**Музыкально – двигательные упражнения для детей на мелодии старинных русских песенок.**

**Стрекозы.**

1-ая часть. Дети-«стрекозы», разведя руки в стороны как крылья, двигаются в произвольных направлениях боковым галопом, подскоками или бегом по выбору. 2-ая часть – присев на корточки, «едят травку». 3-я часть

двигаются. 4-ая часть - едят.

**Музыкальная табакерка.**

Часы (части звучат без перерыва). Музыкальная табакерка.

Дети стоят тройками-звездочками. Правые руки соединены, левые - отведены в сторону. Дети ходят на полуцыпочках маленькими шажками.

**Часы.**

Дети, повторяя движения взрослого, ударяют пальцем о палец, затем носком ноги об пол, тихо хлопают в ладоши, говорят «тик-так».

 **Кот и мыши.**

«Кот» спит в центре комнаты, присев на корточки, «мыши» ходят вокруг. Когда взрослый выключает магнитофон, «кот» ловит «мышей», которые убегают в дом на стулья.

**Прогулка.**

Дети врассыпную, мягко ступая, гуляют. В конце каждой музыкальной фразы остановка. Возможно подпевание - подсказка: «Ходят-ходят ножки, стоп!»

**Петух.**

Дети медленно ходят врассыпную, высоко поднимая ноги, согнутые в коленях. Руки-крылья отведены в стороны.

**Попрыгаем.**

1-ая часть. Дети 8 раз выполняют «пружинку», немного сгибая ноги в коленях, затем 8 прыжков, затем опять 8 «пружинок» и 8 прыжков. 2-ая часть - хлопают в ладоши.

**Мама спит.**

Дети под музыку медленно ходят на полупальцах, стараясь двигаться неслышно.

**Кис, кис.**

1-ая часть. Дети стоят лицом ко взрослому, в каждой руке ленточка. Взмахивают двумя руками вперед-назад. 2-ая часть - три притопа со словами «раз-и-два», «раз-и-два». Затем повторение движения сначала.

**На лошадке.**

1 куплет - щелкать языком. 2-й куплет - ходьба по кругу. 3-й куплет - галоп, руки на поясе. Затем повторение движения сначала.

**Здравствуй.**

Дети в парах. На короткое вступление подают друг другу правые руки, под музыку «качают» руки 8 раз вниз-вверх, затем без перерыва 8 хлопков, 8 прыжков на месте, 8 раз махнуть «до свидания», переход на 8-мь шагов к другому партнеру.

**Старинный марш.**

1-ая часть. Дети идут бодрым шагом в колонне вдоль стен. 2-ая часть. Ходят в произвольном направлении. 3-я часть. Снова идут в колонне в прежнем порядке и т.д.

**Кузнечики.**

Дети прыгают на обеих ногах, по 4-ре прыжка вперед-назад, вправо и обратно, влево и обратно. Во втором разделе музыки стоят и подражают игре на скрипке или дудочке, возможно подпевание.

**Русская пляска**.

Вступление - стоят, затем плавным шагом идут вперед по кругу – 16 шагов. Со cменой музыки поворачиваются друг к другу и выставляют правую ногу вперед на пятку и приставляют к опорной ноге, затем левую ногу. И опять выставить и приставить правую и левую ногу. Затем, взявшись за руки, кружатся на месте 8 шагов. Снова парами идут вперед.

**Цыганский танец («Гадалка» Витас)**

**Описание движений танца.**

**Участвуют: 4 девочки.**

В центре зала стоят две бутафорские карты, за которыми спрятались цыганки (две цыганки за каждой картой).

* **1 куплет.**

**1 - 4 строчки:** выходят вперед к зрителям 2 цыганки, взявшись за концы своих юбок, как бы «играя» юбками.

**5 -8 строки:** вышедшие цыганки кружатся вокруг себя. Также выходят 3 и 4 цыганки и выполняют те же движения. Что и первые две.

* **Припев.**

Идут по кругу, «играя» юбкой, затем останавливаясь, движутся в центр круга на 4 счета и обратно. После чего кружатся вокруг себя.

* **2 куплет.**

Первая цыганка достает карты и между другими цыганками проходит. Остальные цыганки присели – одновременно поднимают юбки вверх и вниз.

* **Припев** (повторение)**.**
* **Проигрыш.**
* **3 куплет.**

Цыганки «играют» плечами, наклоняя корпус то вперед, то назад.

Выполняют боковой галоп вправо – 1 и 3 цыганки, влево – 2 и 4 цыганки. Затем наоборот.

**ХОРОВОД БЕРЕЗКИ**

**(«Березы» в исполнении группы «Любэ»)**

**Участвуют: 12 девочек с зелеными веточками.**

**Исходная позиция*:*** девочки стоят в двух колоннах у центральной стены, веточки опущены.

**Описание движений танца.**

***Отчего так …..***

**1.** Проходят хороводным шагам к противоположной стене, руки с веточками опущены. Образуя два круга, перестраиваются в две колонны у противоположных стен, веточки держат вверху.

***Я пойду по дороге……***

**2.** Проходят гребеночкой, встречаясь в центре, поднимают веточки вверх слегка ими покачивая (веточки дрожат). Так меняются местами два раза.

 ***А на сердце***………

**3.** Образуют большой круг, идут хороводным шагом, руки слегка отведены в стороны.

***Проигрыш***

**4.** Перестраиваются в два круга, двигаются в разных направлениях.

***Посидим на дорожку….***

**5.** Большой и маленький круги меняются местами, сужая круг, поднимают веточки вверх (дрожат).

***От чего…..***

**6.** Перестраиваясь в один круг, идут змейкой к центральной стене, встают в две линейки.

***А на сердце….***

**7.** Проходят «гребеночкой», ряд выходящий вперед поднимает руки вверх, слегка покачивая веточками.

***Проигрыш***

**8.** Выстраиваются в полукруг, поклон.

**ТАНЕЦ КОВБОЕВ**

**(«Кантри»)**

**Участвуют: парное количество мальчиков.**

Мальчики стоят друг за другом (колонной), руки на поясе.

**1.** Мальчики выбегают подскоками, пробегают круг и встают на свои места (шахматным порядком) лицом к зрителям.

**2**. Руки перед грудью (как будто держат лассо), ноги вместе. Выполняют подскоки на месте - руки вперед (прямые) и назад.

**3.** Ноги выполняют «пружинку» - правая рука над головой делает круги, левая рука на поясе.

**4.**  Ноги находятся в III позиции, руки на поясе. Поочередно пятки отрывает от пола (на 7 счетов) и на счет 8 -выставляем правую ногу на пятку. Затем это же движение с левой ноги.

**5.** Подскоками бегут по кругу и останавливаются.

**6.** Руки перед грудью (как будто держат лассо), ноги вместе. Выполняют подскоки на месте - руки вперед (прямые) и назад.

**7.** Ноги выполняют «пружинку» - правая рука над головой делает круги, левая рука на поясе.

**8.** Кружатся вокруг себя подскоками.

**9.** Подскоками возвращаются на свои места.

**10.** Мальчики выполняют боковой галоп в правую сторону (на 3 счета) и на счет 4 – притоп левой ногой рядом с правой ногой. Затем тоже самое в левую сторону. На **заключение** – убегают друг за другом подскоками.