

ТВОРЧЕСКАЯ  
МАСТЕРСКАЯ  
ПЕДАГОГА



Татьяна Ковалева  
Вера Чемрукова

# ТАНЦЕВАЛЬНЫЙ МИХ

Минск  
«Зорны Верасок»  
2010

## Содержание CD-диска

Трек № 1. Чудная пора .....	3.43 (мин)
Трек № 2. Прогулка под дождем .....	1.53 (мин)
Трек № 3. Дождик .....	1.22 (мин)
Трек № 4. Саўка ды Грышка – міх .....	2.36 (мин)
Трек № 5. Горошинки .....	2.38 (мин)
Трек № 6. Коротышки .....	2.14 (мин)
Трек № 7. Фонари – фонарики .....	3.09 (мин)
Трек № 8. Танец розовых фламинго .....	3.58 (мин)
Трек № 9. Смешарики .....	2.13 (мин)
Трек № 10. Морозята .....	2.06 (мин)
Трек № 11. Карнавал .....	3.03 (мин)
Трек № 12. Вальс снежинок .....	2.23 (мин)
Трек № 13. Снежная сказка .....	2.48 (мин)
Трек № 14. Розы для мамы .....	3.43 (мин)
Трек № 15. Подружки .....	3.02 (мин)
Трек № 16. А-ха-ха .....	2.16 (мин)
Трек № 17. Танец бабочек .....	1.38 (мин)
Трек № 18. Вышита сорочка .....	3.25 (мин)
Трек № 19. Упражнение с голубями .....	3.21 (мин)
Трек № 20. Выпускной вальс .....	3.22 (мин)

## Содержание

Введение .....	3
1. Чудная пора .....	4
2. Прогулка под дождем .....	5
3. Дождик .....	6
4. Саўка ды Грышка – тiх .....	7
5. Горошинки .....	9
6. Коротышки .....	10
7. Фонари – фонарики .....	11
8. Танец розовых фламинго .....	12
9. Смешарики .....	13
10. Морозята .....	14
11. Карнавал .....	15
12. Вальс снежинок .....	17
13. Снежная сказка .....	18
14. Розы для мамы .....	19
15. Подружки .....	21
16. А-ха-ха .....	23
17. Танец бабочек .....	24
18. Вышита сорочка .....	25
19. Упражнение с голубями .....	27
20. Выпускной вальс .....	29
Приложение .....	31

*Вступление:* дети выстраиваются парами по кругу, лицом по ходу движения, держась за руку. Мальчики слева, девочки справа.

### 1-й куплет

*Запев:*

Саўка ды Грышка  
Ладаілі дуду.  
Павесяліцца,  
Ды прагнаць нуду.

Идут парами по кругу, поют.

*Припев:*

Ду-ду-ду, ду-ду-ду } 2 раза  
Ды прагнаць нуду.

Останавливаются. Повернувшись лицом друг к другу, наклоняясь вправо-влево, поднося руки к лицу и перебирая пальчиками, имитируют игру на дудочке.

### 2-й куплет

*Запев:*

Як разышліся  
Музыкі гу-га!  
Згінула гора  
Згінула туга.

Перестраиваются в общий круг, поют.  
Хороводным шагом идут по кругу.

*Припев:*

Гу-га-га, гуга-га! } 2 раза  
Згінула туга.

«Играют» на дудочке, стоя лицом в круг.

Далее идет только пляска (без пения).

*Проигрыш* (мипор): на счет 1-8, высоко поднимая колени, идут в центр, сужают круг. Движения рук - «трасуха».

На счет 1-8 - возвращаются в исходное положение.

Повторить 2 раза.

### 3-й куплет

Идут хороводным шагом через центр, образуя пары. Продолжают двигаться парами по кругу, в конце останавливаются и поворачиваются лицом друг к другу.

### 4-й куплет

Обходят друг друга шагом, с высоким подниманием колен, меняясь друг с другом местами. Движения рук - «трасуха».

*Проигрыш:* идут парами по кругу, взявшись за руки.

### 5-й куплет

Выстраиваются в линию у центральной стены.

*Заключение:* высоко поднимая колени, одной линией идут вперед, на зрителя. Движения рук - «трасуха». В конце выполняют приток, одновременно выбрасывают вверх обе руки.

*«Ковырялочка» влево (вправо)*

На «раз – и» – носком правой ноги делаем «точку» справа (нога на носок, пятка вверх), «два – и» – поднять правую ногу и сделать «точку» пяткой вперед – в сторону (на расстоянии небольшого шага). Тройной притоп всей ступней.

*Прямой галоп*

Выполняется так же, как боковой галоп, только движения выполняются не боком, а прямо, ноги – одна впереди, другая сзади – вторая параллельная позиция.

*Боковой галоп*

Исходная позиция VI или II; от исходной позиции зависит характер прыжка. Параллельно – вариант спортивного галопа, носки максимально развернуты в стороны – элемент бального танца. «Раз» – толчок, правая нога делает шаг вправо. «И» – левая нога приставляется к правой пяткой, как бы подталкивая ее для следующего прыжка.

Прыжки необходимо выполнять, удерживая правильную осанку, максимально вытягивая носки ног вперед или вниз.

*Поскок*

Цепочка поочередных шажков вперед с упругим отталкиванием от пола. При приземлении ноги ставить сначала на подушечки пальцев, затем на всю стопу.

*Подскок*

Поочередное подпрыгивание на правой и левой ноге.

«Раз» – сделать шаг вперед правой ногой, левую согнуть в колене с оттянутым носком. «И» – приподнять пятку правой ноги и высоко подпрыгнуть, скользя на ней по полу вперед. Выполнять их можно на месте, с продвижением вперед и назад.

*Подскок с кружением вправо (влево) по одному (в паре)*

Подскоками с кружением перемещаемся вправо (влево).

*Кружение подскоком*

Подскоки с поворотом вокруг своей оси «часики».

*Притоп одной ногой*

«Раз» – ногу согнуть в колене, поднять вверх и вернуть в исходное положение легким ударом. «И» – пауза.

*Притоп поочередно двумя ногами*

На «раз – и» – притоп правой ногой. На «два – и» – притоп левой ногой.

*Тройной притоп*

«Раз – два – три» – поочередные удары всей стопой (правой, левой, правой).

*Подскок и три притопа – три притопа и подскок*

«И» – подскок. «Раз – два – три» – тройной притоп.

*Два подскока, три притопа*

Выполняется два подскока и тройной притоп.

*Полуприседания*

Выполняются девочками и мальчиками с поворотом корпуса и с выставлением ноги на пятку, на носок.

3-4-я фразы: повторить движения 1-2-й фразы.

*Примечания:* движения 1-2-й фразы можно выполнить на 1-ю фразу.

Припев получится более интенсивным и характерным. Рассчитано на более подготовленных детей.

*И. п.* – стать на левое колено и посадить голубя на пол у своих ног.  
Встать, ноги в VI позиции.

*Проигрыш:*

1-4-я фразы: стоя на месте, мягкими движениями рук имитировать полет птицы на «пружинке».

**2-й куплет**

*И. п.* – ноги на ширине плеч.

*Запев:*

1-я фраза: развернуть корпус вправо и перенести тяжесть тела на правую ногу. Левую ногу вытянуть на носок. Машем правой рукой (жест прощания).

2-я фраза: развернуть корпус влево и перенести тяжесть тела на левую ногу. Правую ногу вытянуть на носок. Машем левой рукой (жест прощания).

3-я фраза: повтор 1-й фразы

4-я фраза: повтор 2-й фразы.

*И. п.* – стать на левое колено и взять голубя в руки.

*Припев:* повторить движения.

*Припев:* из положения врассыпную дети на бегу перестраиваются в круг. Легкий бег на посочках по кругу. Руки с голубем перед собой.

*Проигрыш:* перестроиться из круга произвольно по всему залу.

*И. п.* – стать на левое колено и посадить голубя на пол у своих ног.  
Встать, ноги в VI позиции.

На фоне музыки читает ведущий:

Вот и стали мы на год взрослей, и пора настает,  
Мы сегодня своих голубей провожаем в далекий полет.  
Пусть летят они, летят и нигде не встречают преград.

На слова «лечу, лечу, лечу за вами вслед», стоя на месте, мягкими движениями рук дети имитируют полет птицы на «пружинке».

*И. п.* – опуститься на левое колено и взять голубя в руки.

*Припев:* повторить движения.

*Припев:* оставляют голубей у центральной стены.

*Примечание:* эту танцевальную композицию можно включить в программу выпускного утренника или тематического занятия.

## 16. А-ХА-ХА

Танец на белорусскую народную музыку «Чэпка и Смешка»  
в обработке В. Куприяненка

**Задачи:** развивать чувство ритма, быстроту реакции, умение ориентироваться в пространстве.

**Рекомендация:** пляска рассчитана на любое количество детей, любого состава. В композицию включены основные движения белорусской пляски.

### ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

*Вступление:* и. п. – стоят в хороводе, ноги в шестой позиции.

#### Музыка А

1–4-я фразы: идут в хороводе топающим шагом, высоко поднимая колени в ритм музыки (на каждую четверть).

В конце 4-й фразы поворачиваются лицом в круг. Руки расцепить.

#### Музыка Б

1–4-я фразы: одновременно выполняют ритмичные притопы правой ногой и хлопки в ладоши перед собой.

#### Музыка А

1–4-я фразы: идут в хороводе топающим шагом, в ритм музыки (на каждую четверть).

В конце 4-й фразы поворачиваются лицом в круг и ставят руки на пояс.

#### Музыка Б

1–4-я фразы: «пружинка», с энергичным разворотом корпуса вправо-влево.

В конце фразы дети берутся за руки.

#### Музыка А

1-я фраза: подходят к центру круга, топающим шагом, поднимая сцепленные руки вверх. В центре выполняют тройной притоп и говорят: «А-ха-ха!»

2-я фраза: отходят назад, руки постепенно опускают вниз.

3-я фраза: повторить движения 1-й фразы.

4-я фраза: повторить движения 2-й фразы.

#### Музыка Б

1–4-я фразы: одновременно выполняют ритмичные притопы правой ногой и хлопки в ладоши перед собой.

#### Музыка А

1–4-я фразы: идут в хороводе топающим шагом, в ритм музыки (на каждую четверть).

#### Музыка Б

1–2-я фразы: кружатся дробным шагом на полной стопе вокруг себя, руки на поясе.

3–4-я фразы: обмахиваются ладошками – «Ах, как жарко!».

## ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

*Вступление:* дети выбегают и выстраиваются парами, свободно по всему залу.

И. п. – стоя в шестой позиции, взявшись за руки, боком к зрителям и лицом друг к другу, слегка, поочередно пружиняют ногами.

### 1-й куплет

*Запев:*

На счет «раз» – мальчик и девочка делают шаг правой ногой навстречу друг другу, одновременно разведя в стороны сцепленные руки.

На счет «два» – приставить левую ногу.

На счет «три» – правой ногой сделать шаг назад.

На счет «четыре» – приставить левую ногу, вернуться в и. п.

Повторить 8 раз.

*Припев:*

1-я фраза: мальчик и девочка, соединив правые ладошки, обыгрывая движения в соответствии с характером танца, кружатся.

2-я фраза: мальчик и девочка разворачиваются и, соединив ладошки левых рук, продолжают кружиться в обратном направлении.

*Проигрыш:* останавливаются в и. п.

1-я фраза: на счет 1–2, расставив ноги на ширине плеч и перенеся вес тела на правую ногу, выполняют покачивания вправо, одновременно вращая согнутыми в локтях руками («моторчик»).

На счет 3–4 – те же движения в левую сторону.

Повторить движения 4 раза в обе стороны.

2-я фраза: одновременно обходят друг друга с правой стороны, не разворачивая корпуса, помахивая руками в характере танца.

Повторить 4 раза.

### 2-й куплет

И. п. – стоя в шестой позиции, боком к зрителям и лицом друг к другу.

*Запев:* на счет 1–2, повернув ладошки от себя, одновременно наклоняют их вправо, слегка поочередно пружиня ногами.

На счет 3–4 – наклоняют ладошки влево.

Повторить движения 8 раз.

*Припев:* повторить движения предыдущего припева.

*Проигрыш:* повторить движения.

*Припев:* повторить движения.

*Заключение:* все участники танца поворачиваются лицом к зрителям, подняв руки высоко над головой, раскачивают ими вправо-влево. На вторую часть хлопают. С последним аккордом все наклоняются, резко опустив руки вниз (поклон).

## 12. ВАЛЬС СНЕЖИНОК

Танец с белыми шарфами  
на песню «Снежный вальс» (слова и музыка А. Варламова)

**Задачи:** развивать музыкальность, пластичность, выразительность движений, творческую импровизацию.

**Рекомендации:** в танце принимают участия все девочки. Они танцуют с белыми шарфами.

### ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

**И. п.** – стоя в третьей позиции, лицом к зрителям. Держат шарф в правой руке за один конец.

**Вступление:** девочки свободно двигаются по залу. С концом музыки останавливаются.

#### 1-й куплет

**Запев:** выполняют круговые движения правой рукой перед собой 8 раз.

**Проигрыш:** кружатся на носочках, широко раскинув руки в стороны.

#### Припев:

На счет «раз» – шаг вперед с правой ноги, руку с шарфиком резко поднять вверх.

На счет «два» – приставить левую ногу.

На счет «три» – шаг назад с правой ноги, руку с шарфиком резко опустить вниз.

На счет «четыре» – приставить левую ногу.

Повторить 2 раза.

На слова: «А в ладонях...» – постепенно приседают, быстро двигая шарфом из стороны в сторону («змейка»), сверху вниз и выпрямляются.

Повторить 2 раза.

**Проигрыш:** перестраиваются в круг. Легко, на носочках, бегут по кругу. В двух руках держат шарф, немного в стороне от себя. В конце припева, соединив левые руки, выстраиваются в звездочку.

#### 2-й куплет

#### Запев:

На счет 1–2 – правая рука делает замах, наклоняясь к левой руке.

На счет 3–4 – правая рука опускается вниз.

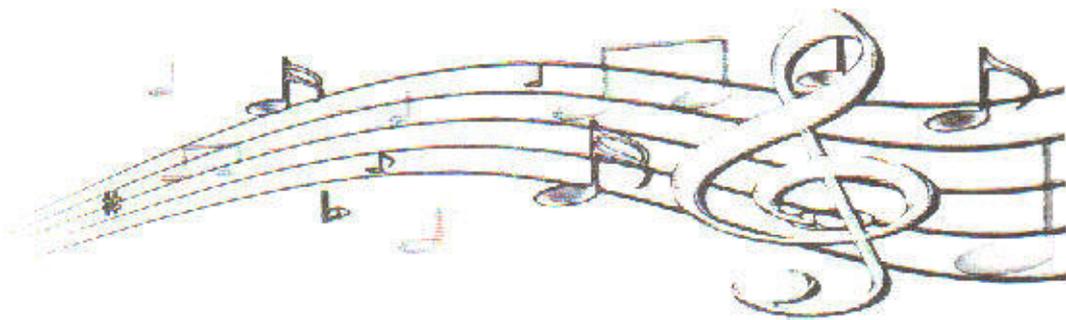
Повторить 4 раза.

**Припев:** «звездочка» кружится. Рука с шарфиком отведена в сторону.

**Проигрыш:** танцуют свободно. С окончанием музыки останавливаются в и. п.

**Припев:** повторение движений.

**Повторение припева:** повторение движений. В конце приседают, накрывшись шарфиками.



## 1. ЧУДНАЯ ПОРА

Танцевальная композиция с осенними листьями  
на песню «Чудная пора» (слова и музыка Ю. Верижникова)

**Задачи:** развивать музыкальность, пластичность и выразительность движений, умение импровизировать.

**Рекомендации:** в танце принимают участие все дети, в руках у них по два кленовых листа.

### ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И. п. – стоя в шестой позиции, лицом к зрителям. Руки опущены вдоль туловища.

*Вступление:*

1-я фраза: выходят и располагаются по залу произвольно. Ритмично пританцовывают, поочередно сгибая колени и помахивая листочками.

2-я фраза: на счет 1-2 – выполняют обеими руками мягкие взмахи вверх, одновременно поднимаясь на носочки.

На счет 3-4 – и. п.

Повторить движения до конца вступления.

**1-й куплет**

*Запев:*

На счет 1-2 – круговое движение правой рукой перед собой, слегка выполняя пружинку.

На счет 3-4 – круговое движение левой рукой.

Повторить 4 раза.

После слов «Яблони давно...» на счет 1-8 (на каждый счет) – поднимают прямые руки через стороны вверх.

На каждый последующий счет 1-8 – опускают прямые руки вниз. И. п.

*Припев:*

На счет «раз» – правую руку отвести в сторону.

На счет «два» – левую руку отвести в сторону.

На счет «три-четыре» скрестные махи над головой.

На счет «пять» – левая рука сверху опускается на правое плечо.

На счет «шесть» – правая рука сверху опускается на левое плечо. Руки складываются на груди крестом.

На счет «семь-восемь» – кружатся вокруг себя на легком беге.

На счет «раз» – правую руку отвести в сторону.

## 15. ПОДРУЖКИ

Танцевальная композиция на песню «Подружки»  
(слова и музыка Ю. Верижникова)

**Задачи:** развивать память, чувство ритма, координацию движений.  
**Рекомендации:** в композиции участвует парное количество девочек.  
**Предложите** девочкам нарядиться и надеть красивые шляпки.  
Перед началом танца две девочки читают стихи.

Мне мама косу заплетала,  
Бант красивый завязала.  
К празднику мы наряжались,  
Быть красивыми старались.  
Чтоб мальчишки удивились,  
От восторга завизжали  
И сказали бы: «Красивей  
Девочек мы не видали».

### ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

**Вступление.** Девочки выбегают и выстраиваются в исходное положение, ритмично покачиваясь, сгибая одно колено.

И. п. – руки на поясе, стоят по кругу парами спиной друг к другу, повернув лицо к зрителям (рис. 10).

**Запев:**

1-я фраза: девочки, развернувшись к зрителям, держась за руки, выполняют «пружинку». Сцепленные руки ритмично раскачиваются вперед-назад.

2-я фраза: повторение движений 1-й фразы.

3-я фраза: оставаясь лицом к зрителям, начинают обходить друг друга шагом, с высоким подниманием колен, меняясь друг с другом местами. Руки опущены вниз, ладони отставлены в стороны и ритмично двигаются в такт музыке (рис. 11).

**Прпев:**

1-я фраза:

На счет 1 – выставляют правую ногу вперед на пятку. Одновременно правая рука кокетливо движется вперед, левая отводится назад.

На счет 2 – выставляют правую ногу назад на носок. Движения рук те же.

Повторить движения 4 раз.

В конце фразы приставляют правую ногу («точка»).

2-я фраза: повторить основное движение с левой ноги.

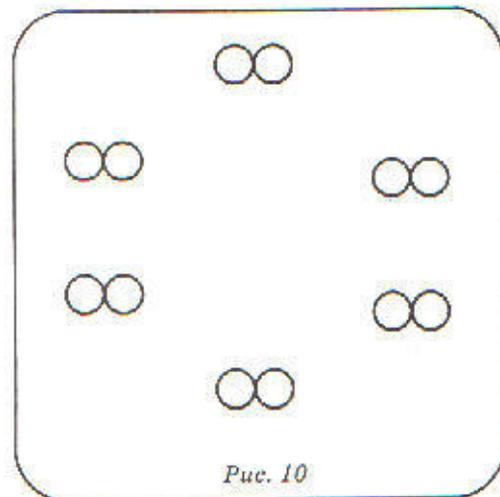


Рис. 10

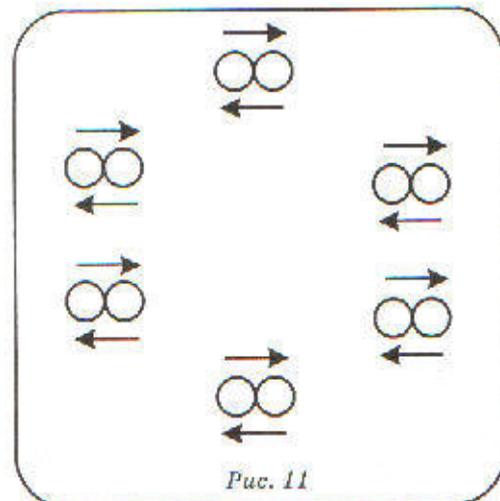


Рис. 11

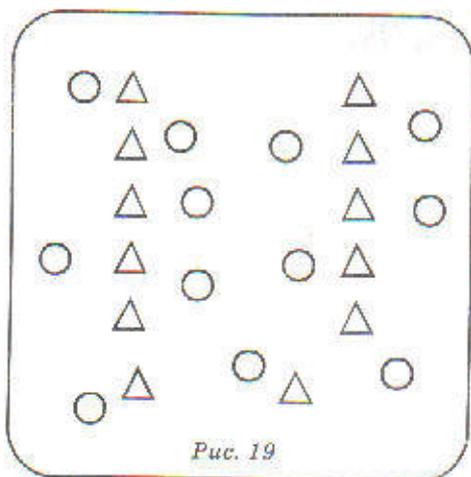


Рис. 19

2-я фраза: повторить движения 1-й фразы.  
3-4-я фразы: мальчик опускается на колени. Девочка бежит на носочках вокруг него, держась за его руку.

### Музыка А

И. п. – дети стоят парами полукругом, лицом к зрителям.

Мальчики, оставаясь на своих местах, спокойно раскачиваются в такт музыке. Девочки танцуют самостоятельно, двигаясь в соответствии с характером музыки в свободном пространстве зала (рис. 19). В конце музыкальной фразы возвращаются к своим мальчикам.

### Музыка В

И. п. – стоят парами боком к зрителям, руки сцеплены «лодочкой».

1-2-я фразы:

На счет 1–2 – мальчик и девочка одновременно приседают и разворачивают соединенные руки на зрителя («окошко»).

На счет 3–4 – возвращаются в исходное положение.

На счет 5–6 – мальчик и девочка одновременно приседают, развернув соединенные руки в обратную от зрителя сторону.

На счет 7–8 – возвращаются в исходное положение.

3-4-я фразы:

И. п. – мальчик стоит в шестой позиции, руки вдоль туловища. Девочка бежит вокруг своего мальчика на носочках. Руки свободные.

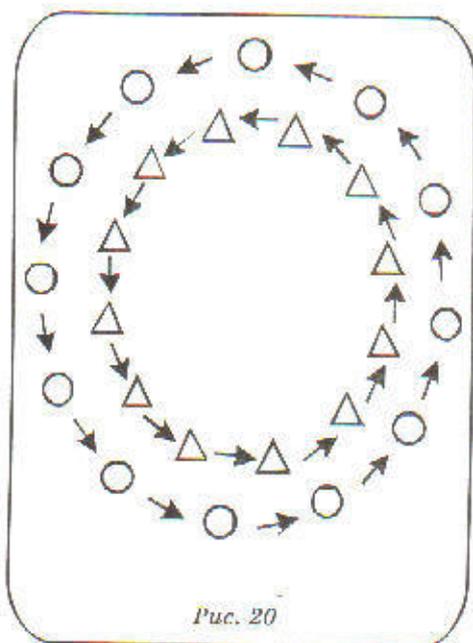


Рис. 20

И. п. – пары перестраиваются в два концентрических круга (рис. 20).

### Музыка А (голос)

1-4-я фразы: мальчики и девочки двигаются по кругу противходом (мальчики шагают, девочки легко бегут на носочках).

Заключение:

На счет 1–2 – мальчик и девочка одновременно разворачиваются лицом к зрителям, подняв руки вверх (мальчик левую, девочка правую) и отставив ногу на носочек в сторону.

На счет 3–4 – возвращаются в исходное положение.

На счет 5–8 – повторить 1–4.

На последний аккорд дети выполняют поклон.

## 6. КОРОТЫШКИ

Ритмический танец  
на музыкальную сказку «Приключение Незнайки и его друзей»  
(музыка Г. Гладкова)

**Задачи:** развивать двигательные умения и навыки, координацию движений.

### ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

В танце участвует произвольное количество детей.  
И. п. — стоя в шестой позиции, руки на поясе.

**Вступление:** дети выбегают и выстраиваются в четыре колонны, лицом к зрителям, чередуясь мальчик-девочка.

#### 1-й куплет

**Запев:**

1-я фраза: шагают на месте.

2-я фраза: на счет 1-2 — приседают все девочки.

На счет 3-4 — девочки встают, одновременно приседают все мальчики.

Повторить движения 4 раза.

**Припев:**

1-я фраза: на подскоке кружатся вокруг себя.

2-я фраза: на счет 1-2 — одновременно девочки делают выпад вправо, мальчики делают выпад влево, расставив руки в стороны.

На счет 3-4 — и. п.

На счет 5-6 — девочки делают выпад влево, мальчики делают выпад вправо — руки в стороны.

На счет 7-8 — и. п.

На слова: «Кара-кара-кара-кара-мель...» дети на носочках исполняют семенящий шаг на месте в ритме музыки, слегка прогнувшись вперед и помахивая перед собой ладонками из стороны в сторону. В конце фразы возвращаются в и. п.

#### 2-й куплет

**Запев:**

1-я фраза: на счет 1-2 — сложенные руки «полочкой» развести вверх и вниз. На счет 3-4 — положение рук меняется.

Повторить движения 4 раза.

2-я фраза: на счет 1-2 — согнутую в локте правую руку отводят в сторону ладонкой вверх и делают два движения локтем к себе.

На счет 3-4 — те же движения с левой руки.

Повторить 4 раза.

**Припев:** повторение.

#### 3-й куплет

**Запев:** дети, стоящие в первой и второй колоннах, а также дети, стоящие в третьей и четвертой колоннах, образуют два круга. Положив руки на плечи друг другу, слегка покачиваясь, идут друг за другом по кругу. В конце музыки возвращаются в и. п.

**Припев:** повторение движений.

На счет «два» – левую руку отвести в сторону.

На счет «три-четыре» – скрестные махи над головой.

На счет «пять» – левая рука сверху опускается на правое плечо.

На счет «шесть» – правая рука сверху опускается на левое плечо. Руки складываются на груди крестом.

На счет «семь-восемь» – кружатся вокруг себя на легком беге.

*Прогрыш:* повторить движения второй части вступления.

### 2-й куплет

Свободная импровизация движений. Покачиванием рук и корпуса передать образ осенних деревьев.

*Припев:* повторение движений.

*Прогрыш:* повторение движений.

### 3-й куплет

Ходят по залу врассыпную. Сложив оба листика в правую руку в виде веера, помахивают ими, подняв высоко над головой. Голова повернута в сторону веера. В конце куплета останавливаются в и. п.

*Припев:* повторение движений.

*Прогрыш:* повторение движений.

*Припев:* повторение движений. В конце припева на слова «В небе тают...» сделать несколько небольших шагов назад, высоко подняв руки над головой, помахивая листиками на прощание. На последнем аккорде резко опустить руки и поклониться.

## 2. ПРОГУЛКА ПОД ДОЖДЕМ

Танцевальная композиция с зонтиками и султанчиками на фортепианную музыку из серии «Золотая коллекция»

**Задачи:** развивать музыкальность, артистизм и выразительность движений.

**Рекомендации:** в танце принимают участие четыре девочки с зонтиками и четыре мальчика с султанчиками-дождинками.

### ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И. п. – девочки стоят в третьей позиции, лицом к зрителям, с раскрытым зонтом в правой руке.

*Вступление (соло фортепиано):*

Девочки выбегают и останавливаются по квадрату. Ставят зонт на пол и прячутся за ним, присев на корточки.

### Музыка А

1-я фраза:

1-й такт: встает первая девочка, держась руками за платье, пританцовывает.

2-й такт: встает вторая девочка и выполняет те же движения.

## Музыка А

1-я фраза:

И. п. — девочки поворачиваются направо, мальчики поворачиваются налево, боком к зрителям. Все держат маску перед собой на вытянутой руке, изображением к зрителям.

На счет 1-8 — высоко поднимая колено, девочки двигаются к правой, мальчики двигаются к левой сторонам зала (противоходом). На «восьмой» счет все подпрыгивают и поворачиваются в обратном направлении.

На счет 1-8 — все шагают в обратном направлении.

Движение повторить в обе стороны 2 раза.

2-я фраза: держа маску перед собой, изображением к себе, дети грозят ей указательным пальчиком левой руки. На повторение фразы маску переложить в левую руку и грозить указательным пальчиком правой руки.

## Музыка А

1-я фраза:

И. п. — стоя в шестой позиции, маска в правой руке перед собой.

Двигают маской вправо-влево перед собой, открывая и закрывая лицо.

*Заключение:* бегут вперед и выстраиваются перед зрителями гурьбой. Впереди-стоящие дети опускаются на колено. Все отводят правую руку с маской в сторону, таким образом открыв свое лицо и улыбнувшись зрителям.

# 10. МОРОЗЯТА

Танец с сапожками

на американскую детскую песенку «Jinglebells»

*Задачи:* развивать техничность, чувство ритма, внимание, артистизм.

*Рекомендации:* для танца необходимо изготовить сапожки из картона красного цвета. Верх сапожка оторочить белым искусственным мехом. Мальчики надевают красные колпачки. Этот танец рекомендуем для новогоднего утрешника.

## ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И. п. — все участники танца стоят за елкой в затылок друг другу. В руках у каждого сапожок.

*Вступление:*

1-3-я фразы: из-за елки выбегает мальчик и останавливается в центре зала. Осматривается (рука под козырек), пожимает плечами, удивляется (никого не заметил).

4-я фраза: слегка повернувшись назад, взмахом руки зовет остальных мальчиков.

## Музыка А

1-3-я фразы: из-за елки выходят мальчики, шагают в ритме музыки с высоким подъемом ноги. Идут по кругу перед елкой друг за другом.

7-8-я фразы: легко бегут по кругу, подняв правую руку над головой, сохраняя округлость руки до конца музыкальной фразы.

### Музыка В (медленная)

1-2-я фразы: импровизация. Каждая девочка придумывает собственные, оригинальные «па», изображая полет бабочки.

К концу 2-й фразы, кружась в движении, дети свободно размещаются по залу лицом к зрителям. Правую руку кладут на свое левое плечо – «бабочка села на плечо».

3-4-я фразы: в такт музыке, синхронно раскачиваются влево-вправо.

### Музыка А

1-2-я фразы: перестраиваются в пары, соединив правые руки – «свеча». Левую руку убирают за спину. Пары кружатся на легком беге.

3-4-я фразы: соединив левые руки, пары продолжают кружиться в другом направлении. Правая рука вытянута в сторону – «бабочка летит».

*Заключительная фраза:* становятся на левое колено. На правое колено опускают правую руку с бабочкой. На два последних аккорда закрывают лицо руками, правая рука сверху.

## 18. ВЫШИТА СОРОЧКА

Девичий хоровод на песню «Вышита сорочка»  
(слова В. Поликанова, музыка С. Толкунова)

**Задачи:** развивать музыкальность, мягкость, пластичность движений, артистичность.

**Рекомендации:** композиция рассчитана на нечетное количество детей (5).

Положить полотнище, имитирующее речку, «гармошкой» со смещением вправо по отношению к центру.

Четверостишие может служить подводкой к танцу.

Куточак зямлі, дзе бярозы шумяць,  
Дзе лясныя зоры ў рэкі глядзяць.  
Куточак зямлі, дзе прыгожа цяюць,  
Тут вельмі гасцінныя людзі живуць.

### ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И. п. – девочки выворотным хороводом стоят у центральной стены (спиной к зрителям).

Солистка растягивает полотнище по залу. У основания «речки» опускается на колени и садится на пятки.

Снимает с головы венок, кладет на колени.

*Вступление*

4-я фраза: разбегаются, опускаются на правое колено, а сапожок ставят на согнутое левое колено.

### Музыка В

1-2-я фразы: на счет 1-2 — пальцами правой руки, собранными в щепоть (как будто в руках иголка), слегка ударяют по сапожку (шьют два стежка).

На счет 3 — «тянут нитку». Поднимают правую руку вверх — в сторону.

На счет 4 — фиксируют положение руки.

Повторить 4 раз.

3-4-я фразы: на вытянутых руках держат сапожок перед собой, наклоняют его вправо-влево, как бы любуясь своей работой и показывая ее зрителям.

### Музыка А

1-2-я фразы: прижав сапожок к себе, «играют на балалайке».

3-4-я фразы: на вытянутых руках держат сапожок перед собой, наклоняют его вправо-влево, вновь как бы любуясь своей работой и показывая ее зрителям.

*Прогресс:* мальчики встают с колен. Собираются в небольшие группы по три-четыре человека.

### Музыка С

1-4-я фразы: тема песни «В лесу родилась елочка».

Шепчутся, прикрывая свободной рукой рот. Хвастаются каждый своим сапожком, кивают головой, переговариваются.

5-8-я фразы: легко прыгают на двух ногах в кружении и врасыпную останавливаются перед елкой. В конце фразы опускают сапожок на пол перед собой.

9-я фраза: хлопки над головой.

### Музыка В

1-2-я фраза: выполняют выпад вправо и влево, одновременно вращая согнутыми в локтях руками («моторчик»).

3-4-я фразы: лечь на живот, лицом к зрителям, поставив локти на пол, подперев голову. Качать головой и болтать поочередно ногами.

### Музыка А

1-4-я фразы: поднимаются и поворачиваются боком к зрителям, положив сапожок на плечо. Шагом с высоким подъемом ноги, друг за другом уходят за елку. Помахивая свободной рукой, прощаясь со зрителями.

## 11. КАРНАВАЛ

### Парный танец

на песню «Карнавал» (слова В. Шумилина, музыка Ю. Верижникова)

**Задачи:** развивать музыкальность, ритмичность, умение танцевать в паре.

**Рекомендации:** танец достаточно быстрый, поэтому основные движения лучше разучить индивидуально. Пластика движений в стиле «латино».

3-й такт: встает третья девочка и выполняет те же движения.

4-й такт: встает четвертая девочка и выполняет те же движения.

2-я фраза:

1-й такт: на счет 1-2 – вытянуть правую руку в сторону ладошкой вверх.

На счет 3-4 – приложить обе ладошки к щекам и слегка покачать головой (ай-ай-ай, идет дождь!).

2-й такт: на счет 1-2 вытянуть левую руку в сторону ладошкой вверх.

На счет 3-4 – приложить обе ладошки к щекам и вновь покачать головой.

3-й такт: на счет 1-2 – приподнять плечи, разведя руки в стороны, слегка повернуться вправо (искать зонт).

На счет 3-4 – то же в левую сторону.

4-й такт: протягивают обе руки вперед, указывая на зонт, стоящий впереди, поднимают его.

3-я фраза: держа зонт перед собой, ритмично покачивают им вправо-влево.

4-я фраза: держа зонт над головой, кружатся на подскоке.

### Музыка В

1-я фраза: идут по кругу простым шагом, покачивая зонтиком вправо-влево (если это движение вызовет трудность, можно положить зонтик на правое плечо). Возвращаются на свои места.

2-я фраза: вращают зонт перед собой. В конце мелодии присаживаются и прячутся под зонтик.

### Музыка С

1-2-я фразы: выбегают мальчики. Потряхивая султанчиками, на легком беге, свободно двигаются по залу. В конце музыки каждый мальчик подбегает к своей девочке.

3-я фраза:

1-й такт: мальчики потряхивают султанчиками над зонтами, под которыми сидят девочки.

2-й такт: мальчики, оставаясь за девочками, приседают. Одновременно девочки встают. Держа зонт над головой, пританцовывают.

3-й такт: девочки приседают, мальчики встают и повторяют движения 1-го такта.

4-й такт: повторение движений 2-го такта.

4-я фраза: девочки стоят, держа зонт над головой, пританцовывают. Мальчики, потряхивая султанчиками, бегут каждый вокруг своей девочки. В конце музыки мальчик и девочка приседают рядом друг с другом, прикрывшись зонтиком.

## 3. ДОЖДИК

Танец с султанчиками  
на музыку И.С. Баха («Шутка» из сюиты си-минор)

**Задачи:** развивать музыкальность, умение слышать музыкальные фразы, быстроту реакции, внимание.

### Музыка А (замедленная)

1–2-я фразы: гордо и свободно прогуливаются друг перед другом, в конце фразы останавливаются лицом к зрителям.

3–4-я фразы: подняв руки вверх, интенсивно вращаются на носочках вокруг себя, в конце фразы опускают руки.

*Заключительная поза (последний аккорд)*

На последний аккорд одновременно выполнить притоп правой ногой и выбросить руки вверх – в стороны.

*Примечание:* пляска может исполняться на фольклорных праздниках и вечерах развлечений.

## 17. ТАНЕЦ БАБОЧЕК

Танцевальная композиция на музыку В. Космы  
из к/ф «Высокий блондин в черном ботинке»

**Задачи:** развивать музыкальность и выразительность движений, координацию, способность к импровизации.

**Рекомендации:** в танце принимают участие все девочки. Бабочки размером 15 см на 20 см, одеваются на тыльную сторону ладонки правой руки.

Это четверостишие можно использовать как подводку к танцу.

Весною столько красоты,  
Проснулись травы и цветы.  
Проснулся лес, проснулся луг,  
Проснулись бабочки вокруг.

### ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

**И. п.** – девочки выстраиваются по диагонали. Левая рука лежит на плече впереди стоящей партнерши, правая рука (с бабочкой) свободно опущена. Ноги в III позиции.

*Вступление:* покачивают ладонкой правой руки – бабочка «дрожит».

### Музыка А

1-я фраза: медленно прямая правая рука поднимается через сторону вверх. На уровне плеча рука округляется, заключая голову в полуовал – «бабочка летит над головой», округлость руки сохраняется до конца фразы.

2-я фраза: рука возвращается в и. п.

3-я фраза: повторить движения 1-й фразы.

4-я фраза: повторить движения 2-й фразы.

5–6-я фразы: поднимают правую руку до уровня плеча. Покачивают ладонкой в течение всей музыки – «бабочка летит».

На легком беге ведущая девочка ведет за собой «диагональ», догоняя последнюю девочку, образуя круг (рис. 14).

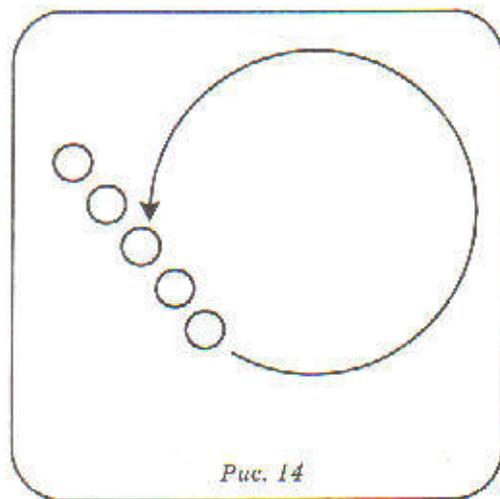
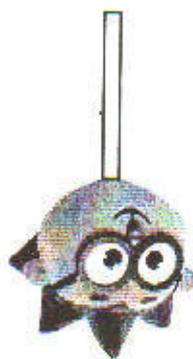


Рис. 14

На счет 3-4, перенеся вес тела на левую ногу, слегка отклониться назад, руки плавно опустить вниз, вытянуть носок правой ноги.  
 Повторить движения 2 раза.  
 В конце фразы протянуть руки в середину круга и помахать ладошками.  
**Музыка А**  
 Девочки танцуют самостоятельно, импровизируя свой танец.  
**Замечание:** помахиная ладошками, постепенно возвращаются на свои места в кругу и принимают исходное положение.

## 9. СМЕШАРКИ

Танец с масками  
 на музыку А. Рыбникова из к/ф «Уральяй нянь»



**Задача:** развивать внимательные качества и умения, чувствовать настроение музыки и передавать его в движении.  
**Рекомендации:** танец с использованием веселых масок, которые изготовлены из картона. Ручка – обычная деревянная линейка. Симпатичные мордашки – персонажи из любимого детства мультфильма «Смешарки» (рис. 1).

### ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И. п. – стоя в шестой позиции, маска в правой руке.  
**Внимание:** дети выегают и располагаются по всему залу произвольно, лицом к зрителям, держат маски за спиной. С последним аккордом все подпрыгивают и выставляют маску перед собой, таким образом закрыв свое лицо.

### Музыка А

1-я фраза: танцуют на месте.левой рукой машут перед собой, посылая привет зрителям.  
 2-я фраза: на счет «раз» – делают выпад влево, держат маску перед собой и вытягивая из-за маски.  
 На счет «два» – возвращаются в и. п.  
 На счет «три» – делают выпад влево, держат маску перед собой и вытягивая из-за нее.  
 На счет «четыре» – возвращаются в и. п.  
 Повторить 4 раза в обе стороны.

### Музыка В

1-я фраза: на счет 1-8, высоко поднимают колени, идут вперед на зрителя. На восьмом счете в прыжке поворачиваются спиной к зрителям.  
 На счет 1-8 – идут в обратном направлении к центральной стене. На восьмом счете возвращаются в и. п.  
 Повторить 2 раза.  
 2-я фраза: делают выпад влево, сиротая маску за спину.

*Заключение:* уходят, прощаясь со зрителями.

*Примечание:* этот танец можно исполнить на новогоднем утреннике. Если дать детям в руки красивые картонные коробки от новогодних подарков, у вас получится танец с новогодними подарками.

## 7. ФОНАРИ – ФОНАРИКИ

Танец с дисками  
на песню «Фонари» (слова Р. Паниной, музыка А. Варламова)

*Задачи:* развивать чувство ритма, быстроту реакции, координацию движений.

*Рекомендации:* в танце могут принимать участие все дети. Фонарики изготовлены из старых использованных дисков. С обратной стороны крепится обычная резинка, с ее помощью такой фонарик одевается на ладошку.

Танец может быть использован для проведения новогоднего утренника.

Это четверостишие может использоваться как подводка к танцу.

Зимой фонари зажигаются рано,  
И в лучиках света снежинки дрожат.  
И в ночь новогоднюю, так же упрямо,  
Заснеженный город ночной сторожат.

### ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

*Вступление:* дети выбегают и размещаются по залу произвольно.

И. п. – ноги в шестой позиции, руки опущены вниз, на ладошках одеты фонарики.

#### 1-й куплет

*Запев:*

На счет 1–4 – поднимают прямые руки через стороны вверх на каждый счет, фиксируя движение. Движения четкие, ритмичные, с остановкой.

На счет 5–8 – опускают руки через стороны вниз.

Повторить эти движения 2 раза.

*Припев:*

1-я фраза: на счет «раз» – резко выбросить обе руки вверх–вправо.

На счет «два» – то же влево.

Повторить 4 раза в обе стороны.

2-я фраза: на подскоке кружатся вокруг себя, покачивая руками с фонариками над головой.

*Проигрыш:* все перестраиваются в одну колонну в центре зала, чередуясь мальчик–девочка.

#### 2-й куплет

*Запев:*

На счет 1–2 – девочки разводят руки в стороны. Мальчики поднимают руки вверх.

На счет 3–4 – девочки поднимают руки вверх. Мальчики разводят руки в стороны.

Эти движения повторить до конца куплета.

## 20. ВЫПУСКНОЙ ВАЛЬС

Парный танец

на вальс Е. Доги из к/ф «Мой ласковый и нежный зверь»

**Задачи:** развивать музыкальность, пластичность, выразительность движений, творческие способности.

### ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

В композиции участвует парное количество детей.

#### 1-я фигура

И. п. – дети стоят парами полукругом, лицом к зрителям (рис. 18).

#### Музыка А

Дети читают стихи на фоне музыки.

- Как жаль, Анюта, расставаться навсегда...
- Ты вспоминай меня, Кирюша, иногда.
- Я буду по тебе скучать, Алена.
- Соскучишься, звони по телефону.
- Позволь мне, Яночка, тебя увидеть снова.
- На фотографии меня увидишь, Вова.
- Пусть в школе, Антон, все будет словно в сказке.
- Спасибо, Данила, за добрые слова и ласку.

#### Музыка А1

1-я фраза: на счет 1–2 – мальчик медленно подает правую руку девочке.

На счет 3–4 – девочка медленно подает левую руку мальчику.

На счет 5–8 – раскачивают сомкнутыми руками.

2-я фраза: на счет 1–2 – мальчик медленно подает девочке левую руку, разворачиваясь к ней лицом.

На счет 3–4 – девочка медленно подает мальчику правую руку, разворачиваясь к нему лицом.

На счет 5–8 – раскачивают руками.

3-я фраза: на счет 1–2 – делают шаг вперед навстречу друг другу, подняв соединенные руки вверх.

На счет 3–4 – делают шаг назад, опуская соединенные руки вниз.

На счет 5–8 – повторить движения 1–4.

4-я фраза: кружатся парами, двигаясь на носочках в темпе музыки.

#### Музыка В

И. п. – дети стоят парами полукругом, лицом друг к другу, держась за руки.

1-я фраза: на счет 1–2 – мальчик и девочка одновременно раскрывают руки на зрителя, отводят их в сторону–вверх (мальчик левую, девочка правую), выставляя ногу в сторону на носок (мальчик правую, девочка левую).

На счет 3–4 – возвращаются в исходное положение.

На счет 5–8 – повторить движения 1–4.

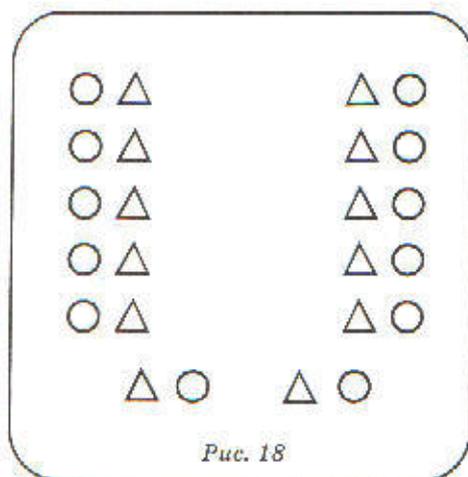


Рис. 18

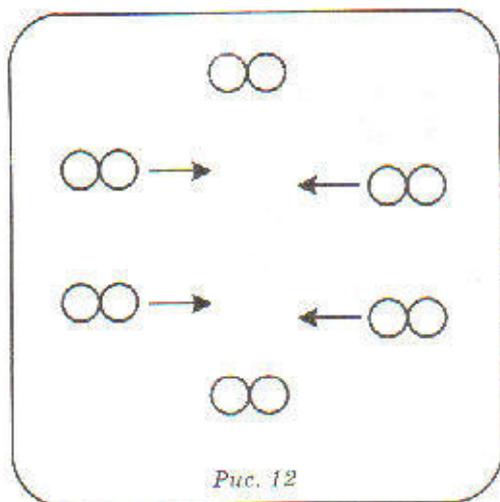


Рис. 12

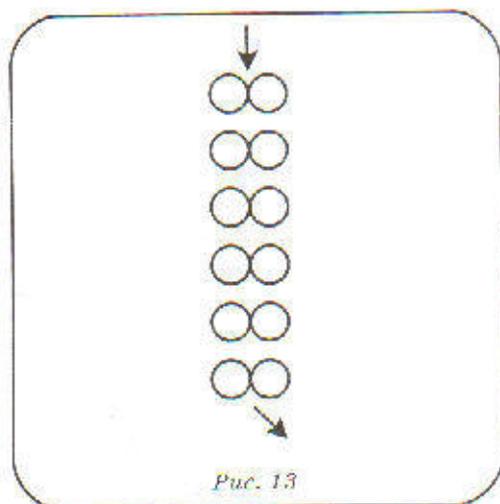


Рис. 13

Повторить движения 4 раза.

В конце фразы приставить левую ногу («точка»).

*Проигрыш:* выполняют приставной шаг с «пружинкой», двигаясь парами к центру зала, перестраиваются в колонну по два (рис. 12).

*Запев:*

1-я фраза: взявшись за руки и подняв их, девочки образуют «коридор». Двигаясь шагом с высоким подъемом ноги, пары отходят назад, а последняя пара проходит в «коридор» под руками, заводит ручеек (рис. 13).

2-я фраза: парами перестраиваются в круг и идут по кругу основным шагом до конца 2-го запева.

*Привев:* повернувшись лицом друг к другу, на «пружинке» выполняют полуоборот вправо и влево. Руки широко расставлены и девочки «здороваются» правыми и левыми руками.

*Проигрыш:*

На счет 1 – все выполняют выпад вправо, руки, сложенные в «замок», двигаются вправо.

На счет 2 – выпад влево, движения рук те же.

Повторить это движение 8 раз в обе стороны (до конца проигрыша).

*Привев:*

1-я фраза: все девочки разворачиваются лицом к зрителям и обходят друг друга, не меняя положения корпуса, с высоким подниманием колен (см. рис. 11).

2-я фраза:

На счет 1 – выставляют правую ногу вперед на пятку. Одновременно правая рука кокетливо движется вперед, левая отводится назад.

На счет 2 – выставляют правую ногу назад на носок. Движения рук те же.

Повторить движения 4 раза.

В конце фразы приставляют правую ногу («точка»).

На повторение 2-й фразы: повторить основное движение с левой ноги.

В конце фразы приставить левую ногу.

*Заключение:*

На счет 1 – каждая из девочек, стоящих справа, повернувшись, протягивает обе руки девочке, стоящей с ней в паре.

На счет 2 – девочки, стоящие слева, поворачиваются, и берутся за руки, каждая со своей партнершей.

На счет 3 – обе девочки поворачиваются лицом к зрителям и, прижавшись щекой друг к другу, разводят в стороны сцепленные руки, образуя «лодочку». Девочка, стоящая справа, с легким наклоном отставляет правую ногу вправо на носок. Девочка, которая стоит слева, делает то же левой ногой.

течению». Солистка опускается на колени и садится на пятки у основания «речки», спиной к зрителям.

*Приве:*

1-2-я фразы: мягкими, пластичными движениями рук солистка собирает полотно с венками в «гармошку». Когда полотно уплывает, девочки замирают в свободной позе «Аленушки».

3-я фраза: солистка на легком беге обегает девочек, выбегает на середину зала и останавливается.

4-я фраза: поднимает руки плавно через стороны вверх, кружится на поскоках мелким шагом и в кружении мягко присаживается на пол в свободной позе.

*Примечание:* композиция может исполняться на фольклорных праздниках и вечерах развлечений.

## 19. УПРАЖНЕНИЕ С ГОЛУБЯМИ

Танцевальная композиция на песню «Птицы, мои птицы»  
(слова О. Жукова, музыка О. Елисеенкова)

**Задачи:** развивать образное мышление, пластичность, выразительность движений, способность слышать и чувствовать музыкальную форму.

**Рекомендации:** в упражнении принимают участие все дети. Объемные голуби изготовлены из бумаги (15/15/12 см). Рис. 17.

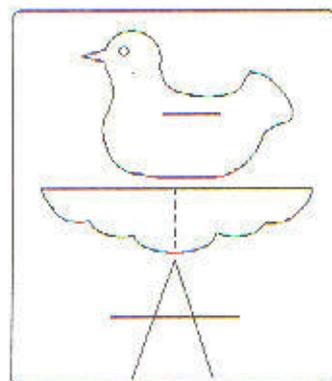


Рис. 17

### ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

*Вступление:* дети выбегают, опускаются на колени и садятся на пятки произвольно во всему залу. Ставят голубя перед собой на пол.

#### 1-й куплет

*Запев:*

1-2-я фразы: на слова «Я из бумаги» – мягко рукой обрисовывают контур голубя, свободно наклоняясь над ним.

3-4-я фразы: на слова «Они взлетели» – взять голубя в руки, подняться на колени, а затем встать в полный рост (в ритм музыки).

И. п. – ноги слегка расставлены, голубя держим перед собой.

*Приве:*

1-2-я фразы: на слова «Птицы мои птицы» – резкий взмах рук вправо-вверх, перенести тяжесть тела на правую ногу и зафиксировать положение.

На слова «Летите в облака» – повторяем эти же движения в обратном направлении.

На слова «Птицы мои птицы» – резкий взмах рук через низ вправо-вверх, перенести тяжесть тела на правую ногу.

На слова «Хранят меня пока» – резкий поворот вокруг себя на 180 градусов.

## 1-й куплет

*Запев:*

1-4-я ф р а з а: солистка плетет венок, плавными движениями. В конце 4-й фразы надевает его на голову. В то же время девочки хороводным шагом, «змейкой» (рис. 15), идут вдоль центральной стены, расходятся по обе стороны «речки», опускаются на колени, садятся на пятки. Руки вдоль туловища.

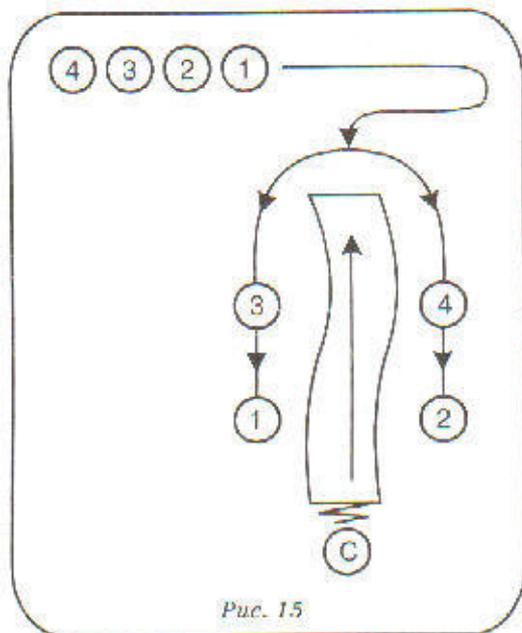


Рис. 15

*Прпев.*

1-я ф р а з а: синхронно, через сторону поднимают вверх и опускают вниз правую руку.

Синхронно, через сторону поднимают вверх и опускают вниз левую руку.

2-я ф р а з а: повторить движения 1 фразы.

3-я ф р а з а: поднимаются на колени и одновременно поднимают обе руки через стороны вверх. Опустив руки вниз, плавно опускаются на пятки.

Повторить движения 2 раза.

4-я ф р а з а: повторить движения 1-й фразы. В конце фразы солистка встает и кружится на месте.

Каждая девочка снимает венок с головы и, держа его на коленях, плавными движениями «плетет» венок.

## 2-й куплет

1-3-я ф р а з ы: солистка, проходя вдоль «речки», собирает девочек по одной в единый хоровод. Девочки держатся за веночки (рис. 16).

4-я ф р а з а: замыкают хоровод в круг и опускаются на колени, садятся на пятки. Низко, всем корпусом девочки наклоняются в центр. «Цветок закрыт» – руки с венками в середине круга.

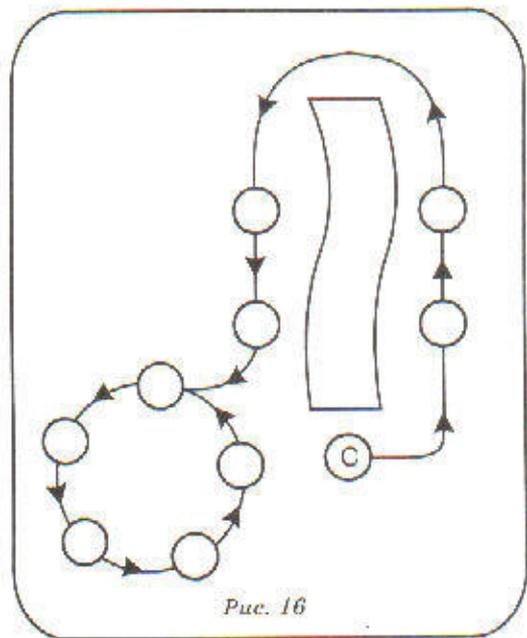


Рис. 16

*Прпев:*

1-я ф р а з а: «цветок раскрывается» – все одновременно, плавно поднимают руки вверх, слегка прогнувшись назад.

«Цветок закрывается» – обратное движение в центр круга.

2-я ф р а з а: повторить движения 1-й фразы.

3-я ф р а з а: повторить движения 1-й фразы.

4-я ф р а з а: все одновременно поднимаются на колени, соединяя венки в центре, и встают в полный рост.

*Прогрыш-вокализ:* солистка разрывает хоровод и поочередно разводит девочек на свои места (в обратном порядке). Каждая садится на пол в позе «Аленушки», снимает с головы венок и кладет на полотно «речки». Волнообразными движениями руки отправляет венок «по

*Припев:* повторить движения первого куплета.

*Проигрыш:* поскачком, кружась, дети возвращаются на свои места.

### 3-й куплет

*Запев:*

На счет 1–2 – приставной шаг в сторону–вправо. Одновременно правая рука «рисует» полукруг перед собой.

На счет 3–4 – приставной шаг в сторону–влево. Одновременно левая рука «рисует» круг перед собой.

Повторить эти движения по 4 раза в обе стороны.

*Припев:* повторить движения припева 1-го куплета.

*Заключение:* дети двигаются поскачком, перестраиваются в круг вокруг елки. Протянув руки к елке, машут ладошками. На елке зажигаются огоньки.

*Примечание:* этот танец мы включили в программу новогоднего утренника. В процессе разучивания движений необходимо обращать внимание на положение фонариков. Научите детей держать их блестящей стороной к зрителям. Тогда танец получится праздничным и новогодним.

## 8. ТАНЕЦ РОЗОВЫХ ФЛАМИНГО

Танцевальные фантазии на музыку Ж. Оффенбаха («Баркарола»)

*Задачи:* развивать пластичность и выразительность движений, музыкальность, способность импровизировать.

*Рекомендации:* в танце участвует произвольное количество девочек.

### ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

*Вступление:* девочки свободно танцуют, постепенно образуя два круга, и садятся на пол в и. п. (Сидя на левой ноге, правая нога – вытянута вперед, в центр круга. Корпус наклонить вперед и дотянуться обеими руками до носка ноги.)

#### Музыка А

1-я фраза: на счет 1–2 – поднять обе руки вверх над головой и слегка прогнуться. На счет 3–4 – медленно вернуться в и. п.

Повторить движения 4 раза. В конце музыкальной фразы выпрямиться, оставаться сидеть на полу.

2-я фраза: развести руки в стороны. Мягкие поочередные волнообразные движения руками вверх-вниз. В конце фразы мягко встать на колено левой ноги, правая нога согнута в колене.

3-я фраза: на счет 1–2 – поднять обе руки через стороны вверх и соединить над головой. Движения плавные как движения крыльями большой птицы.

На счет 3–4 – мягко опустить руки вниз.

Повторить движения 4 раза.

4-я фраза: на счет 1–2 – встать на правую ногу и, перенеся вес тела на нее, потянуться обеими руками вперед, в середину круга. Левая нога отставлена на носок.

## 13. СНЕЖНАЯ СКАЗКА

Сюжетно-танцевальная композиция  
на песню «Белые стихи» (слова С. Михалкова, музыка Е. Ларионовой)

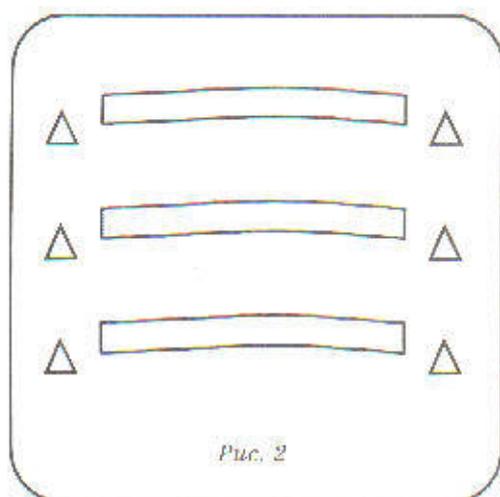
**Задачи:** развивать музыкальность, образность движений, способность к импровизации, самовыражению в движении.

**Рекомендации:** для исполнения композиции необходимы три полотнища легкой белой ткани шириной 30 см и длиной 3 м, а также шапочки персонажей.

### ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И. п. – все участники композиции располагаются у центральной стены.

**Вступление:** выходят шесть мальчиков. Становятся напротив друг друга, растянув три полотнища белой ткани (рис. 2)



#### 1-й куплет

**Запев:** мальчики, плавно поднимаясь на носки и возвращаясь в исходное положение, держа в руках полотнища, высоко поднимают и опускают руки, стараясь придать ткани волнообразное движение. В конце куплета приседают на корточки и опускают полотнища на пол.

На слова «У щенка...» выбегают вперед и останавливаются между первым и вторым полотнищами дети, изображающие собака и кошку (рис. 3). Между вторым и третьим полотнищами останавливаются дети в шапочках птиц. Они имитируют движения своих персонажей в соответствии с текстом песни.

В это время дети, оставшиеся на заднем плане, изображают зимние забавы: катание на санках, игра в снежки и т. д.

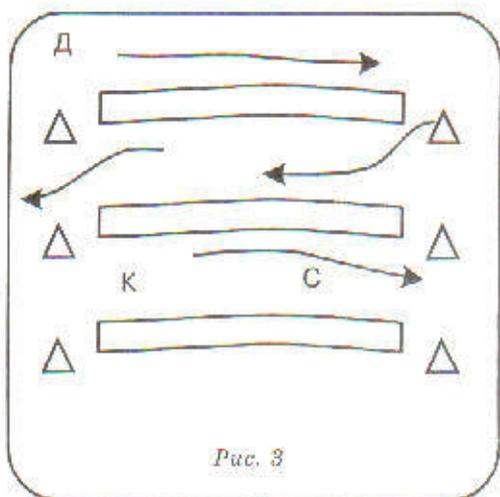
На слова «Снего-снего-снегопад...» все плавно раскачивают руками, высоко поднятыми над головой. На повторение – кружатся. В конце фразы приседают, оставаясь на своем месте. Одновременно мальчики с полотнищами поднимаются.

На слова «Снег-снег-снег» – повторение движений запева. В конце запева вновь приседают, опустив полотнища на пол.

На слова «Только снежные завалы...» дети встают и плавно раскачивают руками, высоко поднятыми над головой. Два мальчика, двигаясь в свободном направлении, топающим шагом, изображают шоферов.

На слова «И на все вокруг ложится...» – дети приседают, оставаясь на своих местах. Встают мальчики с полотнищами.

На слова «Снег-снег-снег» – повторение движений запева. В конце запева мальчики приседают и опускают полотнища на пол.



## 5. ГОРОШИНКИ

Танец с цветными мячиками

на песню «Горошинки» (слова В. Черноусова, музыка А. Варламова)

**Задачи:** развивать эмоциональную отзывчивость, чувство ритма, внимание, точность движений.

**Рекомендации:** в танце используются маленькие пластиковые спортивные мячики (сухой бассейн). Они легко умещаются в детской ладошке. В танце принимают участие все дети.

### ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

**Вступление:** дети выбегают и становятся в шахматном порядке по всему залу. В ритме музыки кивают головой вправо-влево.

И. п. – ноги в шестой позиции, руки с цветными шариками спрятаны за спиной.

#### 1-й куплет

**Запев:** на счет «раз» – вытянуть правую руку вперед перед собой, «два» – левую руку вперед. Продолжают двигать одновременно обеими руками вправо-влево, пританцовывая на месте в такт музыке. В конце запева прячут руки за спину.

**Припев:**

На слова «желтые ...» – 4 раза выбрасывают правую руку вверх – в сторону, слегка присев.

На слова «синие...» – 4 раза выбрасывают левую руку вверх – в сторону.

На слова «красные...» – 8 раз выбрасывают обе руки вверх – в стороны.

**Проигрыш:**

И. п. – ноги в шестой позиции, руки с цветными шариками спрятаны за спиной.

На счет «раз» – прогнуться, вытянув обе руки с шариками вперед, слегка покачать ими, как бы подразнить зрителей.

На счет «два» – вернуться в и. п.

Повторить 4 раза.

#### 2-й куплет

И. п. – ноги на ширине плеч.

**Запев:** раскачиваясь вправо-влево, выполняют круговые движения перед собой согнутыми в локтях руками («моторчик»).

**Припев:** повторение движений.

**Проигрыш:** повторение движений.

#### 3-й куплет

Идут по кругу, высоко поднимая колено и «жонглируя» шариками (попеременно ритмично поднимают и опускают руки, держа их перед собой). К концу запева возвращаются в и. п.

**Припев:** повторение движений.

**Заключение:** повторение движений проигрыша. На вторую часть проигрыша приставить мячики к глазам, одновременно кивая головой вправо-влево. С последним аккордом вытянуть руки вперед, перед собой, «хвастаясь» цветными мячиками.

На слова «Только дворник...» – выходит мальчик. Он шагает широким шагом, размахивая руками, изображая дворника с метлой, двигаясь змейкой между полотнищами. Изображая свои образы, дети на легком беге разбегаются и возвращаются в и. п. (см. рис. 2).

На слова «Снег, снег, снег...» – мальчики, держащие полотнища, подняв их высоко над головой, перестраиваются в большую снежинку, и идут по кругу. («Снежинка» кружиться, рис. 4.) В конце последней фразы останавливаются. Дети, стоящие у центральной стены, подбегают под «снежинку» и садятся. «Снежинка» опускается на детей.

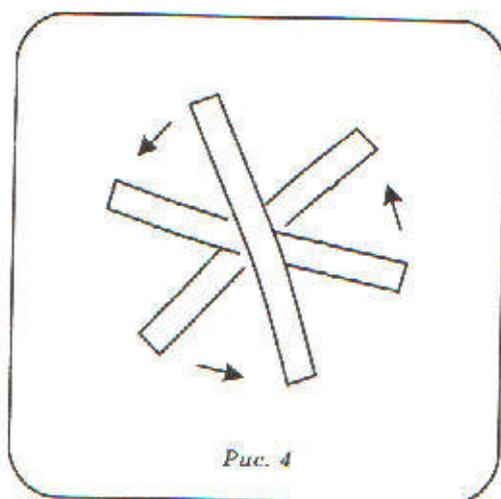


Рис. 4

**Примечание:** композиция представляет собой некую фантазию на тему зимы, поэтому здесь уместно проявить творческий подход. Можно придумать интересные костюмы для детей, изображающих зимние забавы, шапочки из белого меха и т. д.

## 14. РОЗЫ ДЛЯ МАМЫ

Танцевальная композиция с розами и белыми шарфами  
на песню «Пять февральских роз»  
(слова В. Ильичева, музыка В. Цветкова)

**Задачи:** развивать музыкальность, пластичность, выразительность движений.

**Рекомендации:** танец с использованием больших красных роз. Девочки держат розу в раскрытых ладонях. Мальчики танцуют с белыми шарфами из тонкой, летящей ткани длиной 70–80 см, шириной 25–30 см.

### ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

#### 1-й куплет

**Вступление:** медленным шагом все выходят в зал и останавливаются в и. п.

И. п. – мальчики выстраиваются в одну линию у центральной стены. Ноги в III позиции. Руки с шарфом опущены вниз. Девочки опускаются на колени, образуя в центре зала полукруг. В обеих руках держат розу, голова опущена (рис. 5).

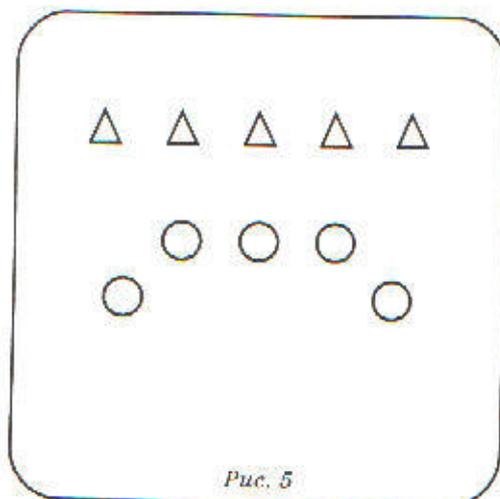


Рис. 5

**Запев:** девочки, сидя, держа розу в ладонках, раскачивают ею вправо-влево, через низ. Движения повторяются весь куплет. В это время мальчики, стоя на месте, раскачивают двумя руками вправо-влево.

На слова «Воробьи друг друга дразнят» – мальчики бегут по кругу два раза, держа шарф в правой руке.

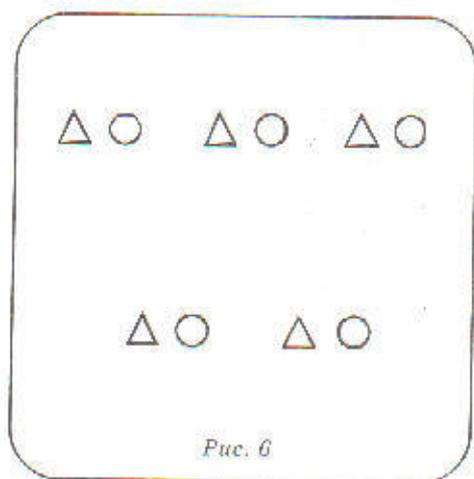


Рис. 6

На слова «Праздник бабушек и мам» — дети выстраиваются парами. Мальчик и девочка стоят спиной друг к другу, боком к зрителям (рис. 6).

*Припев:* качание вправо-влево (перенос веса тела). Движения рук соответственно направлению движения тела. Повторить 4 раза в обе стороны.

На вторую часть припева дети поворачиваются друг к другу лицом. Мальчик набрасывает шарф через голову девочки и, держа его за два конца на уровне талии, кружит девочку, двигаясь легким бегом, оставаясь в положении лицом друг к другу. Девочка держит розу в двух руках перед собой.

*Проигрыш:* дети перестраиваются в два concentрических круга и бегут на легком беге противоходом (рис. 7). На начало запева останавливаются, образуя один общий круг, чередуясь мальчик-девочка.

### 2-й куплет

*Запев:*

На счет 1-4, держа цветок в двух руках, девочки бегут в центр круга, постепенно поднимая руки вверх, образуя в центре букет из роз. Мальчики, оставаясь на месте, плавно раскачивают шарфами вправо-влево (рис. 8).

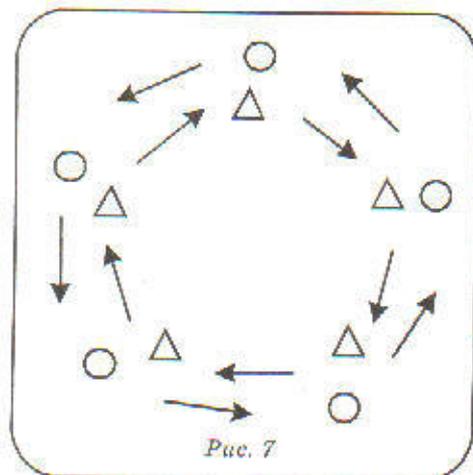


Рис. 7

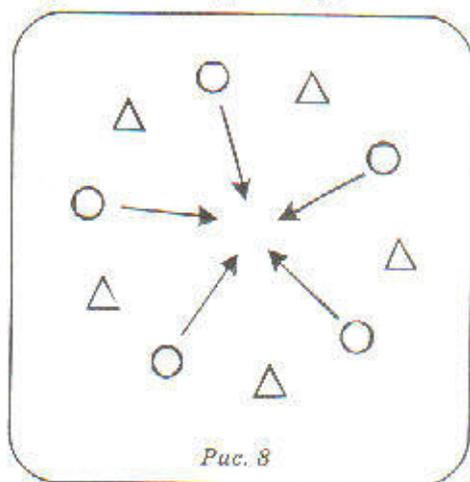


Рис. 8

На счет 5-8

девочки возвращаются на свои места в кругу.

На счет 9-12 мальчики бегут к центру, постепенно поднимая руки с шарфами вверх, образуя в центре белое облако. Девочки, оставаясь в кругу, плавно раскачиваются вправо-влево, руки с цветами двигаются в соответствии с направлением движения тела. Повторить движения 4 раза.

*Припев:* повторение движений.

*Проигрыш:* девочки идут в середину круга и опускают цветы на пол, образуя «клумбу» из роз. За ними подходят мальчики и

накрывают цветы белыми шарфами. Все возвращаются на свои места (рис. 9).

*Припев:* И. п. — мальчик подает левую руку девочке, правой рукой берет ее за талию. Девочка кладет правую руку на левую руку мальчика, левая рука девочки располагается на плече мальчика. Плавно покачиваясь в такт музыке, танцуют медленный танец. На короткое инструментальное заключение дети выполняют поклон.

**Примечание:** танцевальная композиция — прекрасный подарок для мам на праздничном утреннике.

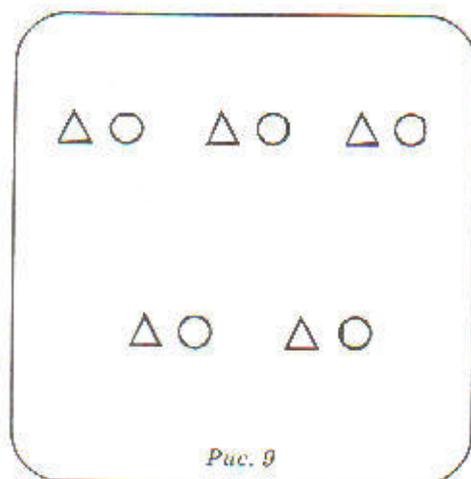


Рис. 9

## ШАГИ

### *Пружинистый шаг*

На каждом шаге опускаем ногу на пол, на всю ступню, слегка мягко сгибая ее в колене и сразу пружиня, выпрямляя и поднимая на носок (полупальцы).

### *Приставной шаг*

Выполняется на «раз» — шаг в сторону одной ногой, на «два» — приставляют другую ногу с небольшим ударом, слегка пружиня в коленях.

### *Переменный скользящий шаг*

Затакт «и» — приподняться на полупальцах обеих ног, «раз — два» — скользящий шаг вперед правой ногой (скользить нужно поскоком ноги, и постепенно опустить ногу на всю ступню, тяжесть тела перенести на правую ногу, левая сзади на носке). «Три» — левую ногу, скользя поскоком по полу, подтянуть к правой в третью позицию и одновременно подняться на высокие полупальцы обеих ног, выпрямляя колени.

### *Переменный шаг с приседанием*

Музыкальный размер 3/4.

«Раз» — небольшой шаг вперед правой ногой. «Два» — шаг вперед левой ногой. «Три» — шаг вперед правой ногой, слегка приседая на ней, а левую отделить от пола и легко вынести вперед. Носок ноги опущен вниз.

### *Кружение переменным шагом*

Переменный шаг выполняется на месте с кружением вокруг своей оси.

### *Шаг с припаданием (боковой ход в паре)*

Исходное положение: руки для тренировки на талии, в танце скрещены на груди, либо танцующие держатся за руки. Ноги в третьей позиции.

Затакт «и» — правую ногу слегка приподнять от пола, отвести в сторону. «Раз» — шаг правой ногой на всю ступню и небольшое приседание (перенести вес тела, одновременно подтянуть левую ногу к щиколотке правой ноги назад, корпус наклонить в направлении правой ноги и стать на полупальцы левой ноги, перенести на нее тяжесть корпуса, одновременно правую ногу слегка приподнять от пола).

### *Кружение с припаданием*

В пародном танце подъем до конца не вытягивается. Припадание выполняется с продвижением влево, вправо и с поворотом на каждое припадание.

### *Тройной шаг*

На «раз» — шаг вперед правой ногой, «и» — шаг вперед левой ногой, «два» — шаг вперед правой ногой, «и» — пауза. Тройные шаги можно делать вперед, назад и на месте.

### *Семенящий шаг (плавающий)*

Плавный хороводный шаг с продвижением вперед на длину ступни. При его выполнении сгибаются только подъемы ног. Корпус остается неподвижным. Ноги почти не отрываются от пола (движение на «колесиках»).

### *Топящий шаг*

Поочередные притопы правой, левой ногой с небольшим продвижением вперед (назад).

### *Высокий шаг*

Нога сгибается в колене и поднимается вверх под углом 90°. Носок максимально оттянут вниз. Шаг выполняется на месте или с продвижением («лошадки»).

### *Боковой шаг «Крестик» (вправо влево)*

На «раз» сделать шаг в сторону правой (левой) ногой. «Два» — вперед крест на крест поставить другую ногу.

### *«Ковырялочка» прямо*

Исходное положение: первая позиция, у девочки руки «лодочка», у мальчика на поясе. На «раз» — выставляем правую ногу на носок вперед. «Два» — переводим на пятку (носок вверх, нога прямо) и три притопа.

# ПРИЛОЖЕНИЕ

## АЗБУКА ХОРЕОГРАФИИ

### КЛАССИЧЕСКИЕ ПОЗИЦИИ НОГ

*Первая позиция (I).* Ступни ног находятся на одной прямой линии, по направлению к линии плеч, соприкасаясь пятками, носки разведены в стороны, тяжесть корпуса распределена равномерно на обе ноги. Это положение ног называется выворотным.

*Вторая позиция (II).* Ступни ног находятся так же, как и в первой позиции, на одной линии, но расстояние между пятками равно одной ступне.

*Третья позиция (III).* Носки ног разведены выворотом в стороны, ступни ног, плотно прилегая к полу, закрывают друг друга на половину ступни (правой или левой). Тяжесть корпуса равномерно распределена на обе ноги.

*Четвертая позиция (IV).* Правая нога впереди. Ступни обеих ног находятся на расстоянии длины одной ступни. Пятка правой ноги – против носка левой, носки обеих ног разведены в стороны, тяжесть корпуса равномерно распределяется на обе ноги. IV позицию, как наиболее трудную, разучивают последней.

*Пятая позиция (V).* Ступни ног сомкнуты, носок одной ноги находится около пятки другой ноги (правой или левой). Носки ног разведены в стороны в направлении линии плеч, ступни прилегают к полу. V позиция в балльном танце не применяется.

*Шестая позиция (VI).* Ступни обеих ног соединены параллельно друг другу и сомкнуты: носок с носком, пятка с пяткой. Носки и колени направлены вперед.

### КЛАССИЧЕСКИЕ ПОЛОЖЕНИЯ РУК

*Подготовительное положение* – руки свободно опущены, закруглены в локтях и кистях. Ладони повернуты кверху. Пальцы обеих рук не соприкасаются, а находятся на расстоянии примерно 2–4 сантиметра. Локти не прижаты к корпусу, а чуть приподняты.

*Первая позиция (I).* Руки, сохраняя округлость, поднимаются на высоту диафрагмы. Ладони обращены к корпусу. Локти и пальцы рук во время движения нужно держать на одном уровне (как бы обнимая круглый предмет).

*Вторая позиция (II).* Руки разведены в стороны на уровне плеч, несколько впереди корпуса, продолжая линию раскрытых плеч, ладони повернуты вперед. II позиция наиболее трудная. Следует освоить вначале III позицию, так как по своему построению она аналогична I позиции.

*Третья позиция (III).* Сохраняя округлость, руки поднимаются вверх (как бы заключая голову в овальную рамку) таким образом, чтобы, не поднимая головы, глазами видеть мизинцы. Плечи оттянуты вниз, ладони повернуты вниз, пальцы не соприкасаются, а находятся на расстоянии, как в подготовительном положении.

**Рекомендации:** в танце могут принимать участие, как все дети, так и только мальчики (10–12 человек). На руки надеваются резинки с нашитыми на них ленточками из белого, голубого или синего целлофана (манжеты-дождевики).

### ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И. п. – дети стоят по одному друг за другом у боковой стены зала, руки слегка разведены в стороны.

#### Музыка А

1-я фраза: стремительно и легко бегут друг за другом, образуя круг.

2-я фраза: на счет 1–2, стоя лицом в круг, дети с голубыми ленточками машут руками над головой, одновременно дети с белыми ленточками приседают и машут руками перед собой.

На счет 3–4 – дети с голубыми ленточками приседают, дети с белыми ленточками встают. Повторить движения 8 раз.

#### Музыка В

1-я фраза: на счет 1–2 – дети с голубыми ленточками бегут в центр круга, постепенно поднимая руки вверх. Дети с белыми ленточками остаются на месте.

На счет 3–4 – дети с белыми ленточками бегут в центр круга, дети с голубыми ленточками возвращаются на свои места. Повторить движения 8 раз.

2-я фраза: все кружатся, расставив руки широко в стороны.

#### Музыка В1

1-я фраза: бегут врассыпную по всему залу, на окончание музыки останавливаются лицом к зрителям.

2-я фраза: на счет 1–4 – все бегут на зрителей, постепенно поднимая руки.

На счет 5–8 двигаются спиной, возвращаясь в исходное положение, постепенно опуская руки.

**Заключение:** активные движения рук над головой, на последнем аккорде быстро присесть, опустив руки (дождик закончился).

**Примечание:** танец актуален в тех группах, где большинство мальчиков. Если его выучить с одними мальчиками, танец получится легким, веселым, озорным.

## 4. САЎКА ДЫ ГРЫШКА – МІХ

Танцевальная композиция  
на белорусскую народную песню «Саўка ды Грышка»

**Задачи:** развивать музыкальность, умение соотносить танцевальные движения с текстом песни.

**Рекомендации:** участвует парное количество детей.

### ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И. п. – ноги в шестой позиции, свободная рука на поясе.

