

## ЭТЮДЫ НА ВЫРАЗИТЕЛЬНОСТЬ ЖЕСТА

### «Это я! Это моё!» (для детей 4—5 лет)

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

Выразительные движения: Рука согнута в локте, указательный палец направлен на грудь: «Я!» Идея обладания более обширного «я» выражается более или менее сильным прижатием кисти к груди: «Моё, принадлежит мне!»

### «Заколдованный ребёнок» (для детей 5—6 лет)

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

### «Сколько звуков» (для детей 5—6 лет)

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

### «Вот он какой!» (для детей 5—6 лет)

Ребенок должен без слов рассказать о размерах и форме хорошо известных ему предметов. Он воспроизводит отчётливые жесты, которые характеризуют предмет: маленький, большой, заостренный, крупный, круглый, четырехугольный, мелкий, длинный, короткий.

### «Тише!» (для детей 3—4 лет)

Два мышонка должны перейти дорогу, на которой спит котенок. Они, то идут на носочках, то останавливаются и знаками показывают друг другу: «Тише!»

Этюд сопровождается музыкой  
Б. Берлина «Спящий котёнок».

Выразительные движения: Шея вытянута вперед, указательный палец приставлен к сжатым губам, брови «идут вверх».

### «Отдай!» (для детей 4—5 лет)

Ребенок требует отдать ему игрушку.

Выразительные движения: Кисти рук держать горизонтально ладонями кверху.

### «Иди ко мне» (для детей 3—4 лет)

Мальчик манит к себе малышку, которая учится ходить самостоятельно.  
Выразительные движения: Присесть, обе руки вытянуты навстречу малышу.

### «Уходи!» (для детей 3—4 лет).

Ребенок отталкивает обидчика.

Выразительные движения: Кисти рук держать вертикально, ладонями наружу.

### «До свидания!» (для детей 3—4 лет)

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

### «Не покажу!» (для детей 5—6 лет)

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

### «Я не знаю!» (для детей 6—7 лет).

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

Выразительные движения: Приподняты брови, опущены уголки рта, приподняты на миг плечи, руки слегка разводятся, ладони раскрыты.

### «Игра с камушками» (для детей 5—6 лет)

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

### «Дружная семья» (для детей 6—7 лет)

Дети сидят на стульях, расставленных по кругу. Каждый занят каким-нибудь делом: один лепит из пластилина шарики, другой вколачивает в дощечку маленькие гвоздики, кто-то рисует, кто-то шьет или вяжет и т. п. Приятно смотреть на семью, в которой все так дружно работают. Дети должны производить руками манипуляции так, словно в руках у них не воображаемые предметы, а вполне реальные.  
Этюд сопровождается музыкой Р. Паулса «Золотой клубочек».

«**Возьми и передай!**» (для детей 6—7 лет).

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

## **ЭТЮДЫ НА ТРЕНИРОВКУ ОТДЕЛЬНЫХ ГРУПП МЫШЦ (двигательная деятельность)**

### ***Этюды на расслабление мышц***

«**Штанга**» (для детей 5—6 лет)

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

«**Каждый спит**» (для детей 5 - 6 лет)

В зал входит ведущий и видит...  
На дворе встречает он  
Тьму людей, и каждый спит:  
Тот, как вкопанный, сидит,  
Тот, не двигаясь, идет,  
Тот стоит, раскрывши рот.

*(В. Л. Жуковский)*

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

«**Сосулька**» (для детей 4 лет)

У нас под крышей  
Белый гвоздь висит,  
Солнце взойдет,  
Гвоздь упадет.

*(В. Селиверстов)*

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

«**Шалтай-Болтай**» (для детей 4—5 лет)

Шалтай-Болтай  
Сидел на стене.  
Шалтай-Болтай  
Свалился во сне.  
*(С. Маршак)*

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

«**Винт**» (для детей 5—6 лет)

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

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

«**Насос и мяч**» (для детей 6—7 лет)

Играют двое. Один — большой надувной мяч, другой насосом надувает этот мяч. Мяч стоит, обмякнув всем телом, на полусогнутых ногах; руки, шея расслаблены. Корпус отклонен несколько вперед, голова опущена (мяч не наполнен воздухом). Товарищ начинает надувать мяч, сопровождая движение рук (они качают воздух) звуком «с». С каждой подачей воздуха мяч надувается все больше. Услышав первый звук «с», он вдыхает порцию воздуха, одновременно выпрямляя ноги в коленях, после второго «с» выпрямилось туловище, после третьего у мяча поднимается голова, после четвертого надулись щеки и даже руки отошли от боков. Мяч надут. Насос перестал накачивать. Товарищ выдергивает из мяча шланг насоса... Из мяча с силой выходит воздух со звуком «ш». Тело вновь обмякло, вернулось в исходное положение. Играющие меняются ролями.

«**Качели**» (для детей 6—7 лет)

Ребенок стоя качается на качелях.

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

Этюд сопровождается музыкой Я. Степовой «На качелях».

«**Петрушка прыгает**» (для детей 4—5 лет)

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

*Выразительные движения:* Ноги согнуты в коленях, корпус тела слегка наклонен вперед, руки висят вдоль тела, голова наклонена вниз.

Этюд сопровождается музыкой Д. Кабалевского «Клоуны».

### «Кукушонок кланяется» (для детей 4—5 лет)

Кукушка кукушонку купила  
капюшон.  
Кукушкин кукушонок  
В капюшоне смешон.

Этюд сопровождается музыкой «Кукушка кукушонку». Во время этюда ребенок наклоняет корпус вперед - вниз без всякого напряжения, как бы бросая его, затем выпрямляет корпус.

### «Спать хочется» (для детей 5—6 лет)

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

Этюд сопровождается музыкой В. Дублянского «Тихая ночь».

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

### «Спящий котенок» (для детей 3—4 лет)

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

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

### «Конкурс лентяев» (для детей 5—6 лет)

Ведущий читает стихотворение В. Викторова «Конкурс лентяев»:

|                 |                              |
|-----------------|------------------------------|
| Хоть и жарко,   | Сладко спит                  |
| Хоть и зной,    | В норе прохладной.           |
| Занят весь      | Лежебока видит сон,          |
| Народ лесной.   | Будто делом занят он.        |
| Лишь барсук —   | На заре и на закате          |
| Лентяй изрядный | Все не слезть ему с кровати. |

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

### «Фея сна» (для детей 5—6 лет)

Дети сидят на стульях, стоящих по кругу на достаточно большом расстоянии друг от друга. Звучит «Колыбельная» К. Дуйсекеева. К детям подходит девочка с тоненькой палочкой в руке - это фея сна (мальчик — волшебник). Фея касается плеча одного из играющих палочкой, тот засыпает

(наклоняет голову и закрывает глаза). Затем фея обходит остальных детей, касаясь их волшебной палочкой... Фея смотрит на детей: все спят, улыбается и тихонько уходит.

### «Факиры» (для детей 5—6 лет)

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

### «Пылесос и пылинки» (для детей 6—7 лет)

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

## Психомышечная тренировка

### «Медвежата в берлоге» (вводная игра) (для детей 4-5 лет)

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

**1. Игра с шишками** (на напряжение и расслабление мышц рук) Мама-медведица бросает медвежатам шишки. Они ловят их и с силой сжимают в лапках. Шишки размываются на мелкие кусочки. Медвежата откидывают их в тела стороны и роняют лапки вдоль тела – лапки отдыхают. Мама снова кидает шишки медвежатам.

**2. Игра с пчёлкой** (на напряжение и расслабление мышц ног). Медведица зовёт золотую пчёлку поиграть с медвежатами. Дети поднимают колени, делая домики. Пчелка пролетает под коленями. Мама-медведица говорит: «Летит!», и медвежата дружно распрямляют свои ножки, но ловкая пчелка не попала.

Повторить игру 2—3 раза.

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

Мама-медведица ушла. Подул холодный северный ветер и пробрался сквозь щелки в берлогу. Медвежата замёрзли. Они сжались в маленькие клубочки - греются. Стало жарко. Медвежата развернулись. Опять подул северный ветер. Повторить игру 2—3 раза.

#### **4. Игра с шарфиком** (на расслабление мышцы шеи).

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

#### **5. Пчелка мешает спать** (игра лицевых мускулов).

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

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

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

**Вариант отдыха.** Ведущий предлагает детям удобно устроиться, расслабиться и слушать с закрытыми глазами ласковую музыку Н. Рот. «Говорите тише». С окончанием музыки дети открывают глаза и тихо встают. Для детей с 4—5 лет.

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

### **«На берегу моря»** (вводная игра) (для детей 6—7 лет)

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

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

Набрать в руки воображаемый песок (на вдохе). Сильно сжав пальцы в кулак, удержать песок в руках (задержка дыхания). Посыпать колени песком, постепенно раскрывая пальцы (на выдохе). Стряхивать песок с рук, расслабляя кисти и пальцы. Уронить бессильно руки вдоль тела: лень двигать тяжелыми руками. Повторить игру с песком 2—3 раза.

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

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

Повторить игру 2—3 раза.

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

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

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

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

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

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

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

#### **6. Отдых. Сон на берегу моря.**

Дети слушают шум моря (В. Успенский). Ведущий говорит детям, что им снится всем один и тот же сон, и рассказывает его содержание: дети видят во сне то, что они делали на занятии (закрепление полученных впечатлений и навыков). (Пауза.) Ведущий сообщает, по какому сигналу дети проснутся (по счету, когда заиграет дудочка, и т. д.). (Пауза.) Звучит сигнал. Дети энергично (или, если этого требует ситуация, медленно и спокойно) встают. Тренировка закончена.

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

## **ЭТЮДЫ НА ВЫРАЖЕНИЕ ОСНОВНЫХ ЭМОЦИЙ**

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

#### **«Собака принюхивается»** (для детей 6—7 лет)

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

#### **«Лисичка подслушивает»** (для детей 3—4 лет)

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

Выразительные движения: голова наклонена в сторону (слушает, подставляет ухо), взгляд направлен в другую сторону, рот полуоткрыт.

Поза: Нога выставлена вперед, корпус тела слегка наклонен кпереди.

#### **«Что там происходит?»** (для детей 5—6 лет)

Мальчики стояли в тесном кружке и что-то делали, наклонив головы вниз. В нескольких шагах от них остановилась девочка.

«Что там происходит?» — подумала она, но ближе подойти не решилась.

Выразительные движения: Голова поворачивается в сторону происходящего действия, пристальный взгляд. Поза.

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

#### **«Кузнечик»** (для детей 4—5 лет)

Девочка гуляла в саду и вдруг увидела большого зеленого кузнечика. Стала она к нему подкрадываться. Только протянула руки, чтобы прикрыть его ладошками, а он прыг — и вот уже стрекочет совсем в другом месте.

Выразительные движения: Шея вытянута вперед, пристальный взгляд, туловище слегка наклонено вперед, ступать на кончики пальцев.

#### **«Любопытный»** (для детей 6—7 лет)

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

#### **«Сосредоточенность»** (для детей 7—8 лет)

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

Выразительные движения: Левая рука упирается локтем о стол и поддерживает голову, наклоненную влево; указательный палец правой руки двигается по воображаемой карте.

Мимика: Слегка сощуренные глаза, нижняя губа закушена.

#### **«Раздумье»** (для детей 6—7 лет)

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

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

Выразительные движения: Ребенок стоит, руки сложены на груди или одна рука на груди поддерживает другую руку, на которую опирается подбородок.

### **Этюды на выражение удивления**

#### **«Удивление»** (для детей 4—5 лет)

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

Мимика: Рот раскрыт, брови и верхние веки приподняты.

#### **«Круглые глаза»** (для детей 6—7 лет)

Однажды первоклассник Артур подсмотрел в подъезде удивительную сценку и написал об этом рассказ: «Я шел из школы. Я зашел в подъезд и увидел, что бегают тряпка. Я поднял тряпку и увидел, что там котенок». Ведущий предлагает детям показать, какие круглые глаза были у мальчика, когда он увидел живую тряпку.

#### **«Вожатый удивился»** (для детей 8—9 лет)

Ведущий читает отрывок из стихотворения С. Маршака «Рассеянный с улицы Бассейной».

|                    |                       |
|--------------------|-----------------------|
| Однажды на трамвае | Во что бы то ни стало |
| Он ехал на вокзал  | Мне надо выходить.    |
| И, двери открывая, | Нельзя ли у трамвала  |
| Вожатому сказал:   | Вокзай остановить?    |
| — Глубокоуважаемый | Вожатый удивился —    |
| Вагоноуважаемый!   | Трамвай остановился.  |
| Вагоноуважаемый    | Вот какой рассеянный  |
| Глубокоуважаемый!  | С улицы Бассейной!    |

Затем выбирают ребенка на роль вагоновожатого. К нему со странной просьбой обратился человек рассеянный с улицы Бассейной.

Поза. Ребенок смотрит на говорящего, руки бессильно падают вниз или одна рука прикрывает рот, как бы с целью сдержать восклицание.

Мимика. Брови и верхние веки приподнимаются.

## Этюды на выражение удовольствия и радости

### «Золотые капельки» (для детей 4—5 лет)

Идет теплый дождь. Пляшут пузырьки в лужах. Из-за тучки выглянуло солнце. Дождь стал золотым. Ребенок подставляет лицо золотым капелькам дождя. Приятен теплый летний дождь.

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

Выразительные движения: Голова запрокинута, рот полуоткрыт, глаза закрыты, мышцы лица расслаблены, плечи опущены.

### «Цветок» (для детей 4—5 лет)

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

Выразительные движения: Сесть на корточки, голову и руки опустить; поднимается голова, распрямляется корпус, руки поднимаются в стороны — цветок расцвел; голова слегка откидывается назад, медленно поворачивается вслед за солнцем.

Мимика. Глаза полузакрыты, улыбка, мышцы лица расслаблены.

### «Ласка» (для детей 4—5 лет)

Мальчик с улыбкой гладит и прижимает к себе пушистого котенка. Котенок прикрывает глаза от удовольствия, мурлычет и выражает расположение к своему хозяину тем, что трется головой о его руки.

### «Вкусные конфеты» (для детей 3—4 лет)

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

Этюд сопровождается музыкой Т. Кассерна «Медовые конфетки».

Мимика: Жевательные движения, улыбка.

### «Медвежата выздоровели» (для детей 4—5 лет)

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

Выразительные движения: Положение сидя, ноги раздвинуты, тело отклонено назад, подбородок слегка приподнят, улыбка.

### «Первый снег» (для детей 4—5 лет)

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

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

Утром глянул я чуть свет:  
Двор по-зимнему одет.  
Распахнул я настежь двери,  
В сад гляжу, глазам не верю.  
Эй! Смотрите, чудеса —  
Опустились небеса!  
Было облако над нами,  
Оказалось под ногами.

(А. Гунули)

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

Выразительные движения: Откинута назад голова, приподнятые брови, на лице улыбка.

### «Жар-птица» (для детей 6—7 лет)

В царском саду росла яблоня с золотыми яблочками. Стала на эту яблоню прилетать жар-птица и клевать золотые яблочки. Царь приказал своим сыновьям сторожить яблоню. На третью ночь караулить выпало Ивану-

царевичу. Вот притаился он под яблоней и стал ждать... В полночь прилетела жар-птица и села на яблоню. Дивится Иван-царевич на жар-птицу. Вся-то она из золота, глаза у нее хрустальные, и сияют ее перышки так, что в саду стало светло как днем. Выпрямился Иван-царевич и схватил жар-птицу за хвост, но вырвалась жар-птица из его рук и улетела, а в руках у Ивана-царевича осталось всего одно перо из ее хвоста. Поднял он руку с пером жар-птицы — засияло, засветилось все вокруг, и пошел Иван-царевич во дворец. Все, кто встречался ему по дороге, останавливались и изумлялись дивному свету от золотого пера жар-птицы.

Выразительные движения. Вытянутая вперед шея, откинута назад голова, поднятые брови, широко раскрытые глаза, улыбка. Поза. Вес тела перенести на ногу, стоящую впереди, руки тянутся к предмету восхищения.

### «Любящие родители» (для детей 4—5 лет)

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

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

### «Карлсон» (для детей 5—6 лет)

Ведущий предлагает детям отгадать загадку:

Мой дом — у вас на крыше!  
Я каждому знаком!  
И мой пропеллер слышен  
Над вашим чердаком!

(М. Танин)

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

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

### «Встреча с другом» (для детей 6—7 лет)

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

Выразительные движения. Объятие, улыбка.

### «Битва» (для детей 6—7 лет)

В зале звучит музыка П. Хоффера «Битва».

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

Выразительные движения. 1. У исполнителя роли змея-горыныча голова и кисти рук — это головы змея-горыныча. Они качаются, делают выпады в сторону Ивана-царевича, никнут по очереди (срубленные), поднимаются (вырастают новые). Иван-царевич с видимым усилием размахивает воображаемым мечом. 2. Поза и мимика победителя. Плечи развернуты, ноги слегка расставлены, голова откинута, брови приподняты, губы тронуты улыбкой.

### «Я — грозный боец» (для детей 5—6 лет)

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

Вот пегий мой конь,  
Вот сабля моя,  
И открыть я огонь  
Могу из ружья.  
Я — грозный боец,  
И очень силен,  
И, как взрослый храбрец,  
В боях закалён.

(Я. Карпов)

### «Два клоуна» (для детей 5—6 лет)

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

Выразительные движения. Голова откинута, рот широко раскрыт, губы растянуты улыбкой, брови приподняты, глаза слегка прищурены.

### «Новая кукла» (для детей 3—4 лет)

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

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

### «Ключ нашёлся» (для детей 7—8 лет)

Мальчик учится в школе. Он приходит домой раньше своих родителей, поэтому у него есть свой ключ от квартиры. Вот и сейчас он достанет ключ, откроет дверь, войдет в свою комнату, положит портфель, быстро поест и

пойдет гулять... Но где, же ключ? Мальчик ищет его и в портфеле, и в карманах, и вокруг себя на полу... Нет ключа! Мальчик расстроился: мама и папа придут с работы поздно, да и попадет ему за потерю. Он пошел на улицу и стал искать там. Искал он долго и, когда уже собрался заплакать, вдруг увидел ключ под скамейкой (или висящим на веточке куста). Мальчик схватил ключ и от радости даже запрыгал вокруг скамейки, а потом вприпрыжку побежал домой.

### «Негаданная радость» (для детей 5—6 лет)

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

— Заканчивайте, ребята, свою игру. Через час мы идем в цирк! Мама подняла руку и показала билеты. Мальчики сначала замерли, а потом пустились плясать вокруг мамы.

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

### «Праздничное настроение» (для детей 6—7 лет).

Дети делятся на две группы. Первая группа стоит вдоль стены. Вторая группа идет по кругу под музыку Н. Римского-Корсакова (вступление к 1-му акту оперы «Сказка о царе Салтане», отрывок) торжественным маршем и, проходя мимо стоящей у стены группы, приветствует ее поднятием вверх правой руки.

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

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

### «Правильное решение» (для детей 8—9 лет).

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

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

### «Чунга-Чанга» (для детей 6—7 лет)

Путешественник пристал на своем корабле к Волшебному острову, где все

всегда радостны и беззаботны. Едва он сошел на берег, как его окружили жители чудесного острова — маленькие чернокожие дети. И на мальчиках, и на девочках были надеты одинаковые пестрые юбочки, на ногах и руках у них звенели браслеты с колокольчиками, в ушах у всех были круглые серьги, на шее — бусы, а в волосах — красивые перья. С веселой улыбкой они стали пританцовывать под музыку В. Шаинского «Чунга-Чанга» вокруг путешественника и петь:

Чудо-остров, Чудо-остров,  
Жить на нем легко и просто,  
Чунга-Чанга!

Путешественник решил навсегда остаться на этом острове.

### «Хорошее настроение» (для детей 5—6 лет)

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

Выразительные движения:

Походка: быстрый шаг, иногда переходящий на поскоки.

Мимика: Улыбка.

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

### «Маме улыбаемся» (для детей 3—4 лет).

Ведущий поёт песенку «Маме улыбаемся» В. Агафонникова.

Ой, лады, лады, лады,  
Не боимся мы воды,  
Чисто умываемся - вот так!  
Маме улыбаемся - вот так!

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

1-я строчка — хлопают в ладоши.

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

3-я строчка — гладят по кругу свои щеки.

4-я строчка — опускают руки и улыбаются.

### «Смелый наездник» (для детей 4—5 лет).

Звучит музыка Р. Шумана «Смелый наездник». Ребенок скачет на коне

Я горжусь своим конем,  
Он летит, как ветер.  
Обгоняю я на нем  
Всех коней на свете.

(3. Петрова)

### «После дождя» (для детей 4—5 лет)

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

### «Игры в воде» (для детей 6—7 лет)

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

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

## Этюды на выражение страдания и печали

### «Стрекоза замерзла» (для детей 4—5 лет)

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

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

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

Мимика. Приподнятые и сдвинутые брови; стучать зубами.

### «Северный полюс» (для детей 4—5 лет)

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

«Лети, лети, лепесток,  
Через запад на восток,  
Через север, через юг,  
Возвращайся, сделав круг.

Лишь коснешься ты земли —  
Быть, по-моему, вели.  
Вели, чтобы я была на Северном полюсе!»

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

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

### «Ой, ой, живот болит» (для детей 4—5 лет)

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

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

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

Выразительные движения: Брови приподняты и сдвинуты, глаза прищурены; туловище согнуто, живот втянут; руки прижаты к животу.

### «Очень худой ребенок» (для детей 6—7 лет)

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

|   |  |
|---|--|
| Это кто там печально<br>идет? И печальную<br>песню поет? Муравей<br>пробежал, Повалил его<br>с ног, И вот он лежит<br>одинок, Муравей<br>повалил его с ног, | До калитки дошел,<br>Но дальше идти он не смог!<br>Он каши, он каши, он каши не ел,<br>Худел, худел, болел, слабел!<br>И вот он лежит одинок,<br>Муравей повалил его с ног!<br>(Э. Мошковская) |
|---|--|

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

### «Старый гриб» (для детей 6—7 лет)

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

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

### «Я так устал» (для детей 5—6 лет)

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

Я так устал,  
Я очень устал.

Звучит музыка Д. Г. Тюрка «Я так устал».

Выразительные движения: Стоять, руки висят вдоль тела; плечи опущены.

### «Золушка» (для детей 5—6 лет)

В зале звучит музыка М. Воловаца «Золушка и принц» (отрывок). Девочка изображает Золушку, которая приходит домой после бала очень печальной: она потеряла туфельку...

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

### «Остров плакс» (для детей 5—6 лет)

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

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

Мимика. Брови приподняты и сдвинуты, рот полуоткрыт.

## Этюды на выражение отвращения и презрения

### «Соленый чай» (для детей 5—6 лет)

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

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

Выразительные движения: Голова наклонена назад, брови нахмурены, глаза сощурены, верхняя губа подтягивается к носу, нос сморщен — ребенок выглядит так, словно он подавился и сплевывает.

### «Грязная бумажка» (для детей 5—6 лет)

На полу в коридоре лежит грязная бумажка. Ее надо поднять и выбросить. Мальчик брезглив... Ему кажется, что эта бумажка из туалета. Наконец он пересиливает свое отвращение, берет бумажку кончиками двух пальцев и, отведя руку в сторону, относит ее в ведро для мусора.

(«Грязная» бумага делается из чистой, которая закрашивается акварельными красками в неопределенный цвет и затем мнется. Если брезгливый ребенок не решается ее поднять, то на следующем занятии он совместно с другими детьми изготавливает «грязную» бумагу сам, т. е. сам

раскрашивает, мнет и бросает ее на пол. Затем проводится игра.)

### «Грязь» (для детей 5—6 лет)

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

Выразительные движения: Походка должна производить впечатление, что ребенок идет по грязи, ступая на кончики пальцев как бы нехотя и делая вид, что он выбирает более чистое место.

### «Девочка, наступившая на хлеб» (для детей 8—9 лет)

В одной из своих сказок Г.-Х. Андерсен рассказал о девочке Инге. Инге была прехорошенькой, но вместе с тем гордой и спесивой. Жила она у богатых людей, а мать у нее была бедной. Инге стыдилась бедности матери. Однажды ее послали навестить мать.

«Инге нарядилась в самое лучшее платье, надела новые башмаки, приподняла платьице и осторожно пошла по дороге, стараясь не запачкать башмачков,— ну, за это упрекать нечего. Но вот тропинка свернула на болото, идти надо было по грязи. Не долго думая, Инге бросила в грязь свой хлеб, чтобы наступить на него и перейти лужу, не замочив ног. Но едва она ступила на хлеб одной ногой, а другую приподняла, собираясь шагнуть на сухое место, хлеб стал погружаться с нею все глубже и глубже в землю,— только черные пузыри пошли по луже!»

Инге провалилась к Болотнице. Болотница жила на болоте и варила там пиво. «Помойка — светлый роскошный покой по сравнению с пивоварней Болотницы! От каждого чана разит так, что человека тошнит, а таких чанов видимо-невидимо, и стоят они плотно-плотно один возле другого; если же между некоторыми и отыщется щелочка, то тут сейчас же наткнешься на съездившихся в комочек мокрых жаб и жирных лягушек. Да, вот куда попала Инге! Очнувшись среди этого холодного, отвратительного живого месива, Инге задрожала и почувствовала, что ее тело начинает коченеть». Инге превратилась в каменную девочку.

(Дети по очереди показывают позу каменной девочки и выражение ее лица, застывшее в брезгливой гримасе.)

### «Гадкий утенок» (для детей 6—7 лет)

Дети вместе с ведущим вспоминают сказку Г.-Х. Андерсена «Гадкий утенок», затем разыгрывают эпизод на птичьем дворе. В нем птицы и человек демонстрируют свое презрительное и брезгливое отношение к утенку, который не был похож на других утят. Они считали его безобразным и гадким. «Все гнали бедного утенка, даже братья и сестры сердито говорили ему: «Хоть бы кошка утащила тебя, несносный урод!» А мать прибавляла: «Глаза бы на тебя не глядели!» Утки щипали его, куры клевали, а девушка, которая давала птицам корм, толкала ногою».

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

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

### «Дюймовочка у майских жуков» (для детей 7—8 лет)

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

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

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

— У нее только две ножки! Жалко смотреть!

— У нее нет усиков!

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

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

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

**Выразительные движения:** Смотреть сверху вниз; голова откинута назад, брови приподняты, лицо вытянуто. Выразить пренебрежение движением: отстраняться, отходить от презираемого существа, как бы испытывая тошноту.

## Этюды на выражение гнева

### «Сердитый дедушка» (для детей 4—5 лет)

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

**Мимика:** Нахмуренные брови.

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

### «Король Боровик не в духе» (для детей 4—5 лет)

Ведущий читает стихотворение, а ребенок действует согласно тексту.

Шел король Боровик  
Через лес напрямик.

Он грозил кулаком  
И стучал каблуком.  
Был король Боровик не в духе:  
Короля покусали мухи.

(В. Приходьт)

### «Хмурый орел» (для детей 7—8 лет)

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

Вот за решеткой хмур и зол  
Сидит орел.  
Могучих крыльев гордый взмах  
Внушает страх.  
Давно ль громады грозных скал  
Он облетал  
И камнем падал свысока  
На врага.  
Он был свободный властелин  
Седых вершин.  
Теперь в неволе, хмур и зол,  
Сидит орел.

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

### «Гневная Гиена» (для детей 6—7 лет)

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

Я страшная Гиена,  
Я гневная Гиена,  
От гнева на моих губах  
Всегда вскипает пена.

**Выразительные движения.** Усиленная жестикуляция.

**Мимика:** Сдвинутые брови, сморщенный нос, оттопыренные губы.

### «Разъяренная медведица» (для детей 6—7 лет)

На лесной полянке мальчик увидел маленького медвежонка. Медвежонок подбежал к мальчику и стал хватать его за ноги передними лапами, как бы приглашая поиграть с ним. Медвежонок был смешным и веселым. Почему бы с таким пушистым несмышленишкой и не поиграть? Вдруг послышалось какое-то громкое урчание, и мальчик увидел, что на него, поднявшись на задние лапы, идет медведица. Мальчик подбежал к большому дереву и быстро влез на него. Медведица не полезла на дерево за мальчиком, а стала яростно царапать ствол когтями, рычать, злобно глядя на мальчика. Вдруг где-то далеко заскулил медвежонок. Медведица оставила дерево и побежала

выручать медвежонка теперь уже из настоящей беды. Мальчик еще немного посидел на дереве, потом спустился и побежал домой.

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

### «Два сердитых мальчика» (для детей 4—5 лет)

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

## Этюды на выражение страха

### «Лисенок боится» (для детей 3—4 лет)

Лисенок увидел на другом берегу ручья свою маму, но он не решается войти в воду. Вода такая холодная, да и глубоко тут.

Выразительные движения: Поставить ногу вперед на носок, потом вернуть ногу на место. Повторить это движение несколько раз. Для большей выразительности можно имитировать стряхивание с ноги воображаемых капелек воды.

### «Собака лает и хватается за пятки» (для детей 3—4 лет)

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

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

### «Страх» (для детей 5—6 лет)

Мальчик боится одиночества. Он неподвижно сидит на стуле и со страхом смотрит на дверь... Вдруг в другой комнате кто-то притаился, что тогда? За время этюда звучит музыка Н. Мяковского «Тревожная колыбельная».

Выразительные движения: Голова откинута назад и втянута в плечи.

Мимика: Брови идут вверх, глаза расширены, рот раскрыт как бы для восклицания.

### «Гроза» (для детей 4—5 лет)

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

Звучит музыка М. Раухвергера «Гром».

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

зрелище.

### «Момент отчаяния» (для детей 5—6 лет)

Ребенок приехал с родителями в чужой город. На вокзале он отстал от них. Мальчик вышел на привокзальную площадь. Он в смятении, не знает, куда идти. Звучит музыка НЛ Лысенко «Момент отчаяния» (отрывок).

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

### «Ночные звуки» (для детей 6—7 лет)

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

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

Когда перестает звучать музыка, включают свет. Этюд закончен. Все дети подходят к ребенку, изображавшему утенка, и по очереди слушают, как сильно и гулко бьется у него сердце.

## Этюды на выражение вины и стыда

### «Провинившийся» (для детей 4—5 лет)

Мальчик разбил вазу, и мама его ругает. Он чувствует свою вину.

Выразительные движения: Голова наклонена вперед и втянута в плечи, плечи приподняты; ноги прямые, пятки сдвинуты; руки висят вдоль тела.

Мимика: Брови идут вверх и сдвигаются, уголки губ опущены.

### «Ваське стыдно» (для детей 3—4 лет)

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

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

Пришла Галя домой, увидела, что ее кукла лежит на полу, подняла куклу и

стала ругать Ваську: «Зачем ты, Васька, мою куклу уронил?» А Васька стоит, голову опустил: стыдно ему. Прослушав рассказ, дети по очереди показывают, как стыдно было коту Ваське.

### «Стыдно» (для детей 4—5 лет)

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

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

### «Чуня просит прощения» (для детей 5—6 лет)

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

Где вы, верные друзья? Чуне  
помогите! За бахвальство и за смех  
Вы меня простите.

(В. Соколов, Т. Дмитриева)

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

## ЭТЮДЫ НА ВЫРАЖЕНИЕ РАЗЛИЧНЫХ ЭМОЦИЙ

### «Таня-плакса» (для детей 4—5 лет)

Дети водят хоровод, в центре его Таня, и читают стихотворение:

Наша Таня громко плачет:  
Уронила в речку мячик.  
— Тише, Танечка, не плачь:  
Не утонет в речке мяч.

(А. Барто)

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

### «Поссорились и помирились» (для детей 4—5 лет)

Два ребенка изображают сначала поссорившихся детей.

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

Затем помирившихся.

**Выразительные движения:** Дети поворачиваются лицом друг к другу и,

улыбаясь, берутся за руки, весело кружатся в танце. В конце обнимаются.

Звучит музыка Т. Вилькорейской «Помирились».

### «Разные настроения» (для детей 4—5 лет)

Ох, как плачет малыш —  
Что медведь рычит.  
А смеется малыш —  
Что ручей журчит.  
А уж слезы текут —  
Будто дождик льет.  
Улыбается малыш —  
Будто солнце взойдет.  
Вот какой малыш —  
Сын мой.

Ведущий читает стихотворение Е. Юдина «Вот какой малыш», а ребенок изображает мимикой различные эмоциональные состояния, описанные в тексте.

### «Разное настроение» (для детей 5—6 лет)

Капризуля, мальчик Марк,  
Не унять его никак.  
Улыбнется он на миг,  
Засияет солнца лик.

(Н. Померанцева)

Дети по очереди мимикой показывают эмоциональное состояние мальчика Марка.

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

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

Во время игры звучит музыка Г. Хакензака «Капризуля, мальчик Марк». В игре используется музыка Д. Львова-Компанейца «Хорошее настроение», П. Христова «Золотые капельки», К. Караева «Сцена грозы» (отрывок), венгерская народная мелодия

### «Снегурочка» (для детей 4—5 лет)

Ведущий рассказывает сказку «Снегурочка».

Затем дети изображают удивление и радость старика со старухой, когда они увидели живую Снегурочку.

**Выразительные движения:**

1. Удивление: раскрыть рот, приподнять брови.
2. Радость: широко улыбнуться.

### «Прогулка» (для детей 5—6 лет)

Летний день. Дети гуляют (этюд «Хорошее настроение»). Пошел дождь (этюд «Золотые капельки»). Дети бегут домой. Прибежали они вовремя, начинается гроза (этюд «Гроза»). Гроза быстро прошла, перестал идти дождь. Дети снова вышли на улицу и стали бегать по лужам (этюд «После дождя»).

### «Что в углу?» (для детей 6—7 лет)

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

Что виднеется в углу  
С черной тенью на полу,  
Непонятное, немое,  
Не пойму и сам какое, Человек  
или предмет?  
Ах, скорей зажгите свет!

Вдруг оно сейчас подскочит,  
Утащить меня захочет?  
Вдруг, издав ужасный стон,  
Побежит за мной вдогон?  
Схватит? Стащит одеяло  
Свет зажгли — мне стыдно стало.  
Я ошибся. Виноват  
Это — дедушкин халат!

Затем мальчик открывает глаза — ему делается страшно. Входит бабушка и включает свет. Мальчику стало стыдно.

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

### «Потерялся» (для детей 5—6 лет)

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

### «Змей-Горыныч» (для детей 5—6 лет)

Сказочный город (поставленные по кругу стулья). В нем живут царевич, царевна и ремесленники. Сторожит город Стражник. Иван-царевич уходит на охоту. Царевна вышивает. Ремесленники заняты каждый своим делом (кузнец кует, маляр красит и т. д.). Стражник обходит город. Налетает Змей-Горыныч.

(Звучит музыка П. Чайковского «Баба-яга»). Он смертельно ранит Стражника, убивает ремесленников, а царевну уносит (уводит) в свою пещеру (специально поставленные стулья). Змей-Горыныч летает перед входом в пещеру, сторожит царевну. Иван-царевич возвращается с охоты. Стражник приподнимается, показывает направление, куда Змей-Горыныч унес царевну, бессильно падает. Иван-царевич берет меч и идет сражаться со Змеем-Горынычем (этюд «Битва»). Звучит музыка Б. Хоффера «Битва»). Борется и побеждает его. Как только Змей-Горыныч падает, стражник и ремесленники оживают, а из пещеры выходит царевна. Иван-царевич ведет царевну в город. Царевна снова вышивает, ремесленники работают. Стражник обходит город, а Иван-царевич собирается на охоту.

### «Три подружки» (для детей 5—6 лет)

Жили-были три подружки: свинка Хрюшка, кошка Мурка и утка Крякушка. Однажды в теплый летний день они пошли гулять. На них были новые платья, и мамы наказали им строго-настрого не пачкаться и далеко друг от друга не уходить. Но Мурка, гоняясь за птичкой (этюд «Кузнечик»), зацепилась за пенек и разорвала платье, а Хрюшке захотелось полежать и понежиться в луже (этюд «Лентяй»). Утка Крякушка потеряла шляпу и башмачок, когда помогала Хрюшке вылезти из лужи. Вот идут они после прогулки, опустив головы, громко плача... Что-то будет? Что скажут мамы (этюд «Остров плакс»)? Мамы встретили малышей около дома, страшно удивились тэтюд «Удивление»), рассердились и хотели их наказать (этюд «Провинившийся»). Но когда они узнали, как Крякушка спасала Хрюшку, перестали браниться и даже похвалили ее!

### «Пожар» (для детей 6—7 лет)

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

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

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

языки жаркого пламени, огонь побежал по стене, и ребята оказались отрезанными и от воды, и от выхода из квартиры.

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

Ребята очнулись в больнице. Возле них сидела их мама, рядом стоял доктор. Братья сразу же все вспомнили. Мальчики горько заплакали, стали просить прощения у мамы и обещали доктору никогда больше не играть со спичками. Когда дети успокоились, мама рассказала сыновьям, как к ним домой приезжали пожарные, как они вынесли ребят из огня и тушили пожар.

### «В темной норе» (для детей 4—5 лет)

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

### «Два сеньора» (для детей 6—7 лет)

Ведущие читают стихотворение о веселом и грустном Сеньорах по ролям.

Сеньор Мажор.

Друзья, представиться спешу,  
Знакомству очень рад,  
Меня зовут сеньор Мажор.  
Я лучший друг ребят!  
С собой всегда я приношу  
Улыбку, шутку, смех.  
И если дружен ты со мной,  
То ждет тебя успех.  
Траля-ля-ля, траля-ля-ля,  
И ждет тебя успех.

Сеньор Минор.

А я зовусь сеньор Минор  
И вот, что вам скажу:  
Со смехом мне не по пути,  
Я грустью дорожу.  
Люблю, вздыхая, слезы лить  
И предлагаю вам:  
Давайте вместе погрустим,  
О чем — не знаю сам...  
Траля-ля-ля, траля-ля-ля,  
О чем — не знаю сам.

Сеньор Мажор.

Со мною будешь бодр и смел  
И всем на удивление  
Любую трудность победишь  
Мажорным настроением!

Сеньор Минор.

Со мною будешь тих и мил  
И трудные мгновения  
С улыбкой грусти обойдешь  
В минорном настроении.

Сеньор Мажор.

Так пусть всегда,  
так пусть везде  
Улыбка красит лица!

Сеньор Минор.

Улыбка с грустью пополам  
Всем тоже пригодится.

Сеньор Мажор.

А станет страшно вдруг в пути —  
Смелей, дружок, не трусь!  
Ты позови: «Сеньор Мажор?» —  
Я тут же появлюсь!  
Траля-ля-ля, траля-ля,  
Я тут же появлюсь!

Сеньор Минор.

А если грустные деньки  
Припомнить захотим —  
Зовите так: «Сеньор Минор!» —  
И вместе погрустим.

Дети подходят к тому сеньору, с которым они хотели бы играть. Группы сеньора Мажора и сеньора Минора по очереди разыгрывают этюды под музыку Е. Тиличевой «Мажор. Минор» с веселым или грустным содержанием

### «Сочувствие» (для детей 6—7 лет)

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

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

### «Два рыболова» (для детей 6—7 лет)

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

### «Котята» (для детей 5—6 лет)

Воспитатель читает английскую народную песенку в переводе С.Маршака:

Два маленьких котенка поссорились в углу,  
Сердитая хозяйка взяла свою метлу  
И вымела из кухни дерущихся котят,  
Не справившись при этом, кто прав, кто виноват.  
А дело было ночью, зимою, в январе,  
Два маленьких котенка озябли на дворе.  
Легли они, свернувшись, на камень у крыльца,  
Носы уткнули в лапки и стали ждать конца.  
Но сжалилась хозяйка и отворила дверь.  
«Ну что, — она спросила, — не ссоритесь теперь?».  
Прошли они тихонько в свой угол на ночлег,  
Со шкурки отряхнули холодный мокрый снег  
И оба перед печкой заснули сладким сном,  
А вьюга до рассвета шумела за окном.

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

### «Маленький скульптор» (для детей 5—6 лет)

Ребенок изображает скульптора, остальные дети — глину. Скульптор задумывает вылепить из глины злого волка. Он ведет одного ребенка на середину зала и показывает ему, как он должен встать, какое надо сделать лицо, чтобы походить на злого волка. Ребенок-глина застывает в заданной позе. Скульптор обходит вокруг статуи, любит ее, а если он неудовлетворен своей работой, снова показывает позу и мимику ребенку-глине. В следующий раз выбирается другой скульптор, который задумывает, например, вылепить смешного человека.

### «Скульптурная группа» (для детей 6—7 лет)

Ведущий предлагает вспомнить этюд «Маленький скульптор» и говорит, что на этот раз скульптор решил вылепить скульптурную группу, которая будет называться «Волк и заяц». Он ставит двух детей на середину зала и показывает каждому из них позу и мимику: заяц удит рыбу и не замечает, что за его спиной стоит волк и вот-вот на него набросится. Скульптор обходит вокруг скульптурной группы, поправляет ее, если считает это необходимым, отходит в сторону, любит своей работой. Скульптор устал, он ложится отдохнуть рядом со своей работой. Пока он спит,

скульптурная группа оживает. Волк пытается поймать зайца. Они бегают вокруг спящего, но, как только скульптор начинает шевелиться и просыпаться, волк и заяц занимают свои места и застывают в прежних позах. Скульптор встает, снова любит своей работой. Он и не знает, что волк и заяц оживали.