

Стихи для разучивания и закрепления плясовых движений

Музыкальный руководитель: Т.Б. Карпова

Старший дошкольный возраст

Основу музыкально-ритмических композиций и танцев для дошкольников составляют простые движения, позволяющие выразить различные по характеру эмоции и образы. Но из-за недостаточно развитого чувства ритма не все дети могут гармонично сочетать движения с музыкой, выражать ее характер и музыкальный образ.

Двигательные навыки закрепляются через психологическое раскрепощение дошкольника, освоение собственного тела как выразительного инструмента.

Когда отдельные танцевальные элементы выполняют под счет, это создает ощущение однообразного, механического повторения. Теряются образность и эмоциональность танца. Но если для разучивания и закрепления движений использовать небольшие четверостишия, ребенок может выразить свои эмоции, фантазию, творческие возможности. У него формируется правильная осанка, ловкость, чувство ритма. Ритм стиха помогает выполнять движение точно и выразительно.

Итак, подговорки – это малый фольклорный жанр, в котором в стихотворной форме раскрывается техника исполнения танцевального движения, его название. Использование подговорок способствует усвоению танцевальных движений.

Творческий потенциал, самовыражение дошкольника во многом зависят от той базы знаний, умений и навыков, которые они приобретают в детском саду. Важное место в музыкальном воспитании дошкольников отводится музыкально-ритмическим движениям.

В музыкально-ритмических движениях ребенка музыка является «исходным моментом», а движение – средством ее усвоения. В подговорках «исходным моментом» является четкая, выразительная речь.

Красивое исполнение танца, самовыражение каждого ребенка зависят от качества усвоения и выполнения того или иного танцевального движения в отдельности. Подговорки – удобный материал для решения этой задачи. Они образны, музыкальны, ритмичны. Одни из них включают в себя название танцевального движения. Другие отражают технику танцевального движения.

Применение подговорок в непринужденной, игровой форме способствует лучшему усвоению и запоминанию материала. Работать с ними удобно в любых условиях: в самостоятельной музыкальной деятельности, в часы досуга, на утренней гимнастике, в развлечениях, на музыкальных занятиях.

Ходит по двору петух,
Разговаривает вслух:
- Я хозяин во дворе
И бужу всех на заре.

Дети ходят по залу в свободном направлении, высоко поднимая колени и помахивая «крыльями» в ритме четверостишия.

Дружно ножки выставляем,
Танцевать не устаем.
На веселый танец рольку
Всех друзей своих зовем.

Поочередно выставляют вперед, то правую, то левую ногу на пятку. Одновременно раскрывают руки в стороны и возвращают на пояс.

(движение для девочек)
На носок поставим ножку-
Как танцуем, посмотри.
А теперь дружок попробуй
Этот танец повтори.

Поочередно выставляют ноги вперед на носок. Руками придерживают края юбочки.

Шёл мишутка по дорожке-
У него устали ножки.

Выполняют шаг вперед правой ногой, рядом притопывают левой. Затем повторяют движение с левой ноги.

Постоял, сел на пенек
Останавливают и опускаются на правое колено

Больше он идти не мог!
Ложатся на пол – «падают на бок».

Боком, боком все шагаем,
В догонялки мы играем.

Делают правой ногой шаг вправо и приставляют левую ногу рядом

А теперь пойдём домой
По тропиночке лесной.

Делают левой ногой шаг влево
и приставляют правую
Прыг да скок, прыг да скок,
По тропиночке в лесок
Скачут весело ребята.

Скачут с ноги на ногу врассыпную по залу,
руки держат свободно.

Им поможет ветерок!

Останавливаются, машут руками над
головой крест-накрест и опускают
их через стороны вниз.

На диванчике качаюсь
И совсем не устаю.

Выполняют пружинку на двух ногах,
руки держат на поясе

Как пружинка, я сжимаюсь,
Раскручусь и упаду.

Приседают, обняв руками колени.

Ты раздайся, народ-
Меня пляска берет.

Выполняют ногами пружинки, руки широко разводят в стороны,
затем ставят кулачки
на пояс – стоят «подбоченясь».

Я пойду попляшу,
Свой наряд покажу.

Поочередно выставляют ногу на пятку, кружатся на месте.

Ножки рядышком стоят,
Танцевать они хотят.

Легко пружинят на двух ногах,
руки держат на поясе.

Вправо-влево повернись,
Всем друзьям ты улыбнись.

Поворачивают корпус вправо-влево и широко раскрывают руки в
стороны.

Раз-два-три-четыре-пять,
Повернись к тебе опять.

Поворачивают корпус вправо-влево,

ноги держат прямо, руки на поясе.

Не ленись, улыбнись!

Грозят пальчиком

И со мною подружись.

Широко разводят руки в стороны
и обнимают себя.

Слон шагает по дорожке:

Топ, топ, топ, топ.

Идут медленно, высоко поднимая колени.

А за ним шагает кошка:

Топ-топ-топ, топ-топ-топ.

Легко бегут на носках.

(дробный шаг)

Каблучками я стучу,

Пляску русскую учу,

Пляска русская моя

Держат кулачки на поясе и «топают»
на месте или по фразам: движутся
вперед-назад.

Замечательная!

Выполняют поворот на месте,
руки разводят в стороны.

(движение для мальчиков)

Сяду-встану, сяду-встану

И как мячик поскачу!

Приседать я не устану-

Я танцором стать хочу.

Ставят руки на пояс, немного приседают. Выставляют правую ногу
на каблук и снова приседают. Выставляют левую ногу
на каблук и приседают.

Как я топну ногой

Да притопну другой!

Выходи, подружка, в круг,

Танцевать со мной, мой друг.

Кулачки держат на поясе «подбоченясь».

На каждый притоп легко пружинят.

Ты, гармошечка моя

Ноги из положения вместе разводят
в стороны «гармошкой» - чередуя носки и пятки.

Говорушечка!

Переносят вес тела на правую ногу и три раза по ней хлопают. Затем переносят вес тела на левую ногу и еще три раза хлопают.

Ты раскрой свои меха

«гармошкой» сводят ноги в положение вместе.

Да найди мне жениха!

Поочередно поднимают ноги, согнутые в колене, «стульчиком».

Одновременно

сгибают руки вверх к плечам.

(движение для мальчиков)

Вышел козлик погулять,
Стал он прыгать и скакать.

Притопывают правой ногой, подпрыгивая на левой. Активно «помогают» себе руками: держат скрещенные кулачки перед собой, на притопе широко разводят их в стороны и возвращают в исходное положение.

Козлик ножками стучит,

По-козлину кричит:

«Бээ-э-э!»

Делают руками «рожки» и выполняют быстрые перетопы на месте.

Как я топну ногой

Да притопну другой!

Выходи, подружка, в круг,
Танцевать со мной, мой друг.

Кулачки держат на поясе «подбоченясь».

На каждый притоп легко пружинят.

К нам пришла собачка

Руки складывают перед собой, кисти держат свободно

Гав-гав-гав!

Выполняют три притопа или три хлопка в ладоши по коленям, три прыжка на двух ногах и т.п.

Рыжая собачка,

Гав-гав-гав!

Приподнимают руки над головой – держат
«ушки»

Она громко лает,
Гав-гав-гав!

Обхватывают ладонями обе щеки, качают
головой вправо-влево.

Нас она пугает,
Гав-гав-гав!

Грозят пальчиком
Как у наших у ворот
Пляшет весело народ.
Гармонист для всех играет,
Пеню звонко напевает!

На прыжке правой ногой «подбивают»
левую ногу назад, затем «подбивают»
левой ногой правую.

На полянке, на лужайке
Целый день скакали зайки.

Выполняют прыжки на двух ногах; руки,
согнутые в локтях, держат перед собой,
кисти свободные

Веселились, веселились
Делают поворот в прыжке.
К вечеру все утомонились.
Приседают.

Снег-снежок, снег-снежок
Легкий и пушистый.

Обеими руками выполняют махи
над головой

Он на землю тихо-тихо
Падает, ложится.

Кистями выполняют короткие махи
вверх-вниз.

Носок-пятка, перетоп.
Носок-пятка, перетоп.
Вот какие молодцы-
Мы танцоры удалцы!
Я моталочку спляшу,
Малым деткам покажу.

Ножку правую сгибаю
И быстрее выпрямляю.
То же самое с тобой
Повторим другой ногой.
Припадаем мы ножку
И покружимся немножко,
Наши танцы хороши,
Мы танцуем от души!
Мы с подружками «гармошку»
Будем вместе танцевать.
А дружки наши «гармошку»
Будут с нами повторять.
Ножки рядом мы поставим
Танцевать мы их заставим.
Вниз-вверх, как пружинки,
Пляшут наши балеринки.
Ах, как руки у ребят
Веселиться все хотят.
Бей в ладоши, не зевай,
Как Петрушка, повторяй!
Прыг, скок друг за дружкой
Скачут ножки две подружки.
Вверх-вниз прыг да скок
Поскачи и ты дружок!
Ставлю ногу на носок,
А потом на пятку.
И три раза постучу,
Глядя на ребяток.
Ковырялочку, ребята,
Я хочу вам показать.
Вы попробуйте за мною
Все движения повторять.
Я маленький зайчонок,
Скачу куда хочу,
Смотрите, как я ловко
Веревочку кручу!
Гоп, гоп, гоп, гоп,
Получается галоп,
Пятка, пятку догоняй-

Пятка, пятку выбивай!
Все девчонки и мальчишки
Очень рады поплясать.
Скок-пробежка,
Скок – пробежка,
Будем польку танцевать.
Но, лошадки, но, лошадки,
Вы скачите без оглядки,
Ножку правую вперед-
Получается галоп.
Вот лошадки цирковые,
Хороши они, красивы.
Побежали в хоровод,
Станцевали нам галоп.

(перенос тяжести тела с ноги на ногу)

Влево-вправо, влево-вправо,
Маятник качается.
Влево-вправо, влево-вправо
Детям очень нравится.
Шаг-присяду, шаг-присяду
Это танец я учу,
Приседать я не устану,
Я танцором стать хочу!
Шаг-присяду, шаг-присяду,
Спину прямо я держу,
Танцевать себя заставлю,
Даже если не хочу.
Вот лошадки цирковые,
Хороши они, красивы.
Побежали в хоровод,
Станцевали нам галоп.
Я скачу, скачу, скачу
И веревочку кручу.
Ты веревочка крутись,
Пляска русская, учись.
Мы веревочку плетем-
Ногу за ногу ведем,
Раз, два, три, четыре, пять-
Начинаем все опять.

В гости к нам пришли зверюшки,
Им покажем топатушки,
Постучим мы ножками,
Протопочем им дорожку мы.
Мы веселые игрушки,
Пляшем танец «топатушки»
Ножками мы топаем
И в ладоши хлопаем.
На одной ноге постой-ка,
Будто ты солдатик стойкий.
Ногу правую держи,
Да смотри не упади.
А теперь постой на левой,
Если ты солдатик смелый!
Галоп, галоп—
У лошадок нет хлопот.
Шире, шире, шире шаг,
Ветерок свистит в ушах.
Рысью побежали – цок, цок, цок, цок.
Вожжи натянули – стоп, стоп, стоп.
Поскакали по тропинке,
Прыг-скок, прыг-скок.
У ребят прямые спинки,
Прыг-скок, прыг-скок.
Прыгаем, как мячики,
Девочки и мальчики,
А теперь шагаем вместе
На одном и том же месте.
Раз, два! Не зевай!
Ноги выше поднимай!