление, что они действуют с реальными предметами.

Музыкальное сопровождение: латышская народная песня.

#### **Этюды на выражение основных эмоций**

#### **1. Этюды на выражение внимания, интереса и сосредоточения**

#### **79. Собака принимает**

Охотничья собака, увидев дичь, моментально застыла в напряженной позе. Морда у нее вытянулась вперед, уши поднялись, глаза неподвижно глядят на добычу, а нос бесшумно втягивает приятный и дразнящий запах.

#### **80. Лисичка подслушивает**

Лисичка стоит у окна избушки, в которой живут котик с петушком, и подслушивает, о чем они говорят.

Выразительные движения. Голову наклонить в сторону (слушать, подставляя ухо), взгляд направить в другую сторону, рот полуоткрыть.

Поза. Ногу выставить вперед, корпус тела слегка наклонить кпереди.

#### **81. Что там происходит**

Мальчики стояли в тесном кружке и что-то делали, наклонив головы вниз. В нескольких шагах от них остановилась девочка. «Что там происходит?» — подумала она, но ближе подойти не решилась.

Выразительные движения. Голову поворачивать в сторону происходящего действия, пристальный взгляд.

Поза. Выдвинуть одну ногу вперед, перенести на нее вес тела, одна рука на бедре, другая опущена вдоль тела.

#### **82. Кузнечик**

Девочка гуляла в саду и вдруг увидела большого зеленого кузнечика. Стала она к нему подкрадываться. Только протянула руки, чтобы прикрыть его ладошками, а он прыг - и вот уже стрекочет совсем в другом месте. Звучит музыка Ан. Александрова «Кузнечик».

Выразительные движения. Шею вытянуть вперед, пристальный взгляд, туловище слегка наклонить вперед, ступать на пальцы.

#### **83. Любопытный**

По улице шел мужчина и нес в руке спортивную сумку, из которой что-то выпирало. Мальчик это заметил, и ему очень захотелось узнать, что же лежит в сумке. Мужчина шел большими шагами и не замечал мальчика. А мальчик прямо-таки «прилип» к прохожему: то с одной стороны подбежит к нему, то с другой и, вытягивая шею, заглядывает в полуоткрытую сумку. Вдруг мужчина остановился, положил сумку на землю, а сам зашел в телефонную будку. Мальчик присел на корточки около сумки, слегка потянул за молнию и заглянул внутрь сумки. Там лежали всего-навсего две обыкновенные ракетки. Мальчик разочарованно махнул рукой, встал и не спеша пошел к своему дому.

#### **84. Сосредоточенность**

Командир сидит за столом и внимательно изучает карту. Он обдумывает план наступления на врага.

Выразительные движения. Левой рукой упереться локтем о стол и поддерживать голову, наклоненную влево; указательным пальцем левой руки двигать по воображаемой карте.

Мимика. Слегка сощуренные глаза, нижняя губа закушена.

#### **85. Раздумье**

Мальчик собирал в лесу грибы и заблудился. Наконец он вышел на большую дорогу. Но в какую сторону идти?

Во время этюда звучит музыка Д. Львова-Компанейца «Раздумье». Выразительные движения. Ребенок стоит, руки сложены на груди или одна рука на груди поддерживает другую руку, на которую опирается подбородок.

### **2. Этюды на выражение удивления**

#### **86. Удивление**

Мальчик очень удивился: он увидел, как фокусник посадил в пустой чемодан кошку и закрыл его, а когда открыл чемодан, кошки там не было... Из чемодана выпрыгнула собака.

Мимика: Рот раскрыт, брови и верхние веки приподняты.

#### **87. Круглые глаза**

Однажды первоклассник Артур подсмотрел в подъезде удивительную сценку и написал об этом рассказ: «Я шел из школы. Я зашел в подъезд и увидел, что бегают тряпка. Я поднял тряпку и увидел, что там котенок».

Ведущий предлагает детям показать, какие круглые глаза были у мальчика, когда он увидел живую тряпку.

### **3. Этюды на выражение удовольствия и радости**

#### **89. Золотые капельки**

Идет теплый дождь. Пляшут пузырьки в лужах. Из-за тучки выглянуло солнце. Дождь стал золотым.

Ребенок подставляет лицо золотым капелькам дождя. Приятен теплый летний дождь.

Во время этюда звучит музыка Д. Христова «Золотые капельки».

Выразительные движения. Голову запрокинуть, рот полуоткрыть, глаза закрыть, мышцы лица расслабить, плечи опустить.

#### **90. Цветок**

Теплый луч упал на землю и согрел в земле семечко. Из семечка проклюнулся росток. Из ростка вырос прекрасный цветок. Нежится цветок на солнце, подставляет теплу и свету каждый свой лепесток, поворачивая свою головку вслед за солнцем.

Выразительные движения. Сесть на корточки, голову и руки опустить; поднимается голова, распрямляется корпус, руки поднимаются в стороны - цветок расцвел; голова слегка откидывается назад, медленно поворачивается вслед за солнцем. Мимика. Глаза полузакрыты: улыбка, мышцы лица расслаблены.

#### **91. Ласка**

Мальчик с улыбкой гладит и прижимает к себе пушистого котенка. Котенок прикрывает глаза от удовольствия, мурлычет и выражает расположение к своему хозяину тем, что трётся головой о его руки. Звучит музыка А. Холминова «Ласковый котенок»

#### **92. Вкусные конфеты**

У девочки в руках воображаемый кулек (коробка) с конфетами. Она протягивает его по очереди детям. Они берут по одной конфете и благодарят девочку, потом разворачивают бумажки и берут конфеты в рот. По ребячьим лицам видно, что угощение вкусное.

Этюд сопровождается музыкой Т. Кассерна «Медовые конфетки».  
Мимика: Жевательные движения, улыбка.

### **93. Медвежата выздоровели**

Заболели медвежата Тим и Том. К ним пришел доктор Он вылечил медвежат. И стало очень хорошо. Не болят больше животы у Тима и Тома.

Выразительные движения. Положение сидя, ноги раздвинуть, тело отклонить назад, подбородок слег приподняты, улыбка.

### **94. Первый снег**

Много дней шел мелкий холодный дождь. Дул противный ветер. В саду было уныло и грязно. Мальчика не выпускали на улицу.

Вот и сегодня мальчик проснулся и подумал, что опять не пойдет гулять. Он подошел к окну и замер от приятного изумления. Все покрыто белым-белым снегом.

Утром глянул я чуть  
свет:

Двор по-зимнему одет.  
Распахнул я настежь  
двери,

В сад гляжу, глазам не  
верю.

Эй! Смотрите, чудеса –  
Опустились небеса!  
Было облако над нами,  
Оказалось под ногами.

(А. Гунули)

В саду стало чисто, просторно и красиво. Можно идти гулять. Скорее-скорее одеваться!

Выразительные движения. Откинуть назад голову, Приподнять брови, улыбнуться.

### **95. Жар-птица**

В царском саду росла яблоня с золотыми яблочками. Стала на эту яблоню прилетать Жар-птица и клевать золотые яблочки. Царь приказал своим сыновьям сторожить яблоню. На третью ночь караулить выпало Ивану-царевичу. Вот притаился он под яблоней и стал ждать... В полночь прилетела Жар-птица и села на яблоню. Дивится Иван-царевич на Жар-птицу. Вся-то она из золота, глаза у нее хрустальные, и сияют ее перышки так, что в саду стало светло как днем. Выпрямился Иван-царевич и схватил Жар-птицу за хвост, но вырвалась жар-птица из его рук и улетела, а в руках у Ивана-царевича осталось всего одно перо из ее хвоста. Поднял он руку с пером Жар-птицы — засияло, засветилось все вокруг, и пошел Иван-царевич во дворец. Все, кто встречался ему по дороге, останавливались и изумлялись дивному свету от золотого пера Жар-птицы.

Музыкальное сопровождение: В. Герчик. Танец Жар-птицы из оперы «Лесные чудеса».

Выразительные движения. Вытянутая вперед шея, откинута назад голова, поднятые брови, широко раскрытые глаза, улыбка.

Поза. Вес тела перенести на ногу, стоящую впереди, руки тянутся к предмету восхищения.

## **96. Любящие родители**

В зале звучит латышская народная песня «Колыбельная медвежонку». Мама-медведица и папа-медведь укачивают своего любимого сыночка. Сначала мама-медведица качает медвежонка, нежно прижимая его к себе, а папа-медведь с доброй улыбкой смотрит на маму и сына и сам тоже тихонько покачивается. Мама-медведица передает медвежонка медведю. Теперь папа-медведь качает малыша, а мама-медведица глядит на обоих ласково, с любовью.

Выразительные движения. Сложить перед собой руки, обхватывая пальцами локоть другой руки, мерно покачиваться под музыку вправо-влево, на лице улыбка.

## **97. Карлсон**

Ведущий предлагает детям отгадать загадку:

Мой дом - у вас на крыше!

Я каждому знаком!

И мой пропеллер слышен

Над вашим чердаком!

(М. Танич)

Затем один ребенок показывает, какое лицо у Карлсона, а другой - какое довольное лицо у мальчика, к которому прилетел Карлсон.

Выразительные движения. 1. Надуть щеки. 2. Улыбаться.

## **98. Встреча с другом**

У мальчика был друг. Но вот настало лето, и им пришлось расстаться. Мальчик остался в городе, а его друг уехал с родителями на юг. Скучно в городе без друга. Прошел месяц. Однажды идет мальчик по улице и вдруг видит, как на остановке из троллейбуса выходит его товарищ. Как же обрадовались они друг другу!

Выразительные движения. Объятие, улыбка.

## **99. Битва**

В зале звучит музыка П. Хоффера «Битва».

Один ребенок изображает Ивана-царевича, который сражается с трехглавым Змеем-Горынычем и побеждает его. Рад и горд своей победой Иван-царевич.

Выразительные движения. У исполнителя роли Змея-Горыныча голова и кисти рук — это головы Змея - Горыныча. Они качаются, делают выпады в сторону Ивана-царевича, никнут по очереди (срубленные), поднимаются (вырастают новые). Иван-царевич с видимым усилием размахивает воображаемым мечом.

Поза и мимика победителя. Плечи развернуты, ноги слегка расставлены, голова откинута, брови приподняты, губы тронуты улыбкой.

## **100. Я - грозный боец**

Мальчик чувствует себя сильным и храбрым. Он, пока звучит музыка Г. Шумана «Марш», марширует по залу, воображая себя грозным бойцом:

Вот пегий мой  
конь,  
Вот сабля моя,  
И открыть я огонь  
Могу из ружья.

(Н. КОРПОВ)

Я — грозный боец,  
И очень силен,  
И, как взрослый храбрец,  
В боях закален.

### **101. Два клоуна**

Под музыку В. Адигезалова «Мне очень весело» два веселых клоуна жонглируют воображаемыми разноцветными кольцами, не замечая друг друга. Вдруг они сталкиваются спинами и падают. Им так смешно, что они, сидя на полу, громко хохочут. Немного успокоившись, клоуны помогают друг другу встать, собирают кольца и снова весело жонглируют. Но теперь они бросают кольца друг другу.

Выразительные движения. Голову откинуть, рот широко раскрыть, губы растянуть улыбкой, брови приподнять, глаза слегка прищурить.

### **102. Новая кукла**

Девочке подарили новую куклу. Она рада, весело скачет, кружится, играет с куклой.

В зале звучит музыка П. Чайковского «Новая кукла».

### **103. Ключ нашелся**

Мальчик учится в школе. Он приходит домой раньше своих родителей, поэтому у него есть свой ключ от квартиры. Вот и сейчас он достанет ключ, откроет дверь, войдет в свою комнату, положит портфель, быстро поест и пойдет гулять... Но где же ключ? Мальчик ищет его и в портфеле, и в карманах, и вокруг себя на полу... Нет ключа! Мальчик расстроился: мама и папа придут с работы поздно, да и попадет ему за потерю. Он пошел на улицу и стал искать там. Искал он долго и, когда уже собрался заплакать, вдруг увидел ключ под скамейкой (или висящим на веточке куста). Мальчик схватил ключ и от радости даже запрыгал вокруг скамейки, а потом вприпрыжку побежал домой.

### **104. Негаданная радость**

В комнату вошла мама, с улыбкой посмотрела на своих мальчиков и сказала:

— Заканчивайте, ребята, свою игру. Через час мы идем в цирк!

Мама подняла руку и показала билеты. Мальчики сначала замерли, а потом пустились плясать вокруг мамы.

Выразительные движения. 1. Прикусить нижнюю губу, поднять брови, улыбаться. 2. Смеяться, потирать руки одну о другую, причем одна рука может быть сжата в кулак. Можно хлопать в ладоши, прыгать, пританцовывать.

### **105. Праздничное настроение**

Дети делятся на две группы. Первая группа стоит вдоль стены. Вторая группа идет по кругу под музыку Н. Римского-Корсакова (вступление к 1-му акту оперы «Сказка о царе Салтане», отрывок) торжественным



маршем и, проходя мимо стоящей у стены группы, приветствует ее поднятием вверх правой руки.

(Дети должны представить себя идущими на праздник в нарядных одеждах. Настроение у всех радостное, праздничное.)

Выразительные движения. Идти уверенным, решительным шагом; спина прямая, голова приподнята, На лице улыбка.

#### **106. Правильное решение**

Ребенок вырос и стал геологом. Он ушел в экспедицию для того, чтобы найти красивый мрамор для отделки станции метро. Сейчас геологу надо пройти по бревну, переброшенному с одного берега на другой, над бурной горной речкой. Он смотрит с высокого берега на воду, и ему страшно. Но геолог решил перебороть страх. Он будет смотреть только вперед. Он смело ступает на бревно и благополучно переходит на другой берег. Теперь можно посмотреть вниз. Геолог доволен. Он чувствует себя очень сильным и смелым. Он рад, что принял правильное решение. Его лицо расцветает гордой улыбкой.

(Ребенок может пройти по воображаемому бревну — начерченной мелом черте на полу или по скамейке.)

#### **107. Чунга-Чанга**

Путешественник пристал на своем корабле к Волшебному острову, где все всегда радостны и беззаботны.

Едва он сошел на берег, как его окружили жители чудесного острова — маленькие чернокожие дети. И на мальчиках, и на девочках были надежды одинаковые пестрые юбочки, на ногах и руках у них звенели браслеты с колокольчиками, в ушах у всех были круглые серьги, на шее — бусы, а в волосах — красивые перья.

С веселой улыбкой они стали пританцовывать под музыку В. Шаинского «Чунга-Чанга» вокруг путешественника и петь:

Чудо-остров, Чудо-остров,

Жить на нем легко и просто,

Чунга-Чанга!

Путешественник решил навсегда остаться на этом острове.

#### **108. Хорошее настроение**

Мама послала сына в булочную. «Купи печенье и конфеты, - сказала она. - Мы выпьем с тобой чай и пойдем в зоологический сад». Мальчик взял у мамы деньги, сумку и вприпрыжку побежал в магазин. У него было очень хорошее настроение.

Выразительные движения. Походка: быстрый шаг, иногда переходящий на подскоки.

Мимика. Улыбка.

Во время этюда звучит музыка Д. Львова-Компанейца «Хорошее настроение».

#### **109. Маме улыбаемся**

Ведущий поет песенку «Маме улыбаемся» В. Агафонникова.

Ой, лады, лады, лады,  
Не боимся мы воды,  
Чисто умываемся —

вот так!

Маме улыбаемся —

вот так!

Дети слушают песню и повторяют движения, которые им показывает ведущий.

1-я строчка — хлопают в ладоши.

2-я строчка — разводят руки в стороны ладонями вверх.

3-я строчка — гладят по кругу свои щеки.

4-я строчка — опускают руки и улыбаются.

#### **110. Смелый наездник**

Звучит пьеса Д. Кабалевского «Кавалерийская». Ребенок скачет на коне.

Я горжусь своим конем,

Он летит, как ветер.

Обгоняю я на нем

Всех коней на свете.

(З. Петрова)

#### **111. После дождя**

Жаркое лето. Только прошел дождь. Под мелодию венгерской народной песни дети (на р) осторожно ступают, ходят вокруг воображаемых луж, стараясь не замочить ног. Потом (на f), расшалившись, прыгают по лужам так сильно, что брызги летят во все стороны. Им очень весело. Музыкальное сопровождение: венгерская народная мелодия.

#### **112. Игры в воде**

Лето. Дети На даче. Вот они веселой гурьбой бегут к речке и с разбега плюхаются в воду, молотят по воде руками и ногами... А один мальчик, посмотрите, поплыл на самое глубокое место, зажал нос и уши пальцами и догрузился в воду с головой. Сидит, задержав дыхание, под водой, а потом как выскочит из воды. Набрал побольше воздуха и снова под воду. Тут и остальные ребята подплыли к нему, соревнуются, кто дольше пробудет под водой. Хорошо в воде. Весело. Можно брызгать друг на друга руками, а можно и ногами, если шлепать по мелководью. А какое это удовольствие ходить по дну руками! И нет лучшего наслаждения, как с веселым визгом выскочить из воды и растянуться на теплом песке и лениво ждать, когда высохнут трусики.

Дети действуют в соответствии с фабулой рассказа, пока звучит музыка (А. Лемуан. «Этюд»). С окончанием музыки выходят на берег.

### **4. Этюды на выражение страдания и печали**

#### **113. Стрекоза замерзла**

Пришла зима, а Стрекоза не приготовила себе домик, не запасла еды впрок. Стрекоза дрожит от холода:

Холодно, холодно,  
Ой-ёй-ёй-ёй!  
Голодно, голодно,  
Жутко зимой!  
Мне некуда деться,  
Сугробов не счесть.  
Пустите погреться,  
И дайте поесть.

Звучит музыка В. Герчика «Песня Стрекозы» (из детской одноактной оперы «Стрекоза»).

Мимика. Приподнять и сдвинуть брови; стучать зубами.

**114. Северный полюс** У девочки Жени был волшебный цветик-семицветик. Захотела она попасть на Северный полюс. Достала Женя свой заветный цветик-семицветик, оторвала один из его лепестков, подбросила его вверх и сказала:

|                                        |                           |
|----------------------------------------|---------------------------|
| Лети, лети, лепесток,                  | Возвращайся, сделав круг. |
| Через запад на восток,                 | Лишь коснешься ты земли — |
| Через север, через юг,                 | Быть по-моему вели.       |
| Вели, чтобы я была на Северном полюсе! |                           |

И Женя тут же, как была в летнем платье, с голыми ногами, одна-одинешенька, оказалась на Северном полюсе, а мороз там сто градусов! (В. Катаев.)

Выразительные движения. Колени сдвинуты так, что одно колено прикрывает другое; руки около рта; дышать на пальцы.

**115. Ой, ой, живот болят**

Два медвежонка Тим и Том съели вкусные, но немытые яблоки. У них разболелись животы. Медвежата жалуются:

Ой, ой, живот болит!  
Ой, ой, меня тошнит!  
Ой, мы яблок не хотим!  
Мы хвораем, Том и Тим!

Жалоба медвежат сопровождается музыкой М. Красева «Жалобная песенка» (из музыкальной сказки «Тим и Том»).

Выразительные движения. Брови приподнять и сдвинуть, глаза прищурить; туловище согнуть, живот втянуть; руки прижать к животу.

**116. Очень худой ребенок**

Ребенок плохо ест. Он стал очень худым и слабым, даже муравей может повалить его с ног.

Это кто там печально идет?  
И печальную песню поет?  
Муравей пробежал,  
Повалил его с ног,  
И вот он лежит одинок,

Муравей повалил его с ног.  
Митя из дому шел,  
До калитки дошел,  
Но дальше идти он не смог!

Он каши, он каши, он каши  
не ел,  
Худел, худел, болел, слабел!  
(Э. Мошковская)

И вот он лежит одинок,  
Муравей повалил его с ног!

Дети по очереди показывают, какое худое лицо у Мити. Затем дети распределяют между собой роли бабушки, муравья и Мити. Бабушка кормит Митю с ложечки. Митя с отвращением отодвигает от себя ложку. Бабушка одевает Митю и отправляет его гулять. Звучит песня З. Левиной «Митя». Мальчик, пошатываясь, идет по направлению к калитке (специально поставленный стул). Навстречу ему выбегает муравей и трогает его своим усиком (пальцем) — Митя падает.

### **117. Старый гриб**

Старый гриб вот-вот упадет. Его слабая ножка уже не выдерживает тяжести большой раскисшей шляпки.

Выразительные движения. Стоять, ноги расставлены, колени слегка согнуты; плечи опущены, руки висят вдоль тела; голова клонится к плечу.

### **118. Я так устал**

Маленький гномик несет на плече большую еловую шишку. Вот он остановился, положил шишку у своих ног и говорит:

Я так устал,

Я очень устал.

Звучит музыка Д. Г. Тюрка «Я так устал». Выразительные движения. Стоять, руки висят вдоль тела; плечи опущены.

### **119. Золушка**

В зале звучит музыка М. Воловаца «Золушка и принц» (отрывок).

Девочка изображает Золушку, которая приходит домой после бала очень печальной: она потеряла туфельку...

Выразительные движения. Поникшая голова, сведенные брови, опущенные уголки губ, замедленная походка.

### **120. Остров плакс**

Путешественник попал на Волшебный остров, где живут одни плаксы. Он старается утешить то одного, то другого, но все дети-плаксы отталкивают его и продолжают реветь.

Во время этюда звучит музыка Д. Кабалевского «Плакса».

Мимика. Брови приподняты и сдвинуты, рот полуоткрыт.

## **5. Этюды на выражение отвращения и презрения**

### **121. Соленый чай**

Бабушка потеряла очки, и поэтому она не заметила, что насыпала в сахарницу вместо сахарного песка мелкую соль.

Внук захотел пить. Он налил себе в чашку горячего чая и, не глядя, положил в него две ложечки сахарного песка, помешал и сделал первый глоток. До чего же противно стало у него во рту!

Выразительные движения. Голову наклонить назад, брови нахмурить, глаза сощурить, верхнюю губу подтянуть, нос сморщить - ребенок выглядит так, словно он подавился и сплевывает.

#### **122. «Грязная» бумажка**

На полу в коридоре лежит «грязная» бумажка. Ее надо поднять и выбросить. Мальчик брезглив... Ему кажется, что эта бумажка из туалета. Наконец он пересиливает свое отвращение, берет бумажку кончиками двух пальцев и, отведя руку в сторону, относит ее в ведро для мусора. («Грязная» бумага делается из чистой, которая закрашивается акварельными красками в неопределенный цвет и затем мнется.

Если брезгливый ребенок не решается ее поднять, то на следующем занятии он совместно с другими детьми изготавливает «грязную» бумагу сам, т. е. сам раскрашивает, мнет и бросает ее на пол. Затем проводится игра.)

#### **123. Грязь**

Мальчик обул новые ботинки и пошел в гости к своему другу. Ему надо было перейти дорогу, где шли ремонтные работы и было все раскопано. Недавно прошел дождь, и на дороге было грязно и скользко. Мальчик шел осторожно, стараясь не пачкать ботинки.

Выразительные движения. Походка должна создавать впечатление, что ребенок идет по грязи, что он выбирает более чистое место.

#### **124. Девочка, наступившая на хлеб**

В одной из своих сказок Г.Х.Андерсен рассказал девочке Инге. Инге была прехорошенькой, но вместе с тем гордой и спесивой. Жила она у богатых людей, а мать у нее была бедной. Инге стыдилась бедности матери. Однажды послали навестить мать. «Инге нарядилась в самое лучшее платье, надела новые башмаки, приподняла платице и осторожно пошла по дороге, стараясь не запачкать башмачков, — ну, за это упрекать нечего. Но вот тропинка свернула на болото, идти надо было по грязи. Не долго думая, Инге бросила в грязь свой хлеб, чтобы наступить на него и перейти лужу, не замочив ног. Но едва она ступила на хлеб одной ногой, а другую приподняла, собираясь шагнуть на сухое место, хлеб стал погружаться с нею все глубже и глубже в землю, — только черные пузыри пошли по луже!» Инге провалилась к Болотнице. Болотница жила на болоте и варила там пиво. «Помойка - светлый роскошный покой по сравнению с пивоварней Болотницы! От каждого чана разит так, что человека тошнит, а таких чанов видимо-невидимо, и стоят они плотно-плотно один возле другого; если же между некоторыми и отыщется щелочка, то тут сейчас же наткнешься на съезжившихся в комочек мокрых жаб и жирных лягушек. Да, вот куда попала Инге! Очнувшись среди этого холодного, отвратительного живого месива, Инге задрожала и почувствовала, что ее тело начинает коченеть». Инге превратилась в каменную девочку. (Дети по очереди показывают позу каменной девочки и брезгливую гримасу на ее застывшем лице.)

#### **125. Гадкий утенок**

Дети вместе с ведущим вспоминают сказку Г. Х. Андерсена «Гадкий утенок», затем разыгрывают эпизод на птичьем дворе, в котором птицы и человек демонстрируют свое презрительное и брезгливое отношение к утенку, который не был похож на других утят. Они считали его безобразным и гадким.

«Все гнали бедного утенка, даже братья и сестры сердито говорили ему: «Хоть бы кошка утащила тебя, несносный урод!» А мать прибавляла: «Глаза бы на тебя не глядели!» Утки щипали его, куры клевали, а девушка, которая давала птицам корм, толкала ногою».

Утенок не выдержал пренебрежительного и враждебного отношения к себе. Он убежал через изгородь с птичьего двора.

Выразительные движения. 1. Отвращение: голова откинута назад, брови нахмурены, глаза прищурены, ноздри раздуты и сморщены, углы губ опущены или, наоборот, верхняя губа подтягивается вверх. 2. Униженность: голова наклонена вниз, плечи сведены вперед.

### **126. Дюймовочка у майских жуков**

Дети вместе с ведущим вспоминают сказку Г. Х. Андерсена «Дюймовочка» и останавливают свое внимание на том эпизоде, в котором майский жук приносит Дюймовочку на дерево, где он жил.

«Он (майский жук) уселся с крошкой на самый большой лист, покормил ее сладким цветочным соком и сказал, что она прелесть какая хорошенькая, хоть и совсем непохожа на майского жука.

Потом к ним пришли с визитом другие майские жуки, которые жили, на том же дереве. Дни оглядывали девочку с головы до ног, и жучки-барышни шевелили усиками и говорили:

— У нее только две ножки! Жалко смотреть!

— У нее нет усиков!

— Какая у нее тонкая талия! Фи! Она совсем как человек! Как некрасиво! — сказали в один голос все жуки женского пола.

Дюймовочка была премиленькая! Майскому жуку, который принес ее она тоже понравилась сначала, а тут вдруг и он нашел, что она безобразная, и не захотел больше держать ее у себя — пусть идет, куда знает, слетел с нею с дерева и посадил на ромашку».

Дети, взявшиеся изображать майских жуков, с презрением рассматривают девочку-Дюймовочку.

Выразительные движения. Смотреть сверху вниз; при этом голова откинута назад, брови приподняты, лицо вытянуто. Выражать пренебрежение движением: отстраняться, отходить от презираемого существа.

## **6. Этюды на выражение гнева**

### **127. Сердитый дедушка**

К дедушке в деревню приехал Петя и сразу же пошел гулять. Дедушка рассердился, что Петя ушел за калитку. А если из леса придет волк, что будет с Петей?

Мимика. Нахмуренные брови.

Во время этюда звучит музыка С. Прокофьева из симфонической сказки «Петя и Волк», тема дедушки.

### **128. Король Боровик не в духе**

Ведущий читает стихотворение, а ребенок действует согласно тексту.

Шел король Боровик

Через лес напрямик.

Он грозил кулаком

И стучал каблуком.

Был король Боровик не в духе;

Короля покусали мухи.

(В. Приходько)

### **129. Хмурый орел**

Звучит музыкальная картинка Р. Габичвадзе «Орел». Ведущий читает стихотворение В. Викторова:

Вот за решеткой,

хмур и зол,

Сидит орел.

Могучих крыльев

гордый взмах

Внушает страх.

Давно ль громады

грозных скал

Затем ребенок изображает орла, который, медленно взмахивая крыльями, взбирается на камень (стул) и хмуро разглядывает детей из-за решетки (составленной из стульев).

Он облетал

И камнем падал свысока

На врага.

Он был свободный властелин

Седых вершин.

Теперь в неволе, хмур и зол,

Сидит орел.

### **130. Гневная гиена**

Гиена, стоит у одинокой пальмы (специально поставленный стул). В листьях пальмы прячется обезьянка. Гиена ждет, когда обезьянка обесилит от голода и жажды и спрыгнет на землю. Тогда она ее съест. Гиена приходит в ярость, если кто-нибудь приближается к пальме, желая помочь обезьянке.

Я страшная Гиена,

Я гневная Гиена,

От гнева на моих губах

Всегда вскипает пена.

Выразительные движения. Усиленная жестикуляция. Мимика. Сдвинутые брови, сморщенный нос, оттопыренные губы.

### **131. Разъяренная медведица**

На лесной полянке мальчик увидел маленького медвежонка. Медвежонок подбежал к мальчику и стал хватать его за ноги передними лапами, как бы приглашая поиграть с ним. Медвежонок был смешным и веселым. Почему бы с таким пушистым несмышленишком и не поиграть? Вдруг послышалось какое-то громкое урчание, и мальчик увидел, что на него, поднявшись на задние лапы, идет медведица. Мальчик подбе-

жал к большому дереву и быстро влез на него. Медведица не полезла на дерево за мальчиком, а стала яростно царапать ствол когтями, рычать, злобно глядя на мальчика. Вдруг где-то далеко заскулил медвежонок. Медведица оставила дерево и побежала выручать медвежонок теперь уже из настоящей беды. Мальчик еще немного посидел на дереве, потом спустился и побежал домой.

Выразительные движения. Ярость, сдвинутые брови, оттопыренные губы, сморщенный нос, рычание, тело дрожит, усиленная жестикуляция.

### **132. Два сердитых мальчика**

Мальчики поссорились. Они очень сердиты, сдвинули брови, размахивают руками, наступают друг на друга, вот-вот подерутся...

Этюд выполняется под музыку Е. Ботлярова «Драчун».

## **7.Этюды на выражение страха**

### **133. Лисенок боится**

Лисенок увидел на другом берегу ручья свою маму, но он не решается войти в воду. Вода такая холодная, да и глубоко. Выразительные движения. Поставить ногу вперед на носок, потом вернуть ногу на место. Повторить это движение несколько раз. Для большей выразительности можно имитировать стряхивание с ноги воображаемых капелек воды.

### **134. Собака лает и хватается за пятки**

Ребенок гуляет. Мимо на поводке идет собака. Она лает на мальчика и пытается, натягивая поводок, достать мордой до его ног.

Во время этюда звучит музыка Г. Фрида «Появление большой собаки»

### **135. Страх**

Мальчик боится одиночества. Он неподвижно сидит на стуле и со страхом смотрит на дверь... Вдруг в другой комнате кто-то притаился, что тогда?

За время этюда звучит музыка Н. Мясковского «Тревожная колыбельная».

Выразительные движения. Голову откинуть назад и втянуть в плечи. Мимика. Брови идут вверх, глаза расширены, рот раскрыт как бы для восклицания

### **136. Гроза**

За окном гроза. Хлещет дождь. Сверкают молнии. Грозно гремит гром. Ребенок один дома. Он стоит у окна. В момент сильного раската грома ему становится страшно.

Звучит музыка М. Раухвергера «Гром».

Выразительные движения. Голова запрокинута и втянута в плечи; глаза широко раскрыты; рот открыт; ладони как бы отгораживают от лица страшное зрелище

### **137. Момент отчаяния**

Ребенок приехал с родителями в чужой город. На вокзале он отстал от них. Мальчик вышел на привокзальную площадь. Он в смятении, не



знает, куда идти. Звучит музыка Н. Лысенко «Момент отчаяния» (отрывок).

Выразительные движения. Голова наклонена вперед и втянута в плечи, плечи приподняты, брови идут вверх и сдвигаются, губы раскрыты так, что виден верхний ряд зубов, одна рука с силой сжимает другую.

### **138. Ночные звуки**

Утенок убежал с птичьего двора. Ночь застала его в лесу. К тому же испортилась погода. Пошел дождь. Поднялся ветер. Деревья громко скрипели и гнули ветви под напором ветра почти до земли, а утенку казалось, что его хватают большие темные и мокрые лапы. Перекликались филины, утенок думал, что это кто-то кричит от боли. Долго метался утенок по лесу, пока нашел себе местечко, где можно было спрятаться.

В зале притемняется свет. Все дети, кроме ребенка-утенка, изображают деревья, коряги и пеньки. Из стульев можно сделать бурелом. Пока звучит музыка Ф. Бургмюллера «Баллада», дети, не сходя со своих мест, принимают угрожающие позы и издают громкие пугающие звуки: завывают, ухают и т. п. Утенок прячется в маленькой пещерке (под столом). Он собирается в комочек и дрожит.

Когда перестает звучать музыка, включают свет. Этюд закончен.

## **8. Этюды на выражение вины и стыда**

### **139. Провинившийся**

Мальчик разбил вазу, и мама его ругает. Он чувствует свою вину. Этюд выполняется под музыку В. Дорохина «В углу».

Выразительные движения. Голова наклонена вперед и втянута в плечи, плечи приподняты; ноги прямые, пятки сдвинуты; руки висят вдоль тела. Мимика. Брови идут вверх и сдвигаются, уголки губ опущены.

### **140. Ваське стыдно**

Жила-была девочка Галя. У нее была кукла Таня. Галя играла с куклой, кормила ее, спать укладывала.

Один раз положила свою куклу спать на кроватку. Забрался туда кот Васька и уронил куклу на пол.

Пришла Галя домой, увидела, что ее кукла лежит на полу, подняла куклу и стала ругать Ваську: «Зачем ты, Васька, мою куклу уронил?» А Васька стоит, голову опустил: стыдно ему.

Прослушав рассказ, дети по очереди показывают, как стыдно было коту Ваське.

### **141. Стыдно**

Мальчик Коля случайно сломал переключатель у телевизора. Он испугался, что мама его накажет. Коля сказал, что переключатель крутил его маленький брат. Брата наказали. Старшему брату стало очень стыдно.

Выразительные движения. Голова наклонена вперед, брови подняты и сдвинуты, углы рта опущены.

#### **142. Чуня просит прощения**

От хвастунишки-поросенка Чуни ушли его друзья - ежик и белочка, а волк тут как тут. Чуня зовет друзей:

Где, вы, верные друзья?

Чуне помогите!

За бахвальство и за смех

Вы меня простите.

(В. Соколов, Т. Дмитриева)

Выразительные движения. Первая, вторая строчки: поворачивать головы в разные стороны, брови приподняты, руки протянуты вперед. Третья, четвертая строчки: опущенная голова, брови приподняты, тубы вытянуты и слегка надуты, руки висят вдоль тела.

#### **Игры на выражение различных эмоций**

Целью этих игр является закрепление и воспроизведение различных эмоций.

#### **143. Таня-плакса**

Дети водят хоровод, в центре которого стоит Таня, и читают стихотворение:

Наша Таня громко плачет:

Уронила в речку мячик.

-Тише, Танечка, не плачь:

Не утонет в речке мяч.

(А. Барто)

Пока дети читают стихотворение, Таня горько плачет. Когда хоровод останавливается, Таня вытирает слезы и улыбается.

#### **144. Поссорились и помирились**

Два ребенка сначала изображают поссорившихся детей.

Выразительные движения. Двое детей стоят спиной друг к другу и прихлопывают одной ногой; руки на поясе или за спиной.

Затем изображают помирившихся.

Выразительные движения. Дети поворачиваются лицом друг к другу и, улыбаясь, берутся за руки, весело кружатся в танце. В конце обнимаются.

Звучит музыка Т. Вилькорейской «Помирились».

#### **145. Разные настроения**

Ведущий читает стихотворение Еф. Юдина «Вот какой малыш»:

Ох, как плачет малыш —

Будто дождик льет.

Что медведь рычит.

Улыбается малыш —

А смеется малыш —

Будто солнце взойдет.

Что ручей журчит.

Вот какой малыш —

А уж слезы текут —

Сын мой.

Ребенок изображает мимикой различные эмоциональные состояния, описанные в тексте.

#### **146. Разное настроение** Капризуля, мальчик Марк,

Не унять его никак.  
Улыбнется он на миг,  
Засияет солнца лик.  
(Н. Померанцева)

Дети по очереди мимикой показывают эмоциональное состояние мальчика Марка.

Выразительные движения. 1- 4-й такты - капризное настроение: брови опущены и сдвинуты, губы полуоткрыты, уголки губ опущены вниз, голова слегка наклонена вниз, плечи опущены. Капризная гримаса на лице дополняется легкими движениями поочередно обоими плечами вперед и назад.

5 —8-й такты — хорошее настроение: брови приподняты, губы тронуты улыбкой, голова слегка откинута назад, плечи развернуты.

Во время игры звучит музыка Г. Хакензака «Капризуля, мальчик Марк».

#### **147. Снегурочка**

Ведущий рассказывает сказку «Снегурочка». Затем дети изображают удивление и радость старика со старухой, когда они увидели живую Снегурочку.

Выразительные движения. 1. Удивление: раскрыть рот, приподнять брови.

2. Радость: широко улыбнуться.

#### **148. Прогулка**

Летний день. Дети гуляют (этюд «Хорошее настроение»). Пошел дождь (этюд «Золотые капельки»). Дети бегут домой. Прибежали они вовремя, начинается гроза (этюд «Гроза»). Гроза быстро прошла, перестал идти дождь. Дети снова вышли на улицу и стали бегать по лужам (этюд «После дождя»). В игре используется венгерская народная мелодия, музыка Д. Львова-Компанейца «Хорошее настроение», П. Христова «Золотые капельки», К. Караева «Сцена грозы» (отрывок приводится ниже).

#### **149. Что в углу?**

Из стульев строится кровать. Ребенок делает вид, что раздевается и ложится в постель, закрывает глаза. Входит дедушка — другой ребенок. Он делает вид, что снимает халат, потом подходит к внуку, видит, что он спит, поправляет одеяло и, уходя из комнаты, выключает свет. Ведущий читает стихотворение Ал. Кушнир «Что в углу?»:

Что виднеется в углу  
С черной тенью на полу,  
Непонятное, немое,  
Не пойму и сам какое,  
Человек или предмет?  
Ах, скорей зажгите свет!  
Вдруг оно сейчас подскочит,  
Утащить меня захочет?

Вдруг, издав ужасный стон,  
Побежит за мной вдогон?  
Схватит? Стащит одеяло?  
Свет зажгли - мне стыдно стало.  
Я ошибся. Виноват.

Это — дедушкин халат!  
Затем мальчик открывает глаза — ему делается страшно. Входит дедушка и включает свет. Мальчику стало стыдно.

Выразительные движения. 1. Беспокойство: надутые щеки, сощуренные глаза, уголки рта опущены, отпрянуть назад. 2. Сожаление, стыд: брови приподняты и сведены, рот открыт (вытянутое лицо), плечи приподняты.

### **150. Потерялся**

Мальчик с родителями приехал в незнакомый ему город. Они только что сошли с поезда и идут по перрону. Вдруг мальчик увидел очень большую собаку и от удивления даже остановился (этюд «Удивление»), а родители пошли дальше. Собака убежала. Мальчик оглядывается, но мамы и папы (бабушки, брата, сестры) нигде нет. Он бежит к выходу в город (специально поставленные стулья), выходит... и застывает в позе отчаяния: мамы и папы здесь нет (этюд «Момент отчаяния»). Родители тоже ищут, мальчика. Они подходят к нему сзади и трогают за плечо. Радость встречи. Мама и папа берут его за руки и весело идут с ним по городу (этюд «Хорошее настроение»).

### **151. Змей-Горыныч**

Сказочный город (поставленные по кругу стулья). В нем живут царевич, царевна и ремесленники. Сторожит город Стражник. Иван-царевич уходит на охоту. Царевна вышивает. Ремесленники заняты каждый своим делом (кузнец кует, маляр красит и т. д.). Стражник обходит город. Налетает Змей-Горыныч. (Звучит музыка П. Чайковского «Баба-яга»). Он смертельно ранит Стражника, убивает ремесленников, а царевну уносит (уводит) в свою пещеру (специально поставленные стулья). Змей-Горыныч летает перед входом в пещеру, сторожит царевну. Иван-царевич возвращается с охоты. Стражник приподнимается, показывает направление, куда Змей-Горыныч унес царевну, бессильно падает. Иван-царевич берет меч и идет сражаться со Змеем-Горынычем (этюд «Битва». Звучит музыка Б. Хоффера «Битва»). Борется и побеждает его. Как только Змей-Горыныч падает, Стражник и ремесленники оживают, а из пещеры выходит царевна. Иван-царевич ведет царевну в город. Царевна снова вышивает, ремесленники работают. Стражник обходит город, а Иван-царевич собирается на охоту.

### **152. Три подружки**

Жили-были три подружки: свинка Хрюшка, кошка Мурка и утка Крякушка. Однажды в теплый летний день они пошли гулять. На них были новые платья, и мамы наказали им строго-настрого не пачкаться и далеко друг от друга не уходить.

Но Мурка, гоняясь за птичкой (этюд «Кузнечик»), зацепилась за пенек и разорвала платье, а Хрюшке захотелось полежать и понежиться в луже (этюд «Лентяй»). Утка Крякушка потеряла шляпу и башмачок, когда помогала Хрюшке вылезти из лужи. Вот идут они после прогулки, опустив головы, громко плача... Что-то будет? Что скажут мамы (этюд «Остров плакс»)?

Мамы встретили малышей около дома, страшно удивились (этюд «Удивление»), рассердились и хотели их наказать (этюд «Провинившийся»). Но когда они узнали, как Крякушка спасала Хрюшку, перестали браниться и даже похвалили ее!

### **153. Пожар**

Два брата остались дома, так как в детском саду был карантин. А мама не нашла никого, кто бы мог побыть с ними, пока она будет на работе. Мальчики этому очень обрадовались.

Как только за мамой закрылась дверь, братья отправились на кухню за спичками. Спички нашли быстро: целых два коробка. Ребята вышли в коридор, разгородили его стульями и стали играть в войну. Они чиркали спичками о коробки и, когда спички загорались, кидали их через стулья друг в друга, представляя, что стулья — это граница, а летящие спички — боевые ракеты. Спички в полете гасли, а если случалось, что спичка, падая, продолжала гореть на полу, то стоило на нее наступить ногой, как от огня ничего не оставалось.

«Ура! Пли! Огонь!» — кричали братья то по очереди, то вместе, не замечая, что одна из непогасших спичек провалилась за тумбочку для обуви... За тумбочкой лежала газета, газета вспыхнула и подожгла снизу обои, загорелась и задняя стенка тумбочки, в коридоре стало дымно. Ребята наконец почувствовали запах дыма и увидели, что он поднимается из-за тумбочки. Они бросили игру, побежали на кухню, набрали воды в чашку, потом перелезли через стулья, которые мешали им подойти к тумбочке, и начали лить воду туда, откуда шел дым. Но дым продолжал клубиться. Ребята решили отодвинуть тумбочку от стены, чтобы посмотреть, что там. Но только они взялись за нее, как она упала на бок. Из-за тумбочки вырвались языки жаркого пламени, огонь побежал по стене, и ребята оказались отрезанными и от воды, и от выхода из квартиры.

Братья испугались, громко заревели, убежали в комнату и закрыли дверь, но дым проникал и сюда. Дети стали кашлять, задыхаться. Они хотели открыть форточку, но им уже было очень плохо. Мальчики смогли подойти только до кровати, они залезли на нее, закрылись одеялом и... потеряли сознание.

Ребята очнулись в больнице. Возле них сидела их мама, рядом стоял доктор. Братья сразу же все вспомнили. Мальчики горько заплакали, стали просить прощения у мамы и обещали доктору никогда больше не играть со спичками. Когда дети успокоились, мама рассказала сыновьям

ям, как к ним домой приезжали пожарные, как они вынесли ребят из огня и потушили пожар.

#### **154. В темной норе**

Два друга, Утенок и Зайчонок, пошли гулять. По дороге им встретилась Лиса. Лиса подумала, что хорошо бы ей съесть малышей, но вслух сказала: «Здравствуйте, неразлучные друзья! А у меня для вас в моей норе приготовлено угощение: вкусные конфеты и рассыпчатое печенье. Пойдемте со мной!». Малыши поверили Лисе и пошли с нею. Пришли. Лиса открыла дверцу в свою нору: «Заходите первыми!». Только переступили порог Утенок и Зайчонок, как Лиса быстро закрыла дверцу на крючок и засмеялась: «Ха-ха-ха! Ловко я вас провела. Побегу я теперь за дровами, разведу огонь, вскипачу воду и брошу в нее вас, малышей. То-то вкусное у меня будет угощение!». Утенок и Зайчонок, оказавшись в темноте и услышав насмешку Лисы, поняли, что попались. Утенок заплакал и стал громко звать свою маму. Зайчонок не плакал, он думал... «Давай, Утенок, выроем подземный ход и убежим отсюда» — сказал наконец Зайчонок. Утенок перестал плакать и вместе с Зайчком стал рыть землю. Вскоре в небольшую щелку проник свет, щелка становилась все больше и больше, и вот друзья уже на воле. Утенок и Зайчонок, обнялись и радостные и веселые побежали домой: Пришла Лиса с дровами, положила их на землю, сняла крючок, открыла дверцу, посмотрела в нору и замерла от удивления... В норе никого не было.

Игра проводится рядом с помещением, где нет естественного освещения (коридор; кладовка и т. п.). Эта темная комната будет лисьей норой. Дети роют подземный ход, скребя пальцами по двери. Ведущий через некоторое время начинает потихоньку приоткрывать дверь.

#### **156. Сочувствие**

Дети вспоминают игру «Два сеньора». На этот раз группа сеньора Мажора отправляется на остров плакс (этюд «Остров плакс»). Они пытаются развеселить королеву плакс, но тщетно. Радостные лица сеньора Мажора и его друзей раздражают и обижают королеву. Она плачет еще сильнее. Плаксы прогоняют весельчаков с острова.

На остров плакс отправляется группа сеньора Минора. Сеньор Минор со своими друзьями садится около королевы. Все грустят вместе с нею. Сеньор Минор сочувственно улыбается королеве. Происходит чудо. Королева плакс отвечает улыбкой. Заулыбались и остальные плаксы. И вот уже у всех прояснились лица, у всех ровное, хорошее настроение.

#### **157. Два рыболова**

На мосту стояли два мальчика и удили рыбу. У них были одинаковые удочки, одинаковые ведерки для рыб, да и стояли они неподалеку друг от друга. Но один мальчик то и дело вытаскивал из воды рыбку за рыбкой, а другой только с досадой поглядывал на него. В его ведерке плавала всего; одна небольшая рыбешка. Вот и сейчас у него не клюет, а у соседа опять дергается поплавок. У неудачливого удильщика на ли-

це все сильнее выражалась досада, а у удачливого лицо было, как у за-  
даваки, насмешливое.

### **158. Котят**

Воспитатель читает английскую народную песенку в переводе С. Мар-  
шака:

Два маленьких котенка поссорились в углу,  
Сердитая хозяйка взяла свою метлу  
И вымела из кухни дерущихся котят,  
Не справившись при этом, кто прав, кто виноват.

А дело было ночью, зимою, в январе,  
Два маленьких котёнка озябли на дворе.  
Легли они, свернувшись, на камень у крыльца,  
Носы уткнули в лапки и стали ждать конца.

Но сжалилась хозяйка и отворила дверь.  
«Ну что,— она спросила,- не ссоритесь теперь?»

Прошли они тихонько в свой угол на ночлег,  
Со шкурки отряхнули холодный мокрый снег,  
И оба перед печкой заснули сладким сном,  
А вьюга до рассвета шумела за окном.

Дети, послушав песенку, по очереди показывают мимику хозяйки,  
озябших котят, сладкий сон согревшихся котят. Затем разыгрывают  
всю сценку полностью.

### **159. Маленький скульптор**

Ребенок изображает скульптора, остальные дети - глину. Скульптор за-  
думывает вылепить из глины злого волка. Он ведет одного ребенка на  
середину зала и показывает ему, как он должен встать, какое надо сде-  
лать лицо, чтобы походить на злого волка. Ребенок-глина застывает в  
заданной позе. Скульптор обходит вокруг статуи, любуется ею, а если  
он неудовлетворен своей работой, снова показывает позу и мимику ре-  
бенку-глине.

В следующий раз выбирается другой скульптор, который задумывает,  
например, вылепить смешного человека.

### **160. Скульптурная группа**

Ведущий предлагает вспомнить этюд «Маленький скульптор» и гово-  
рит, что на этот раз скульптор решил вылепить скульптурную группу,  
которая будет называться «Волк и заяц». Он ставит двух детей на сере-  
дину зала и показывает каждому из них позу и мимику: заяц удит рыбу  
и не замечает, что за его спиной стоит волк и вот-вот на него набросит-  
ся. Скульптор обходит вокруг скульптурной группы, поправляет ее, ес-  
ли считает это необходимым, отходит в сторону, любуется своей рабо-  
той. Скульптор устал, он ложится отдохнуть рядом со своей работой.  
Пока он спит, скульптурная группа оживает. Волк пытается поймать  
зайца. Они бегают вокруг спящего, но, как только скульптор начинает  
шевелиться и просыпаться, волк и заяц занимают свои места и засты-

вают в прежних позах. Скульптор встает, снова любит свою работу. Он и не знает, что волк и заяц оживали.

### **Этюды и игры на воспроизведение отдельных черт характера**

#### **1. Этюды на отображение положительных черт характера**

##### **161. Смелый заяц**

Заяц любит стоять на пенке и громко петь песни и читать стихи. Он не боится, что его может услышать волк.

Выразительные движения. Поза. Положение стой, одна нога чуть впереди другой, руки заложены за спину, подбородок поднят.

Мимика. Уверенный взгляд.

##### **162. Часовой**

Ребенок изображает пограничника. Ведущий читает стихотворение:

Стоит он в дозоре,

И зорек, и смел,

Чтоб мир потревожить

Никто не посмел.

(С. Погореловский)

Выразительные движения. Голова держится прямо и немного откинута назад, взгляд устремлен вперед, ноги слегка расставлены, руки как бы держат воображаемый автомат.

##### **163. Капитан**

Ребенок представляет себя капитаном. Капитан стоит на мостике корабля и смотрит вперед. Вокруг темное небо, высокие крутые волны, свистит ветер. Но не боится капитан! бури. Он чувствует себя сильным, смелым, уверенным. Он доведет свой корабль до порта назначения.

Выразительные движения. Спина прямая, ноги расставлены, взгляд устремлен вперед, иногда подносится к глазам воображаемый бинокль.

##### **164. Добрый мальчик**

Зима. Маленькая девочка, играя со снегом, потеряла варежку. У нее замерзли пальчики. Это увидел мальчик. Он подошел к девочке и надел на ее руку свою рукавицу.

##### **165. Внимательный мальчик**

По улице шла женщина с покупками. У нее упал сверток. Мальчик, увидев это, подбежал, поднял сверток и подал женщине. Женщина поблагодарила мальчика.

166. Посещение больного (для детей 5-6 лет) Мальчик заболел. К нему пришел друг. Он с сочувствием смотрит на больного, потом дает ему попить, заботливо поправляет одеяло.

##### **167. Любящий сын**

Мальчик потихоньку входит в комнату с подарком, спрятанным за спиной. Он идет на носочках и улыбается. Мама не знает, что мальчик в комнате и сейчас сделает ей подарок.

##### **168. Честный шофер**

В такси (специально поставленные стулья) сел мужчина, у него был фотоаппарат. Он сказал шоферу, куда ему надо ехать, и они быстро



прибыли на место. Пассажир расплатился с водителем, вышел из машины и направился к дому. Шофер посмотрел на то место, где сидел пассажир, и увидел оставленный на сидении фотоаппарат. Он остановил машину, взял забытую пассажиром вещь и пошел к подъезду, в который вошел владелец фотоаппарата. Водитель не знал, в какой квартире живет рассеянный пассажир, поэтому он стал звонить во все квартиры подряд. Наконец на втором этаже одну из дверей открыл сам хозяин фотоаппарата. Таксист, улыбаясь, протянул ему фотоаппарат. Мужчина поблагодарил водителя.

### **169. Мороженое**

Мама дала девочке деньги на мороженое. Девочка вприпрыжку побежала по дороге и не заметила, как у нее из кармашка они выпали. Вот и киоск, где продают мороженое. Опустила девочка руку в кармашек, а денег там уже и нет. Девочка пошла по дороге назад. «Где же я их потеряла?» — думает девочка. А деньги нашел мальчик. Он тоже решил на них купить мороженое. Мальчик поравнялся с девочкой. Девочка сказала: «Мама дала мне деньги на мороженое, а я их потеряла». «Вот они», — ответил мальчик и протянул девочке пропажу. «Ты честный», — сказала девочка. Она купила мороженое и поделилась с мальчиком.

### **170. Так будет справедлив**

Мама ушла в магазин. Как только за нею закрылась дверь, братья стали баловаться: они то бегали вокруг стола, то боролись, то кидали друг другу, словно это мячик, диванную подушку. Вдруг щелкнул замок: это вернулась мама. Старший брат, услышав, что дверь открывается, быстро сел на диван. А младший не заметил маминого прихода и продолжал играть с подушкой. Вот он подбросил подушку вверх и попал ею в люстру, люстра стала раскачиваться. Мама, рассердившись, поставила провинившегося в угол. Старший брат поднялся с дивана и стал рядом с братом.

— Почему ты стал в угол? Я тебя не наказывала, — спросила мама.

— Так будет справедливо, — серьезно ответил ей старший сын. — Ведь это я придумал кидаться подушкой.

Мама растроганно улыбнулась и простила обоих сыновей.

### **171. Справедливый папа**

Мальчик с папой отдыхал за городом. У них был свой огород, в котором росла клубника. Как-то утром отец отправился в соседнюю деревню на почту, а сына попросил собрать покрасневшую клубнику. Мальчик выполнил поручение отца очень аккуратно: не смял ни одного листочка, не сорвал ни одной зеленой ягоды. Мальчик отнес ягоды домой и побежал на речку. И вот, пока он купался, к ним в огород пролез соседский поросенок и стал ходить по грядке с клубникой. Соседка увидела поросенка и увела его домой. Когда папа пришел домой и увидел истоптанную грядку, то очень рассердился на сына. Мальчик стал говорить, что это не он испортил грядку. Папа рассердился еще боль-

ше, так как подумал, что сын у него еще и лгун. Отец велел сыну пойти в другую комнату и подумать над своим поведением. В это время пришла соседка и рассказала о поросенке. Папа пошел к сыну, сел рядом с ним, обнял и сказал: «Я был не прав, что не поверил тебе. Прошу у тебя прощения».

### **172. Вежливый ребенок**

В зале на стульях сидят дети. Звучит музыка Ю. Литовко «Танец с поклонами». Входит ребенок и вежливо здоровается с каждым сидящим в зале.

## **2.Этюды на отображение отрицательных черт характера**

### **173. Робкий ребенок**

Ребенок первый день в детском саду. Он робеет. Ему кажется, что воспитательница им недовольна, а дети вот-вот обидят.

Выразительные движения. Сидеть на кончике стула очень прямо, колени сдвинуть, пятки и носки сомкнуть, локти прижать к телу, ладони положить на колени, голову опустить.

Во время этюда звучит музыка Н. Римского-Корсакова «Сидел Ваня».

### **174. Застенчивый мальчик**

Однажды в школу приехал писатель, ветеран Великой Отечественной войны, и стал рассказывать о подвигах разведчиков. Он обратил внимание на одного мальчика, который слушал его особенно внимательно. Когда писатель кончил свой рассказ, ребята поблагодарили его и разошлись, а этот мальчик остался. Мальчик стоял и пристально смотрел на писателя, не решаясь, казалось, с ним заговорить. Писатель подошел к нему:

— Ты хочешь о чем-нибудь спросить? Мальчик опустил голову.

— Что же ты... Спрашивай...

Он потупился еще больше. Потом неожиданно повернулся и медленно пошел прочь.

Дети вместе с ведущим делают предположения, что хотел, но не решился сказать писателю мальчик.

Затем ведущий берет на себя роль писателя, а дети по очереди изображают застенчивого мальчика.

Детям постарше ведущий сообщает, что писатель — это Альберт Вениаминович Цессарский. Во время Великой Отечественной войны он был врачом в партизанском отряде.

### **175. Жадный пес**

Ведущий читает стихотворение Василия Квитка:

|                |                  |
|----------------|------------------|
| Жадный пес     | Пирогов напек,   |
| Дров принес,   | Спрятал в уголок |
| Воды наносил,  | И съел сам —     |
| Тесто замесил, | Гам-гам-гам!     |

Затем один ребенок имитирует действия, о которых говорится в стихотворении.

### **176. Хочу и все!**

Мальчик пришел с мамой в магазин, чтобы купить чешки. В этом же магазине продавались двухколесные велосипеды.

— Я хочу этот велосипед,— сказал мальчик. Мама показала ему деньги в кошельке и шепотом сказала, что у нее нет денег на велосипед.

— А мне что до этого! — громко закричал мальчик и даже топнул ногой. — Хочу и все!

Мама оглянулась и увидела, что покупатели и продавец смотрят на ее сына.

Она потянула мальчика за руку, чтобы выйти с ним поскорее из магазина, но он подогнул ноги под себя и повалился назад. У мамы не хватило сил, чтобы удержать руку сына в своей руке... И вот он лежит на грязном полу, стучит кулаками об пол, пинает ногами воздух и, выгибая спину, повторяет плачущим капризным голосом: «Хочу! Хочу и все!»

### **177. Эгоист**

Мама принесла к чаю три пирожных. Мальчик взял себе одно пирожное и показал пальцем на два других: «А эти я съем вечером». Мама подумала: «Мой сын — эгоист».

### **178. Наглец**

Мальчик сел с гармошкой на скамейку под окнами и громко заиграл. Из подъезда вышла женщина и попросила мальчика перейти на другое место: «Ты играешь как раз под нашими окнами, а у меня только-только заснула больная дочка!» — «А мне-то что!» — сказал сквозь зубы мальчик и заиграл еще громче.

Во время этюда звучит музыкальная пьеса П.Чайковского «Мужик играет на гармонике».

### **179. Ябедник**

Мальчик мешает рисовать сидящим за столом ребятам. Он то забирает к себе все карандаши, то портит чужие рисунки, чиркая в них карандашом. Дети прогоняют его. Мальчик плача бежит к своей маме (к воспитателю) и говорит, что его обидели.

Во время этюда звучит музыка С. Слонимского «Ябедник».

### **180. Притвора**

Мальчики играют в пятнашки (салки), они догоняют и пятнают друг друга. Неожиданно один из мальчиков падает и не поднимается.

Товарищи подходят к упавшему. Он не двигается. Мальчики поднимают его, осматривают ногу, усаживают на скамью. Внезапно мальчик отталкивает товарища, вскакивает, пятнает ближайшего и бежит. Товарищи пытаются его поймать, но он спасается бегством.

### **181. Чуня-задавака**

Поросенок Чуня хвастается перед Белочкой и Ежиком, что не боится Волка:

Я стукну Волка в нос,

Ему по уху дам.

Я срежу Волку хвост!  
Пусть Волк боится сам.  
(В. Соколов, Т.Дмитриева)

Выразительные движения. Голова повернута и откинута назад, брови приподняты, плечи развернуты, ноги слегка расставлены, правая рука лежит на бедре, левая рука делает размашистые угрожающие движения.

### **182. Мышка-хвастунья**

Одна Мышка гуляла в лесу и встретила там Олененка с золотыми рожками.

— Подари мне твои золотые рожки,- попросила у Олененка Мышка.

— Зачем тебе мои золотые рожки? Они будут тебе мешать, — ответил Олененок.

— Ты жадина, жадина! - стала дразнить Олененка Мышка.

— Я не жадный,- ответил Олененок и надел на голову Мышки свои золотые рожки.

Мышка обрадовалась и побежала всем показывать, какое украшение у нее на голове. Она так торопилась, что даже позабыла поблагодарить Олененка.

Когда Мышка увидела своих подружек, то стала хвастаться передними:

— Я лучше, всех, я богаче всех, я не буду с вами, серыми, дружить.

Вдруг из-за куста выпрыгнул Кот. Все простые мышки быстро попрятались в свои норки, а мышка с золотыми рожками застряла. Кот набросился на нее и съел. Остались лежать на траве только золотые рожки. Пришел Олененок и надел их снова себе на голову.

— Вот как плохо быть хвастливым, — вздохнул Олененок и покачал золотыми рожками.

### **183. Кривляка**

Когда кто-нибудь чужой входит в комнату, мальчик начинает гримасничать и кривляться, ну, совсем как паяц из кукольного театра. Ему хочется, чтобы новый человек смотрел только на него одного.

Во время этюда звучит музыка Г. Окунева «Гримасы».

### **184. Вова-растеряшка**

Ведущий читает стихотворение Л. Барбас «Про Вову-растеряшку», делая паузы после каждого вопроса.

|                       |                           |
|-----------------------|---------------------------|
| Вова-растеряшка,      | Может, плюшевый медведь   |
| Где твоя рубашка?     | Захотел ее надеть?        |
| Может, серые коты     | Стал рубашку примерять —  |
| Унесли ее в кусты?    | Взял и сунул под кровать. |
| Может, заяц приходил? | Вова-растеряшка,          |
| Может, ежик утащил?   | Вот твоя рубашка!         |

Ребенок, исполняющий роль Вовы-растеряшки, во время этих пауз всем своим видом как бы говорит: «Я не знаю» (этюд «Я не знаю»).

### **185. Упрямый мальчик**

Уже вечер. Пора идти ужинать и ложиться спать. Мама взяла мальчика за руку, чтобы отвести его домой, а он упирается, вырывает руку да еще топает ногой: «Не хочу! Не пойду!».

Этюд идет в музыкальном сопровождении: Р. Леднев. «Упрямец».

### **186. Карабас - Барабас**

Ребенок изображает Карабаса-Барабаса. Он сидит на стуле и, пока звучит музыка (А. Лепин. «Карабас», отрывок), зловеще смотрит на Бура-тино, которого вот-вот бросит в огонь. Выразительные движения. Сидеть на стуле, широко расставив ноги, одной ногой можно притопы-вать, не отрывая носка от пола, корпус тела наклонен вперед, руками (кулаками) упираться в бедра, брови сдвинуты.

### **187. Злюка**

Ребенок изображает злюку. Он сидит на стуле и, пока звучит музыка (Д. Кабалевский. «Злюка»), смотрит на каждого из присутствующих со злостью и недовольством. Мимика. Брови сдвинуты, верхняя губа за-кушена.

## **3. Игры на сопоставление различных черт характера**

### **188. Молчок**

Ведущий читает стихотворение А. Бродского «Новичок».

В детский сад пришел Молчок —

Очень робкий новичок.

Он сначала был не смел.

С нами песенок не пел.

А потом, глядим, привык:

Словно зайка-скок да прыг.

До чего же осмелел:

Даже песенку запел.

Ребенок, исполняющий роль Молчка, сначала робко сидит на стуле (этюда «Робкий ребенок»), затем согласно тексту преобразается в сме-лого: прыгает вокруг стула, а потом поет какую-нибудь знакомую пе-сенку (этюда «Смелый ребенок»).

### **189. Страшный зверь**

Ведущий читает стихотворение В. Семерина «Страшный зверь».

Прямо в комнатную дверь

Проникает страшный зверь!

У него торчат клыки

И усы топорщатся,

У него горят зрачки —

Испугаться хочется!

Хищный глаз косится,

Шерсть на нем лоснится...

Может, это львица?

Может быть, волчица?

Глупый мальчик крикнул:

- Рысь!!

Храбрый мальчик крикнул:

— Брысь!!

А дети, получившие роли кошки, глупого и храброго мальчиков, дей-ствуют согласно тексту

### **190. Два друга**

Дети слушают в исполнении ведущего стихотворение Т. Волгиной «Два друга», дают оценку поведению обоих ребят, распределяют роли.

Пришли два юных друга  
 На речку загорать.  
 Один решил купаться —  
 Стал плавать и нырять.  
 Другой сидит на камушке  
 И смотрит на волну,  
 И плавать опасается:  
 «А вдруг я утону?!».  
 Пошли зимой два друга  
 Кататься на коньках.  
 Один стрелою мчится —  
 Румянец на щеках!  
 Другой стоит растерянный  
 У друга на виду.  
 «Тут место очень скользкое,  
 А вдруг я упаду?!».  
 Гроза дружков застала  
 Однажды на лугу.  
 Один пробежку сделал —  
 Согрелся на бегу.  
 Другой дрожал под кустиком,  
 И вот дела плохи:  
 Лежит под одеялами-  
 «Кха-кха!..Аппчхи!!».

Ведущий снова читает стихотворение, а дети готовят соответствующую пантомиму.

### **191. Жадный поросенок**

Котенок встречает скулящего щенка. Щенок голоден, он потерял родителей. Котенок решает ему помочь. В этот момент мимо проходит толстый поросенок и жует большую булку, котенок и щенок промят поросенка дать им кусочек булки, на что тот отвечает грубым хрюканьем. Тогда котенок хватается за хвостик, и поросенок с визгом убегает жаловаться своей маме.

### **192. Три характера**

Дети слушают три музыкальные пьесы Д. Кабалевского: «Злюка», «Плакса» и «Резвушка», Вместе с ведущим дают оценку поведения Злюки, Плаксы и Резвущки. Трое детей договариваются, кто какую девочку будет изображать, а четвертый ребенок должен догадаться по их мимике и пантомимике, кто из них Злюка, Плакса и Резвушка.

При повторении игры Злюка, Плакса и Резвушка встают рядом и отгадывающий ребенок должен узнать их теперь без музыкальной подсказки, только по Мимике и пантомимике.

Если в группе только одна девочка, то Злюку и Плаксу изображают мальчики

### 193. Повар - лгун

Ведущий читает стихотворение:

Идет кисонька из кухни.

У ней глазоньки опухли.

— О чем ты, кисонька, плачешь?

— Как же мне, кисоньке, не плакать?

Повар пеночку слизал

И на кисоньку сказал.

Звучит музыка В. Калинникова «Кисонька». Ребенок изображает повара. Он делает вид, что лижет пенку с молока, разливая его по воображаемым кружкам. Повар идет к ребятам и раздает им кружки с молоком. Дети спрашивают: «Где пеночка?» Повар отвечает: «Кисонька слизала». Они выпивают молоко и отдают свои кружки, повару. Повар уходит. Входит ребенок, изображающий плачущую кисоньку. От нее дети узнают, что повар — лгун. Повар слышит это и прячется. Дети ищут повара, находят его и ведут к кисоньке. Повар просит прощения у кисоньки.

### 194. Просто старушка

По улице шли мальчик и девочка. А впереди них шла старушка. Было очень скользко. Старушка поскользнулась и упала.

— Подержи мои книжки! - крикнул мальчик, передал девочке свою сумку и бросился на помощь старушке. Когда он вернулся, девочка спросила его:

— Это твоя бабушка?

— Нет,- ответил мальчик.

— Мама? — удивилась подружка.

— Нет!

— Ну, тетя? Или знакомая?

— Да нет же, нет! — ответил мальчик. — Это просто старушка.

Дети, прослушав рассказ В. Осеевой «Просто старушка», разыгрывают другую ситуацию: как бы поступила девочка, если бы она была одна и увидела упавшую старушку. После этого разыгрывается ситуация так, как она дана в рассказе В. Осеевой. Затем этюд проигрывается еще раз: мальчик и девочка вместе помогают старушке.

### 195. Чертенюк, или Мальчик-наоборот

Мальчик-чертенюк жил на болоте. Иногда по тропинке мимо болота проходили люди. Чертенку очень нравились люди, он хотел тоже им понравиться, поэтому, как увидит он кого-нибудь, тотчас вспрыгнет на кочку и давай плясать на ней - только грязная вода во все стороны летит. Проходящие почему-то ускоряли шаг, зажимали себе нос, отворачивали от чертенка лицо... Чертенюк не знал, что запах тухлой воды неприятен, что кривляние и гримасы пугают, а его мокрая драная одежда, усеянная пиявками и улитками, вызывает у всех тошноту.



Но вот однажды по этой тропинке шел добрый человек. Он не отвернулся от чертенка, не зажал нос, а подозвал его к себе. Добрый человек вытащил из кармана волшебную булавку и пристегнул ее к одежде чертенка. И в тот же миг не стало болота, а перед ним стоял красивый и чистенький мальчик.

Мальчик, бывший чертенок, попросился жить к доброму человеку.

Вот стали они жить вместе. Добрый человек говорит: «Открой дверь» — а мальчик ее плотнее закрывает; «Причешись» - а мальчик лохматит себе волосы; «Делай уроки» - а мальчик бежит на улицу.

Добрый человек понял, что из чертенка получился мальчик - наоборот. Он не ругал мальчика, а стал сам говорить все наоборот: «Поколоти эту плаксу-девочку» - а мальчик начинал ее ласкать и успокаивать; «Включи свет, когда пойдешь гулять» - а мальчик его выключал и т. д. Так они и жили.

### **196. Шляпа старухи Шапокляк**

Во Франции шляпу называют «шапо»(Chapeau – шляпа). Старуха Шапокляк так этому удивилась, что сняла шляпу с головы и стала ее со всех сторон рассматривать. Шапокляк и не заметила того, что, как только она сняла свой шапокляк, так тотчас же из проказливой и противной старухи превратилась в славную добрую бабушку. В это время мимо скамейки, где сидела Шапокляк, проходил заплаканный мальчик. Раньше бы старуха подставила мальчику подножку, чтобы тот упал, но теперь... Новая Шапокляк положила свою шляпу на скамейку, подошла к мальчику и стала его ласково расспрашивать, почему он такой расстроенный. Мальчик рассказал ей, что у него заболела мама. Ему надо перейти на другую сторону улицы, чтобы купить в аптеке лекарства для мамы, а машины так быстро, не останавливаясь, мчатся, что никак не перейти дорогу. Добрая Шапокляк успокоила мальчика и повела его к подземному переходу, который был довольно далеко.

В это время к скамейке, на которой лежала шляпа старухи Шапокляк, приблизилась девочка. Девочка любила наряжаться, но вместе с тем была доброй и милой девочкой. Девочка подумала: «Я только примерю эту шляпку и сразу же положу ее на место». Но как только девочка надела шляпку старухи Шапокляк на голову, так сразу же превратилась в противную, проказливую девочку. Губы у нее сами собой стали складываться и запели:

...Кто людям помогает,  
 Теряет время зря.  
 Хорошими делами  
 Прославиться нельзя.  
 И я вам предлагаю  
 Всем делать точно так,  
 Как делает старуха  
 По кличке Шапокляк.

Напротив на скамейке сидели крокодил Гена и Чебурашка. Они рассматривали картинки в книге. Девочка под села к ним и стала как будто бы тоже смотреть картинки, а сама потихоньку все оттесняла и оттесняла друзей к донцу скамейки, пока Чебурашка и крокодил Гена не упали в траву. Девочка состроила им гримасу и пошла хулиганить дальше (ребенок сам придумывает плохие поступки). Вдруг подул сильный ветер (роль ветра может исполнить ребенок). Он сбросил с головы девочки шляпу. Девочка сразу же стала снова хорошей и милой. Она побежала за шляпой, поймала ее и положила на прежнее место. Потом девочка попросила прощения у крокодила Гены и Чебурашки, а также у всех тех, кому она успела досадить, пока на ее голове красовалась шляпа старухи Шапокляк.

### **197. Розовое словцо «привет»**

Один мальчик растерял все хорошие слова, остались у него только плохие. Тогда мама отвела его к доктору (у доктора были огромные усищи), тот сказал:

— Открой рот, высунь язык, посмотри вверх, посмотри на кончик своего носа, надуй щеки. - И потом велел мальчику пойти поискать хорошее слово. Сначала мальчик нашел такое слово (показывает расстояние сантиметров в двадцать), это было «у-у-уф!». То есть нехорошее слово. Потом вот такое (сантиметров в пять — десять) — «отстань!». Тоже плохое. Наконец, он обнаружил розовое словцо «привет!», положил его в карман, отнес домой и научился говорить добрые слова, стал хорошим мальчиком. (Дж. Родари.)

Дети получают роли мамы, врача и мальчика и начинают действовать в соответствии с фабулой рассказа.

### **198. Вредное колечко**

Злой волшебник решает превратить хорошего и доброго мальчика в противного и плохого. Он бросает перед мальчиком колечко. Если надеть это колечко на палец, сразу же станешь вредным, драчливым и злым. Но хороший мальчик об этом не знает. Он наклоняется за колечком, надевает его на палец и превращается в скверного мальчишку. Ему хочется всех бить, все ломать, что он и начинает делать. Наконец, устав, он засыпает. К ребятам, обиженным злым мальчиком, подходит добрый волшебник. Он предлагает одному из детей снять у спящего с пальца вредное колечко. Все идут неслышными шагами к злому мальчишке (этюд «Тише!»). Колечко снято—мальчик просыпается. Он снова хороший и добрый. Мальчик просит у всех прощения (этюды «Провинившийся»), Добрый волшебник ломает колечко - злой волшебник гибнет. Все весело маршируют (этюды «Хорошее настроение»). Колечко может быть воображаемым или сделанным из мягкой проволоки.

### **199. Дети спасены**

Пограничник Сергей Сенин прибыл домой в краткосрочный отпуск. Его дом находился рядом с небольшой железнодорожной станцией. Однажды Сергей шел к своим школьным друзьям. Переходя железнодорожное полотно, увидел: по шпалам, взявшись за руки, идут две девочки-дошкольницы, а сзади к ним стремительно приближается пассажирский поезд. Увлеченные игрой, они не замечали опасности. Не раздумывая, пограничник бросился к детям и буквально из-под колес толкнул старшую девочку с полотна, а с младшей упал между рельсов. Все, кто видел происходящее, замерли. Когда поезд прошел, все увидели: Сергей поднялся, а с ним и ребенок.

Прослушав рассказ В. Шпандырева «Дети спасены», дети вместе с ведущим думают над тем, какие качества характера помогли пограничнику Сергею Сенину не растеряться, а спасти маленьких девочек. Затем дети распределяют между собой роли и проигрывают данную ситуацию.

### **200. Сердитая Маша**

У Маши был младший брат, на которого она постоянно сердилась. Вот и на этот раз как же не сердиться! Мальчик нашел фломастеры и стал рисовать в ее новеньком альбоме для рисования. Маша вырвала у него из рук альбом и посмотрела на брата так грозно, что он решил, что сестра сейчас начнет его бить.

Пока Маша возилась с альбомом, вынимая испорченные листы, малыш побежал в коридор, дотянулся до замка и выбежал на улицу.

Маша услышала, что замок щелкнул, вышла взглянуть, кто пришел. Никого. И что-то брата не слышно. Посмотрела Маша, мальчика дома не было. Выбежала девочка на улицу, стала его звать. А брат, услышав ее сердитый голос, совсем перепугался и побежал от сестры на противоположную сторону улицы. Шоферы увидели малыша на дороге и остановили свои машины. Девочка же подумала, что они стоят из-за того, что ее умирающий брат лежит под колесами. Кинулась она вперед и увидела... живого брата. Маша догнала братишку и, крепко-крепко схватив его за руку, довела до тротуара. Машины тут же ринулись вперед. Маша присела перед братом на корточки, стала его прижимать к себе и ласкать, еще до конца не веря, что он жив и здоров.

- Я тебя боялся, а ты хорошая,- сказал брат.

### **201. Два маленьких ревнивца (Общая история)**

Братья Гоша и Тоша были очень похожи друг на друга, только у Гоши волосы были темные, а у Тоши - светлые. Они очень любили свою маму, но их любовь не радовала ее, мальчики были очень ревнивы.

Однажды мама купила им две одинаковые гоночные машинки. Гоше показалось, что мама дала Тоше лучшую машинку. Он стал вырывать у брата игрушку и, плача, выкрикивать: «Ему всегда все лучшее, ты его больше любишь!» Мама поставила машинки рядом. Они были совершенно одинаковые, но Гоша не унимался: «У меня на машине царапина, а на его нет. Ты нарочно ему без царапинок дала!» «Тоша, поменяй-

ся с братом», — сказала мама. Они поменялись. На Тошиной машинке оказалась не одна царапинка, а целых три.

Только приготовился Гоша снова повздорить с братом, как вдруг ему сделалось очень стыдно.

В другой раз Тоше показалось, что мама его любит меньше, чем Гошу. Гоша заболел - простудился. Мама осталась дома. Она уложила его в постель, принесла ему таблетки и воду и присела на стул около Гошиной кровати. Вдруг Тоша заплакал, стал укорять маму: «Ты Гошу больше любишь, ты никогда рядом со мной не сидишь, не даешь мне таблеток и воды!» Мама сказала устало: «Ложись». Тоша быстро разделся и лег в свою кровать. Мама принесла ему таблетки и воду. От таблеток у Тоши сделалось во рту горько-горько. Мама присела около Тоши, но ему от этого не было никакой радости. Ведь трудно здоровому мальчику удержаться днем в постели, а признаться маме, что ему скучно, было стыдно.

Как-то незаметно и Гоша и Тоша заснули, и им приснился одинаковый сон: будто бы был болен не Гоша, а у Тоши разболелись зубы. Мама решила пойти с Тошей к зубному врачу. Гоша заворчал: «Когда я простудился, ты со мной к врачу не ходила, а с Тошенькой-то идешь». Мама ответила: «Одевайся, идем с нами». Пришли братья в поликлинику. Вышел доктор и забрал Тошу в кабинет. Тоша вскоре вышел, что-то держа в руке. Доктор позвал Гошу. Гоша спрятался за маму, а мама стала говорить, что у Гоши зубы не болят. Доктор, не слушая маму, крепко-крепко взял мальчика за руку и увел к себе в кабинет. А там было вот что... «У твоего брата во рту был лишний зуб — зуб ревности,- сказал доктор. Дай-ка я посмотрю, нет ли и у тебя такого». Гоша открыл рот. Не успел он опомниться, как доктор вырвал у него какой-то зуб. «А вот и твой зуб ревности», - сказал доктор и протянул Гоше маленький зубик. Когда, возвращаясь домой, мальчики проходили мимо игрушечного магазина, то мама купила им две разные игрушки и братья впервые не поссорились. Придя домой, они стали дружно играть, но только каждый одной рукой, а другая у того и у другого была сжата в кулак. Потом они легли спать, а когда утром проснулись... и одновременно на самом деле проснулись, то раскрыли свои кулаки и увидели, что у них на ладонях лежит по одному бумажному зубу-зубу ревности. Они рассмеялись, побежали и выбросили эти бумажки в ведро.

Пришла мама, посмотрела на Гошу и сказала, что он выздоровел, но сегодня еще должен побыть дома, а Тоша может идти гулять. Раньше... сколько бы было слез и упреков маме, что она кого-то из мальчиков любит больше. «Без меня Гоше будет скучно одному»,— сказал Тоша и остался дома. Мальчики стали играть.

Никогда больше братья не ревновали друг друга к маме, и мама больше не расстраивалась.

### **Приложение №4**

**(к теме: «Развитие и тренировка психологических процессов» для групп №1, 2, 3)**

### **Игры на развитие внимания**

#### **1. Что слышно?**

Цель игры. Развивать умение быстро сосредоточиваться.

1-й вариант (для детей 5 — 6 лет). Ведущий предлагает детям послушать и запомнить то, что происходит за дверью. Затем он просит рассказать, что они слышали.

2-й вариант (для детей 7 — 8 лет). По сигналу ведущего внимание детей обращается с двери на окно, с окна на дверь. Затем каждый ребенок должен рассказать, что где происходило.

#### **2. Будь внимателен!**

Цель игры. Стимулировать внимание, учить быстро и точно реагировать на звуковые сигналы.

Дети шагают под «Марш» С.Прокофьева. Затем на слово «Зайчики», произнесенное ведущим, дети должны начать прыгать, на слово «лошадки» — как бы ударять «копытом» об пол, «раки» — пятиться, «птицы» — бегать, раскинув руки в стороны, «аист» — стоять на одной ноге.

#### **3. Слушай звуки!**

Цель игры. Развивать активное внимание.

Ведущий договаривается с детьми о том, что, когда он нажмет на фортепьяно клавишу нижнего регистра, они должны встать в позу «плакучей ивы», когда верхнего — в позу «тополя». Затем начинают игру — дети идут по кругу. Звучит низкий звук — дети становятся в позу «плакучей ивы» (ноги на ширине плеч, руки слегка разведены в локтях и висят, голова наклонена к левому плечу). На звук, взятый в верхнем регистре, становятся в позу «тополя» (пятки вместе, носки врозь, ноги прямые, руки подняты вверх, голова запрокинута назад, смотреть на кончики пальцев рук).

#### **4. Слушай хлопки!**

Цель игры. Та же.

Играющие идут по кругу. Когда ведущий хлопнет в ладоши 1 раз, дети должны остановиться и принять позу аиста (стоять на одной ноге, руки в стороны). Если ведущий хлопнет два раза, играющие принимают позу лягушки (присесть, пятки вместе, носки и колени в стороны, руки между ногами на полу). На три хлопка играющие возобновляют ходьбу.

## **5. Канон**

Цель игры. Развивать волевое внимание. Игра идет под музыку Ф. Бургмюллера «Баркарола» (отрывок). Дети стоят друг за другом. Руки лежат на плечах впереди стоящего. Услышав первый музыкальный такт, поднимает правую руку вверх первый ребенок, на второй-второй и т. д. Когда правую руку поднимут все дети, на очередной такт начинают поднимать в том же порядке левую руку. Подняв левую руку, дети также под музыку по очереди опускают руки вниз.

## **6. Канон для малышей**

Цель игры. Та же.

Играющие стоят по кругу. Под хороводную песню «Селезенюшка» дети по очереди делают следующие движения: один приседает и встает, другой хлопает в ладоши, третий приседает и встает и т. д.

## **7. Зеваки**

Цель игры. Та же.

Играющие идут по кругу, держась за руки, по сигналу ведущего останавливаются, делают четыре хлопка, поворачиваются кругом и продолжают движение. Направление меняется после каждого сигнала. Не выполнивший правильно задание выходит из игры. Музыкальное сопровождение: Э. Жак-Далькроз. «Марш».

## **8. «Пишущая машинка»**

Каждому играющему присваивается буква алфавита. Затем придумывается одно слово или фраза из двух-трех слов. По сигналу дети начинают печатать: первая «буква» слова хлопает в ладоши, затем вторая и т. д. Когда слово будет напечатано, все дети хлопают в ладоши.

## **9. Четыре стихии**

Цель игры. Развивать внимание, связанное с координацией слухового и двигательного анализаторов.

Играющие сидят по кругу. Ведущий договаривается с ними, что, если он скажет слово «земля», все должны опустить руки вниз, если слово «вода» — вытянуть руки вперед, слово «воздух» — поднять руки вверх, слово «огонь» - произвести вращение руками в лучезапястных и локтевых суставах. Кто ошибается, считается проигравшим.

## **Игры на развитие памяти**

### **10. Повтори за мной**

Цель игры. Развивать моторно-слуховую память. Дети стоят около стола ведущего. Ведущий предлагает одному ребенку прохлопать все, что ему простучит карандашом: ведущий. Остальные дети внимательно слушают и оценивают исполнение движениями: поднимают вверх большой палец, если хлопки правильные, и опускают его вниз, если неправильные.

Ритмические фразы должны быть короткими и ясными по своей структуре.

### **11. Запомни движения**

Цель игры. Та же.

Дети повторяют движения рук и ног за ведущим. Когда они запомнят очередность упражнений, повторяют их в обратном порядке.

## **12. Запомни свое место**

Цель игры. Та же.

Дети стоят в кругу или в разных углах зала, каждый должен запомнить свое место. Под музыку И. Дунаевского «Галоп» все разбегаются, а с окончанием музыки должны вернуться на свои места.

## **13. Запомни свою позу**

Цель игры. Та же.

Дети стоят в кругу или в разных углах зала, каждый ребенок должен встать в какую-нибудь позу и запомнить ее. Когда зазвучит музыка, все дети разбегаются, с ее окончанием они должны вернуться на свои места и встать в ту же позу. Музыкальное сопровождение: С. Бодренков. «Игра в горелки».

## **14. Слушай и исполняй!**

Цель игры. Развивать внимание и память. Ведущий называет 1—2 раза несколько различных движений, не показывая их. Дети должны произвести движения в той же последовательности, в какой они были названы ведущим.

## **15. Вот так позы!**

Цель игры. Развивать наблюдательность. Играющие принимают различные позы. Водящий, посмотрев на них, должен запомнить и воспроизвести их, когда все дети вернутся в исходное положение.

## **16. Запомни порядок!**

Цель игры. Та же.

4 — 5 играющих выстраиваются друг за другом в произвольном порядке. Водящий, посмотрев на детей, должен отвернуться и сказать, кто за кем стоит. Затем водящим становится другой.

## **17. Кто что делал?**

Цель игры. Та же.

Четверо играющих стоят рядом друг с другом. Под музыку Д. Кабалевского «Веселая сказочка» они по очереди выполняют различные движения и повторяют их 4 раза. Пятый ребенок должен запомнить, что они делали, и повторить их движения.

## **18. Художник**

Цель игры. Та же.

Ребенок играет роль художника. Он внимательно рассматривает того, кого будет рисовать, потом отворачивается и дает его словесный портрет.

## **19. Тень**

Цель игры. Та же.

Звучит музыка А. Петрова «Зов синевы» (из кинофильма «Синяя птица»).

Два ребенка идут по дороге через поле: один впереди, а другой на два-три шага сзади. Второй ребенок—это «тень» первого. «Тень» должна

точно повторить все действия первого ребенка, который то сорвет цветок на обочине, то нагнется за красивым камушком, то поскачет на одной ноге, то остановится и посмотрит из-под руки и т. п.

## **20. В магазине зеркал**

Цель игры. Та же.

В магазине стояло много больших зеркал. Туда вошел человек, на плече у него была обезьянка. Она увидела себя в зеркалах и подумала, что это другие обезьянки, и стала корчить им рожицы. Обезьянки ответили ей тем же. Она погрозила им кулаком, и ей из зеркал погрозили, она топнула ногой, и все обезьянки топнули ногой. Что бы ни делала обезьянка, все остальные в точности повторяли ее движения.

## **21. Разведчики**

Цель игры. Та же.

1-й вариант. В комнате в произвольном порядке расставлены стулья. Один ребенок (разведчик) идет через комнату, обходя стулья с любой стороны, а другой ребенок (командир), запомнив дорогу, должен провести отряд тем же путем. Затем разведчиком и командиром отряда становятся другие дети. Разведчик прокладывает новый путь, а командир ведет по этому пути весь отряд и т.д.

2-й вариант. Начало игры такое же, как в 1-м варианте, но командир должен начать вести отряд оттуда, куда пришел разведчик, и привести туда, откуда вышел разведчик. Музыкальное сопровождение: Е. Брусиловский. «Марш».

## **Игры на преодоление двигательного автоматизма**

### **22. Флажок**

Играющие ходят по залу под «Болгарскую песню» (обработка Т. Ломовой). Когда ведущий поднимет флажок вверх, все дети должны остановиться, хотя музыка продолжает звучать.

### **23. Запретный номер**

Играющие стоят по кругу. Выбирается цифра, которую нельзя произносить, вместо ее произнесения играющий хлопает в ладоши. Например, запретный номер 5. Игра начинается, когда первый ребенок скажет: «Один», следующий продолжает счет, и так до пяти. Пятый ребенок молча хлопает в ладоши 5 раз. Шестой говорит: «Шесть» и т. д.

### **24. Противоположные движения**

Дети становятся в две шеренги друг против друга. Под музыку «Канадской народной песни» на начало каждого такта вторая шеренга выполняет движения, противоположные первой. Если первая шеренга приседает, то вторая подпрыгивает. И т. д.

### **25. Стоп!**

Дети идут под музыку Э. Жака-Далькроза «Марш». Внезапно музыка обрывается, но дети должны идти дальше в прежнем темпе до тех пор, пока ведущий не скажет: «Стоп!»

### **26. Замри!**



Дети прыгают в такт музыке Д. Кабалевского «Клоуны» (ноги в стороны - вместе), сопровождая прыжки хлопками над головой и по бедрам. Внезапно музыка обрывается — играющие должны успеть застыть в позе, на которую пришлась остановка музыки. Снова звучит музыка — оставшиеся продолжают игру. Играют до тех пор, пока останется только один играющий, который признается победителем.

### **27. Пожалуйста!**

1-й вариант. Все участники игры вместе с ведущим становятся в круг. Ведущий говорит, что он будет показывать разные движения (физкультурные, танцевальные, шуточные), а играющие должны их повторять лишь в том случае, если он к показу добавит слово «пожалуйста». Кто ошибется, выбывает из игры.

2-й вариант. Игра идет так же, как в 1-м варианте, но только тот, кто ошибется, выходит на середину и выполняет какое-нибудь задание, например улыбнуться, попрыгать на одной ноге и т. п.

### **28. Запрещенное движение**

Дети стоят лицом к ведущему. Под музыку И. Дунаевского «До чего же хорошо кругом» на начало каждого такта они выполняют руками движения, которые показывает ведущий.

Затем выбирается одно движение, которое повторять запрещается. Тот, кто повторит запрещенное движение, выходит из игры.

### **29. Пустой угол**

Цель игры. Развитие выдержки, способности к торможению и переключению внимания.

Три пары играющих детей размещаются в трех углах комнаты, четвертый угол остается пустым. Под музыку дети парами перемещаются в пустой угол в определенном порядке: 1-я, 2-я, 3-я пара; 2-я, 3-я и т. д. Когда действие перемещения становится автоматическим, ведущий предупреждает, что на слово «еще» пара, которая только что добежала до пустого угла, должна вернуться обратно, а следующая за ней пара, собравшаяся перемещаться в их угол, остаться на месте и только на следующей музыкальной фразе перебегать в новый пустой угол. Дети заранее не знают, когда ведущий подаст команду «еще», и должны быть начеку. Если детей меньше шести, то в каком-то углу может стоять один ребенок, а если больше шести, то допустимо объединение троих детей.

### **Подвижные игры**

#### **30. Поссорились два петушка**

Двое детей сцепляют за спиной пальцы рук, становятся на одну ногу и, пока звучит музыка А. Райчева «Поссорились два петушка», подпрыгивая, пытаются ударить друг друга резкими движениями плеч вперед.

#### **31. Иголка и нитка**

Дети становятся друг за другом. Первый ребенок—иголка. Он бежит, меняя направление. Остальные бегут за ним, стараясь не отставать. Игру сопровождает французская народная песня «Горбуны».

### **32. Дракон кусает свой хвост**

Играющие стоят друг за другом, держась за талию впереди стоящего. Первый ребенок — это голова дракона, последний — кончик хвоста. Пока звучит музыка Д. Нурыева «Восточный танец», первый играющий пытается схватить последнего —

дракон ловит свой хвост. Остальные дети цепко держатся друг за друга. Если дракон не поймает свой хвост, то на место головы дракона встает другой ребенок.

### **33. Скучно, скучно так сидеть**

Играющие сидят на маленьких стульях. У противоположной стены стоят стулья, но их на один меньше. Ведущий говорит:

Скучно, скучно так сидеть,

Друг на друга все глядеть;

Не пора ли пробежаться

И местами поменяться?

Как только ведущий кончит говорить, дети должны быстро бежать и сесть на стулья, стоящие у противоположной стены. Проигрывает тот, кто остался без стула.

### **34. Ловишки**

Ведущий выбирает ловишку. Ловишка стоит, повернувшись к стене лицом. Остальные дети у противоположной стены.

Под музыку (И. Гайдн, «Рондо». Отрывок) дети подбегают к ловишке, хлопают в ладоши и говорят:

Раз-два-три,

Раз-два-три.

Скорее нас лови!

Затем — бегут на свои места. Ловишка догоняет ребят. Игра повторяется. Ловишкой становится тот, кого поймали.

### **35. Лисонька, где ты**

Дети становятся в круг, ведущий в середине. Затем они отворачиваются и закрывают глаза. В это время ведущий ходит по кругу и незаметно для ребят условленным заранее прикосновением назначает лису, остальные — зайцы. По сигналу все открывают глаза, но никто не знает, кто же лиса. Ведущий зовет первый раз: «Лисонька, где ты?» Лиса не должна выдавать себя ни словом, ни движением, так же и второй раз, а в третий-лиса отвечает: «Я здесь» — и бросается ловить зайцев. Зайца, присевшего на корточки, ловить нельзя. Пойманные зайцы выходят из игры.

### **36. Сова**

Дети выбирают водящего — сову, которая садится в гнездо и спит. В это время дети начинают бегать и прыгать. Затем ведущий говорит:

«Ночь!» Сова открывает глаза и начинает летать. Все играющие сразу должны замереть. Кто пошевелится или засмеется, становится совой. Игра сопровождается музыкой О. Гейльфуса «Балалар».

### **37. Белые медведи**

Намечается место, где будут жить белые медведи. Двое детей, берутся за руки - это белые медведи. Со словами: «Медведи идут на охоту» — они бегут, стараясь окружить и поймать кого-нибудь из играющих. Затем снова идут на охоту. Когда поймают всех играющих, игра кончается.

### **38. Самый ловкий наездник**

По залу в случайном порядке расставляются стулья. Наездники садятся на стулья лицом к спинке. Когда заиграет музыка, все встают со стульев и начинают скакать по залу, подражая движениям лошади. В это время ведущий убирает один стул. С окончанием музыки (Р. Шуман. «Смелый наездник») дети должны сесть на стулья, но обязательно лицом к спинке. Оставшийся без стула выходит из игры. Игра продолжается до тех пор, пока не останется всего один стул для самого ловкого наездника.

### **39. Тропинка**

Дети делятся на две команды с одинаковым количеством участвующих. В каждой команде дети берутся за руки, образуя два круга, и по сигналу ведущего начинают движение по кругу в правую сторону до тех пор, пока не прекратится музыка (пауза в музыке через разное количество тактов: (6, 12, 18 и т. д.). После этого ведущий дает задание, которое выполняется обеими командами. Бели ведущий говорит: «Тропинка!», участники каждой команды становятся друг за другом, кладут руки на плечи впереди стоящего, приседают, наклоня голову чуть-чуть вниз. Если ведущий говорит: «Копна!», все участники игры направляются к центру своего круга, соединив руки в центре. Если «Кочки!», все участники игры приседают, положив руки на голову.

Эти задания чередуются ведущим. Кто быстрее выполнит задание, тот получит очко.

Выигрывает команда, набравшая наибольшее количество очков.

Игра выполняется под русскую народную песню «Кума».

### **40. Веретено**

Играющие делятся на две группы и становятся друг за другом. По команде «Начинаем!» дети, стоящие первыми, должны быстро, как веретено, обернуться вокруг себя. Потом соседи берут их за талию и оборачиваются уже вдвоем и т. д., пока не дойдут до последнего в ряду.

Побеждает та группа, дети которой обернулись, быстрее.

Музыкальное сопровождение: «Лезгинка» (дагестанский народный танец).

### **41. Реченька**

В игре участвуют две группы детей. Обозначив на полу неширокую речку, подходят к ней по одному от каждой группы и пытаются ее

перепрыгнуть. Кто перепрыгнул, возвращается к своей группе, а кто нет-должен перейти в соседнюю.

В какой группе под конец игры детей окажется больше, та и выиграла. Игра сопровождается азербайджанской народной танцевальной музыкой в обработке С. Рустамова.

### **Игры, способствующие успокоению и организации**

#### **42. Слушай команду!**

Дети идут под музыку (Р. Газизов. «Марш») в колонне друг за другом; Когда музыка прекращается, все останавливаются и слушают произнесенную шепотом команду ведущего и тотчас же ее выполняют. Команды даются только на выполнение спокойных движений. Игра проводится до тех пор, пока группа хорошо слушает и точно выполняет задание.

#### **43. Расставить посты**

Дети маршируют под музыку (Ф. Шуберт! «Марш») друг за другом. Впереди идет командир. Когда командир хлопнет в ладоши, идущий последним ребенок должен немедленно остановиться. Так командир расставляет всех детей в задуманном им порядке (линейка, круг, по углам и т. д.).

#### **44. Смотри на руки!**

Дети стоят друг за другом, первый - командир. Во время спокойного марша (Р. Паулс. «Красные цветы») по кругу командир показывает различные движения рук, остальные дети повторяют за ним. Затем выбирается новый командир. Он должен придумать другие движения, остальные участники их повторяют.

#### **45. Кто за кем?**

По залу расставлены в случайном порядке стулья. В зале звучит музыка А. Ферро «Гавот». Один ребенок, которого вызвал ведущий, ходит между стульями и, услышав остановку в музыке, садится на ближайший стул. Ведущий вызывает следующего, и тот повторяет действия предыдущего ребенка. Когда все дети сядут на стулья, ведущий предлагает детям по очереди вставать и идти на прежнее место. Подниматься они должны в таком порядке, как их вызывал в начале игры ведущий.

#### **46. Идем за Синей птицей**

Дети вдут по залу, взявшись за руки и произнося многократно под музыку (И. Сад. «Шествие») слова:

Мы длинной вереницей  
Идем за Синей птицей,  
Идем за Синей птицей,  
Идем за Синей птицей.

### **Этюды на тренировку отдельных групп мышц.**

## 1.Этюды на расслабление мышц

### **62. Штанга**

Ребенок поднимает «тяжелую штангу». Потом бросает ее. Отдыхает.

### **63. Каждый спит**

В зал входит ведущий и видит...

На дворе встречает он

Тьму людей, и каждый спит:

Тот, как вкопанный, сидит,

Тот, не двигаясь, идет,

Тот стоит, раскрывши рот.

(В. А. Жуковский)

Ведущий подходит к фигурам детей, застывшим в различных позах. Он пытается их разбудить, беря за руки. Он поднимает чью-нибудь руку, но рука опускается.

### **64. Сосулька**

У нас под крышей

Белый гвоздь висит,

Солнце взойдет,

Гвоздь упадет.

(В. Селиверстов)

Первая и вторая строчки: руки над головой. Третья и четвертая строчки: уронить расслабленные руки и присесть.

### **65. Шалтай-болтай**

Шалтай-болтай

Сидел на стене.

Шалтай-болтай

Свалился во сне.

(Перевод С. Маршака)

Ребенок поворачивает туловище вправо-влево, руки свободно болтаются, как у тряпичной куклы. На слова «свалился во сне» резко наклонить корпус тела вниз.

### **66. Винт**

Исходное положение: пятки и носки вместе. Корпус поворачивают влево и вправо. Одновременно руки свободно следуют за корпусом в том же направлении.

Этюд сопровождается музыкой Н. Римского-Корсакова «Пляска скорморохов» из оперы «Снегурочка» (отрывок).

### **67. Насос**

Играют двое. Один - большой надувной мяч, другой насосом надувает этот мяч. Мяч стоит, обмякнув всем телом на полусогнутых ногах; руки, шея расслаблены. Корпус отклонен несколько вперед, голова опущена (мяч не наполнен воздухом). Товарищ начинает надувать мяч, сопровождая движения рук (они качают воздух) звуком «с». С каждой подаче воздуха мяч надувается все больше. Услышав первый звук «с», он вдыхает порцию воздуха, одновременно выпрямляя ноги в коленях,

после второго «с» выпрямилось туловище после третьего у мяча поднимается голова, после четвертого надулись щеки и приподнялись руки. Мяч надут. Насос перестал накачивать. Товарищ выдерживает из мяча шланг насоса... Из мяча с силой выходит воздух со звуком «ш». Тело вновь обмякло, вернулось в исходное положение.

Играющие меняются ролями.

### **68. Качели**

Ребенок стоя качается на качелях.

Выразительные движения. 1. Ноги слегка расставить, обе ступни касаются пола, но вес тела перенесен на одну из ног. Переносить тяжесть тела с одной ноги на другую. 2. Выдвинуть одну ногу вперед, перенести на нее тяжесть тела, покачиваться вперед-назад. Для большей экспрессии сгибать и выпрямлять колени.

Этюд сопровождается музыкой Я. Степовой «На качелях».

### **69. Петрушка прыгает**

Играющий изображает Петрушку, который мягко и легко прыгает. Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими, расслабленными коленями и корпусом, висящими руками и опущенной головой.

Выразительные движения. Ноги согнуть в коленях, корпус тела слегка наклонить вперед, руки вдоль тела, голову опустить вниз.

Этюд сопровождается музыкой Д. Кабалевского «Клоуны».

### **70. Кукушонок кланяется**

Кукушка кукушонку  
купила капюшон.

Кукушкин кукушонок  
В капюшоне смешон.

Этюд сопровождается детской песенкой «Кукушка кукушонку». Во время этюда ребенок наклоняется вперед - вниз без всякого напряжения, затем выпрямляется.

### **71. Спать хочется**

Мальчик попросил родителей, чтобы ему разрешили вместе со взрослыми встретить Новый год. Ему разрешили, но, чем ближе к ночи, тем больше ему хочется спать. Он долго борется со сном, но в конце концов засыпает.

Этюд сопровождается музыкой В. Дублянского «Тихая ночь».

Выразительные движения. Зевота, верхние веки опущены, брови приподняты, голова клонится вниз, руки опущены.

### **72. Спящий котенок**

Ребенок исполняет роль котенка, который ложится на коврик и засыпает. У котенка мерно поднимается и опускается животик.

Этюд сопровождается музыкой Р. Паулса «День растает, ночь настанет» (колыбельная)

### **73. Конкурс лентяев**

Ведущий читает стихотворение В. Викторова:

Хоть и жарко,  
Хоть и зной,

Занят, весь  
Народ лесной.

Лишь барсук —  
Лентяй изрядный  
Сладко спит  
В норе прохладной.  
Лежебока видит сон,  
Будто делом занят он.  
На заре и на закате  
Все не слезть ему с кровати.

Затем дети по очереди изображают ленивого барсука. Они ложатся на мат или коврик и, пока звучит Песня Д. Кабалевского «Лентяй», стараются как можно глубже расслабиться.

#### **74. Фея сна**

Дети сидят на стульях, стоящих по кругу на достаточно большом расстоянии друг от друга. Звучит «Колыбельная» К. Дуйсейкеева. К детям подходит девочка с тоненькой палочкой в руке — это фея сна (мальчик — волшебник). Фея касается плеча одного из играющих палочкой, тот засыпает (наклоняет голову и закрывает глаза). Фея обходит всех детей, касаясь их волшебной палочкой... Фея смотрит на них: все спят, она улыбается и тихонько уходит.

#### **75. Факиры**

Дети садятся на пол (на маты), скрестив по-турецки ноги, руки на коленях, кисти свисают вниз, спина и шея расслаблены, голова опущена, подбородок касается груди, глаза закрыты. Пока звучит музыка (сирийская народная мелодия), факиры отдыхают.

#### **76. Пылесос и пылинки**

Пылинки весело танцуют в луче солнца. Заработал пылесос. Пылинки закружились вокруг себя и, кружась все медленнее и медленнее, оседают на пол. Пылесос собирает пылинки; кого он коснется, тот встает и уходит.

Когда ребенок-пылинка садится на пол, спина и плечи у него расслабляются и сгибаются вперед - вниз, руки опускаются, голова наклоняется, он весь как бы обмякает.

### **2. Психомышечная тренировка без фиксации внимания на дыхании**

#### **77. Медвежата в берлоге**

Осень. Рано темнеет. Медвежата сидят на лесной полянке и смотрят вслед уходящей в лесную чащу маме-медведице. Она пошла стелить им кровати в берлоге. Медвежатам хочется спать. Они по одному идут домой, точно придерживаясь следа медведицы. Медвежата забираются в свои кровати и ждут, когда мама-медведица поиграет с ними перед сном. Медведица пересчитывает медвежат. Все на месте, можно начинать игру.

##### **1. Игра с шишками** (на напряжение и расслабление мышц рук).

Мама-медведица бросает медвежатам шишки. Они ловят их и с силой сжимают в лапках. Шишки разламываются на мелкие кусочки. Медвежата откидывают их в стороны и роняют лапки вдоль тела - лапки отдыхают. Мама снова кидает шишки медвежатам.

Повторить игру 2-3 раза.

##### **2. Игра с пчелкой** (на напряжение и расслабление мышц ног).

Медведица зовет золотую пчелку поиграть с медвежатами. Дети поднимают колени, делая домики. Пчелка пролетает под коленями.



Мама-медведица говорит: «Летит!», и медвежата дружно распрямляют свои ножки.

Повторить игру 2-3 раза.

3. Игра «Холодно - жарко» (на напряжение и расслабление мышц туловища).

Мама-медведица ушла. Подул холодный северный ветер и пробрался сквозь щелки в берлогу. Медвежата замерзли. Они сжались в маленькие клубочки - греются. Стало жарко. Медвежата развернулись. Опять подул северный ветер.

Повторить игру 2 — 3 раза.

4. Игра с шарфиком (на расслабление мышц шеи).

Пришла мама и раздала медвежатам шарфики, чтобы они больше не мерзли. Полусонные медвежата, не открывая глаз, повязали шарфики на свои шейки. Покрутили медвежата головой из стороны в сторону: хорошо, тепло шейкам.

5. Пчелка мешает спать (игра лицевых мускулов).

В берлогу снова прилетела пчелка. Решила она сесть кому-нибудь на язычок, но медвежата быстро стиснули зубы, сделали губы трубочкой и стали крутить ими в разные стороны. Пчелка обиделась и улетела. Медвежата снова слегка раскрыли рот, язык отдыхает. Пришла мама-медведица и зажгла свет. От яркого света медвежата крепко зажмурились и сморщили нос. Мама видит: все в порядке; погасила свет. Медвежата перестали жмуриться и морщить нос. Снова прилетела пчелка. Медвежата не стали ее прогонять, а покатали ее у себя на лбу, двигая брови вверх-вниз. Пчелка поблагодарила медвежат за удовольствие и улетела спать.

6. Отдых. Мама-медведица спела медвежатам колыбельную («Колыбельная медвежонку»), а медвежата, устроившись поудобнее, стали дремать. Медведица ушла в лес. (Пауза.) Медведица вернулась и стала рассказывать медвежатам, что им

снился. Всем медвежатам снился один и тот же сон: как будто бы они сидят в кустах и смотрят на играющих детей. (Этюды, пройденные на занятии. Закрепление полученных впечатлений и навыков.) (Пауза.) Медведица говорит медвежатам, что сейчас они услышат прекрасную музыку, и, обращаясь к каждому медвежонку в отдельности, рассказывает, какими они будут хорошими, когда проснутся (П. Чайковский. «Сладкая греза»). Потом она предупреждает медвежат, что скоро утро и, как только запоет жаворонок, они проснутся. (Пауза.) Поет жаворонок («Песня жаворонка»). Дети быстро и энергично или, если того требует последующая деятельность детей, спокойно и медленно встают. С удивлением и любопытством дети-медвежата выглядывают из берлоги: легли спать осенью, а сейчас весна. Всю зиму, оказывается, проспали медвежата в берлоге.

Ведущий предлагает медвежатам снова превратиться в детей. Психомышечная тренировка закончена.

**Вариант отдыха.** Ведущий предлагает детям удобно устроиться, расслабиться и слушать с закрытыми глазами ласковую музыку (Н. Рот. «Говорите тише»). С окончанием музыки дети открывают глаза и тихо встают.

Для детей с 4 — 5 лет.

### **3. Психомышечная тренировка с фиксацией внимания на дыхании**

#### **78. На берегу моря**

Дети играют на берегу моря (этюд «Игра с камушками»). Плещутся в воде (этюд «Игры в воде»). Вдоволь накупавшись, дети выходят из воды и ложатся на прогретый солнцем песок пляжа... Закрывают глаза от яркого солнца. Раскидывают в приятной лени руки и ноги.

1. Игра с песком (на напряжение и расслабление мышц рук). Набрать в руки воображаемый песок (на вдохе). Сильно сжав пальцы в кулак, удержать песок в руках (задержка дыхания). Посыпать колени песком, постепенно раскрывая пальцы (на выдохе). Стряхивать песок с рук, расслабляя кисти и пальцы. Уронить бессильно руки вдоль тела: лень двигать тяжелыми руками.

Повторить игру с песком 2-3 раза.

2. Игра с муравьем (на напряжение и расслабление мышц ног).

На пальцы ног залез муравей (муравьи) и бегают по ним. С силой натянуть носки на себя, ноги напряженные, прямые (на вдохе). Оставить носки в этом положении, прислушаться, на каком пальце сидит муравей (задержка дыхания). Мгновенным снятием напряжения в стопах сбросить муравья с пальцев ног (на выдохе). Носки идут вниз - в стороны, расслабить ноги: ноги отдыхают.

Повторить игру 2 — 3 раза.

3. Солнышко и тучка (на напряжение и расслабление мышц туловища).

Солнце зашло за тучку, стало свежо — сжаться в комок, чтобы согреться (задержать дыхание). Солнце вышло из-за тучки, жарко - расслабиться - разморило на солнце (на выдохе).

4. В уши попала вода (на напряжение и расслабление мышц шеи).

В положении лежа на спине ритмично покачать головой, вытряхивая воду из одного уха, потом из другого.

5. Лицо загорает (на напряжение и расслабление мышц лица).

Подбородок загорает - подставить солнышку подбородок, слегка разжать губы и зубы (на вдохе). Летит жучок, собирается сесть к кому-нибудь из детей на язык. Крепко закрыть рот (задержка дыхания). Жучок улетел. Слегка открыть рот, облегченно выдохнуть воздух. Прогоняя жучка, можно энергично двигать губами. Нос загорает — подставить нос солнцу, рот полуоткрыт. Летит бабочка. Выбирает, на чей нос сесть. Сморщить нос, поднять верхнюю губу кверху, рот оставить полуоткрытым (задержка дыхания). Бабочка улетела. Расслабить мышцы губ и носа (на выдохе). Брови — качели: снова при-

летела бабочка. Пусть бабочка качается на качелях. Двигать бровями вверх-вниз.

Бабочка улетела совсем. Спать хочется, расслабление мышц лица. Не открывая глаз, переползти в тень, принять удобную позу.

6. Отдых. Сон на берегу моря.

Дети слушают шум моря (Н. Римский-Корсаков. «Окиян - море синее»). Ведущий говорит детям, что им снится всем один и тот же сон, и рассказывает его содержание: дети видят во сне то, что они делали на занятии (закрепление полученных впечатлений и навыков). (Пауза.) Ведущий сообщает, по какому сигналу дети проснутся (по счету, когда заиграет дудочка и т. д.). (Пауза.) Звучит сигнал (Н. Римский - Корсаков. Соло скрипки из сюиты «Шехерезада»). Дети энергично или, если этого требует ситуация, медленно и спокойно встают. Тренировка закончена.

**Вариант отдыха.** Ведущий сообщает детям название пьесы, которую они будут слушать, и предлагает им принять удобную позу и закрыть глаза. Звучит музыка (К. Сен-Санс. «Лебедь»). С окончанием музыки дети тихо встают и подходят к ведущему.

## Приложение №5

(к теме: «Разучивание танцевальных композиций»  
для групп №1, 2, 3)

### ФРАНЦУЗСКАЯ ПОЛЬКА

Для девочек 6—7 лет.  
Музыкальное сопровождение: Польша. Музыка ЛТавтса.  
Темп подвижный. Четное число танцующих.  
Исходное положение: девочки стоят лицом к зрителям, построившись в две колонны, взявшись за руки. Первая и последняя девочки свободной рукой держат край юбочки.  
*Вступление:* стоять в исходном положении (рис. 1).

#### Фигура 1

Музыка

А

*Такт 1:* сделать вперед два танцевальных шага (первая колонна начинает движение с левой ноги, вторая — с правой).

*Такт 2:* сделать шаг правой ногой, левую приставить (сделать шаг левой ногой, правую приставить).

*Такт 3:* на "раз" сделать полуприседание, на "два", поворачиваясь на 90° (остаются лицом к зрителям), подняться на полупальцах (девочки правой колонны делают поворот направо, левой колонны — налево), руки не отпускать.

*Такт 4:* на "раз" сделать полуприседание, поворачиваясь на 90° в другую сторону, на "два" выпрямиться. *Такты 5—16:* сделать три раза движения тактов 1—4. Повторяя последний раз движение такта 4, повернуться лицом к зрителям. Перестроиться в две линии (рис. 2).

Музыка

Б

*Такты*

*1—2:* сделать три шага с правой ноги вперед на зрителя, приставить левую ногу.

*Такты 3—4:* сделать перескоки с вытянутой ногой, поочередно выставляя вперед правую и левую ногу с продвижением назад (начинать движение с правой ноги); носочек вытягивать.

*Такты 5—6:* повторить движения тактов 1—2, начиная с левой ноги.

*Такты 7—8:* повторить движения тактов 3—4.

Музыка

В

*Такты 1—4:* взявшись парами под руки, кружиться поскоками в одну сторону (рис. 3).

*Такты 5—8:* повернувшись на 180°, поскоками кружиться в другую сторону; остановиться лицом к зрителям, руки опустить.

#### Фигура 2

Музыка А

*Такты 1—2:* взявшись за руки, сделать четыре танцевальных шага с правой ноги, продолжая движение по линии танца (рис. 4).

*Такты 3—4:* сделать четыре поскака, продолжая двигаться вперед.  
*Такты 5—16:* три раза сделать движения тактов 1—4. Перестроиться в круг, лицом к центру (рис. 5).

Музыка Б

*Такты 1—5:* повторить движения тактов 1—8 фигуры 1, сужая и расширяя круг. Исполняя последний раз перескоки, максимально увеличить круг, опустить руки, взяться за края юбочки.

Музыка В

*Такты 1—2:* сделать вправо четыре раза галоп; на последнюю четверть такта 2 повернуться спиной в круг; руками придерживать края юбочки.

*Такты 3—4:* боковой галоп с поворотом.

*Такты 5—8:* повторить движения тактов 1—4; руками придерживать края юбочки.

### Фигура 3

#### Пояснения:

1. Танец исполняется легко, изящно.
2. Заключительный реверанс: на "раз-и" — реверанс, на "два" — встать, на "и" — выполнить прыжок с поворотом.
3. Галоп с поворотом (музыка В, фигура 2) выполняется легко, без остановок.
4. Можно исполнить эту польку под аудиозапись песни "Надо родиться в Монако" Дж.Дассена".

рис. 1

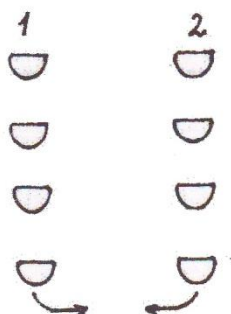


рис. 2

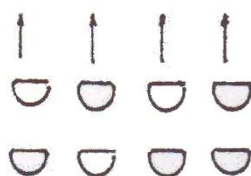


рис. 3



рис. 4

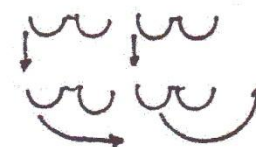


рис. 5

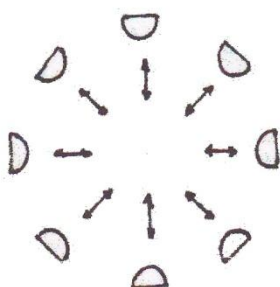


рис. 6

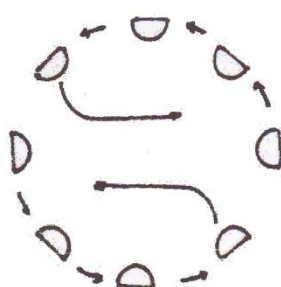


рис. 7



## ДЕТСКИЙ ВАЛЬС

Для детей 5—6 лет.

Музыкальное сопровождение: Вальс. Музыка Л. Делиба.

Темп умеренный. Любое число танцующих.

Исходное положение: дети стоят в кругу лицом к центру, взявшись за руки; ноги в VI позиции.

### Фигура 1

Музыка А

*Такт 1.* сделать шаг вперед правой ногой, левая нога сзади на носке, соединенные руки приподнять перед собой.

*Такт 2:* пауза.

*Такт 3:* перенести вес тела на левую ногу, правая нога впереди на носке, руки опустить.

*Такт 4:* пауза.

*Такты 5—8:* мелкими шагами на полупальцах сделать поворот вокруг своей оси и встать в исходное положение.

*Такты 9—16:* повторить движения тактов 1—8, остановиться после выполнения поворота спиной к центру круга.

*Такты 17—32:* повторить движения тактов 1—16, остановиться (с окончанием музыки) после выполнения поворота лицом к центру круга.

### Фигура 2

Музыка Б

*Такты 1—4:* подняв руки вверх, мальчики четыре раза выполняют покачивания ими из стороны в сторону. Девочки, взявшись руками за края юбочки, пританцовывают: делают полуприседания, повороты коопуса вправо-влево и т. п. (индивидуальное творческое исполнение).

*Такты 5—8:* мальчики, опустив руки, стоят. Девочки оббегают стоящего справа мальчика мелкими шажками на полупальцах. Девочки, у которых нет партнера, кружатся на полупальцах и останавливаются лицом к центру круга.

*Такты 9—16:* повторить движения тактов 1—8.

*Такты 17—28:* легким бегом на полупальцах перестроиться в четыре линии и пританцовывать на месте, стоя в VI позиции (рис. 1).

### Фигура 3

Музыка А

*Такты 17—18:* сделать приставной шаг с полуприседанием вправо, одновременно поднимая правую руку через сторону вверх.

*Такты 19—20:* сделать приставной шаг с полуприседанием влево, поднимая левую руку через сторону вверх.

*Такты 21—24:* дети второй и четвертой линии пробегают под воротиками, образованными детьми первой и третьей линии. Все опускают руки.

*Такты 25—28:* повторить движения тактов 17—20.

*Такты 29—32:* под воротиками пробегают дети первой и третьей линии. Все опускают руки.

**Фигура 4 Музыка В**

*Такты 1—16:* легким бегом на полупальцах перестроиться в круг и продолжить движение по кругу (рис. 2); остановиться, повернуться лицом к зрителям; ноги в VI позиции.

*Такты 17—24:* делать мягкие покачивания руками из стороны в сторону.

*Такт 25:* сделать полуприседание, опуская руки вниз.

*Такт 26:* подняться на полупальцах (девочки держат руками края юбочки, у мальчиков руки опущены).

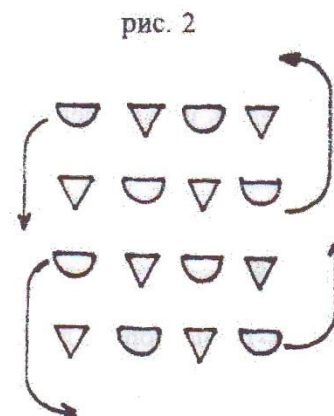
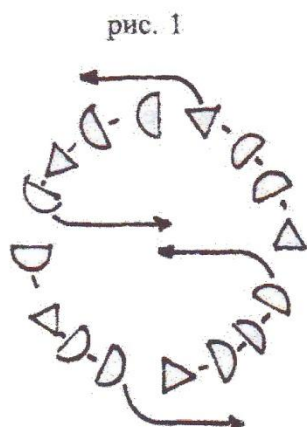
*Такты 27—32:* всем кружиться мелкими шажками на полупальцах.

*Такт 33:* остановиться лицом к зрителям в VI позиции.

*Такты 34—36:* сделать поклон с приставным шагом вправо.

### **Пояснения:**

1. Предварительно дать возможность детям подвигаться (проявить творчество) под вальс так, как они этого хотят.
2. Обратить внимание детей на то, что руки тоже танцуют: все движения рук должны быть нежными, красивыми; глаза обязательно следят за руками.



### **Полкис**

**(Финская полька)**

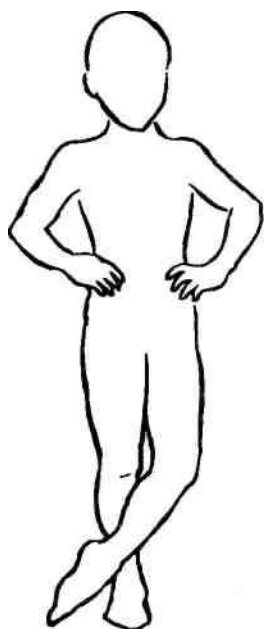
И.П. — дети стоят парами по кругу лицом друг к другу; мальчики стоят спиной к центру круга, а девочки — лицом.

1 фигура

Музыка А

1 предложение:

на счет "раз" — хлопок в ладоши перед собой;



на "два" — хлопок с партнерами правыми руками;  
 на счет "три" — хлопок в ладоши перед собой;  
 на счет "четыре" — хлопок с партнерами левыми руками;  
 на счет "пять" — "восемь" — девочки переходят к другому партнеру боковым галопом вправо (4 шага), руки слегка разведены в стороны, мальчики в этот момент 4 раза хлопают в ладоши.

Эти движения повторить 2 раза.

2 предложение:

1 фраза: на "раз" — на прыжке правую ногу на пятку, на "два" — на носок через левую ногу повторить 3 раза правой ногой, в конце фразы — три притопа;

2 фраза: повторить те же движения левой ногой;

3 фраза: на прыжке вперед правую ногу на носок, ударить носком о пол 2 раза, затем левой ногой те же движения, после этого поочередное выставление ног вперед на носок (по 2 раза каждую);

4 фраза: кружение на подскоках в парах "звездочкой", соединив правые руки, свободные (левые) руки округлены, подняты вверх.

Музыка В

1 фраза: боковой галоп парами по линии танца — 8 шагов, в конце быстро развернуться спиной друг к другу;

2 фраза: то лее, не меняя направления движения, развернувшись друг к другу спиной, в конце снова повернуться лицом друг к другу.

3 фраза: повторить движения 1-й фразы;

4 фраза: кружение в парах на подскоках, руки соединены "лодочкой".

После кружения поменяться местами в кругах: девочки становятся во внутренний круг, а мальчики — во внешний.

2 фигура

Повторить движения 1-й фигуры.

3 фигура



Повторить движения 1-й фигуры, только на 1-е предложение музыки А. Далее исполняются движения, описанные на музыку В.

4фигура

Музыка А — исполняются те же движения.

В конце — четкая остановка, руки поднять вверх.

## **Кукляндия**

*Музыка П. Овсянникова*

И.П. — стоя, ноги в 1-й позиции, руки внизу. *Вступление:*

Импровизация плясовых движений в образе заводных игрушек. Например: на 1-2 фразы танцуют обезьянки и другие зверюшки, на 3 фразу — едут "автомобильчики" — 4 топающих шага вперед, в руках — "баранка" (слегка поворачивать), затем 4 шага назад таким же образом, на 4 фразу танцует Буратино (импровизация характерных движений).

## **1 куплет**

*Запев:*

1 предложение

1 фраза: на счет "раз" — правую руку направо, "два" — левую руку налево, "три" — правую руку вперед, на счет "четыре" — левую руку вперед; 2 фраза: повторение движений 1-й фразы в обратной последовательности; 3-4 фразы: И.П. — стоя, руки согнуты в локтях, ладони у головы раскрыты и повернуты вперед. На слова "глаза их удивлением полны" — наклоны туловища вправо-прямо и влево-прямо в соответствии с ритмом музыки (2 раза в каждую сторону). предложение

1-2 фразы: на счет "раз" — поворот направо, правую ногу на пятку, ладони внизу раскрыты, на счет "и" встать прямо, на счет "два" — то же налево, "и" — встать прямо. Повторить 2 раза.

3-4 фразы: кружение на месте шагом на прямых (кукольных) ногах, руки приподняты над головой, кисти закруглены ("кукольные" руки).

*Припев:*

1-2 фразы: на слова "кукляндия, кукляндия, волшебная страна" — импровизация плясовых движений в образе игрушек;

3 фраза: 4 подскока с продвижением вперед, руки плавно вверх, затем 4 подскока назад, руки плавно вниз;

4 фраза: на слова "туда пускают маленьких, а взрослых" — кружение на месте подскоками, руки внизу, движения энергичные, на слова "никогда" — остановиться, покачать указательным пальцем правой руки (отрицательный жест).

*Проигрыш:* импровизация плясовых движений

## **2 куплет**

1 предложение

1 фраза: на счет "раз" — правую руку направо, "два" — левую руку налево "три" — правую руку вперед, "четыре" — левую руку вперед;

2 фраза: на счет "раз" — наклон вниз, коснуться пальцами правой руки пола "два" — то же левой рукой, на счет "три" — выпрямиться, прав; руку вперед, "четыре" — левую руку вперед.

2 предложение: движения повторяются, как в 1-м куплете.

*Привев:* движения повторяются.

*Проигрыш:* повторить движения, как на вступление.

3 куплет

*Запев:*

2 предложение

1-2 фразы: на слово "грустить" — наклон вниз, руки внизу расслабленно болтаются; на слова "и смеяться" — выпрямиться, улыбнуться, расправ плечи.

Повторить 2 раза в соответствии с музыкой и словами. 3-4 фразы: на слова "и даже слово" — 4 шага на прямых ногах вперед, "Ма-ма" — произнести это слово. Наклон вперед, руки вперед, на слово "говорить" — выпрямиться, отойти мелкими шагами назад, руки опустить.

2 предложение

1-2 фразы: на счет "раз" — поворот направо, правую ногу на пятку, ладони внизу раскрыты, на счет "и" встать прямо; на счет "два" — то же налево, на счет "и" — встать прямо. Повторить 2 раза. 6-8 фразы: кружение на месте шагом на прямых (кукольных) ногах, руки подняты над головой, кисти закруглены ("кукольные руки").

*Привев:* движения повторяются.

*Заключение* — несколько шагов на прямых ногах назад, наклон и "застыть" (импровизация позы в образе игрушки).

**Полька**

*Болгарская плясовая мелодия "Кремена", музыка А. Арскос*

Вариант 1 — танцевальное упражнение

И.П. — стоя по кругу, держась за руки.

Музыка А

Бег "с захлестом" по кругу. Музыка В И.П. — стоя лицом к центру круга, руки внизу.

1 такт: 3 хлопка в ладоши перед собой (или: внизу — перед собой — наверх)

2 такт: 3 хлопка в ладоши с партнерами по кругу — руки отведены в стороны Повторять эти движения до конца музыки В.

2 фигура

Музыка А

Бег в другую сторону (высокий бег). Музыка В

1 такт: 3 хлопка в ладоши перед собой (или: внизу — перед собой — наверх

2 такт: полуоборот направо, правая нога в сторону на пятку, показать "нос" Повторять эти движения до конца музыки В.

3 фигура Музыка А

Бег "с захлестом" по кругу. Музыка В

1 такт: 3 хлопка в ладоши перед собой,

2 такт — подбежать к центру круга, руки плавно вверх,

3 такт — 3 хлопка наверху,

4 такт — отбежать назад, руки плавно вниз. Все движения повторить 2 раза.

3 фигура

Музыка А Бег врассыпную.

Музыка В

1 такт — 3 хлопка в ладоши перед собой,

2 такт — подбежать вперед, руки плавно вверх,

3 такт — 3 хлопка наверху,

4 такт — отбежать назад, руки плавно вниз. Все движения повторить 2 раза.

В конце — притоп правой ногой, руки вверх.

Вариант 2 - парная пляска

1

И.П. — дети стоят парами по фигура  
кругу.

Музыка А

Бег "с захлестом" по кругу парами.

Музыка В

И.П. — стоя лицом друг к другу, руки внизу.

1 такт — 3 хлопка в ладоши перед собой (или: внизу — перед собой — наверху);

2 такт — поменяться местами на беге, соединив правые руки (ладошка к ладошке). Повторять эти движения до конца музыки В.

2

фигура

Музыка А

И.П. — мальчик опускается на одно колено, подает правую руку девочке, левая рука за спиной.

Девочка обегает мальчика, соединив с ним правые руки. К концу музыки А оба поднимаются.

Музыка В

Повторять движения музыки В 1 фигуры.

3

фигура

И.П. — стоя в общем круге.

Музыка А

Бег "с захлестом" по кругу, держась за руки.

Музыка В

1 такт — 3 хлопка в ладоши перед собой,

2 такт — подбежать к центру круга, руки плавно вверх,

3 такт — 3 хлопка наверху,

4 такт — отбежать назад, руки плавно вниз. Все движения повторить 2 раза.

4

фигура

Музыка А

Бег змейкой за назначенным ведущим по направлению к зрителям.

Музыка В

1 такт — 3 хлопка в ладоши перед собой.

2 такт — подбежать вперед на зрителя, руки плавно вверх,

3 такт — 3 хлопка наверху,

4 такт — отбежать назад, руки плавно вниз. Все движения повторить 2 раза.

В конце — притоп правой ногой, руки вверх.

### **Волшебный цветок**

*Музыка Ю. Чичкова*

И.П. — сидя в группировке (на корточках), голова опущена, руками обхватить колени. Дети располагаются врассыпную по всему залу — можно представить "чудесное поле", куда посадили "волшебные" зернышки

*Вступление:*

1-4 такты: мальчик-"дождик" или девочка с лейкой (к которой прикреплены серебристые дождинки) оббегают на носках "волшебные зернышки"; 5-8 такты: мальчик (или девочка) продолжают поливать "цветы", а дети-"цветы" обхватывают ладонями лицо у подбородка и медленно поднимаются (растут — вдох), затем тянутся руками вверх, становятся на носки и с концом музыкальной фразы опускаются на пятки, руки через стороны плавно вниз (выдох).

1 фигура

1 куплет

*Запев:*

1 фраза — руки плавно спереди вверх, затем плавно вниз.

2 фраза — то же, только через стороны.

3-4 фразы — повторить движения.

5 фраза: на слова "может, там" — 1 шаг вперед и приставить ногу (другой вариант — 3 мелких шага вперед) — руки спереди вверх;

6 фраза: на слова "за седьмым перевалом" — отойти назад, руки плавно вниз;

7 фраза: на слова "самый сказочный и небывалый" — короткие попеременные

взмахи руками с подъемом вверх и затем вниз;

8 фраза: на слова "самый волшебный" — руки плавно через стороны вверх,

одновременно приподнимаясь на носки (глубокий вдох), "цветок" — опуститься на носки, руки плавно через стороны вниз (выдох). На повторение слов и музыки движения повторяются (7-8-й фраз).

*Припев:* И.П. — стоя, ноги в 1-й позиции, руки на поясе.

1 фраза: на "ля-ля-ля" - поочередное выставление ноги на носок, одновременно полуоборот корпусом вправо — влево в соответствии с движением (локоть вперед);

2 фраза: кружение на носках на месте, руки над головой закруглены в локтях, кисти оформлены. С концом фразы руки перевести на пояс;

3-4 фразы: повторение движений в соответствии с музыкой (то же, что и на 1-2-ю фразы).

2 фигура

2 куплет

Дети перестраиваются в несколько маленьких кружочков — произвольно по несколько человек и берутся за руки (рис. 1).

*Запев:* идут пружинящим шагом (по кружочкам).

*Припев:* повторить движения предыдущей фигуры.

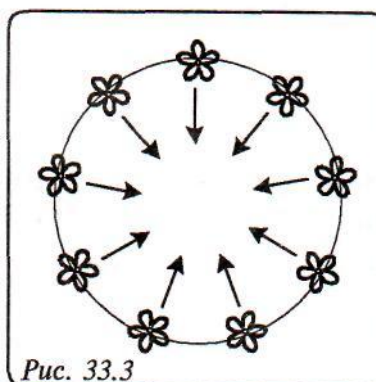
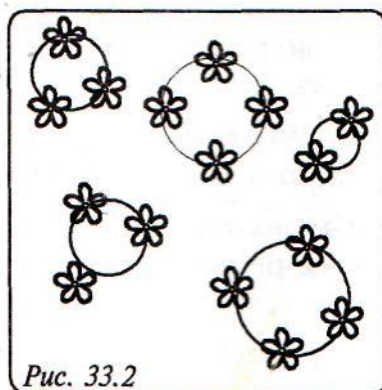
3 фигура

Дети перестраиваются в общий круг и берутся за руки.

*Запев:* идут по кругу пружинящим шагом.

*Припев:* повторение движений в соответствии с музыкой (лицом к центру круга).

*Заключение:* мелкими шагам идут к центру, плавно поднимая руки вверх — "собирают большой букет" (рис.2).



### **Танец с осенними листьями**

Музыка М. Леграна, мелодия из к/ф "Шербургские зонтики"

Вступление — Фея Осени разбрасывает листья по полу.

1 фигура Музыка А

Дети по одному "гуляют" и собирают осенние листья с пола. Подняв листья, каждый ребенок двигается в свободном направлении (на

носках мелким шагом), импровизируя движения в соответствии с характером музыки.

Повторение музыки А

Движение по кругу на носках мелким шагом, плавные движения руками (импровизация).

Музыка В

И.П. — стоя в кругу:

1 такт — шаг вперед, слегка присесть и спрятаться за листья ("ширмочка");

2 такт — шаг назад, руки спрятать назад;

3 такт — повторение движений 1-го такта;

4 такт — на кружении (руки через стороны плавно вниз) вернуться в И.П.

## 2 **фигура** Музыка А

Дети с листьями расходятся врассыпную.

Музыка С

И.П. — стоя лицом к зрителю. 1-2 такты: попеременное сгибание кистей, одновременно поднимая руки вверх и опуская их через стороны, вниз; 3-4 такты: те же движения в обратном порядке;

5 такт: кружение на носках вправо;

6 такт: то же влево;

7-8 такты: повторение движений 1-2-го тактов.

Музыка В

Повторение движений, описанных на музыку В в 1-й фигуре, лицом к зрителю.

Музыка А

Ходьба врассыпную на носках, постепенно найти себе пару.

Музыка С

Кружение в парах "звездочкой", соединив правые руки.

*Заключение* — остановиться и "застыть" в любой красивой позе (импровизация).

***Таней с осенними листьями и зонтиками***

*Мелодия М. Леграна из к/ф "Шербургские зонтики"*

В танце участвует 5-8 пар детей. Девочки — Осенние листики, мальчики танцуют с зонтиками.

И.П. — мальчики с зонтиками стоят у центральной стены, а девочки стоят у боковых стен зала.

*Вступление:* дети-Листики поочередно выходят и располагаются свободно.

1 фигура

Музыка А

Листики двигаются в свободных направлениях на носках (мелким шагом), руками импровизируют плавные движения.

Повторение музыки А

Листья останавливаются и стоя импровизируют плавные движения руками.

Дети с зонтиками на носках мелким шагом обходят Листики и подходят каждый к своей паре.

Музыка В

И.П. — дети стоят парами лицом к зрителю, мальчик с зонтиком стоит слева от девочки-Листика.

На "раз" — Листик приседает, делая "ширмочку" (перед лицом), а ребенок с зонтиком закрывает своего партнера, при этом тоже слегка приседает. На "два" - в И.П. Повторение этих движений 3 раза соответственно музыке. На 4-ю фразу дети кружатся в парах на носках, оба держатся за зонтик.

2

фигура

Музыка А

Дети идут на носках мелким шагом и перестраиваются в два концентрических круга: во внешнем кругу — дети-Листики, во внутреннем — дети с зонтиками. Двигаются противоходом.

Музыка С

И.П. — стоя лицом к центру круга.

1 такт: дети-Листики поочередно сгибают руки в кистях, поднимая их вверх и опуская через стороны вниз; дети с зонтиками стоят лицом к центру, зонтик на правом плече, крутят зонтиками.

2 такт: то же, только дети с листьями выполняют движение в обратном направлении (руки через стороны вверх и перед собой вниз, попеременно сгибая кисти);

3 такт: дети-Листики кружатся на носках вправо, руки внизу слегка отведены вправо; затем кружатся влево. Дети с зонтиками, взявшись за руки, кружатся "каруселью";

4 такт: повторение движений 1-го такта.

Музыка В

1 такт: все дети делают шаг к центру, поднимая руки (поднимают зонтик);

2 такт: шаг назад, руки вниз (зонтик на плечо);

3-6 такты: повторить движения 1-2-го тактов;

7-8 такты: на кружении разойтись в разные стороны и встать парами.

3

фигура

Музыка А

Дети парами "гуляют" (мелкий шаг на носках) в свободных направлениях.

*Заключение:* кружение в "звездочке", взявшись за зонтик. С концом музыки мальчики с зонтиками опускаются на колени, а девочки-Листики присаживаются к ним на колени. На последний аккорд мальчик закрывает девочку зонтиком.

**Осенний парк**

*Композиция на музыку Е. Дюги "Вальс"*

В композиции участвуют 6-12 пар.

1 фигура И.П. — пары стоят в шеренгах вдоль боковых стен напротив друг друга (рис. 1).

Музыка А

На счет 1-4 — четыре шага навстречу друг другу, руки плавно вверх.

На счет 5-8 — четыре шага назад, руки плавно вниз.

На счет 9-12 — движения повторяются.

На счет 13-14 — четыре шага вперед, руки плавно вверх, подняться на носки.

На счет 15-16 — отойти назад мелкими шагами, руки через стороны вниз.

На счет 17 — правая рука вверх.

На счет 18 — левая рука вверх.

На счет 19-20 — подбежать к своему партнеру, взяться за руки и покружиться на беге, остановившись парами друг за другом, боком к центру, ноги слегка расставлены.

Музыка В

1-4 — качание в парах вправо -влево (перенос веса тела);

5-8 — руки отпустить, кружение на шагах с продвижением вперед по линии танца (каждый кружится отдельно), на счет "8" снова руки соединить;

9-12 — движения повторяются;

13 — соединить правые руки, шаг вперед;

14 — шаг назад;

15-16 — кружение на беге в "звездочке";

17-18 — мальчик опускается на колено, девочка, держась за руку мальчика, бежит мелким шагом вокруг него.

2 фигура

Пары становятся в два концентрических круга лицом друг к другу на расстоянии четырех шагов. В этом положении повторяются все движения 1-й фигуры (рис 2). На последнем такте все перестраиваются врассыпную.

3 фигура  
И.П. — стоя врассыпную лицом к зрителю, (рис. 3).

Музыка А — повторение движений 1-й фигуры.

Музыка В

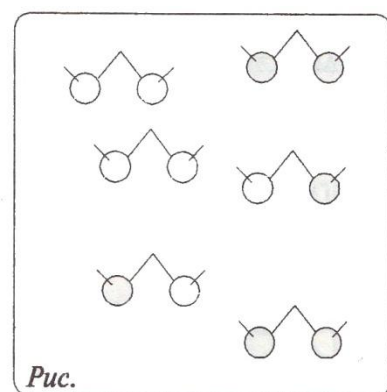
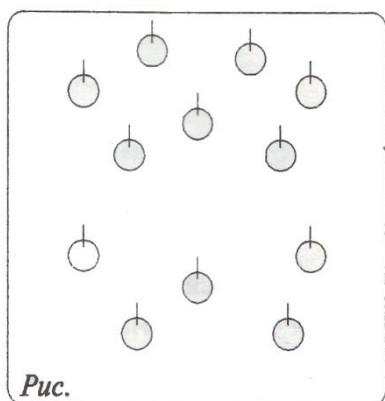
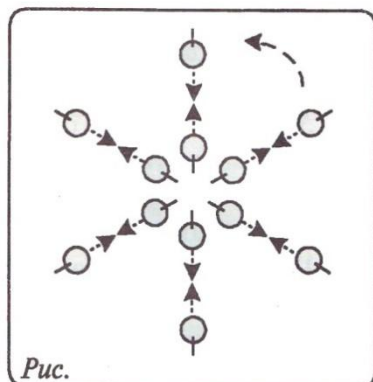
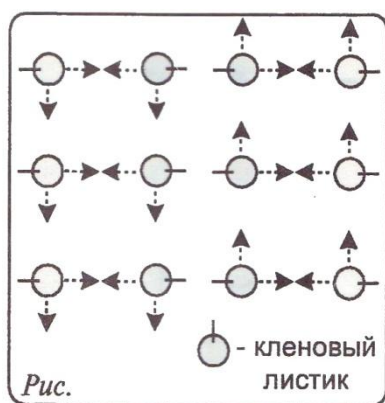
1-4 — качание руками вправо-влево с постепенным подъемом вверх;

5-8 — кружение на месте на носках, руки плавно через стороны вниз.

На заключение встать парами, соединив правые руки "звездочкой", свободно располагаясь по всему залу.

На последний аккорд отставить левую ногу в сторону на носок, слегка отвести левую руку и посмотреть влево (рис. 4).





### **Красный сарафан**

Танцевальная композиция для девочек Музыка А. Варламова, аранжировка Лж. Ласта

#### **Вариант 1**

И.П. — дети стоят полукругом у центральной стены, руки сцеплены.  
1 фигура Ходьба хороводным шагом (шаг на каждую восьмую)  
"змейкой" (рис. 1).

2 фигура. Перестроение в круг спиной к центру и таким образом продолжение ходьбы (тем же шагом).

### *3 фигура*

1 фраза — 4 шага к центру круга, сцепленные руки плавно вверх (рис. 2);

2 фраза — 4 шага назад, руки плавно вниз;

3-4 фразы — повторить движения 1 и 2-й фраз;

5 фраза — кружение на месте вправо на носках, руки внизу;

6 фраза — опуститься на колени, сесть на пятки, голову наклонить к коленям.

4

*фигура*

1 фраза: на "раз-и-два-и" встать на колени, сцепленные руки вниз, спину прогнуть, голову на право, на "три-и-четыре-и" — опуститься на пятки;

2 фраза — повторить эти же движения

3 фраза "раз-и-два-и" поставить правую ногу на стопу, на "три-и-четыре-и" — встать прямо, сцепленные руки наверху;

4 фраза — кружение на месте шагбм. руки расцепить, плавно через стороны опустить;

5-8 фразы — разойтись в рассыпную.

### *5 фигура*

1 фраза — 4 шага с припаданием направо (рис. 3);

2 фраза — 4 шага с припаданием налево;

3 фраза — 4 медленных (на каждую четверть) шага вперед, руки внизу (рис. 4);

4 фраза — низкий поклон (правая рука на "раз" — к левому плечу, на "два" — к голове, на "три" — наклон вниз, на "четыре-и" — выпрямиться).

### **Вариант 2**

Все движения повторяются до 4 фигуры, 5-й фразы.

4

*фигура*

5-6 фразы: из круга за ведущими перестроиться в две шеренги вдоль боковых стен (рис. 5).

### *5 фигура*

1 фраза: 4 шага с припаданием направо, стоя в шеренге (противоходом) (рис. 6);

2 фраза: 4 шага с припаданием налево (в шеренге);

3 фраза: 8 шагов за ведущими с перестроением в полукруг у центральной стены

зала, руки внизу (рис. 7, 8);

4 фраза: низкий поклон (правая рука на "раз" — к левому плечу, на "два" — к голове, на "три" — наклон вниз, на "четыре-и" — выпрямиться).

### **Вариант 3 (танцевальный)**

Все исполнители распределяются на "первый" и "второй". С 1 по 2-ю фигуры (до 5-й фразы) движения исполняются так же, как и в варианте 1.

3фигура

5 фраза — кружение на месте шагом направо, руки вниз;

6 фраза — "первые" кружатся влево, а "вторые" идут к центру и об-  
разуют

внутренний круг (руки плавно вверх и вниз) (рис.9).

4фигура

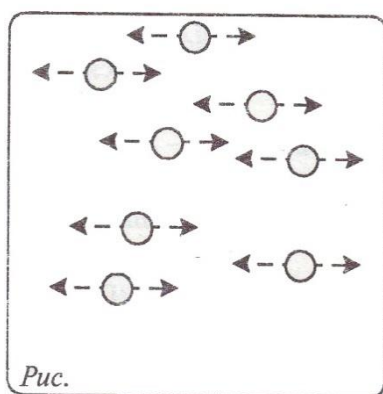
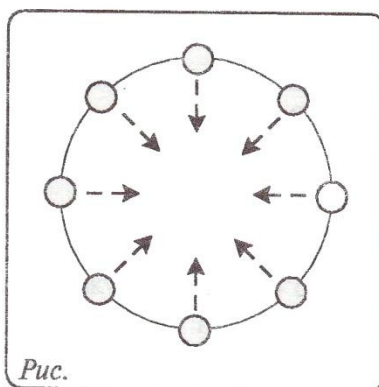
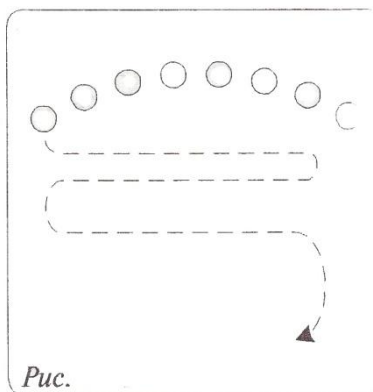
1фраза: девочки, стоящие в двух концентрических кругах, одновременно меняются местами ("первые" заходят в круг, а "вторые" отхо-  
дят назад спиной), руки одновременно плавно вверх и плавно вниз (рис. 10);

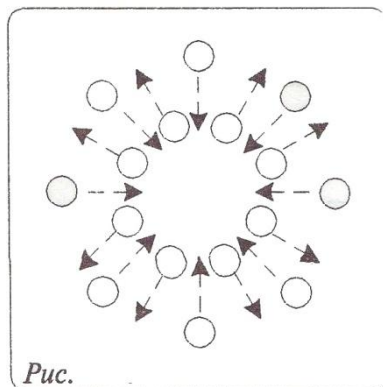
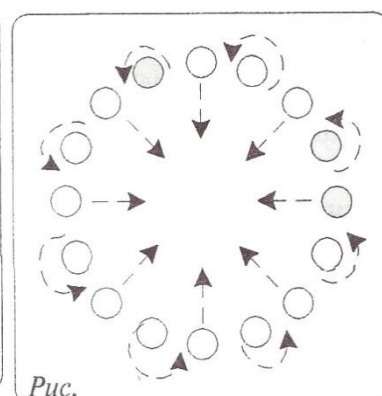
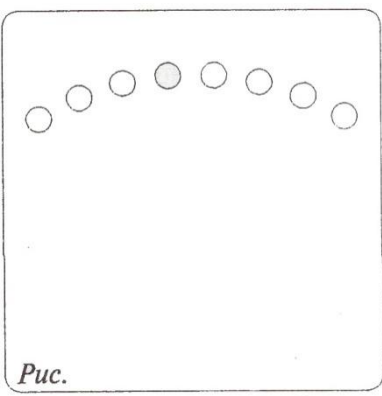
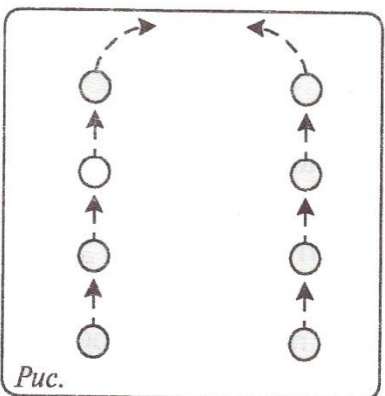
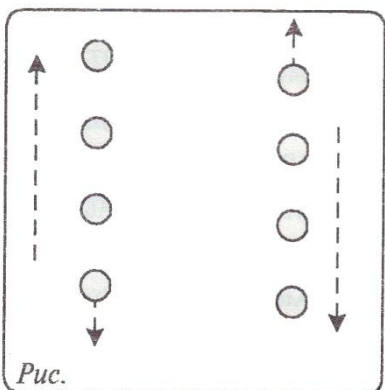
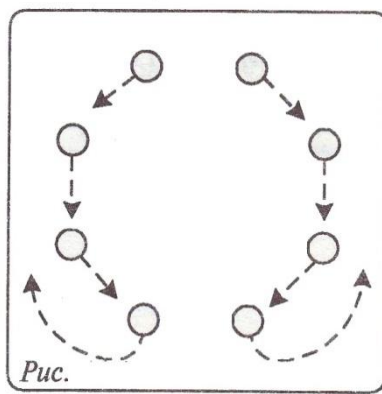
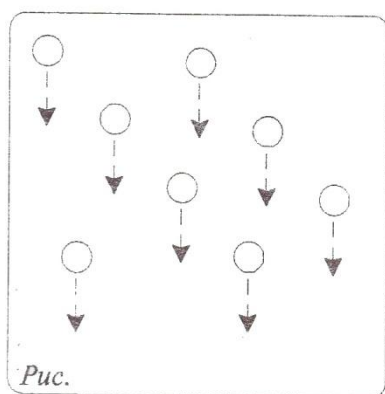
2 фраза — так же поменяться местами в кругах;

3 фраза: на "раз-и-два-и" — девочки, стоящие во внутреннем круге, делают

2 шага к центру, руки плавно вверх; на "три-и-четыре-и" — девочки, стоящие во внешнем круге, делают 4 шага к центру, руки плавно  
вверх;

4фраза: все отходят спиной назад, перестраиваясь в об-  
щий круг, руки плавно вниз; 5-6 фразы: перестраиваются за ведущи-  
ми в две шеренги вдоль боковых стен зала (как в варианте 2). Далее  
до конца танца исполнять движения, описанные в варианте 2.





### **Танец Солдатики и Куколок**

*Музыкальная пьеса Яна Янтера "Маленький Греналер"*

В пляске участвует 17 детей 7-10-летнего возраста: 1 Барабанщик, 8 Солдатики (Гусариков), 8 Кукол (Барышень).

И.П. — Солдатики стоят в двух шеренгах у центральной стены лицом к зрителям. Куклы стоят парами в колонне за шеренгами.

Впереди по центру стоит Барабанщик (рис. 1).

*Вступление:* Барабанщик "барабанит".

1 фигура

Музыка А .

1 предложение: Солдатики, стоящие во 2-й шеренге, идут за ведущим и перестраиваются в колонну (рис. 1). 2 предложение: Солдатики, стоящие в 1-й шеренге, идут за ведущим и перестраиваются в колонну напротив С концом *музыки А* Солдатики перестраиваются в шеренги вдоль боковых стен зала. Барабанщик в это время стоит и "барабанит", а Куклы подходят — поближе к Барабанщику.

Музыка В

1 фраза: Барабанщик идет вперед, останавливается на переднем плане. Куклы делают 2 шага вперед, на счет "три-четыре" — смотрят на Солдатов, приподнимаясь на носки и поднимая плечи (каждая колонна поворачивается в разные стороны).

2 фраза: Куклы снова делают 2 шага вперед, затем слегка приседают, поворачиваются друг к другу и "шепчутся".

3 фраза — повторение движения 1-й фразы;

4 фраза — повторение движений 2-й фразы.

Музыка С

1 предложение: Куклы, взявшись правыми руками, кружатся "звездочкой" на подскоках.

2 предложение: Куклы поворачиваются лицом к своему Солдату.

Рис.2. 1 фраза: Куклы выполняют реверанс, а Солдатики — шаг-поклон вправо; 2 фраза: то же влево;

3-4 фразы: взявшись правыми руками, кружатся шагом "звездочкой", в конце перестраиваются в круг (парами по кругу по линии танца — рис.3).

2 фигура Музыка А

1 предложение: идут и парами по кругу за Барабанщиком, который заходит в центр круга (рис. 4).

2 предложение

И.П. — все стоят в общем кругу лицом к центру.

1-2 такты — 4 шага к центру круга (рис.5);

3-4 такты — 2 приседания;

5-6 такты — Куклы отходят назад (4 шага), а Солдатики становятся во внутренний круг — спиной к центру и лицом к своей паре (рис.6);

7-8 такты — стоя парами лицом друг другу — 2 приседания.

Музыка В

1 такт — на прыжке 2 раза ударяют носком правой ноги о пол;

2 такт — то же левой ногой;

3-4 такты — поочередно выносят вперед правую и левую ноги и ударяют носком о пол на каждый счет;

5-8 такты — кружение на подскоках на месте.

Музыка С

1 такт — Куклы выполняют реверанс, а Солдатики — шаг-поклон направо;

2 такт — то же влево;

3-4 такты — взявшись правыми руками, шагом меняются местами. Солдатики поворачиваются лицом в круг и опускаются на правое колено, Куколкам подают правую руку.

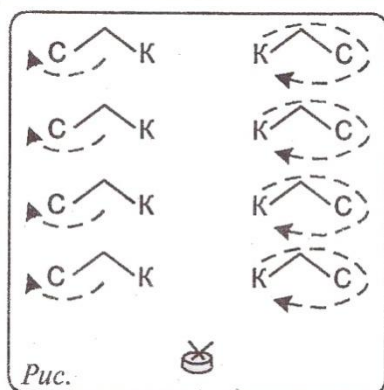
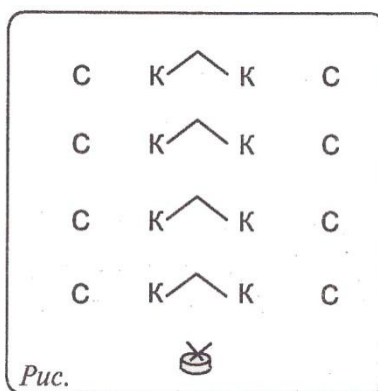
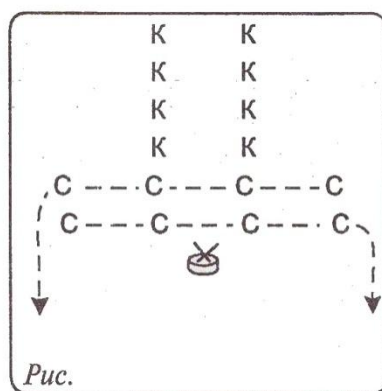
5-8 — Куклы на подскоках обходят Солдатов (2 раза). Рис.7.

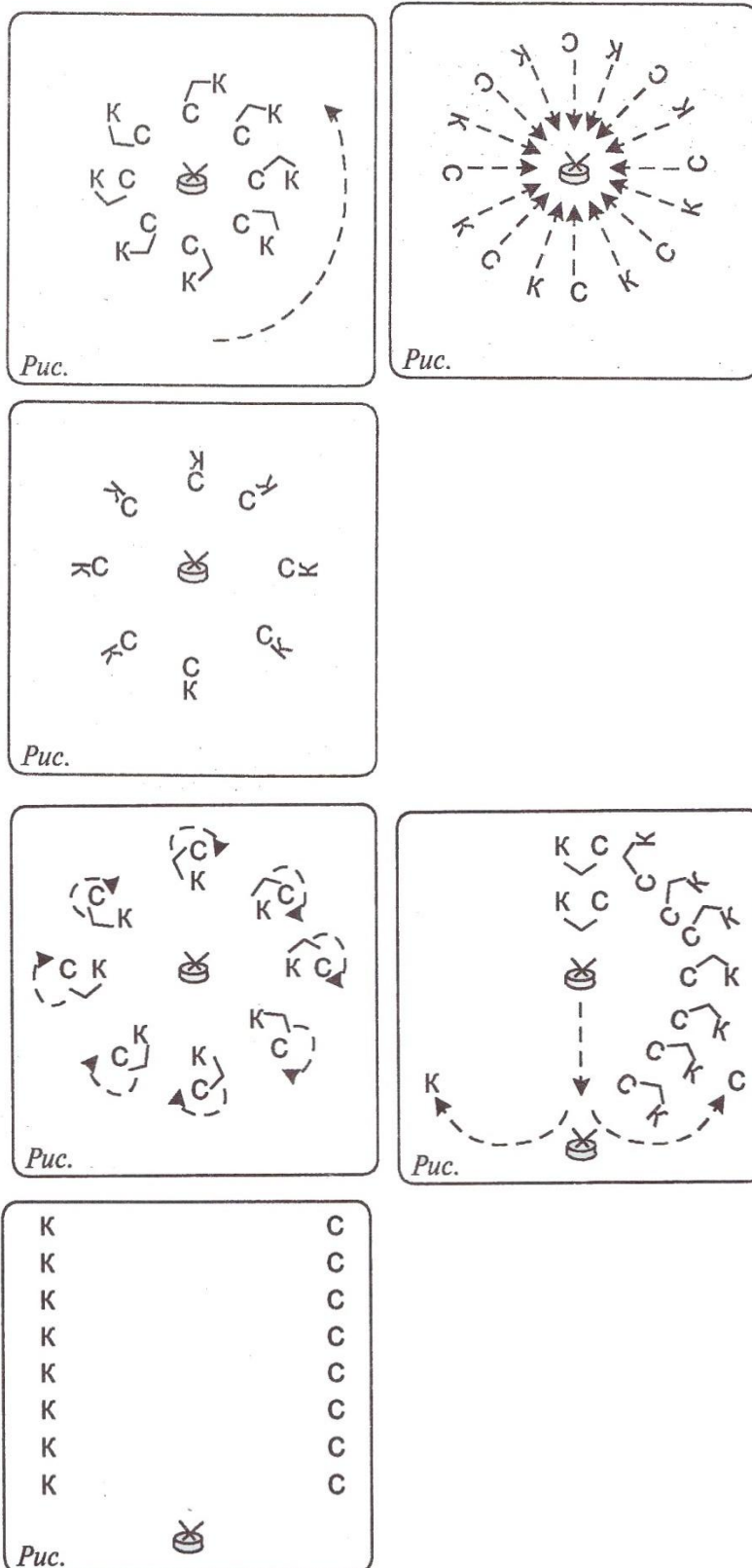
3 фигура Музыка А

Солдатики с Куклами становятся в пары, Солдатики — внутри круга, правую руку подают Кукле.

1 предложение: все идут парами по кругу, а пара, стоящая за Барабанщиком, идет за ним по центральной линии, выводя остальные пары на колонну (рис.8).

2 предложение: Солдатики и Куклы расходятся в разные стороны перестраиваются в две шеренги вдоль боковых стен зала (рис.9). На последний аккорд Солдатики отдают честь, а Куклы поднимают вверх платочки.





### **Танец с зонтиками**

Музыка А. Петрова к к/ф "Служебный роман"

В танце принимают участие 6 девочек с зонтиками и 3 Музыканта (скомороха). На вступление девочки с зонтиками выстраиваются в две шеренги у центральной стены (в "шахматном порядке) — (рис. 1)

1 фигура Музыка А

1 фраза: девочки, стоящие во 2-й шеренге, бегут вперед бегом с "захлестом", в конце фразы — четкая остановка и небольшое приседание;

2 фраза: вперед бегут девочки, стоящие в 1-й шеренге, выбегают вперед и также останавливаются. Остальные в это время выполняют по-луоборот туловищем вправо-влево на "пружинке";

3 фраза: на "раз" — приставной шаг вправо; на "два" — приставной шаг влево; на "три, четыре" — кружение на месте (на беге); на "пять-восемь" — на беге перестроиться в круг (рис. 2)

Музыка В

И.П. — стоя в кругу, левые руки соединены, правые с зонтиками отведены в стороны ("карусель"). (Рис. 3) Кружение "каруселью", сменяющий шаг на носках. Зонтики одновременно плавно поднимать вверх и опускать вниз в соответствии с музыкальной фразой (4 раза поднять и опустить).

Повторение музыки В

И.П. — сидя на пятках по кругу (боком к центру), левая рука на поясе, правая с зонтиком вытянута в сторону направо, зонтик на полу. В соответствии с музыкальной фразой плавно поднять зонтик вверх, встать на колени. Затем плавно опустить зонтик в И.П., сесть на пятки (4 раза).

2

фигура

Музыка А

И.П. — стоя парами по кругу лицом друг к другу, боком к центру (рис. 4). На "раз" — выставить правую ногу вперед на носок. На "и" — вернуться в И.П.

На "два-и" — то же левой ногой. На "три-и -четыре" — на беге поменяться местами со своим партнером. Повторять эти движения 4 раза до конца музыки А.

Музыка В

Повторить движения в соответствии с музыкой (как в 1-й фигуре). В конце музыки В встать и перестроиться парами "воротиками" — 1-я пара по центру, а две остальные пары — по краям (рис. 5). У центральной стены друг за другом становятся трое Музыкантов с музыкальными инструментами (бутафорскими).

3 фигура

1 фраза: вперед идет 1-й Музыкант, проходит центральные "воротики", останавливается перед ними и играет на гармошке в такт музыки (рис. 6).

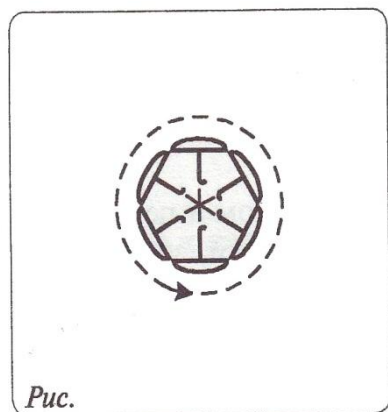
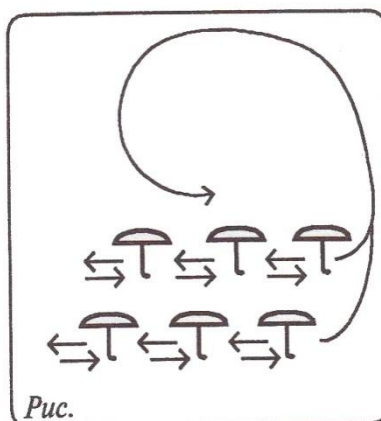
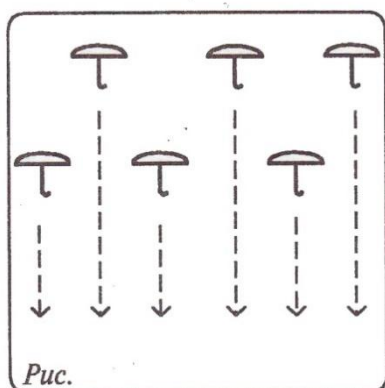
2 фраза: вперед идет 2-й Музыкант, также проходит центральные "воротики", останавливается перед ними и играет на гармошке. 1-й Музыкант одновременно поворачивает направо, обходит "воротики", стоящие справа. Проходит в них вперед и играет одновременно со 2-м Музыкантом на гармошке. 3 фраза: вперед идет 3-й Музыкант, 1-й и 2-й в это время поворачивают соответственно направо и налево,

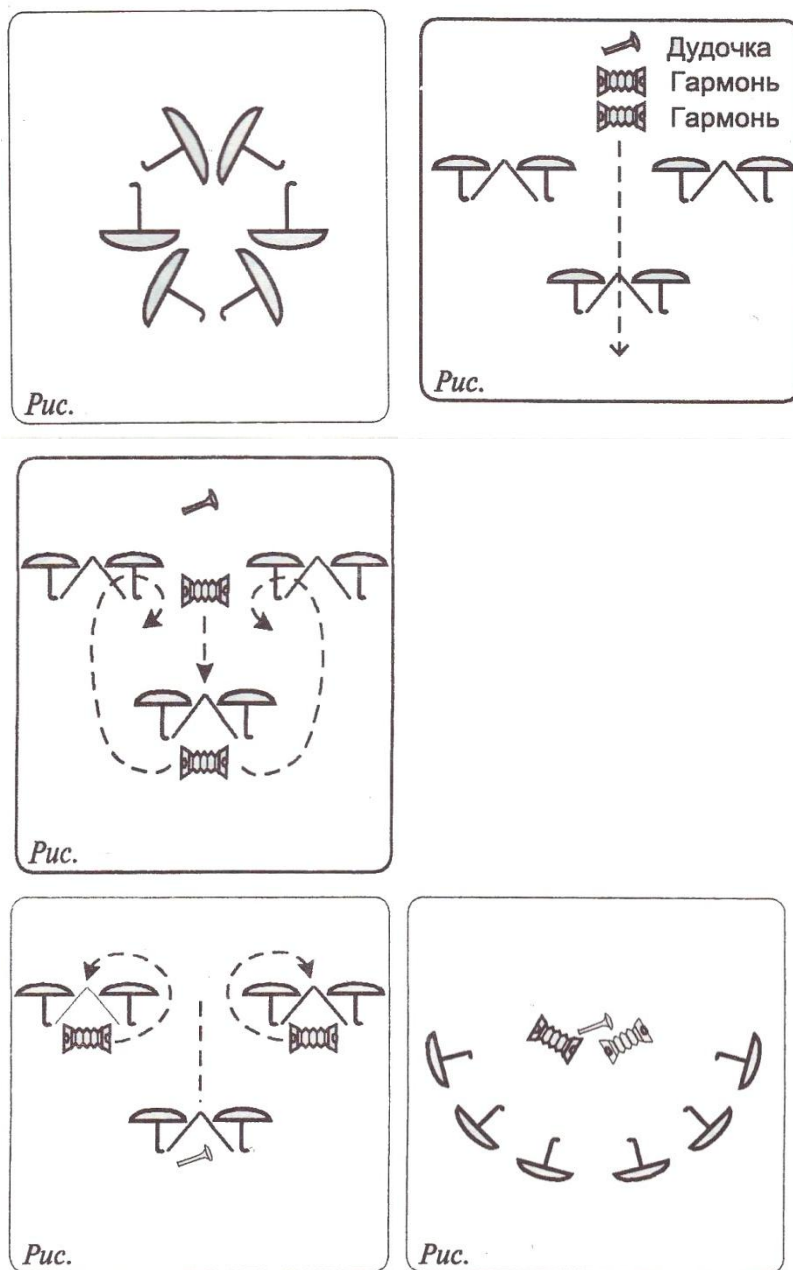


затем каждый проходит через свои "воротики", останавливается перед ними и играет: 3-й играет на дудочке, а первые двое — на гармошке (рис. 7).

*Заключение:* дети с зонтиками перестраиваются в любую фигуру (например врассыпную, либо становятся тройками), а Музыканты также группируются и останавливаются в характерной позе. Например, Музыкант с дудочкой — посередине а двое с гармошками — по краям (рис. 8).

*Примечание.* Заключительную "картинку" необходимо вместе с детьми обсудить, еще лучше — нарисовать. Затем рассматриваются творческие "проекты" и выбирается наиболее интересны.





### Танец «Мазурка»

#### Парный танец

И. п. – пары держат руки «лодочкой», у девочки правая рука придерживает юбку, у мальчика левая за спиной. Располагаются в кругу по линии танца.

Вступление: стоят.

Музыка А:

1-4 такты – пары выполняют 4 вальсовых шага, останавливаются.

5 такт – делают разворот друг от друга, выполняя один шаг - девочки из круга, мальчики в круг (не разрывая рук)

6 такт – делают поворот к друг другу, соединяя – девочка правую, мальчик левую руки.

7-8 такты – повторить 5-6 такты

9-16 такты – повторить 1-6 такты

*Повторение музыки А:*

1-2 такт – мальчик опускается на левое колено, девочка выполняет 2 вальсовых шага вокруг мальчика, останавливается за его спиной,

3-4 такты – делает шаг правой ногой вперёд, переносит центр тяжести на правую ногу затем на левую.

5-8 такты – 4-мя вальсовыми шагами доходит до своего места и убирает руки на юбку, а мальчик за спину.

9-12 такты – мальчик подаёт правую руку, девочка кладёт ему свою руку, мальчик её целует и встаёт.

13-16 такты – мальчик делает поклон, девочка – реверанс. Становятся в исходную позицию.

Повторять сначала до конца музыки.

***Танец «Мурляндия»***

Танцуют парами. Стоят по кругу лицом друг к другу. На медленное вступление выполняют «потягушки», на быстрое «пружинки» с поворотом.

1 куплет: 1-2 стр.- руки в паре «лодочкой», двигаются по кругу боковым галопом,

3-4 стр.- кружатся подскоками в паре

Припев: (нежное «Мяу») девочки показывают кошечек («мяу» поглубже) мальчики показывают кошечек. (Всё повторить два раза.)

2 куплет: 1-2 стр.- подскоками девочки идут в круг и двигаются по линии танца в маленьком кругу, мальчики в это время хлопают.

3-4 стр.- девочки выходят из круга и хлопают, а мальчики подскоками идут в круг и двигаются по линии танца в маленьком кругу, в конце строчки выходят на свои места лицом к девочкам.

Припев: повторить.

3 куплет: повторить 1 куплет

Припев: повторить.

4 куплет: повторить 2 куплет

Припев: повторить

***Танец «Топ-топ по паркету»***

Вступление: мальчики подскоками выходят на свои места в линиях, останавливаются. Руки на поясе, ноги на ширине плеч. Смотрят вправо, влево, зовут девочек (машут им рукой). Подскоками выходят девочки, становятся каждая возле своего мальчика.

**П-в:** 1 стр. – шаг правой ногой вперёд, шаг левой ногой вперёд, шаг правой ногой назад, левую приставить.

2стр. – три шага боковым галопом вправо, хлопок в ладоши.

3стр. – повторить 1стр.

4стр. – повторить 2стр. влево.

Движения припева повторить ещё раз.

1 куплет: 1 стр.- подскоками перестраиваются в круг (чередуюсь: мальчик, девочка).  
 2 стр. - девочки боковым галопом двигаются в круг на счёт «четыре», делают «дразнилки»,  
 3 стр. - мальчики в это время то же самое делают из круга. Меняются местами ( мальчики в круг, девочки из круга).  
 4 стр. - подскоками выходят на свои места, как в начале.

**П-в:** повторить.

Проигрыш: подскоками перестраиваются в круг (чередуюсь: мальчик, девочка) и двигаются по кругу.

2 куплет: 1 стр. - перестраиваются в колонну друг за другом, кладут руки друг другу на пояс.  
 3 стр. - делают выпады – девочки вправо, мальчики влево, затем наоборот.  
 4 стр. - подскоками выходят на свои места, как в начале.

**П-в:** повторить.

Проигрыш: подскоками перестраиваются в круг (чередуюсь: мальчик, девочка) и двигаются по кругу.

3 куплет: 1 стр.- перестраиваются в два круга, мальчики в свой, девочки в свой.  
 3 стр.-поворачиваются лицом друг к другу, выполняют «пружинку» с разворотом-4 раза, показывают правой рукой «класс» (пальчики сжаты в кулачок, большой палец поднят вверх), зовут жестом и подскоками выходят на свои места, как в начале.

**П-в:** повторить.

Подскоками уходят.

### ***Танец «Барбарики»***

тройки -2девочки 1 мальчик.  
 Исход. Положение –встают в две или 3 колонны по трое –мальчик спиной к зрителям, лицом к своим девочкам –держит каждую за одну руку.  
 Вступление –1 часть , пружинки на месте, качают головками.  
 2 часть -двигаются вперед –мальчики спиной, девочки лицом к зрителям. Получается, что мальчики идут чуть впереди своих девочек.

1 куплет – останавливаясь, отпускают руки. Что такое доброта – «удивляются» пожим. плечами на пружинке–мальчик с девочками справа.-слева -4 раза.. И потрогать нельзя....(прижать руки к голове) –качают головками.  
 Доброта это тогда когда....девочки шепчутся друг с другом, мальчик обходит их(левая рука за спиной, указат. пальцем правой руки грозит на каждый шаг, как –будто объясняет) –в конце куплета становится сзади девочек –легко разводит их за плечи –встает между ни-

ми. (Берутся за руки внизу).

Припев: Девочки и мальчики –  
 на 1 – прав. ножку вперед на пятку –руки согнуть в локтях.  
 На 2–прав ножку назад на носок - руки вниз.  
 На 3 – повтор (1)  
 На 4 –приставить ногу –руки опустить.  
 Сладкие как карамельки – повторить движения с левой ноги (на 4).  
 А на них ... -2приставных шага вправо(руки внизу)  
 Это ..... выставляют правую ногу вправо на каблук(к в конце на  
 ... «барьки» -возвращ. ножку).  
 Легкие как мотыльки.....8 прыжков на двух ногах - руки-«птички»  
 -локти к туловищу, чтоб был небольшой размах.  
 А на них большие башмаки – 2 приставных шага влево.  
 Это .....– левую ногу влево на пятку – в конце на «Барьки» -  
 прыжком повернуться на право на 90 (левым боком к зрителям).

2 куплет. ( встать вагончиком по трое –положить руки на плечи 1ой  
 дев. и 2 мальчику)  
 Стал вам на ногу слон... –топающий шаг по направлению –в конце  
 1-ая девочка прыжком поворачивается к мальчику –кладет руки ему  
 на плечи, он ей на талию.  
 Хочет вас научить...–возвращаются на места -двое спиной 1-ая -  
 передом.  
 На нос села оса... 1-ая девочка трется носиком с мальчиком –в конце  
 мальчик прыжком поворачивается к другой девочке.  
 И пощекотать... -трутся носиком с другой девочкой.

Припев. Повтор движений., только в конце прыжок влево на 90 –  
 правым боком к зрителям.

3куплет.

К нам на праздник доброты – 4 шага с высок. подъемом вперед (или  
 на месте)  
 Приходи и ты...-грозим правой рукой -пружинка.  
 Кто умеет летать - девочки - выпад на левую ногу, вернуться –  
 мальчик на праву ногу –вернуться.  
 И кто не умеет –повторить выпад.  
 А летать просто так - 4 шага назад спинками (или на месте)  
 Нужно улыбнуться .. - грозим с пружинкой.  
 Чтобы звезды достать...добрее –махи прямых рук над головой впра-  
 во-влево.

Припев. Повторяем движения припева боком к зрителям, только ру-  
 ки на плечах 3-ки и мальчика(вагончик) –соответственно -

выполняют

движения

ног.

Проигрыш –па-ра-ра... едем «вагончиками» на общий круг. Концовка –повторяем движения припева в общем кругу -1 раз –боком в круг, 2 раз лицом в круг.

### **Танец «Балтийский берег»**

Исполняет О. Газманов

В танце участвуют 5 пар.

*Вступление:* мальчики выходят маршевым шагом в линию. Кладут руки на плечи друг другу и выполняют 4 покачивания, 4 раза «присядку»

1 куплет.

1-2 строчка: мальчики скрепляют руки «воротцами», поднимают верх. Через «воротца» подскоками проходят девочки, каждая к своему мальчику.

3-4 строчка: пара берётся за руки и все пары расходятся в шахматном порядке боком к зрителям.

*Припев:* выполняют два приставных шага в сторону зрителей, и два приставных шага от зрителей.

Кружатся в паре двигая сцепленными руками вдоль туловища.

2 куплет.

1-2 строчка: выполняют перестроение «расчёску».

3 строчка: выпады вправо и влево.

4 строчка: мальчики хлопают, девочки кружатся.

*Припев:* повторить.

3 куплет.

1-4 строчка: парами перестраиваются в колонну по центру зала, боком к зрителям.

*Припев:* выполняют два приставных шага (одна пара вправо, другая влево), и два приставных шага обратно.

Кружатся в паре двигая сцепленными руками вдоль туловища.

Поклон.

### **Танец «Вальс победы»**

*Музыка:* исполняет детский вокальный коллектив «Улыбка»

Исполняют 8 девочек с букетами цветов.

*И. п.* сидят возле центральной стены на корточках.

*1 куплет:*

1 стр. – встает первая четвёрка (через одну, четные номера), описывая букетом дугу над головой

2 стр. – также встаёт вторая четвёрка.

3 стр. – 4 покачивания с одной ноги на другую

4 стр. – кружатся вокруг себя

5-6 стр. – перестраиваются на две шеренги (первая 4 в правую, вторая 4 в левую)

7-8 стр. – идут навстречу друг другу, кружатся в паре (руки «свечкой»), переходят к противоположной стене.

*Припев:*

1-2 стр. – лёгкий бег по кругу, останавливаются по линии танца

3-4 стр. – покачивания в круг и из круга

5-6 стр. – девочки через одну идут вокруг «звёздочкой», другие в это время кружатся

7-8 стр. – тоже делают другие, а первые выходят в большой круг и кружатся.

*Проигрыш:* перестраиваются в одну линию возле центральной стены

*2 куплет:*

1 стр. – выбегает первая четвёрка (через одну, четные номера), описывая букетом дугу над головой

2 стр. – также выбегает вторая четвёрка

3-4 стр. – повторяют 1-2 стр.

5-6 стр. – 4 покачивания, покружились

7-8 стр. – кружатся в паре (руки «свечкой»)

*Припев:*

повторить .

## **Танец «Досвиданье детский сад»**

*Танец исполняется парами*

И. п. – мальчики и девочки стоят у центральной стены зала, ведущие дети по центру.

1 куплет:

Мальчики через центр зала идут вперёд и поочерёдно (направо и налево) расходятся в две колонны.

Девочки, лёгким бегом на носочках, также. Подают руки «стрелочкой».

Припев:

1 стр. – мальчик обводит девочку вокруг себя

2 стр. – кружатся, руки в положении «лодочка»

3 стр. – покачивания

4 стр. девочки отходят назад (встречаются в одной линии) кружатся парами, руки «свечкой»

5 стр. – подходят к своим мальчикам, кружатся парой, руки «лодочкой»

Проигрыш: пары поворачиваются спиной к зрителям и перестраиваются в колонны на противоположные стороны (см. рис.)

2 куплет:

1 стр. – мальчики опускаются на правое колено, девочка его обходит и становится впереди. 2

стр. – мальчик поднимается, руки «полулодочка». Делают выпады, как бы заглядывая друг на друга.

3 стр. – девочки мелкими шажками отходит влево (от себя)

4 стр. – девочки закручиваются на руку к мальчику и раскручиваются на другую сторону.

Припев:

1 стр. – мальчик обводит девочку вокруг себя

2 стр. – кружатся, руки в положении «лодочка»

3 стр. – девочки мелкими шажками отходит влево (от себя)

4 стр. – девочки закручиваются на руку к мальчику и раскручиваются на другую сторону

Проигрыш: парами проходят по кругу, машут руками и уходят из зала.