Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

детский сад №11 «Машенька»

**Для воспитателей**

**«Картотека театрализованных игр».**

Подготовила воспитатель: Клапанюк Сильвия Павловна

***ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИЕ ИГРЫ***

**ЭСТАФЕТА**

***Цель.*** Развивать внимание, выдержку, согласованность действий.

*Ход игры.* Дети сидят на стульях в полукруге. Начиная игру, встают и садятся по очереди, сохраняя темпоритм и не вмеши­ваясь в действия друг друга. Это упражнение можно выполнять в разных вариантах, придумывая с детьми интересные игровые ситуации.

**а) ЗНАКОМСТВО.** Из-за ширмы появляется какой-либо лю­бимый герой детских сказок (Карлсон, Красная шапочка, Буратино и т.п.). Он хочет познакомиться с детьми и предлагает встать и назвать свое имя четко вслед за предыдущим.

**б) РАДИОГРАММА. Игровая ситуация:** в море тонет ко­рабль, радист передает радиограмму с просьбой о помощи. Ре­бенок, сидящий на первом стуле, — «радист», он передает по цепочке хлопками или похлопыванием по плечу определенный ритмический рисунок. Все дети по очереди повторяют его, пе­редавая дальше. Если задание выполнено правильно и послед­ний ребенок — «капитан» спасательного судна точно повторя­ет ритм, тогда корабль спасен.

**ЧТО ТЫ СЛЫШИШЬ?**

***Цель.*** Тренировать слуховое внимание.

*Ход игры.* Сидеть спокойно и слушать звуки, которые про­звучат в комнате для занятий в течение определенного време­ни. Вариант: слушать звуки в коридоре или за окном.

**УПРАЖНЕНИЕ С ПРЕДМЕТАМИ**

***Цель.*** Тренировать зрительное внимание. *Ход игры.* Педагог произвольно раскладывает на столе не­сколько предметов (карандаш, тетрадь, часы, спички, монету).

Водящий ребенок в это время отворачивается. По команде он подходит к столу, внимательно смотрит и старается за­помнить расположение всех предметов. Затем снова отвора­чивается, а педагог в это время либо убирает один предмет, либо меняет что-то в их расположении. Водящий соответствен­но должен либо назвать пропавший предмет, либо разложить все, как было.

**РУКИ-НОГИ**

***Цель.*** Развивать активное внимание и быстроту реакции.

*Ход игры.* По одному хлопку дети должны поднять руки, по двум хлопкам — встать. Если руки подняты: по одному — опус­тить руки, по двум — сесть.

**УПРАЖНЕНИЕ СО СТУЛЬЯМИ**

***Цель.*** Привить умение свободно перемещаться в пространст­ве, координировать свои действия с товарищами. (Сесть на сту­лья, построив заданную фигуру, надо одновременно.)

*Ход игры.* По предложению педагога дети перемещаются по залу со своими стульями и «строят» круг (солнышко), домик для куклы (квадрат), самолет, автобус.

**ЕСТЬ ЛИ НЕТ?**

***Цель.*** Развивать внимание, память, образное мышление. *Ход игры.* Играющие встают в круг и берутся за руки; веду­щий — в центре. Он объясняет задание; если они согласны с утверждением, то поднимают руки вверх и кричат: «Да!»; если не согласны, опускают руки и кричат: «Нет!».

Есть ли в поле светлячки?

Есть ли в море рыбки?

Есть ли крылья у теленка?

Есть ли клюв у поросенка?

Есть ли гребень у горы?

Есть ли двери у норы?

Есть ли хвост у петуха?

Есть ли ключ у скрипки?

Есть ли рифма у стиха?

Есть ли в нем ошибки?

**ПЕРЕДАЙ ПОЗУ**

***Цель.*** Развивать память, внимание, наблюдательность, фан­тазию, выдержку.

*Ход игры.* Дети сидят на стульях в полукруге и на полу по-турецки с закрытыми глазами. Водящий ребенок придумывает и фиксирует позу, показывая ее первому ребенку. Тот запоми­нает и показывает следующему. В итоге сравнивается поза по­следнего ребенка с позой водящего. Детей обязательно следует поделить на исполнителей и зрителей.

**ЗАПОМНИ ФОТОГРАФИЮ**

*Цель.* Развивать произвольное внимание, воображение и фантазию, согласованность действий.

*Ход игры.* Дети распределяются на несколько групп по 4—5 че­ловек. В каждой группе выбирается «фотограф». Он располага­ет свою группу в определенном порядке и «фотографирует», за­поминая расположение группы. Затем он отворачивается, а дети меняют расположение и позы. «Фотограф» должен воспроиз­вести изначальный вариант. Игра усложняется, если предло­жить детям взять в руки какие-нибудь предметы или приду­мать, кто и где фотографируется.

**КТО ВО ЧТО ОДЕТ?**

*Цель.* Развивать наблюдательность, произвольную зритель­ную память.

*Ход игры.* Водящий ребенок стоит в центре круга. Дети идут по кругу, взявшись за руки, и поют на мелодию русской народ­ной песни «Как у наших у ворот».

*Для мальчиков:*

В центр круга ты вставай и глаза не открывай. Поскорее дай ответ: Ваня наш во что одет?

*Для девочек:*

Ждем мы твоего ответа: Машенька во что одета?

Дети останавливаются, а водящий закрывает глаза и описы­вает детали, а также цвет одежды названного ребенка.

**ВНИМАТЕЛЬНЫЕ МАТРЕШКИ**

***Цель.*** Развивать внимание, согласованность действий, актив­ность и выдержку.

*Ход игры.* Дети сидят на стульях или на ковре, педагог по­казывает карточки с определенным количеством нарисованных матрешек. Через несколько секунд произносит: «Раз, два, три — замри!». Стоять должно столько детей, сколько матре­шек было на карточке (от 2 до 10). Упражнение сложно тем, что в момент выполнения задания никто не знает, кто именно бу­дет «вставшим» и сколько их будет. Готовность каждого встать (если «матрешек» не хватает) или сразу же сесть (если он ви­дит, что вставших больше, чем нужно) эффективно влияет на активность каждого ребенка. Как вариант детям можно пред­ложить не просто встать, а образовать хоровод из заданного ко­личества детей.

**ДРУЖНЫЕ ЗВЕРИ**

***Цель****.* Развивать внимание, выдержку, согласованность действий.

*Ход игры.* Дети распределяются на три группы — *медведи, обезьяны и слоны.* Затем педагог называет поочередно одну из команд, а дети должны одновременно выполнить свое движение. Например, медведи – топнуть ногой, обезьяны – хлопнуть в ладоши, слоны – поклониться. Можно выбирать других животных и придумывать другие движения. Главное, чтобы каждая группа выполняла свое движение синхронно, общаясь только взглядом.

**ТЕЛЕПАТЫ**

***Цель****.* Учить удерживать внимание, чувствовать партнера.

*Ход игры.* Дети стоят врассыпную, перед ними водящий ре­бенок — «телепат». Он должен, не используя слова и жесты, связаться только глазами с кем-либо из детей и поменяться с ним местами. Игру продолжает новый «телепат». В дальней­шем можно предложить детям, меняясь местами, поздоровать­ся или сказать друг другу что-нибудь приятное. Продолжая раз­вивать игру, дети придумывают ситуации, когда нельзя шеве­литься и разговаривать, но необходимо позвать к себе партнера или поменяться с ним местами. Например: «В разведке», «На охоте», «В царстве Кощея» и т.п.

**СЛЕД В СЛЕД**

***Цель****.* Развивать внимание, согласованность действий, ори­ентировку в пространстве.

*Ход игры.* Дети идут по залу цепочкой, ставя ногу только в освободившийся «след» впереди идущего. Нельзя торопиться и наступать на ноги. По ходу игры дети фантазируют, где они находятся, куда и почему так идут, какие препятствия преодо­левают.

Например: *хитрая лиса ведет своих лисят по тропинке, на которой охотники установили капканы; разведчики идут через болото по кочкам; туристы перебираются по камушкам через ручей* и т.п.

Обязательно делить детей на команды, причем каждая команда придумывает свой вариант.

**ЛЕТАЕТ — НЕ ЛЕТАЕТ. РАСТЕТ — НЕ РАСТЕТ**

***Цель****.* Развивать внимание, координацию.

*Ход игры.* Педагог или водящий ребенок называет предмет, если он летает, дети машут руками, как крыльями; если не ле­тает — опускают руки вниз. Если растет — поднимают руки вверх, не растет — охватывают себя двумя руками.

**ВОРОБЬИ — ВОРОНЫ**

***Цель****.* Развивать внимание, выдержку, ловкость.

*Ход игры.* Дети распределяются на две команды: «Воробьи» и «Вороны»; затем становятся в две шеренги спинами друг к дру­гу. Та команда, которую называет ведущий, ловит; команда, которую не называют, — убегает в «домики» (на стулья или до определенной черты). Ведущий говорит медленно: «Во - о-ро - о...». В этот момент готовы убегать и ловить обе команды. Именно этот момент мобилизации важен в игре.

Более простой вариант: та команда, которую называет веду­щий, хлопает в ладоши или начинает «летать» по залу врассып­ную, а вторая команда остается на месте.

**ВЕСЕЛЫЕ ОБЕЗЬЯНКИ**

***Цель****.* Развивать внимание, наблюдательность, быстроту ре­акции.

*Ход игры.* Дети стоят врассыпную — это обезьянки. Лицом к ним — ребенок — посетитель зоопарка, который выполняет различные движения и жесты. «Обезьянки », передразнивая ре­бенка, точно повторяют все за ним.

**ТЕНЬ**

*Цель.* Развивать внимание, наблюдательность, воображение, фантазию.

*Ход игры.* Один ребенок — водящий ходит по залу, делая про­извольные движения: останавливается, поднимает руку, накло­няется, поворачивается. Группа детей (3—5 человек), как тень, следует за ним, стараясь в точности повторить все, что он дела­ет. Развивая эту игру, можно предложить детям объяснять свои действия: остановился потому, что впереди яма; поднял руку, чтобы поймать бабочку; наклонился, чтобы сорвать цве­ток; повернулся, так как услышал чей-то крик; и т.д.

**ПОВАРЯТА**

***Цель****.* Развивать память, внимание, фантазию.

*Ход игры.* Дети распределяются на две группы по 7—8 чело­век. Одной группе «поварят» предлагается сварить первое блю­до (что предложат дети), а второй, например, приготовить са­лат. Каждый ребенок придумывает, чем он будет: луком, мор­ковью, свеклой, капустой, петрушкой, перцем, солью и т.п. — для борща; картофелем, огурцом, луком, горошком, яйцом, майонезом — для салата. Все становятся в общий круг — это кастрюля — и поют песню (импровизацию):

Сварить можем быстро мы борщ или суп

И вкусную кашу из нескольких круп,

Нарезать салат иль простой винегрет,

Компот приготовить.

Вот славный обед.

Дети останавливаются, а ведущий называет по очереди, что он хочет положить в кастрюлю. Узнавший себя ребенок впры­гивает в круг. Когда все «компоненты» блюда окажутся в кру­ге, ведущий предлагает приготовить следующее блюдо. Игра начинается сначала. В следующее занятие детям можно пред­ложить приготовить кашу из разных круп или компот из раз­ных фруктов.

**ВЫШИВАНИЕ**

***Цель.*** Тренировать ориентировку в пространстве, согласован­ность действий, воображение.

*Ход игры****.*** С помощью считалки выбирается ведущий — «иголка», остальные дети становятся, держась за руки, за ним — «нитка». «Иголка» двигается по залу в разных направ­лениях, вышивая различные узоры. Темп движения может ме­няться, «нитка» не должна рваться. Усложняя игру, на пути можно поставить препятствия, разбросав мягкие модули.

**ВНИМАТЕЛЬНЫЕ ЗВЕРИ**

**(ухо, нос, хвост)**

***Цель****.* Тренировать слуховое и зрительное внимание, быст­роту реакции, координацию движений.

*Ход игры.* Дети представляют, что они находятся в лесной школе, где учитель тренирует их ловкость и внимание. Веду­щий показывает, например, на ухо, нос, хвост и называет то, что он показывает. Дети внимательно за ним следят и называ­ют то, что он показывает. Затем вместо уха он показывает нос, но упрямо повторяет: «Ухо!». Дети должны быстро сориенти­роваться и верно назвать то, что показал ведущий.

**ЖИВОЙ ТЕЛЕФОН**

***Цель.*** Развивать память, слуховое внимание, согласован­ность действий.

*Ход игры.* Между детьми распределяются цифры от 0 до 9. Затем ведущий называет любой телефонный номер. Дети с со­ответствующими цифрами выходят вперед и строятся по поряд­ку цифр в названном номере.

**ЯПОНСКАЯ МАШИНКА**

***Цель****.* Развивать память, зрительное и слуховое внимание, координацию движений, чувство ритма, согласованность.

*Ход игры.* Дети сидят в кругу и выполняют одновременно ряд движений:

1) хлопают перед собой в ладоши;

2) хлопают обеими руками по коленям одновременно (пра­вой — по правому, левой — по левому);

3) не выпрямляя локоть, выбрасывают правую руку вправо —-вверх, одновременно щелкая пальцами;

4) то же самое делают левой рукой.

Когда дети научатся действовать ритмично и синхронно в\^/ разных темпах, каждому ребенку предлагается запомнить свой порядковый номер начиная с 0. Машинка вновь включается, и дети по порядку номеров на каждый щелчок называют свой номер. На следующем этапе на щелчок правой руки участник игры называет свой номер, а на щелчок левой — любой номер, который задействован в игре, передавая таким образом ход дру­гому ребенку, и т.д. С таким вариантом игры дети справляются во втором полугодии подготовительной группы.

**ПЕЧАТНАЯ МАШИНКА**

***Цель.*** Развивать память, внимание, координацию движений, чувство ритма, согласованность движений, закрепить знание алфавита.

*Ход игры.* Между детьми распределяются буквы алфавита, причем некоторым детям достаются две буквы. Ведущий зада­ет любое слово, например «кот», и говорит: «Начали». Первым хлопает в ладоши ребенок, которому досталась буква «к», вто­рым — ребенок с буквой «о» и последним — ребенок с буквой «т». Конец слова обозначает вся группа общим хлопком или вставанием.

***СПЕЦИАЛЬНЫЕ ТЕАТРАЛЬНЫЕ ИГРЫ***

**УПРАЖНЕНИЯ И ЭТЮДЫ**

**УГАДАЙ: ЧТО Я ДЕЛАЮ?**

***Цель.*** Оправдать заданную позу, развивать память, вообра­жение.

*Ход игры.* Педагог предлагает детям принять определенную позу и оправдать ее.

1. *Стоять с поднятой рукой.* Возможные варианты ответов: кладу книгу на полку; достаю конфету из вазы в шкафчике; вешаю куртку; украшаю елку и т.п.

2. *Стоять на коленях, руки и корпус устремлены вперед.* Ищу под столом ложку; наблюдаю за гусеницей; кормлю котен­ка; натираю пол.

3. *Сидеть на корточках.* Смотрю на разбитую чашку; рисую мелом.

4. *Наклониться вперед.* Завязываю шнурки; поднимаю пла­ток, срываю цветок.

**ОДНО И ТО ЖЕ ПО-РАЗНОМУ**

***Цель****.* Развивать умение оправдывать свое поведение, свои действия нафантазированными причинами (предлагаемыми обстоятельствами), развивать воображение, веру, фантазию.

*Ход игры.* Детям предлагается придумать и показать не­сколько вариантов поведения по определенному заданию: че­ловек «идет», «сидит», «бежит», «поднимает руку», «слуша­ет» и т.д.

Каждый ребенок придумывает свой вариант поведения, а остальные дети должны догадаться, чем он занимается и где находится. Одно и то же действие в разных условиях выглядит по-разному.

Дети делятся на 2—3 творческие группы, и каждая получа­ет определенное задание.

**I** группа — задание «сидеть». Возможные варианты:

а) сидеть у телевизора;

б) сидеть в цирке;

в) сидеть в кабинете у зубного врача;

г) сидеть у шахматной доски;

д) сидеть с удочкой на берегу реки и т.п.

**II** группа — задание «идти». Возможные варианты:

а) идти по дороге, вокруг лужи и грязь;

б) идти по горячему песку;

в) идти по палубе корабля;

г) идти по бревну или узкому мостику;

д) идти по узкой горной тропинке и т.д.

**III** группа — задание «бежать». Возможные варианты:

а) бежать, опаздывая в театр;

б) бежать от злой собаки;

в) бежать, попав под дождь;

г) бежать, играя в жмурки и т.д.

**IV** группа — задание «размахивать руками». Возможные варианты:

а) отгонять комаров;

б) подавать сигнал кораблю, чтобы заметили;

в) сушить мокрые руки и т.д.

**V** группа — задание «Ловить зверюшку». Возможные ва­рианты:

а) кошку;

б) попугайчика;

в) кузнечика и т.д.

**КРУГОСВЕТНОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ**

***Цель.*** Развивать умение оправдывать свое поведение, разви­вать веру и фантазию, расширять знания детей.

*Ход игры.* Детям предлагается отправиться в кругосветное пу­тешествие. Они должны придумать, где проляжет их путь — по пустыне, по горной тропе, по болоту, через лес, джунгли, через оке­ан на корабле — и соответственно изменять свое поведение.

***ИГРЫ НА ПРЕВРАЩЕНИЯ***

В театре зритель верит в то, во что верит актер. Сценическое отношение — это умение с помощью веры, воображения и фан­тазии изменить свое отношение к предмету, месту действия или партнерам, меняя соответствующим образом свое поведение, оправдывая условное превращение.

**ПРЕВРАЩЕНИЕ ПРЕДМЕТА**

***Цель.*** Развивать чувство веры и правды, смелость, сообрази­тельность, воображение и фантазию.

*Ход игры.* Предмет кладется на стул в центре круга или пе­редается по кругу от одного ребенка к другому. Каждый дол­жен действовать с предметом по-своему, оправдывая его новое предназначение, чтобы была понятна суть превращения. Вари­анты превращения разных предметов:

а) карандаш или палочка — ключ, отвертка, вилка, ложка, шприц, градусник, зубная щетка, кисточка для рисования, ду­дочка, расческа и т.д.;

б) маленький мячик — яблоко, ракушка, снежок, картош­ка, камень, ежик, колобок, цыпленок и т.д.;

в) записная книжка — зеркальце, фонарик, мыло, шоколад­ка, обувная щетка, игра.

Можно превращать стул или деревянный куб, тогда дети должны оправдывать условное название предмета.

Например, большой деревянный куб может быть превращен в королевский трон, клумбу, памятник, костер и т.д.

**ПРЕВРАЩЕНИЕ КОМНАТЫ**

***Цель****.* Та же.

*Ход игры.* Дети распределяются на 2—3 группы, и каждая из них придумывает свой вариант превращения комнаты. Ос­тальные дети по поведению участников превращения отгады­вают, во что именно превращена комната.

Возможные варианты, предложенные детьми: магазин, те­атр, берег моря, поликлиника, зоопарк, замок Спящей краса­вицы, пещера дракона и т.д.

**ПРЕВРАЩЕНИЕ ДЕТЕЙ**

***Цель****.* Та же.

*Ход игры.* По команде педагога дети превращаются в де­ревья, цветы, грибы, игрушки, бабочек, змей, лягушек, котят и т.д. Педагог может сам превратиться в злую волшебницу и пре­вращать детей по своему желанию.

***ИГРЫ НА ДЕЙСТВИЯ С ВООБРАЖАЕМЫМИ***

***ПРЕДМЕТАМИ ИЛИ НА ПАМЯТЬ ФИЗИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ***

**ЧТО МЫ ДЕЛАЛИ, НЕ СКАЖЕМ, НО ЗАТО МЫ ВАМ ПОКАЖЕМ!**

***Цель***. Развивать воображение, инициативу, внимание, умение действовать согласованно, обыгрывать воображаемые предметы.

Ход игры. Комната делится пополам шнуром или чертой. С одной стороны находятся выбранные с помощью считалки «Дедушка и трое—пятеро внучат», с другой стороны — остальные дети и педагог, которые будут загадывать загадки. Договорившись, о чем будет загадка, дети идут к «дедушке» и «внучатам».

Дети. Здравствуй, дедушка седой с длинной-длинной бородой!

Дедушка. Здравствуйте, внучата! Здравствуйте, ребята! Где побывали? Что вы повидали?

Дети. Побывали мы в лесу, там увидели лису. Что мы делали, скажем, но зато мы вам покажем!

Дети показывают придуманную загадку. Если «дедушка» и «внучата» дают правильный ответ, дети возвращаются на свою половину и придумывают новую загадку. Если разгадка дана правильно, дети говорят верный ответ и после слов «Раз, два, три — догони!» бегут за черту, в свой дом, а «дедушка» и «внуки» стараются догнать их, пока те не пересекли спасительной линии. После двух загадок выбираются новые «дедушка» и «внучата».

В загадках дети показывают, как они, например, моют руки, стирают платочки, грызут орехи, собирают цветы, грибы или ягоды, играют в мяч, подметают веником пол, и т.п.

**КОРОЛЬ (вариант народной игры)**

***Цель***. Развивать действия с воображаемыми предметами, умение действовать согласованно.

Ход игры. Выбирается с помощью считалки на роль короля ребенок. Остальные дети — работники распределяются на несколько групп (3 — 4) и договариваются, что они будут делать, на какую работу наниматься. Затем они группами подходят к королю.

Работники. Здравствуй, король!

Король. Здравствуйте!

Работники. Нужны вам работники?

Король. А что вы умеете делать?

Работники. А ты отгадай!

Дети, действуя с воображаемыми предметами, демонстриру­ют различные профессии: готовят еду, стирают белье, шьют одежду, вышивают, поливают растения и т.п. Король должен отгадать профессию работников. Если он сделает это правиль­но, то догоняет убегающих детей. Первый пойманный ребенок становится королем. Со временем игру можно усложнить введением новых персонажей (королева, министр, принцесса и т.п.), а также придумать характеры действующих лиц (ко­роль — жадный, веселый, злой; королева — добрая, сварливая, легкомысленная).

**ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ**

Цель. Развивать навыки действия с воображаемыми пред­метами,"воспитывать доброжелательность и контактность в от­ношениях со сверстниками.

Ход игры. С помощью считалки выбирается ребенок, кото­рый приглашает детей на «день рождения». Гости приходят по очереди и приносят воображаемые подарки.

С помощью выразительных движений, условных игровых действий дети должны показать, что именно они решили дарить.

***РИТМОПЛАСТИКА***

**ИГРЫ НА РАЗВИТИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ**

**МУРАВЬИ**

***Цель***. Уметь ориентироваться в пространстве, равномерно размещаться по площадке, не сталкиваясь друг с другом. Дви­гаться в разных темпах. Тренировка внимания.

*Ход игры*. По хлопку педагога дети начинают хаотически двигаться по залу, не сталкиваясь с другими детьми и стараясь все время заполнять свободное пространство.

**КАКТУС И ИВА**

***Цель***. Развивать умение владеть мышечным напряжением и расслаблением, ориентироваться в пространстве, координи­ровать движения, останавливаться точно по сигналу педагога.

*Ход игры.* По любому сигналу, например хлопку, дети на­чинают хаотично двигаться по залу, как в упражнении «Му­равьи». По команде педагога «Кактус» дети останавливаются и принимают «позу кактуса» — ноги на ширине плеч, руки слег­ка согнуты в локтях, подняты над головой, ладони тыльной сто­роной повернуты друг к другу, пальцы растопырены, как ко­лючки, все мышцы напряжены. По хлопку педагога хаотичес­кое движение возобновляется, затем следует команда: «Ива». Дети останавливаются и принимают позу «ивы»: слегка разве­денные в стороны руки расслаблены в локтях и висят, как вет­ви ивы; голова висит, мышцы шеи расслаблены. Движение во­зобновляется, команды чередуются.

**ПАЛЬМА**

***Цель.*** Напрягать и расслаблять попеременно мышцы рук в кистях, локтях и плечах.

*Ход игры.* «Выросла пальма большая-пребольшая»: правую руку вытянуть вверх, потянуться за рукой, посмотреть на

руку.

«Завяли листочки»: уронить кисть. «Ветви»: уронить руку от локтя. «й вся пальма»: уронить руку вниз. Упражнение повторить левой рукой.

**МОКРЫЕ КОТЯТА**

***Цель.*** Умение снимать напряжение поочередно с мышц рук, ног, шеи, корпуса; двигаться врассыпную мягким, пружиня­щим шагом.

*Ход игры.* Дети двигаются по залу врассыпную мягким, слег­ка пружинящим шагом, как маленькие котята. По команде «дождь» дети садятся на корточки и сжимаются в комочек, на­прягая все мышцы. По команде «солнышко» медленно встают и стряхивают «капельки дождя» по очереди с каждой из четы­рех «лапок», с «головы» и «хвостика», снимая соответственно зажимы с мышц рук, ног, шеи и корпуса.

**ШТАНГА**

***Цель.*** Попеременное напряжение и расслабление мышц пле­чевого пояса и рук.

*Ход игры.* Ребенок поднимает «тяжелую штангу». Потом бросает ее, отдыхает.

**САМОЛЕТЫ И БАБОЧКИ**

*Цель.* Учить детей владеть мышцами шеи и рук; ориентиро­ваться в пространстве, равномерно размещаться по площадке.

*Ход игры.* Дети двигаются врассыпную, как в упражнении «Муравьи», по команде «самолеты» бегают стремительно, вы­тянув руки в стороны (мышцы рук, шеи и корпуса напряже­ны); по команде «бабочки» переходят на легкий бег, делая ру­ками плавные взмахи, голова мягко поворачивается из сторо­ны в сторону («бабочка ищет красивый цветок»), кисти, локти, плечи и шея не зажаты.

Упражнение можно делать под музыку, подобрав соот­ветствующие произведения из репертуара по музыкальному вос­питанию.

**БУРАТИНО И ПЬЕРО**

***Цель.*** Развивать умение правильно напрягать и расслаблять мышцы.

*Ход игры.* Дети двигаются как в упражнении «Муравьи», по команде «Буратино» останавливаются в позе: ноги на ширине плеч, руки согнуты в локтях, раскрыты в сторону, кисти пря­мые, пальцы растопырены, все мышцы напряжены. Движение по залу возобновляется. По команде «Пьеро» — опять замира­ют, изображая грустного Пьеро: голова висит, шея расслабле­на, руки болтаются внизу. В дальнейшем можно предложить детям двигаться, сохраняя образы деревянного крепкого Бура­тино и расслабленного, мягкого Пьеро.

**НАСОС И НАДУВНАЯ КУКЛА**

***Цель****.* Умение напрягать и расслаблять мышцы, взаимо­действовать с партнером, тренировать три вида выдыхания, ар­тикулировать звуки «с» и «ш»; действовать с воображаемым предметом.

*Ход игры.* Дети распределяются на пары. Один ребенок — надувная кукла, из которой выпущен воздух, он сидит на кор­точках, все мышцы расслаблены, руки и голова опущены; второй — «накачивает» воздух в куклу с помощью насоса; на­клоняясь вперед, при каждом нажатии на «рычаг», он выды­хает воздух со звуком «с-с-с-с» (второй вид выдыхания), при вдохе — выпрямляется. Кукла, «наполняясь воздухом», мед­ленно поднимается и выпрямляется, руки раскинуты вверх и немного в стороны. Затем куклу сдувают, вытаскивают проб­ку, воздух выходит со звуком «ш-ш-ш-ш» (первый вид выды­хания), ребенок опускается на корточки, вновь расслабляя все мышцы. Затем дети меняются ролями. Можно предложить наду­вать куклу быстро, подключая третий вид выдыхания: «С! С! С!»

**СНЕГОВИК**

***Цель****.* Умение напрягать и расслаблять мышцы шеи, рук, ног и корпуса.

*Ход игры.* Дети превращаются в снеговиков: ноги на шири­не плеч, согнутые в локтях руки вытянуты вперед, кисти ок­руглены и направлены друг к ругу, все мышцы напряжены. Педагог говорит: «Пригрело солнышко, под его теплыми весен­ними лучами снеговик начал медленно таять». Дети постепен­но расслабляют мышцы: опускают бессильно голову, роняют руки, затем сгибаются пополам, опускаются на корточки, па­дают на пол, полностью расслабляясь.

**БАБА-ЯГА**

*Цель.* Умение напрягать и расслаблять в движении то пра­вую, то левую ногу.

*Ход игры.* Дети ходят по залу врассыпную, приговаривая потешку и выполняя движения под текст. Бабка-Ёжка, костяная ножка, С печки упала, ножку сломала! *(Дети идут врассыпную по залу.)* А потом и говорит: «У меня нога болит!». *(Дети останавливаются.)* Пошла на улицу — раздавила курицу, Пошла на базар — раздавила самовар! Вышла на лужайку — испугала гайку! *(Дети продолжают движение, напрягая сначала левую, а потом правую ногу, прихрамывают.)*

**СНЕЖНАЯ КОРОЛЕВА**

***Цель****.* Умение напрягать и расслаблять поочередно мышцы всего тела, координировать движения.

*Ход игры.* Сначала педагог, в дальнейшем ребенок превра­щается в «Снежную королеву» и начинает постепенно «замора­живать» всех детей: называет при этом определенные части тела правая рука, левая рука, левая нога, правая нога, корпус, го­лова), соответствующие мышцы напрягаются. Дети превраща­ются в ледяную скульптуру, которая начинает медленно таять под лучами солнца. (Расслабляются шея, руки, корпус, ноги), дети сначала опускаются на корточки, затем полностью расслаб­ляются и ложатся на пол.

**КОНКУРС ЛЕНТЯЕВ**

***Цель****.* Обучение полному расслаблению мышц всего тела.

*Ход игры.*

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.

*(В. Викторов)*

Дети изображают ленивого барсука. Они ложатся на ковер *л* стараются как можно больше расслабиться.

**ГИПНОТИЗЕР**

***Цель****.* Обучение полному расслаблению мышц всего тела.

*Ход игры.* Педагог превращается в гипнотизера и проводит в сеанс усыпления»; делая характерные плавные движения ру­нами, он говорит: «Спите, спите, спите... Ваши голова, руки, и ноги становятся тяжелыми, глаза закрываются, вы пол­ностью расслабляетесь и слышите шум морских волн». Дети постепенно опускаются на ковер, ложатся и полностью рас­слабляются.

Можно использовать аудиокассету с музыкой для медитации ирелаксации.

**НЕ ОШИБИСЬ**

***Цель.*** Развивать чувство ритма, произвольное внимание, координацию.

*Ход игры.* Педагог в разных сочетаниях и ритмах чередует хлопки в ладоши, притопы ногой и хлопки по коленям. Дети повторяют вслед за ним. Постепенно ритмические рисунки ус­ложняются, а темп убыстряется.

**РИТМИЧЕСКИЙ ЭТЮД**

***Цель.*** Развивать чувство ритма, координацию движений, согласованность действий с партнерами.

*Ход игры.* Дети делятся сначала на две, а по мере приобрете­ния определенных навыков на три и даже четыре группы. Пер­вая группа придумывает ритмический рисунок и начинает его воспроизводить в хлопках. Вторая группа присоединяется к пер­вой, отхлопывая свой ритмический рисунок, затем включается третья группа и т.д.

**ПОЙМАЙ ХЛОПОК**

***Цель.*** Развивать произвольное слуховое внимание и быстро­ту реакции.

*Ход игры.* Дети стоят врассыпную. Их задача заключается в том, чтобы среагировать на хлопок педагога и хлопнуть прак­тически одновременно с ним. Педагог предлагает «поймать» то маленький мячик, то цветок, то монетку.

**ГОЛОВА ИЛИ ХВОСТ**

***Цель.*** Развитие координации движений, быстроты реакции, воображения.

*Ход игры.* Педагог превращается в Ивана-Царевича, а все дети — в Змея-Горыныча. Иван-Царевич взмахивает мечом (гимнастической палкой или линейкой), если взмах на уровне головы — Змей Горыныч должен спрятать головы (дети быстро наклоняются), если взмах на уровне ног, Змей-Горыныч спаса­ет хвост (дети подпрыгивают).

**СЧИТАЛОЧКА**

***Цель.*** Развивать координацию движений, согласованность действий, чувство ритма, умение пользоваться жестами.

*Ход игры.* Дети произносят текст и одновременно выполняют движения.

*Раз, два* — *острова* Два хлопка, полукруг одной рукой,

затем другой в сторону, как бы изо­бражая два острова.

*Три, четыре* — Два хлопка, обеими руками

*мы приплыли* изобразить волнообразные движения

в направлении от себя.

*Пять, шесть* — Два хлопка, поочередное движение

*сходим здесь* правой рукой ладошкой вниз (как бы отбиваем мяч),

левой — ладошкой вверх (подбрасываем мяч).

*Семь, восемь* — Два хлопка, правая рука вытягивается вверх,

*сколько сосен!*  затем на слове «сосен» вытягивается вверх левая рука

*Девять, десять* — Два хлопка, средним и указательным

*мы в пути* пальцами обеих рук выполнить движение от себя вперед, изображая «шаги».

*До-счи-тал* Выполнить 4 движения, по одному на

*до де-ся-ти!* каждый слог:

1) ладонь правой руки на голову;

2) тыльная сторона левой руки под подбородок;

3) ладонь пра­вой руки касается правой щеки;

4) ладонь левой руки касается левой щеки.

Выполнить 3 движения:

1) правая рука вытягивается вперед;

2) левая рука вытягивается вперед;

3) звон­кий хлопок в ладоши.

**КАК ЖИВЕШЬ?**

*Цель,* Развивать быстроту реакции, координацию движений, умение владеть жестами.

*Ход игры.*

Педагог Дети

— Как живешь? — Вот так! С настроением показать

большой палец.

— А плывешь? — Вот так! Любым стилем.

— Как бежишь? — Вот так! Согнув руки в локтях, притоп-

нуть поочередно ногами.

*—* Вдаль глядишь? — Вот так! Руки «козырьком» или «бинок-

лем» к глазам.

— Ждешь обед? — Вот так! Поза ожидания, подпереть щеку

рукой.

— Машешь вслед? — Вот так! Жест понятен.

— Утром спишь? — Вот так! Ручки под щечку.

— А шалишь? — Вот так! Надуть щечки и хлопнуть

по ним кулачками.

*(По Н.Пикулевой)*

**БАБУШКА МАЛАНЬЯ**

***Цель****.* Развивать внимание, воображение, находчивость, уме­ние создавать образы с помощью мимики, жеста, пластики.

*Ход игры.* Дети берутся за руки и идут по кругу, в центре которого — водящий; дети поют потешку и выполняют движе­ния.

У Маланьи, у старушки, *(Идут по кругу и поют.)*

Жили в маленькой избушке

Семь дочерей,

Семь сыновей,

Все без бровей! *(Останавливаются и с по-*

С такими глазами, *мощью мимики и жестов изо-*

С такими ушами, *бражают то, о чем говорит-*

С такими носами, *ся в тексте.)*

С такими усами,

С такой головой,

С такой бородой...

Ничего не ели, *(Присаживаются на корточ-*

Целый день сидели. *ки и одной рукой подпирают*

На него (нее) глядели, *подбородок.)*

Делали вот так... *(Повторяют за ведущим лю-*

*бой жест.)*

**ШЕЯ ЕСТЬ, ШЕИ НЕТ**

*Цель.* Развивать подвижность мышц плечевого пояса.

*Ход игры.* Дети стоят в основной стойке и в соответствии со словами педагога выполняют движения.

*Шея есть* — стоять прямо, показывая длинную шею.

*Шеи нет* — поднять плечи вверх, как бы «втянуть» шею (уродцы). Повторить несколько раз.

**ЗАКРЫТЬ КНИЖКУ, РАСКРЫТЬ**

***Цель****.* Та же.

*Ход игры. Закрыть книжку* — плечи вперед. *Раскрыть книжку* — плечи отвести назад. Повторить несколько раз.

**ЗАВОДНАЯ КУКЛА**

*Цель.* Развивать подвижность шеи, расслаблять мышцы шеи, рук и корпуса.

*Ход игры.* Дети стоят в позе куклы: ноги на ширине плеч, руки внизу, кисти напряжены, пальцы растопырены, ладони вперед. Желательно упражнение проводить под музыку, с раз­мером 2/4, например, «Полька» А.Жилинского.

*Такт 1.* Наклонить голову вперед на первую четверть, на­зад — на вторую четверть.

*Такт 2.* Голову вперед, назад и прямо (движение на каж­дую восьмую длительность).

*Такт 3.* Наклонить голову назад, потом вперед.

*Такт 4.* Голову назад, вперед, прямо.

*Такт 5.* Повернуть голову вправо, затем влево.

*Такт 6.* Вправо, влево, прямо.

*Такт 7.* Повернуть голову влево, затем вправо.

*Такт 8.* Влево, вправо, прямо.

*Такт 9.* Наклонить голову к правому плечу, затем к левому.

*Такт 10.* К правому, к левому, прямо.

*Такт 11.* Наклонить голову к левому плечу, затем к правому.

*Такт 12.* К левому, к правому, прямо.

*Такт 13.* Движение как в 1-м такте.

*Такт 14.* Движение как во 2-м такте.

*Такт 15.* Движение как в 3-м такте.

*Такт 16.* Голову прямо на 1 -ю долю, на 2-ю долю согнуть­ся пополам, уронить голову и руки — завод кон­чился.

**ТЮЛЬПАН**

***Цель****.* Развивать пластику рук.

*Ход игры.* Дети стоят врассыпную в основной стойке, руки внизу, ладони вниз, средние пальцы соединены.

*1. Утром тюльпан* Соединяя ладони, поднять руки

*раскрывается* к подбородку, раскрыть ладони,

локти соединить.

2. *На ночь закрывается* Соединяя ладони, опустить руки

вниз.

3. *Тюльпанное дерево* Внизу соединить тыльные сторо-

ны ладоней и поднимать руки над головой.

4. *Раскидывает свои* Руки сверху раскинуть в стороны, *ветви* ладони вверх.

5. *И осенью листики*

*опадают* Повернуть ладони вниз и мягкоопускать вниз, чуть перебирая пальцами.

**ОСЬМИНОГ**

***Цель****.* Развивать пластику рук, координацию движений.

*Ход игры.* Руки в стороны, ладони вперед, основная стойка. Мягко скрестить руки в запястьях перед грудью и плавно от­вести в стороны. Повторить четыре раза, сверху то правая, то левая рука. Мягко скрестить руки на груди, как бы стараясь обхватить себя руками, плавно развести в стороны. Повторить четыре раза, чередуя положение рук.

**МЕДВЕДИ В КЛЕТКЕ**

***Цель****.* Развивать ловкость, координацию движений.

*Ход игры.* Встать на колени, затем сесть на пятки, ладони положить на пол и в тыльные стороны ладоней уткнуть «мок­рые носы». Медвежата сидят в клетке и пытаются из нее вы­браться к маме в лес...

1. *Правой вперед, затем* Не поднимая головы, вытянуть вперед

*левой* правую руку по полу, по­том левую руку.

2. *К себе, к себе* По очереди вернуть руки в исходное

положение.

3. *В стороны, в стороны* Вытянуть руки по полу в стороны:

сначала правую, потом левую.

4. *К себе, к себе* По очереди вернуть руки в исх. п.

5. *Правую руку вперед,* Опираясь на левую руку, поднять-

*левую ногу* — *назад* ся с пяток, потянуться правой рукой

вперед, левой прямой ногой назад (как бы пытаться «раздви­нуть» прутья клетки).

6. *Сесть* Вернуться в исходное положение.

7. *Левую руку, правую* Выполнить п. 5.

*ногу, потянуться!..*

8. *Ничего не получилось!..* Вернуться в исходное положение.

*Уткнуть носы в тыльные*

*стороны ладоней и «завыть»*

**ЗМЕИ**

***Цель****.* Развивать чувство ритма, пластику рук.

*Ход игры.* Дети сидят врассыпную по-турецки, руки в сто­роны, ладони вниз, спина прямая. Все вместе произносят текст:

***На охоту собираясь,***На каждый слог плавным движе-

нием приблизить тыльные сторо­ны ладоней к плечам и обратно, как бы отталкиваясь от плеча.

***Ползут змеи, извиваясь.***На каждый слог то же движение,

но поднимая руки вверх и опуская вниз. Можно делать упражнение без текста на звуке «с-с-с-с-с-с-с».

**ЕЖИК**

***Цель****.* Развитие координации движений, ловкости, чувства ритма.

*Ход игры.* Дети лежат на спине, руки вытянуты вдоль голо­вы, носки ног вытянуты.

1. *Ежик съежился,* Согнуть ноги в коленях, прижать

*свернулся,* к животу, обхватить их руками,

нос в колени.

2. *Развернулся...* Вернуться в исх. п.

3. *Потянулся.* Поворот на живот через правое

плечо.

4. *Раз, два, три, четыре,* Поднять прямые руки и ноги *пять...* вверх, потянуться за руками.

5. *Ежик съежился опять!..* Поворот на спину через левое пле-

чо, обхватить руками ноги, согну­тые в коленях, нос в колени.

**ПОЛЗУЩИЕ ЗМЕИ**

***Цель****.* Развивать гибкость, пластическую выразительность.

*Ход игры.* Стать на колени и, прогнув спину, как можно даль­ше вытянуть руки вперед, прижимаясь грудью к полу. Затем подтянуть ноги («хвост») и снова продвинуться вперед. Харак­тер движения волнообразный и непрерывный. Змеи могут изги­баться в разные стороны, пластически общаться, артикулировать звуки «с-с-с-с-с-с-с», «ш-ш-ш-ш-ш-ш-ш», «щ-щ-щ-щ-щ-щ-щ», «ч-ч-ч-ч-ч-ч-ч» (1-й вид выдыхания).

**ПАНТЕРЫ**

***Цель****.* Та же.

*Ход игры.* Дети сидят на корточках и, не касаясь коленями пола, руками («мягкими лапками») идут по окружности к свое­му «хвосту», не разворачивая по возможности корпус. Идут поочередно в разные стороны. В дальнейшем пантеры могут пла­стически и с помощью звуков общаться между собой. (См. раз­дел «Культура и техника речи», упражнение «Зевающая пан­тера».)

**МАРИОНЕТКИ**

***Цель****.* Развивать умение владеть своим телом, ощущать им­пульс.

*Ход игры.* Дети стоят врассыпную в основной стойке. По хлопку педагога они должны импульсивно, очень резко принять какую-либо позу, по второму хлопку — быстро принять новую позу и т.д. В упражнении должны участвовать все части тела, менять положение в пространстве (лежа, сидя, стоя).

**СКУЛЬПТОР**

***Цель****.* Развивать воображение и фантазию, совершенство­вать пластические возможности тела, умение действовать с партнером.

*Ход игры.* Дети распределяются на пары. Один ребенок бе­рет на себя роль скульптора, а другой — роль пластилина или глины. Скульпторам предлагается слепить несуществующее фантастическое создание, придумать ему имя и рассказать, где оно живет, чем питается, что любит, как передвигается. В даль­нейшем можно предложить существу ожить и начать двигать­ся. Затем дети меняются ролями.

**В «ДЕТСКОМ МИРЕ»**

***Цель****.* Развивать воображение и фантазию, учить создавать образы с помощью выразительных движений.

*Ход игры.* Дети распределяются на покупателей и игрушки, выбирают ребенка на роль продавца. Покупатели по очереди просят продавца показать ту или иную игрушку. Продавец за­водит ее ключом. Игрушка оживает, начинает двигаться, а по­купатель должен отгадать, что это за игрушка. Затем дети ме­няются ролями.

**КТО НА КАРТИНКЕ?**

***Цель****.* Развивать умение передавать образы живых существ с помощью пластических выразительных движений.

*Ход игры.* Дети разбирают карточки с изображением живот­ных, птиц, насекомых и т.д. Затем по одному передают в плас­тике заданный образ, остальные отгадывают. На нескольких карточках изображения могут совпадать, что дает возможность сравнить несколько вариантов одного задания и отметить луч­шее исполнение.

**ЗЕРНЫШКО**

***Цель****.* Тренировать веру, фантазию и Пластическую вырази­тельность.

*Ход игры.* Дети распределяются на зрителей и исполните­лей. Каждый ребенок представляет себя маленьким зернышком какого-либо растения. Дети сидят на корточках (голову при­жать к коленям и обхватить себя руками). В заданном ритме из зернышка пробивается расточек, он тянется к солнышку, рас­тет, выпускает листочки... Зрители пытаются определить, что за растение выросло из каждого зернышка.

**ЦЫПЛЯТА**

***Цель****.* Та же.

*Ход игры.* Дети ложатся на ковер, прижимают колени к гру­ди, голову к коленям и обхватывают себя руками («яйцо»). Сна­чала приподнимается голова, цыплята клювиками разбивают скорлупу, расправляют крылышки, пытаются встать на нож­ки, начинают двигаться, знакомиться с окружающим миром, пробуют клевать зернышки...

**чудо-юдо из яйца**

***Цель****.* Та же.

*Ход игры.* Игра похожа на предыдущую, но из яйца должны вылупиться фантастические обитатели других планет: они мо­гут скакать или ползать, ходить на четвереньках или перека­тываться. Они изучают все, что им попадается на их пути, ищут себе пищу, общаются между собой миролюбиво или враждеб­но. Усталые, ищут подходящее место для отдыха и укладыва­ются спать.

**МУЗЫКАЛЬНО-ПЛАСТИЧЕСКИЕ ИМПРОВИЗАЦИИ**

***Цель****.* Передавать в пластических свободных образах харак­тер и настроение музыкальных произведений.

**ПЕРВАЯ ПОТЕРЯ**

Каждый ребенок импровизирует предлагаемую ситуацию, как бы отвечая на вопросы: где, когда, почему, что потерял? Дети с помощью мимики, жестов, пластики тела создают мини-спектакль (этюд) на заданную тему.

***Музыкальное сопровождение:*** *«Первая потеря», муз. Р.Шу­мана (Альбом для юношества).*

**ПОДАРОК**

Дети свободно и эмоционально передают радостное настрое­ние в связи с полученным подарком. Фантазируют, когда (Но­вый год или день рождения), от кого (мама, папа, друг и т.п.), что именно получили в подарок.

***Музыкальное сопровождение:*** *«Новая кукла», муз. П. Чай­ковского (Детский альбом) или «Вальс-шутка», муз. Д Шостаковича.*

**ОСЕННИЕ ЛИСТЬЯ**

Ветер играет осенними листьями, они кружатся в причуд­ливом танце, постепенно опускаясь на землю.

***Музыкальное сопровождение:*** *«Вальс-фантазия», муз. М.Глинки или вальс «Осенний сон», муз А. Джойса.*

**УТРО**

Дети лежат на ковре (спят), ощущают, как солнечный луч скользнул по лицу, медленно открывают глаза, потягиваются, поднимаются, подходят к окну и, открыв его, любуются ран­ним утром...

***Музыкальное сопровождение:*** *«Утро», муз. Э.Грига; «Рас­свет на Москве-реке», муз. М.Мусоргского.*