

Занятие 1. «В кукольном театре»

1. Ребята, вы были когда-нибудь в кукольном театре? Какой спектакль вы смотрели? Что вы делали там? А за кулисы, за занавес, за который уходят артисты, вы попадали? Хотите туда отправиться? Тогда возьмитесь за руки, и я поведу вас в сказочный мир кукольного театра. Пойте вместе со мною знакомую песню (*ходьба змейкой по всему залу под песню «Маленькая страна»*).

Наконец-то мы пришли. Помните, чем открывал потайную дверь Буратино? У меня тоже есть золотой ключик. Вот он, какой красивый, весь сверкает (*педагог показывает воображаемый ключ*). Вставляю ключ в замочную скважину, и дверь открыта (*имитирует, сопровождая звуковым сигналом (музыка), колокольчик и т.п.*)

Ребята, дверь мы открыли, а за ней темно-темно, ничего не видно. Я вам дам каждому по свече. Держите крепко (*прикасается к ладоням каждого ребёнка*). А теперь её надо зажечь, а вы прикройте её ладонью от ветра, чтобы не потухла (*имитируется зажигание*). Посмотрите вокруг. Стало светло?

Впереди лестница, она спускается вниз. Ну, что, вы не боитесь идти по ней? Тогда будем спускаться. Только свечи несите осторожно, не торопитесь, чтобы не упасть и никого не столкнуть (*имитация движения вниз – ходьба с постепенным приседанием до корточек*).

А теперь лестница поднимается вверх (*ходьба с приседанием до полного роста*). Всё выше и выше.

1(2)

2. (*Напряжённо*) Бом-бом-бом! Это волшебные часы. Когда они пробьют 12, все куклы оживут. Здесь совсем светло. Задуйте свои свечи и поставьте их на стол, возьмём их на обратном пути. Встаньте в круг подальше друг от друга, чтобы не мешать друг другу увидеть сказку. Покажите, как двигаются стрелки на волшебных часах. Согните руки в локтях перед собой. Руки-стрелки движутся то в одну сторону, то в другую. Тик-так, тик-так. Руки напряжены, стрелки сделаны из металла. «Бом-бом» - забили часы. Давайте вместе сосчитаем до 12.

(*Расслаблено*) Первыми ожили куклы бибабо, которых надевают на руку. Давайте я каждому надену на руку весёлого Петрушку (*воображаемого*). Поиграйте пальчиками, чтобы задвигались руки и голова у Петрушки. Какой весёлый Петрушка. А теперь вы сами стали куклами бибабо (педагог имитирует).

(*Напряжённо, ритмично*) Наклоните голову, поздоровайтесь, как это делает Петрушка. Представьте, как сгибается и разгибается ваш палец, когда на него надета голова куклы. Разведите руки в стороны. Руки прямые, напряжённые. Хлопните в ладоши. Петрушка танцует.

(*Расслаблено*) Поклонитесь зрителям. Петрушка кланяется низко. Тело как из тряпочки. Наклонитесь, руки и голова повисли, расслабились.

1(3)

А ещё в кукольном театре есть куклы-марионетки. У них все части туловища привязаны к верёвочкам, а верёвочки закреплены на палочках. За верёвочки дергают, и кукла оживает. Мы с вами превратились в кукол-марионеток. Пока верёвочки ослаблены, и всё наше тело расслаблено. Ноги согнуты в коленях, всё тело обмякло, голова повисла, руки как ниточки болтаются.

(*Резко, напряжённо*) Но вот дёрнули за одну верёвочку, и поднялась голова, затем одна рука, другая, распрямилась спина, одна нога, другая. Стали дёргать за все верёвочки, сразу и у нас всё задвигалось. Всё напряжено: шея, руки, ноги, туловище. Представьте, как дёргают за верёвочки, которые привязаны к вашим рукам, ногам, голове.

(*Кружение, застывание, плавно, расслаблено*) То мы как балерина, то мы как Пьеро. А теперь играем на скрипочке.

Кукольный театр не может обойтись без Буратино. Давайте покажем этого маленького шалунишку. Он весь из дерева, твёрдый.

(*Напряжённо*) Папа Карло только что его сделал. Он стоит, расставив ноги, твёрдые, как дерево, и руки такие же твёрдые. Спина, шея – деревянные. А на лице весёлая улыбка.

Буратино потянулся,
Раз нагнулся, два нагнулся.
Руки в стороны развёл –
Ключик, видно не нашёл.

1(4)

А теперь я превращу вас в тряпичную куклу Пьеро. Буратино весёлый, а Пьеро грустный. Тряпичная кукла вся мягкая. Пьеро лежит на травке около дома Мальвины и мечтает о ней. Всё тело у него расслаблено. Поднимает руку, а она у него падает, поднимает ногу, а она тоже падает. Он же сделан из мягкой ткани. Сел Пьеро, а его тело, как тряпочка, опять упало на травку. Все движения медленные. Как он зовёт Мальвину?

Пропала Мальвина – невеста моя.
Она убежала в чужие края.

Но что это за весёлая музыка? (*запись из м/ф «Буратино»*). Скорее вставайте, давайте потанцуем, кто как хочет. Можете танцевать, как весёлый Буратино, или как нежная Мальвина, или как медлительный Пьеро, или как резвый Артемон.

1(5)

3. Эмоции злости, проявление доброты, хитрости, мудрости.

Садитесь, давайте отдохнём и немного поговорим. В сказке «Буратино» есть ещё и лиса Алиса. Какая она? (Хитрая, обманщица, коварная). Покажите, какая хитрая лиса. Глазки прищурила, губы сжала, лапки перед собой сложила. Говорит Буратино: «Миленький, добренький Буратино, хочешь, я тебя научу, как разбогатеть?» Покажите по очереди хитрую лису. Как она крадётся за Буратино на поле дураков, чтобы украсть у него деньги. Как она говорит: «Какое небо голубое...» А теперь давайте изобразим злого, беспощадного Карабаса Барабаса. Брови нахмурены, губы сжаты, зубами от злости щёлкает, кулаки сжаты, ногами топает, хлыстом размахивает, бородой трясёт:

Всех поймаю, ключик отберу,
Всех кукол в огне сожгу!

Похожи мы на злого Карабаса? Вы его боитесь? Давайте скажем:

Злой, ужасный Карабас, } (3 раза)
Не боимся больше вас. }

1(6)

4. Поведение

Ребята, а чья это песенка?
Затянулась бурой тиной
Гладь старинного пруда.
Ах, была как Буратино,
Я когда-то молода.
Был беспечным и наивным
Черепahi юной взгляд.
Всё вокруг казалось дивным
Триста лет тому назад.

Да, конечно, это песенка черепахи Тортилы. Какая она? (*Старая, мудрая, добрая*). Почему старые люди мудрые? (*Долго живут, много знают, умеют*).

Как Тортила помогла Буратино? (*Открыла тайну золотого ключика*). Как Буратино разговаривал с мудрой Тортилой? (*Дерзко, неуважительно*). Поблагодарил он её за золотой ключик? Как нужно обращаться к старшим? В чём проявляется ваше уважение? Какую помощь можно оказать старым людям? Что вам советуют ваши бабушки и дедушки? Давайте разыграем сценку из сказки, в которой Буратино встречается с черепахой Тортилой (*изображая мудрость и невоспитанность, терпение и вежливость*).

5. Пора возвращаться в детский сад. Давайте потанцуем под весёлую музыку и м/ф «Буратино». (*Педагог вместе с детьми танцует, изображая действия по словам песни*).

Занятие 2. «Встреча с Дюймовочкой»

1. Дети, вы хотели бы попасть в сказку? Но сначала попробуйте отгадать, что это за сказка. В ней говорится об очень маленькой девочке. Правильно. Сказка называется «Дюймовочка», и именно туда мы пойдём.

А вот и цветок, на котором сидела Дюймовочка (*показывает воображаемый цветок в ладонях*). Изобразите этот цветок с помощью своих пальчиков. Сомкните ладони, а теперь разведите в стороны, получился как бы бутон. Пошевелите пальчиками. Вот какие красивые цветы получились! Понюхайте цветы, покажите, какой душистый аромат!

Я знаю, что Дюймовочка была очень маленькой. Покажите пальцами, какая она маленькая.

Прежде чем отправляться вместе с вами в чудесный сад около дома Дюймовочки, я хочу проверить, насколько вы внимательны. Вставайте в круг друг за другом. Слушайте внимательно команды. Как только я скажу «великан», все вытягивают руки вверх, встают на носочки и идут по кругу; по команде «Дюймовочка» - приседают на корточки и идут гуськом; по команде «тропинка» - кладут руки на плечи впереди стоящего и продолжают идти все вместе.

Пока я проверяла ваше внимание, мы незаметно дошли до чудесного сада.

2(2)

2. (*напряжение*) Дети, прислушайтесь, слышите шаги? Они направляются сюда. Давайте спрячемся за кусты цветов (за стулья). Выгляните и посмотрите направо: нет ли там кого? А теперь налево, вверх на ветки деревьев, вниз в траву. Опять что-то зашуршало? Спрячьтесь, втяните шею. Шея напряжена. Давайте ещё выглянем, посмотрим, кто же там? Интересно!

(*расслабление*) Выходите, не бойтесь, здесь никого нет. Это ветер играет листвою. Какой шалун! Расслабьте шейку, покатайте головку по плечикам. Шея, как ниточка, болтается лёгкая-лёгкая. Устала напрягаться, выглядывать из-за куста.

(*прыжки*) Ква-ква-ква. Кто это? Да это жаба скачет. Какая она большая, толстая, неуклюжая, в щеках как будто мячики, так надула их от важности. Хочет утащить в своё болото нашу Дюймовочку! Прыгайте за мной, как жаба! Бре-ке-ке, бре-ке-ке. Как пружинки прыгаем.

(*быстро, часто, со сменой направления*) Пока мы прыгали, жаба ускакала. Вон, вон она. Побежали за ней. А теперь туда (*в другую сторону*). Убежала!

(*напряжение*) А вот и подокожник, на котором в своей скорлупке грецкого ореха спит Дюймовочка. Представьте, что вы стали такими же маленькими, как Дюймовочка, и спите в скорлупке грецкого ореха. Ложитесь на коврики. В скорлупке так тесно – подогните ноги, руки сложите, ладошки под щеку. Сжались, чтобы поместиться в скорлупке. Всё тело напряглось, как сжатая пружина.

2(3)

(*расслабление*) Так долго не проспишь, ноги и руки затекут. Потянитесь хорошо, ещё раз, ещё. Выпрямите затекшие ноги и руки, спину. Вставайте, хватит спать.

А вот и жаба, которая от нас убежала. Она вскочила на подоконник, и скорлупка Дюймовочки, и наши скорлупки закачались.

(*плавно*) Возьмитесь по парам за руки, как будто вы колыбелька, и покачайтесь. Ноги расставлены, напряжены. Колыбелька то тихо качается, то сильно. Это жаба ворочается.

(*вращение*) Колыбелька так сильно раскачалась, что даже закрутилась на одном месте. Руки и ноги напряжены. То в одну сторону крутятся, то в другую.

(*пошевеливание*) Вслед за жабой на подоконник за Дюймовочкой прилетел майский жук. Ж-ж-ж. Он с силой ударился и перевернулся на спину. Лежит и шевелит лапками, не может перевернуться.

(*быстро, часто*) Быстро-быстро, часто-часто шевелит.

(*свободное передвижение*) Но вот жуку удалось перевернуться, он полетел, жужжа. Легко, свободно летит жук, громко жужжит. Летает по всей площадке. Смотрите, а жук на спине унёс от жабы Дюймовочку. Как хорошо, теперь жаба не утащит её в болото, к своему гадкому сыночку, который только ест и спит.

2(5)

Скажите Дюймовочке что-то хорошее, успокойте, позовите поводить с вами хоровод.

Дети, а у вас было так, что вы кого-то не принимали в игру, с кем-то не общались? (*обсуждение проблемы неприятия детей по разным причинам социальной изоляции*).

5. Все вы добрые друзья. Давайте поведем хоровод и споём песенку «Добрый жук» из сказки «Золушка»:

Встаньте, дети, встаньте в круг,
Встаньте в круг, встаньте в круг,
Ты мой друг, и я твой друг, оба мы друзья.
Не боимся мы жука-старика, старика.
Мы попрыгаем слегка и закружим старика.

Пора возвращаться из сказки. До новых встреч.

2(4)

3. Эмоция отвращения, презрения.

Дети, давайте покажем, какая жаба мерзкая и противная. Посмотрите друг на друга, у кого самая мерзкая жаба? Какая она противная, отвратительная! (*Как вариант – сценка у майских жуков по отношению к Дюймовочке*).

Давайте прогоним жабу: покричим громко, потопаем, состроим ей рожицу, чтобы она испугалась и ускакала. Жаба нас испугалась и ускакала.

Дети, а эта жаба не напоминает вам ребят, которые упрямятся, кривляются, капризничают, ведут себя некрасиво? В это время они так похожи на отвратительную жабу! Но мы не такие! Давайте друг другу улыбнёмся и станем красивыми.

4. Приятие и неприятие личности другого человека.

Когда жук унёс Дюймовочку на большую берёзу и представил своим друзьям-жукам, то они начали смеяться над Дюймовочкой, пренебрежительно о ней говорить: «Какая маленькая! Какие тонкие ножки и их всего две. Совсем нет усиков, как у нас, и крыльев нет! Фу, какая некрасивая! Фу, какая гадкая! Не будем с ней дружить».

Покажите, как майские жуки говорили обидные слова Дюймовочке. Дюймовочка заплакала. Ведь на самом деле она была очень хорошенькой. Но жукам она не понравилась, так как была не такая, как они.

Занятие 3. «Котят отправляют в путешествие».

1. Дети, у кого дома есть котят или кошка? Как его (её) зовут? Как вы проявляете свою любовь к нему (к ней)? Я вижу, что вы очень любите своих маленьких друзей. А хотите сами превратиться в котят? Я ведь волшебница и могу это сделать. Сейчас я дотронуся до каждого, произнесу волшебное заклинание, и вы превратитесь в маленьких котят? (*дотрагивается рукой или «волшебной палочкой» и произносит: «Мяу-мяу-мяукаса, стань котёнком ты сейчас»*).

Ах, какие милые котят у меня в гостях! Расскажите, котят, о себе: какого у вас цвета шёрстка, глаза, как зовут (*каждый ребёнок рассказывает*).

Ещё на рассвете, все котят свернулись клубочком и спят. Но вот встало солнышко, и котят проснулись, потянулись. Хорошо тянемся, чтобы размяться после сна. Ещё потянулись. Умылись язычком, чтобы быть чистенькими. И пошли неслышно, мягко на своих лапках (*по кругу друг за другом*).

Остановились котят и стали звать свою маму все вместе. Как вы её позовёте? (*Жалобно: «мяу-мяу»*). Пришла мама, напоила котят молочком, и они замурлыкали. Как замурлыкали котят? (*Довольно: «мур-мур»*). Котят будто песенку поют.

3(2)

2. (Легко, на носочках прыжки 6 раз) Вот теперь я вижу, что вы готовы к путешествию. Но впереди **забор**, и нам надо через него перепрыгнуть. Только тихо, чтобы мама-кошка не услышала и не оставила нас дома.

(Напряжение – 1 минута) А за забором **ручей**. Котята не любят воды. Давайте перейдём его по камешкам. Шагайте за мной. Следите внимательно. Наступайте только на камешки. Лапки напряжены, спинка прямая, всё тело напряжено. А вдруг в воду свалимся? Всё, перебрались!

(Расслабление – 30 секунд) Обрадовались котятка, что перебрались через ручеёк. **Расслабили** усталые лапки, спинку. Как ниточки висят лапки, спинка расслаблена, плечи опущены. Хорошо, приятно!

(Напряжение – 1 минута) Отдохнули? И снова в путь. А на пути большая гора! Как же нам пройти? Я вижу **узкий проход**. Втянули животики, вытянулись в струночку и боком протискиваемся в узкий проход. Я пойду первая, а вы за мною. Как струна натянулись, чтобы пролезть, а то можно застрять, и мы вас не вытащим.

(Расслабление – 1 минута) Какие вы молодцы, котятка, все перешли на другую сторону горы! Но что здесь нас ждёт? Надо быть **осторожными!** Давайте встанем на все четыре лапки и подкрадёмся. Ступайте мягко. Лапки мягкие, спинки прогнулись. Смотрите по сторонам, что же там такое? Любопытные котятка, всё им интересно!

3(3)

(Замирание – 5 раз) Какой-то **шорох!** Кто же там в кустах? Прислушайтесь, замрите, вытяните шейки, наострите ушки. Тс-тс-сс. Вроде никого. Давайте ещё раз послушаем.

(Напряжение – 5 раз) Ква-ква-ква! Да это же страшная, большая жаба! **Испугались** котятка, спрятались под куст. Свернулись клубочком, нос и лапки спрятали, почти не дышат.

(Расслабление) Давайте **расслабимся**, посмотрим, ускакала жаба или нет? (Повторяется напряжение-расслабление). Уф, наконец-то она ускакала и можно спокойно осмотреться.

3. Эмоции горя и печали.

Путешествовали мы с вами, а ведь дома осталась одна мама-кошка. Мы её не предупредили, убежали без спроса. Она переживает за нас, плачет, зовёт: «Где же мои котятки-ребятки? Может, с ними что случилось? Ой-ой-ой!» (Показывает педагог).

Покажите, как **горюет мама-кошка**, как она плачет, зовёт своих деток. (Дети изображают).

Эмоции счастья, радости

Давайте представим, что котятка вернулись: «А вот и мы! Живы и здоровы!» Как же **обрадовалась мама-кошка!** Стала котят обнимать-целовать. Радостная, весёлая, улыбается. Давайте покажем, как обрадовалась мама-кошка (в парах, изображая кошку и котёнка со сменой ролей).

3(4)

4. Упрямство, сочувствие.

Но пока мы ещё не вернулись, и мама-кошка всё ещё горюет. Давайте её **пожалеем**, погладим, обнимем, успокоим. (Педагог изображает кошку, а дети – котят). Один котёнок **заупрямился**. Никак не хочет возвращаться домой. Он упал на пол, задрыгал лапками и закричал: «Не хочу, не буду! Не пойду домой!» Покажите, как заупрямился котёнок (изображают).

Дети, а красивый был котёнок, когда заупрямился? Приятно было на него смотреть? А почему он не хотел идти домой?

Давайте скажем котёнку: «Какой ты некрасивый, когда упрямисься! Не хотим с тобой дружить» (в парах со сменой ролей).

Посмотрите, котёнок понял, что упрямиться плохо, и пошёл вместе **с мамой домой**. Его ведь тоже ждёт мама-кошка. Идите ко мне, мои котятки, я вас обниму, согрею, спою вам песенку. (Собирает вокруг себя детей, поёт песню «Серенькая кошечка» или «Песенку друзей»).

5. Пение с показом действий по тексту песни «Котёнок и щенок»

Мы все дружные котятки-ребятки. Пора возвращаться домой, в детский сад. Сейчас я вас превращу опять в детей: «Быть котёнком хорошо, а ребёнком лучше». (дотрагивается до каждого ребёнка).

Понравилось вам путешествие? В следующий раз нас ждут самые интересные встречи, истории.

Занятие 4. «Прогулка в летний лес»

1. Мы сегодня отправимся в **летний лес**. Хотите, дети?

В лесу растут высокие **деревья**. Покажите, какие? А под ними растут **кусты**. Они не такие высокие. А какие? Покажите. А под кустами растёт трава, мох. Покажите, какая низкая **трава**, а **мох** ещё ниже.

А ещё в лесу много разных **животных**, они издают разные **звуки**, так они разговаривают между собой. Покажите каждый своё животное, но только теми звуками, которые оно издаёт. А мы попробуем угадать.

В лесу надо быть очень внимательными. Сейчас я посмотрю, насколько вы **внимательны**. Встаньте у самого начала лесной полянки, а двигаться вы будете ко мне в противоположную сторону. Когда я прокукую как кукушка – «ку-ку», вы будете прыгать на одной ноге с продвижением вперёд. Когда простучу как дятел – «тук-тук-тук», вы будете прыгать на другой ноге с продвижением вперёд, а когда запою как синичка – «дзинь-дзинь-дзинь», вы будете прыгать на двух ногах с продвижением вперёд. Запомнили? Приготовились!

Молодцы! Вы все внимательные. Вот вы и добрались до леса. (Включается звукозапись «Голоса леса»).

2. (Быстро, прыжки) Мы **маленькие зайчики**, которые убежали от мамы-зайчихи. Прыгаем быстро-быстро, как мячики, легко. Прыжки небольшие, ведь у зайчиков ещё маленькие ножки. Радуетесь, что убежали.

4(2)

(Медленно, прыжки) А вот и мама-зайчиха. Она прыгает по полянке, ищет своих зайчат. Мы, как мама-зайчиха, прыгаем медленно, большими прыжками. Ноги у неё большие. Отталкивается сильно, ноги напряжены. Приседаем легко, ноги как пружинки. Внимательно смотрит по сторонам, где же зайчата? Увидела их и обрадовалась.

(Напряжение) Кар-кар-кар! А вот и любопытная ворона прилетела. Села на ветку дерева и смотрит по сторонам, вдруг увидит что-то интересное! Присядьте, обхватите лапками веточку. Шею вытяните то в одну сторону, то в другую. Посмотрите вверх, а теперь вниз. Шейка напряжена, смотрите с любопытством: что же там такого интересного?

(Расслабление) Крутила головой ворона, так устала, что заснула на ветке. Уронила голову на грудь, голова болтается на шейке, как на ниточке. Шея расслаблена, голова тяжёлая, никак её не поднять.

(Резко) Подошли к лесному болотцу. А там комаров видимо-невидимо. Ой, как больно кусаются!

Отмахивайтесь от них быстрее. Со всех сторон летят.

(Медленно, расслаблено) Пока мы отмахивались от комаров, не заметили, как все наши брюки покрылись коллочками-липучками. Давайте их осторожно отлепим, чтобы не уколоться.

(Медленно, легко) Между деревьями крадётся лиса. Покажите, как она мягко ступает своими лапками на мох. Ни одна ветка не хрустнет под её лапами.

4(3)

(Замирание) Но вдруг лиса увидела впереди маленькую серенькую мышку! Она сразу затаилась, замерла, пригнула голову, прогнула спину, внимательно смотрит на мышку.

(Медленно) Медленно, по несколько шажков, то замирая, то снова двигаясь, лиса подползает к мышке.

(Резко) И вдруг она сжалась в комочек и резко бросилась на мышонка. Но мышонок оказался шустрым, он успел юркнуть в норку

3. Хвастовство.

Убежал мышонок от лисы и сразу загордился, расхвастался. Вскочил на пенёк и запел:

Какой чудесный день,
Какой чудесный пень,
Какой чудесный я
И песенка моя!

Вот какой я смелый, вот какой я хитрый! Никого не боюсь! А вы все трусы. Только я самый храбрый!

Покажите, дети, как хвастался мышонок (*все дети индивидуально*).

4(4)

4. Обиделись остальные мышата на хвастунишку: «Не будем с тобой играть. Ты нас обзываешь трусами, а мы осторожные, не хотим, чтобы лиса нас съела. Уходи от нас!»

Дети, как помочь мышонку? Какой совет можно ему дать? (Хвастаться некрасиво, с хвастунишкой никто не хочет играть, часто хвастовство приводит к беде («колобок», «глупый мышонок»), хвастливый человек воспринимается как не очень умный, заносчивый. Сравнение со скромностью).

Дети, мышонок понял, что хвастаться не надо, быть скромным лучше. Он нам хочет что-то сказать: «Спасибо, друзья, что вы мне сказали о моём некрасивом поведении, я бы сам не догадался, что обижаю вас. Я постараюсь больше не хвастаться. А вы, друзья, подскажите мне, если я ещё буду хвастаться».

Давайте, ребята, покажем, как отвернулись от мышонка друзья и как он просил прощения. (Тренинг со сменой ролей).

5. Давайте вспомним последнюю песенку мышонка из мультфильма и споём её все вместе:

Какой чудесный день,
Работать мне не лень,
Со мной мои друзья
И песенка моя!

Пора возвращаться в детский сад. Понравилась вам прогулка в летний лес? Что понравилось больше? Хотели бы вы ещё попутешествовать? До встречи.

Занятие 5. «Прогулка в осеннем лесу»

1. (Музыкальное сопровождение «Звуки леса»).

Мы уже были летом в лесу, а сегодня отправляемся на прогулку в осенний лес. Ветер закружил нас в воздухе, поднял вместе с листвой высоко в небо, и мы летим, медленно приземляясь на пожелтевшую траву (*имитация вместе с детьми*). Вы чувствуете, как свеж и чист воздух? Сделаем глубокий вдох, расправим плечи.

Слышите, стучит дятел? Поверните голову направо. А слева журчит ручей, посмотрите. Поднимите голову вверх. Прямо над нами, на высокой сосне прыгает белка с ветки на ветку. Под ногами юркнул в норку мышонок, посмотрите.

Что вы ещё увидели вокруг себя? (*Выслушать варианты детей*).

Но мы не дети, а разноцветные осенние листочки с самых разных деревьев. Скажи, Саша, ты с какого дерева листочек? И какого цвета? (*Всех детей*). Осень разукрасила нас разными цветами и оттенками.

Мы были листочками, а теперь сами их соберём в букет (*Сбор воображаемых листьев в букеты*). Листья разбросаны по всему лесу. Похвалитесь своими букетами. Расскажите, из каких листьев. Ах, какие красивые букеты!

А сейчас соединим все букеты в один прекрасный большой букет. Встаньте в круг, а руку с букетом вытяните на середину. Вот какой большой получился букет!

5(2)

Но что это такое? Подул сильный ветер! Вы превратились в детей ветра, подуйте все. Наш букет разлетелся, листья закружились в воздухе (*вальсовая музыка*). Вы – листочки, покружитесь, разлетитесь во все стороны. Как красиво стало в лесу. Шалун-ветер собрал все листочки в большую кучу. Скорее собирайтесь листочки.

Выберите самый красивый листочек и подарите кому хотите. Только есть одно правило. Дарить можно только тому, кому ещё не подарили. Не забывайте благодарить. Понюхайте листочки. Чем они пахнут?

2. (Напряжение). Дети, мы с вами очутились на полянке, где играют весёлые зайчики. **Зайчики** встали в круг и **забили в барабаны**. Как сильно зайчики стучат! Лапки напряжены, твёрдые, не гнутся, как палочки. Напряжены мышцы в кулачках. А лицо расслабленное, свободное, улыбается. Живот тоже расслаблен, дышит.

(*Дробно*). А теперь зайчики расслабили кулачки, пальчики, убрали барабаны и громко **затопали ножками** по лесной дороге.

(*Напряжение*). Что это ветки затрещали? Да это маленькие **медвежата** балуются. Легли на спину, обхватили колени лапами, прижали их к животику, голову подтянули к коленям и качаются, как на качелях, вперёд-назад. Спинка напряжена, животик твёрдый, шея напряжена. Так расшались, весело им!

(*Расслабленно*). Накачались, устали, перевернулись на живот, голову положили на руки и стали болтать ножками. Шейка расслаблена, ноги лёгкие двигаются свободно.

5(4)

4. Жадность, щедрость.

Присядем у костра. Слышите? Кто-то плачет. Совсем рядом. Это **зайчик плачет**, потому что его обидел жадный пёс, с которым он вместе живёт. Послушайте про него стихотворение:

Жадный пёс
Дров принёс
Воды наносил
Тесто замесил
Пирогов напёк
Спрятал в уголок
И съел сам
Гам-гам-гам!

Давайте, дети покажем этого **жадного пса**. (*Педагог читает стихотворение, а дети имитируют действия*).

Дети, хорошо быть таким жадным? Почему?

Давайте **напечём пирожки** и угостим зайчика (*имитация замешивания теста и выпекания пирогов; зайчика изображает воспитатель или ребёнок*).

Как вы угостите зайчика? Что скажете? (*Проигрывание со сменой ролей*). Какие вежливые, добрые щедрые мои дети! Молодцы! Теперь зайчик не плачет.

5. Нам пора уходить из леса. Надо **задуть костёр**, чтобы не случился пожар. Встаньте в круг, возьмитесь за руки, подуйте сильно-сильно на пламя. Посмотрите, пламя только сильнее разгорается! Ведь это огонь наших сердец и улыбок, а он никогда не погаснет. Возьмём его с собой. Протяните руки к огню и положите частичку тепла в сердце. Будем хранить его и водить дружно хоровод.

5(3)

(*Резко, быстро*). Ну, медвежата, вставайте. Хватит лежать. Ж-ж-ж. Что это? Да это медвежата **разбудили пчёл**, которые заснули на зиму. Ох, какие они злые!

Отмахивайтесь скорее от них, убегайте. Энергичнее отмахивайтесь, а то покусают пчёлы.

(*Плавно, медленно*). Убежали наконец-то от пчёл. Мы в осеннем лесу, а **грибы** ещё не собирали. Давайте соберём. Присядьте, рассмотрите хорошенько, чтобы не срезать ядовитый гриб. Раздвиньте мох, осторожно срежьте ножку гриба и положите его в корзинку. Соберите много грибов. Приседайте легко, смотрите внимательно.

3. Эмоции радости общения.

Холодно стало в лесу. Давайте разожжём **костёр**. Собирайте хворост, сухие листья. Но этого мало! Чтобы огонь вспыхнул, нужно передать друг другу доброту и тепло наших сердец, горячие улыбки. Встаньте в круг. Я передаю тепло моего сердца, на моём лице загорается улыбка, и этой улыбкой я зажигаю следующую улыбку и дарю хорошее настроение. Я крепкожимаю руку своему соседу. Когда тепло снова коснётся моего сердца, моей руки, костёр вспыхнет ярким пламенем. Поднимем руки вверх и подойдём поближе друг к другу в тесный круг. Чувствуете, какое горячее пламя? Вы согрелись?

Эмоции грусти, радости.

Понравилось вам в лесу? Мне тоже. **Грустно** возвращаться назад. Покажите, как вам грустно. Но мы ещё обязательно вернёмся сюда. Скорее улыбнитесь.

Занятие 6. «Цирк»

1. Ребята, сегодня мы с вами **отправимся в цирк**. Хотите? Кто из вас ходил на цирковое представление? Что понравилось больше всего?

Давайте собираться. **Что** же мы **наденем** в цирк? (*Спрашивает каждого ребёнка*).

Пока всех опросила, совсем **забыла**, какую одежду кому достать. Напомните мне, начиная с первого, кого я спрашивала (*внимание, память*).

Мы долго собирали одежду, как бы нам не опоздать в цирк. Садитесь в **автобус** (*заранее приготовлены стулья*), а я его поведу. Отправляемся! Можно смотреть в окно. Но сиденья не очень близко к окну расположены. Когда я хлопну в ладоши, вы должны будете бесшумно встать и посмотреть в окно, не приехали ли мы в цирк? А когда махну рукой, нужно снова сесть. Будьте внимательны, встать и сесть нужно очень тихо (*2-3 раза*).

Остановка «Цирк», выходите. Как хорошо, что мы не опоздали! Артисты ещё не вышли на арену. Давайте **аплодисментами** попросим их выйти (*хлопки со сменой ритма*). Думаю, что артистам очень понравятся ваши аплодисменты.

Давайте представим, что **вы артисты цирка**. Среди вас гимнасты, силачи, клоуны, акробаты, дрессировщики, фокусники! После аплодисментов все артисты выходят на парад-алле на манеж (*включает песню В. Шаинского «Цирк»*).

6(2).

На вас сверкающая, очень красивая одежда! **Идём по кругу**, одну руку поднимите в приветствии, спина прямая, голова приподнята, улыбаемся зрителям, носочек тянем. Как красиво идут цирковые артисты! На парад-алле выходят все, кто будет выступать в представлении.

А теперь выехали на лошадях **наездники**. Садитесь на своих лошадок. (*Дети имитируют*). Они разных мастей: белые, коричневые, серые в яблоках, вороные. Покажите, как гарцуют лошади, бьют копытцем. Поскакали! Весело, бодро, по кругу арены!

2. Вот и началось представление.

(*силач с гириями, напряжённо*) На арену цирка выходят **силачи**. Мы поднимаем тяжёлые гири. Мышцы рук напряжены. Руки как стальные. Вот какие мы сильные! Поднимаем гирию правой рукой, потом левой, обеими руками.

(*расслабленно*). Опускаем гири на пол. Руки расслаблены, висят, как верёвочки (*попеременно*).

(клоун с гириями, прыжки) А вот на арену выбегает клоун. Он улыбается, весёлый. **Клоун** прыгает мягко, легко.

(*напряжённо*) Клоун тоже **хочет поднять гири**. Он говорит, что он самый сильный. Поднимает гири, ноги в коленях согнул, корпус тела наклонил, напрягся. А гирию поднять не может. Пыхтит, тужится. Весь покраснел. То с одной стороны подойдёт к гире, то с другой. То на ладони поплюёт, то белым порошком подмышки помажет. Никак не получается.

6(4)

(*пошевеливание-застывание*) Акробаты то медленно идут, то застывают на месте. Лицо напряжено.

(*Акробаты на батуте – прыжки*) Акробатов на канате сменяют акробаты **на батуте**. Они прыгают легко, высоко, помогают себе руками. В прыжке поворачиваются то в одну, то в другую сторону. Им весело, смеются.

(*Тигры*) А вот и **дрессировщик с тиграми**. Они у него послушные. Легли на спину и ждут сигнала. Дрессировщик говорит: «Алле!» - и тигры начинают перекатываться то в одну сторону, то в другую.

3. Садитесь на стулья в наш «круг общения», отдохнём после представления. Вы представляете, после дрессировщика вышел **клоун**. Он расхвастался, что тоже может управлять тиграми. Раскричался на них, хлыстом бьёт, команды подаёт, а **тигры** его **не слушаются**, разозлились, чуть не съели. Еле убежал клоун! Стало клоуну стыдно, что он хвалился. Даже щёки от стыда покраснели. Глаза опустил, шапку в руках мнёт, плечи опущены, тяжело вздыхает. Покажите, дети, как **стыдно клоуну**. Как плохо быть хвастунишкой. Тигры ведь могли покалечить клоуна.

6(3)

(*Расслаблено*) **Огорчился клоун**, сел, руки-ноги повесил, расслабил. Ну почему он не такой сильный?

(*Змея*) Клоуна сменяет **факир**. Он играет на дудочке, а из корзины кто-то выползает. Это же **змея**!

(*Плавно*) Покажите рукой, как она выползает, извивается. То прячется в корзину, то опять выползает. Это кобра (делают из ладони и пальцев голову змеи). А вот и вторая появилась! Движения плавные. Змеи переплетаются, вытягиваются вверх.

(*Резко*) Факир закончил играть, и змеи уползли в корзину. Стряхните резко руки, чтобы они уползли.

(*Плавно*) Но змеи совсем не уползли, выглядывают из корзины и плавно покачиваются.

(*Клоун и змея. Напряженно*). А в это время **клоун** вышел на арену и увидел змею. Как он **испугался**! Упал на ковёр, голову обхватил руками, весь сжался, напрягся, вдруг змея его укусит. Но тут он вспомнил про свою дудочку, достал её и начал играть: ду-ду-ду. И змея уползла в корзину.

(*Расслабленно*) Клоун облегчённо вздохнул и расслабился. Повалился на спину и **начал смеяться**.

(*Воздушные акробаты на канате*) На арену цирка выходят **акробаты**! Они ходят по канату. Руки расставили в стороны, балансируют, носок приставляют к пятке, под ноги не смотрят, смотрят только вперёд.

(*Напряжённо*) На середине остановились, сделали **прыжок** и пошли дальше. Страшно идти по канату, который натянут высоко над землёй. Всё тело напряжено.

6(5)

4. Но тут клоун увидел **слона** и начал его **дразнить**. Показывает пальцем на него, смеётся, изображает длинный хобот и маленький хвост. Показывает, как слон ходит вперевалку. Совсем раздражился клоун! (*дети показывают*).

Слон обиделся, чуть не плачет! Покажите, как обиделся слон. Давайте погрозим клоуну, скажем, какой он нехороший. Давайте его прогоним.

Нам надо **пожалеть слона**. Скажите ему: «Ты очень красивый и нам нравишься. Мы тебя не будем дразнить». Что ещё можно сказать слону? Чем его можно угостить? Поиграйте с ним. Он может трубить хоботом и вы вместе с ним.

Вот и повеселел наш слон! Улыбается, доволен, что никто больше над ним не смеётся.

А клоуну одному плохо. Он хочет **попросить прощения** за своё поведение. Как ему надо это сделать? Покажите.

5. Давайте вместе потанцуем под весёлую музыку.

Занятие 7. «Колобки»

1. Ребята, все вы смотрели мультфильм «Следствие ведут колобки»? Сегодня мы с вами будем в них играть. Вы помните, **как одеты колобки**? Давайте наденем на головы **шляпы**. Какие они большие, чувствуете? (*Показывает руками, как надевает шляпу, проводит руками по воображаемым полям шляпы*). Покрутим головой, не слетит с нас шляпа?

Наденем **пальто**, застегнём пуговицы, закинем на плечо шарф, посмотрите в зеркало. Как красиво одеты! Пуговицы у всех застёгнуты? Проверьте.

Ребята, из зоопарка пришло сообщение, что пропал полосатый слон. Нам надо разыскать его. Давайте **отправимся в зоопарк**. Как ходят колобки? Быстрыми, частыми шажками.

2. (*Быстро, часто*) Быстрыми шажками проходим по группе.

(*Медленно*) Вот мы и пришли, посмотрите, ребята, вокруг зоопарка медленно ходит **сторож**. На плече у него висит ружьё, он приставляет ко лбу ладонь, высматривает похитителя. Сторож злой, никого не пускает. Как же нам попасть в зоопарк? Покажите, как ходит сторож.

(*Напряжённо*) Давайте обойдём его тихо-тихо, на цыпочках, смотрите, **в заборе есть лазейка**, только очень узенькая. Давайте попробуем через неё пролезть. За мной, все по очереди (*изображает, как будто протискивается сквозь очень узкую дырочку в заборе*). Животики втянули, вытянули в струнку, чтобы пролезть.

7(3)

(*Расслабленно*) Кенгуру **сняла шляпу и мотает ею** в разные стороны, покачивая головой.

(*Резко, напряжённо, расслабленно*) Теперь кенгуру легла на пол, сжала шляпу и **отбрыкивается** ото всех ногами. Давайте, ребята её изобразим. Ножки у неё устали, расслабила она их и подрыгивает. А затем опять начала ногами отбрыкиваться. Устала, ножки расслабила.

3. Колобки, смотрите, как кенгуру **злорадствует**, что она отобрала шляпу. Давайте покажем друг другу, как самодовольно она прищурилась, как от важности надула щёки. Кенгуру, отдай шляпу. Ведь она не твоя. Не отдаёт кенгуру шляпу. Посмотрите, ребята, как плохо быть вредным и упрямым.

Давайте, колобки, подарим ей **конфетку**. Достанем две конфеты из кармашка. Одну отдадим кенгуру, а вторую сами съедим. Ох, какая конфетка вкусная. У меня шоколадная. А у колобка Паши какая?

Колобки, посмотрите. Кенгуру **возвращает шляпу**. Она поняла, что брать чужое нехорошо, нехорошо быть упрямым. Я думаю, она никогда не будет так больше делать.

4. Застенчивость.

Посмотрите, а вот **носорог**. Он стоит грустный. **Бойся** играть с другими, бойся, что его обидят, не поймут. Он очень застенчивый. Поэтому он всегда один. А одному очень плохо.

7(2)

(*Расслабленно*) Молодцы, колобки, все пролезли через узенькую лазейку. Теперь ручками, ножками встряхнём и оглядимся по сторонам. Смотрите, вон **кенгуру**, как она ловко прыгает, давайте её изобразим. (*Дети прыгают, прижав руки к груди, на двух ногах, с продвижением вперёд*). Ноги у кенгуру напряжены, она сильно ими отталкивается.

(*Пошевеливание*) Кенгуру устала прыгать, лапками встряхнула, давайте и мы с вами ручки и ножки расслабим, встряхнём ими.

(*Напряжённо*) А рядом с кенгуру **жираф**. Он высокий-высокий, смотрит на всех свысока, давайте его изобразим. Встаём на цыпочки, вытягиваем шеи.

(*Расслабленно*) А теперь изобразим **обезьянку**, она сидит на корточках, голову вниз наклонила, и мотает руками как ниточками. А теперь снова изобразим жирафа, потом опять обезьянку.

(*Напряжённо, плавно, расслаблено*) Колобки, смотрите, вон сидит **бегемот**, у него тоже **шляпа на голове**. Он очень гордится ею. Он наклоняет голову в разные стороны: влево, вправо, вперёд, назад (*изображает*). Затем шейку расслабил, головка плавно мотается из стороны в сторону (*повторяем 3 раза*).

(*Напряжение*) Ой! Ребята, у меня **сдуло шляпу**. **Кенгуру** её подхватила и не отдаёт. Она **надела её на голову** сильно-сильно (*изображает*). Давайте я посмотрю, как кенгуру Миша натянул шляпу. Молодец! Очень сильно. А теперь кенгуру Маша – не очень сильно, натяни сильнее.

7(4)

Не с кем поговорить, поиграть, некому доверить тайну. Он сжался в комочек, застыл, брови вверх поднял, глазки широко раскрыл, боится вздохнуть и пошевелиться (*изображает*). Давайте **улыбнёмся** ему широко-широко. Подарим самую добрую свою улыбку. Подойдём поближе, пощечочем носорога и скажем: «Мы тебя не обидим, не бойся, мы хотим с тобой поиграть». (*Носорога сначала изображает педагог, затем дети по очереди*).

5. Дружелюбие.

А может быть, мы его погладим, скажем, что хотели бы с ним **подружиться**. Давайте скажем ему много комплиментов. Колобки, смотрите, он улыбается. Сначала застенчиво, потом всё шире и шире (*изображает*). Как **носорог счастлив**, что нашёл себе друзей. Колобки, он говорит, что знает, где наш пропавший слон. Оказывается, слона не украли, а он сам ушёл, потому что его кормили рыбьим жиром, а он его очень не любит. Значит, нам и искать его не надо. Понравилось вам путешествие в роли колобков?

6. Давайте, вместе с носорогом спляшем под песенку «Улыбка» (*свободно прыгаем под музыку*).

Занятие 8. «Зоопарк»

1. Дети, садитесь в наш «круг добра».

Сегодня мы с вами отправимся в **зоопарк**. Кто из вас был в зоопарке? Давайте вспомним, каких животных можно увидеть в зоопарке (*варианты детей*). А теперь угадайте, какое **животное** зоопарка **так кричит** (*медведь, волк, слон, попугай и др.*).

В зоопарке нужно быть очень внимательными, чтобы не попасть в лапы к дикому зверю или не навредить животным. Сейчас мы с вами поиграем в **игру на внимание**. Вставайте в круг. Под музыку вы будете ходить по кругу, а я вам буду давать разные команды: на команду «слон» вы будете трубить в воображаемую трубу, как это делает слон своим хоботом, на команду «жираф» - поднять одну руку вверх, чуть наклоняясь вперёд, как жираф – шею; на команду «медведь» - рычать и ходить, как мишка (2-3 *раза*). Нам пора отправляться, а то зоопарк закроется. Я предлагаю поехать на лошадаках. Седлайте своих лошадаков, поехали! (*Имитация*). Цок-цок-цок.

2. (*Попугай*) Вот и зоопарк. И первое, что мы увидели, - **вольер с попугаями**. Какие они яркие, красивые, большие!

(*Напряжение*) Один попугай увидел нас и начал кивать головой: «Здравствуйте, здравствуйте!» Покажите, как **кивает попугай**. Наклоняем голову вперёд, шея напряжена, а теперь наклоняем вправо, влево. «Вот какой я красивый!»

8(3)

(*Вращение*) Совсем запрыгались мартышки, закружились вокруг себя. То в одну сторону, то в другую. Накружились и **шлёпнулись на пол**, некоторым даже больно.

3. Эмоция злости, насмешки, обиды.

Одна мартышка **стала смеяться** над другими: «Так вам и надо! Хорошо, что вы упали и вам больно. Так вам и надо! Ха-ха-ха!»

Покажите, дети, какая злая, насмешливая мартышка. Как она строит насмешливую рожицу, смеётся над теми, кто ушибся.

Дети, хорошо поступила мартышка? Красивая она, когда злая? Как вы думаете, можно смеяться над болью другого? Будут ли играть другие мартышки с этой злой, насмешливой мартышкой?

Эмоция жалости, сочувствия.

Все **подружки отвернулись** от злой мартышки. Она сидит и плачет.

А в это время к ней подошёл маленький **котёнок** и стал тереться об неё, слизывать языком слёзы, мурлыкать. Мартышка улыбнулась и обняла котёнка. Она была ему очень благодарна за то, что он её пожалел (*проигрывание сценки со сменой ролей*).

4. Мартышка поняла, что смеяться над другими плохо. А котёнок оказался **бездомным**. Он совсем один. Наверное, потерялся или его выбросили на улицу.

8(2)

(*Расслабленно*) Попугай перестал кивать. «Я **устал**, устал!» - говорит он. Голову вперёд свесил, шейка расслаблена, голова как на верёвочке болтается.

(*Леопард, резко*) А вот клетка с **леопардом**. Он никого не подпускает, бросается на заграждения, рычит. Тело напряжено. Бросается неожиданно, резко.

(*Лебеди, плавно, медленно*) А вот и озеро, в котором плавают прекрасные **лебеди**. Движения их плавные, неторопливые, грациозные. Представьте, что наши руки – это крылья. Взмахнули плавно правым крылом, левым, теперь двумя. Поднимаем, опускаем свои крылья неторопливо, плавно. Руки расслаблены.

(*Тюлень*) Рядом с озером вольер с **тюленями**, они вылезли из воды на сушу. Какие они забавные, интересно передвигаются. Давайте попробуем и мы. Ложитесь на живот, руки перед собой согнутые в локтях, продвигайтесь вперёд. Двигайтесь не спеша, медленно. Тело напряжено. Трудно на суше тюленям передвигаться.

(*Расслабленно*) Вот наши тюлени добрались до воды. Теперь можно и **отдохнуть**: легли на спину, руки вытянули вдоль тела. Перекатываемся с боку на бок, не торопясь. Вода прохладная, тюленям приятно. Тело расслабленно.

(*Мартышка*) Вставайте, нам надо идти дальше. Садитесь на своих лошадаков, чтобы побыстрее добраться до вольера с мартышками. Вот и вольер с **мартышками**.

(*Прыжки*) Прыгают, строят рожицы. Покажите весёлых мартышек. Ноги у них упругие, как пружинки.

8(4)

Знаете, много котят живёт без своих мам и пап, они очень одинокие. Им холодно, голодно, страшно. Что же с ними будет? Где же им спрятаться в дождь и снег?

Давайте возьмём каждый по котёнку и **приласкаем** их, пожалеем. Возьмём их на руки, погладим, прижмём к себе (*имитация*).

Но надо жалеть не только воображаемых котят, а и настоящих, которых вы встречаете на улице. Если мама не разрешает взять котёнка домой, то его надо накормить, отнести в тёплое место, предложить взять другим.

5. А теперь вставайте в **хоровод**, споём песенку про котёнка и щенка:

В одной квартире жили котёнок и щенок,
Друзьями были котёнок и щенок,
Один усатый, другой лохматый,
Друзьями были котёнок и щенок.

Занятие 9. «Звездочёты»

1. Здравствуйте, дети! Сегодня мы с вами поиграем в **звездочётов**. Это маленькие человечки, которые считают звёзды. На них надеты большие синие **колпаки**. Покажем, какие они большие (*Дети поднимают руки и тянут их вверх*). У них есть **подзорная труба**. Покажите, как они смотрят в неё на звёзды. А на колпачке, на самой его макушке – яркая, блестящая **звёздочка**. (*Дети поворачивают голову вправо и влево, как бы показывая со всех сторон свою красивую звёздочку*). Все увидели, какая у нас красивая звёздочка. А ещё на них надеты длинные-длинные **плащи**. Ребята, покажем, какие у нас длинные плащи. (*Дети поворачиваются влево и вправо, наклоняются вниз, показывают руками, какие у них длинные, красивые плащи*). А когда маленькие звездочёты находят на небе маленькую звезду, они очень рады ей. Тогда они встают в кружок и **танцуют** свой любимый танец. (*Дети встают в круг, по показу педагога делают 2 шага влево, 3 хлопка в ладоши, 2 шага вправо, качают головой*). А потом они все вместе **идут смотреть** на новую звёздочку. Встают друг за другом и медленно отправляются из своего домика на специальную открытую площадку, но им не терпится скорее посмотреть. Хлоп (*с каждым хлопком дети ускоряют шаг*), и звездочёты пошли быстрее, хлопок, и вот они уже почти совсем побежали. Им нужно пробежать по извилистой дорожке. (*Дети оббегают разные воображаемые препятствия, следуя за направляющим тренером*).

9(3)

Обрадовались и начали **баловаться**, брыкаться, смеяться. Кто громче, кто веселей? Руками сзади упёрлись и брык ножками: левой, правой. Брык-брык, дрыг-дрыг. Сначала медленно, а затем всё быстрее и быстрее. Ох, устали от брыкалочек. (*Напряжение рук*) Пока звездочёты баловались, чёрные тучи закрыли все звёзды на небе. Что же теперь они будут считать? Давайте **раздвинем** эти **тучи**. Сначала подуем, может, так получится? А теперь руками. Никак не получается. Давайте погрозим тучам пальчиком. Ну-ка убирайтесь, тучи, мы звёздочки будем считать. (*Прыжки, расслабление рук*) Испугались тучи и разбежались. А на небе появились звёзды. Много, много. Такие яркие, сияющие. **Обрадовались** звездочёты. Даже запрыгали от радости. Захлопали в ладоши. А потом взяли подзорные трубы и начали изучать небо. Нашли созвездие Большой Медведицы, а потом Малой Медведицы.

3. Эмоции боли, страдания.

Но что это? Кто там плачет? Это маленькие **медвежата** в созвездии «Малой Медведицы». Они объелись очень сладких, но невымытых яблок, и теперь им плохо:

Ой, как живот болит!

Ой, ой, меня тошнит!

Ой, мы яблок не хотим!

Мы хвораем, Том и Тим!

Посмотрите, какие Том и Тим грустные, у них ножки слабые, ручками они держат животики,

9(2)

2. (*Напряжение*) Послушаем, **не слышно ли** шума, не падает ли новая звезда (*прикладываем руку к левому уху, к правому уху*), смотрим влево, вправо, вверх. Нет, нигде нет звёздочки. Шея напряжена.

(*Расслабление*) Можно пока **отдохнуть**, расслабим шейку, опустим уставшую головку на грудь. Шейка расслаблена, голова тяжёлая, никак не удержать: падает туда-сюда, едва поднимаешь. Голова на шейке как на верёвочке болтается.

(*Напряжение*) Ой, головка закружилась, ручки расставим в стороны и ноги, чтобы не упасть, вот так, **закачались**, чуть не упали. На что мы теперь похожи? Правильно, на звёздочки! Ножки – лучики напряжены, твёрдые. Руки – лучики как камень.

(*Расслабление*) Устали **звёздочки** и присели отдохнуть: шеи – лучики согнули, руки – лучики опустили. Ноги и руки как вата, расслаблены.

(*Прыжки*) Звездочёты захотели поймать звёздочки. Давайте прыгать, как **на батуте**. Руками себе помогаем. Всё выше и выше. Ноги упругие, как мячики. Приземляемся на носочки. Хлоп! Вот одна звёздочка, хлопок – вот другая. Набрали целый мешок.

(*Плавно*) Но что это такое? Мешок развязался, и все **звёздочки рассыпались**. Стали звездочёты звёздочки собирать. Медленно, плавно наклоняются то влево, то вправо, руками налево, вправо, вперёд. Осторожно, чтобы звёздочки не разлетелись. Вверху всё тело свободное, мягкое. Только ноги твёрдые стоят.

(*Резко*) **Собрали** все звёздочки.

9(4)

личики грустные, брови приподняты, глазки закрыты, рты приоткрыты (*показывают*).

4. Проявление сочувствия, сострадания.

Посмотрите, какие они слабые (*Дети разделяются на пары, одни изображают больного медвежонка, другой осматривает его: поднимает ножку, ножка бессильно падает на пол, берёт ручку, а медвежонок возвращает её к больному животу*). **Пожалеем** нашего медвежонка, погладим ему животик, уложим в кроватку. Налейм лечебный отвар, напоим мишку. Вот он и повеселел. Молодцы, детки-звездочёты, заботливые, внимательные, пожалели мишку, и он поправился.

5. Вот **медвежатам стало лучше**, теперь они могут вместе с нами поиграть. (*Вместе с педагогом дети поют песню*)

Кукла с мишкой бойко топают, бойко топают, посмотри. И в ладоши громко хлопают, громко хлопают, раз, два, три.

Кукле весело, очень весело, машет кукла головой.

Мишке весело, тоже весело, ой, как весело, ой, ой, ой.

Занятие 10. «Путешествие в Изумрудный город»

1. Дети, вы знаете сказку про девочку **Элли и её друзей**: Дровосека, Льва, Тотошку, Страшилу? Хотите сегодня отправиться в путешествие вместе с этими сказочными героями в Изумрудный город? Чтобы не сбиться с пути я принесла **волшебный клубок**, сила которого увеличивается от добрых и ласковых слов.

Вставайте в круг. Сначала я наматаю нитку на клубок и скажу **ласковое слово**, а теперь передаю клубок Наташе и так по очереди всем детям. Можно сказать доброе пожелание, комплимент. Вот и опять клубок дошёл до меня. Каким он стал большим от добрых слов! Ему, как и мне, приятно отправляться в путешествие с такими хорошими детьми! Этот клубок добра мы передадим Великому Гудвину, чтобы он победил злую волшебницу Бастинду.

Девочка Элли заболела, и мы должны её заменить. Чтобы быстрее добраться до Изумрудного города, наденем **волшебные башмачки** (*раздаёт и имитирует надевание, предлагает детям*). Постучите каблукочками и скажите: «Волшебные башмачки, несите нас в Изумрудный город!» (*несколько раз под разными предложениями*).

Руки расставьте в стороны, как птицы. **Летим**, тёплый ветер нас обдувает. Смотрим на землю с высоты (*рука над глазами*). Залетаем на облака, они мягкие, пушистые, прохладные. Давайте немного на них покачаемся (*пружинка*). Облака как ватные, нам приятно, легко. Полетели дальше (*перемещение по всей группе*).

10(3)

(*Тотошка*) Отправляемся в путешествие уже со Страшилой и железным Дровосеком. Кто это лает и мешается под ногами? Это наш друг **Тотошка!** (*Резко-плавно*) Он уши наострил, шею вытянул, принохивается, побежал по тропинке **искать следы**, по которым нам надо идти (*изображение детьми, педагог впереди*). Резко кидается то в одну сторону, то в другую. Тело напряжено, чутко прислушивается и принохивается, на мордочке – внимание. Теперь плавно крадёт. Нашёл нужную тропинку и обрадовался. Завилял хвостиком, запрыгал, громко залаял от радости.

(*Лес*) Но злая волшебница Гингема прознала, что мы идём, бросила гребень, и перед нами встал **непроходимый лес**. Деревья растут так часто, что очень трудно между ними пролезать! (*Напряжённо*) Раздвигайте ветки, наклоняйтесь, подлезайте, перелезайте. Помогайте друг другу. Как трудно! Какое напряжение! Даже всё тело болит! (*Движение с продвижением вперёд, с преодолением воображаемого сопротивления*) Только прошли лес, преодолели волшебство Гингемы, а тут летучие **обезьяны нас догоняют!** Как страшно! Тотошка, беги впереди! Уведи нас от летучих обезьян.

3. Эмоция страха, выражение смелости, саморегуляция.

Тотошка привёл нас **на поле** с большими красными маками. Цветы такие высокие, что можно играть в прятки. Раздвигайте маки, может в них кто-то спрятался? Да, здесь **Лев прячется!**

10(2)

2. (*Страшила*) Наконец-то приземлились. Снимите волшебные башмачки, чтобы они нас не унесли дальше. Первым нас встречает **Страшила**. Он обмяк, руки у него повисли. Давайте **набъём его соломой**. (*Напряжение*) Он набивается всё больше и больше. Поднимается голова, надуваются щёки, расправляются плечи, надувается живот, твёрдыми становятся руки и ноги. Вот как весь надулся, стал твёрдым, большим. А какой Страшила довольный, что мы его соломой набили!

(*Расслабление*) Но что такое! Старая **рогожка порвалась**, и вся солома высыпалась! Тело Страшилы вновь обмякло (*при повторях дети «зашивают» дырку, но она появляется в новом месте*) Огорчился Страшила. (*Перемещение*) Со Страшилой **пойдём дальше** по жёлтой кирпичной дорожке, которая ведёт в лес. (*Дети идут за педагогом маршевым шагом*).

(*Дровосек*) Навстречу им спешит железный **Дровосек**. Но что такое! Он, оказывается, стоит на месте! (*Застывание*). Дровосек попал под дождь и **заржавел**. Он замер на месте и не может пошевелиться. Ох, до чего же тяжёлый топор, он тоже ржавый! Покажите, как трудно Дровосеку: топор тяжёлый, застыл на месте, сдвинуться не может. Всё железное тело напряжено, на лице страдание. Надо помочь Дровосеку. **Надо смазать** Дровосека маслом, чтобы он смог двигаться. (*Расслабление, пошевеливание*) Я вас всех смажу (*дотрагивается, имитируя смазывание*). Задвигались руки, ноги, завертелась голова, стала сгибаться спина. Как **легко стало** Дровосеку! Он сразу повеселел, даже песенку запел.

10(4)

Я вижу его большую, густую, рыжую гриву. Похоже, он нас очень **испугался**. Поджал хвост, весь съежился, лапами прикрыл голову и со страхом выглядывает из-за цветов.

Покажите, как боится Лев, как он весь трясётся от страха. Но мы же храбрые! Давайте **поделимся храбростью** со Львом: «Возьми, Лев, частичку моей храбрости. Она тебе так нужна. Ты же царь зверей!» (*В роли Льва сначала педагог, затем – дети*).

А теперь сделайте так, чтобы смелость осталась у Льва навсегда. Встаньте вместе со Львом прямо, ноги расставьте для устойчивости, руки скрестите на груди, голову гордо поднимите. Взгляд смелый, гордый! Скажите: «Я – Лев, гордый, смелый, бесстрашный! Я – царь зверей! Я сильный и могучий! (*2 раза*). Вот теперь я вижу, что Лев и все вы смелые и сильные (*торжественная музыка*).

Эмоция зла. Посмотрите, дети, на небе появились **тёмные тучи** (*тревожная музыка*). Солнышко спряталось. Это налетела **злая колдунья Бастинда** – сестра Гингемы. Она разозлилась на нас за то, что мы помогли Страшиле, Дровосеку и Льву.

Она топнула ногой, брови свела к переносице, руки подняла, кулаки сжала, зубами лязгает, ногами топает, руками размахивает. Завидно ей, что у нас есть волшебные башмачки. Покажите, какая Бастинда злая. Кто лучше покажет? Фу, какая некрасивая Бастинда! И мы из-за неё стали некрасивыми. Страхните с себя зло, как капельки воды.

10(5)

4. Пожалеем, сделаем доброе дело.

Посмотрите, как расстроилась Бастинда. Даже заплакала от обиды. Так ей хочется иметь волшебные башмачки! (*Изображает*).

Может она подберет, когда мы ей подарим башмачки? Кто хочет подарить? Что вы хотите сказать Бастинде?

Случилось волшебство! Бастинда заулыбалась, благодарит вас. Какие вы молодцы, теперь Элли со своими друзьями вернётся домой.

5. Хоровод с пением песни из м/ф «Путешествие в Изумрудный город»:

Мы в город Изумрудный
Идём дорогой трудной.
Идём дорогой трудной,
Дорогой непростой.
Исполнить три желания
Поможет Мудрый Гудвин.
И Элли возвратится
С Тотошкой домой.

11(2)

Шею вытянули, плечи приподняли, крылья отвели назад и зашипели – ш-ш-ш. Шея напряжена, злятся гуси. Крылья-руки напряжены, отводят их назад. Как расшипились, какие злюки!

(*Расслабление*) Прогнали гуси утёнка и успокоились. Стали свободно махать крыльями, шея прямая, не напряжена, мягкая.

(*Индюк, замирание*) Только утёнок убежал от гусей, как наткнулся на важного, сердитого индюка. Индюк от злости и важности надулся, голову откинул назад и втянул в плечи, брови нахмурил, глаза прищурил и закричал – бал-балы-балы.

(*Пошевеливание*) Затряс головой индюк – бал-балы-балы, уходи! Испугался утёнок и убежал.

(*Петух, по всей площадке*) Бедный утёнок ещё не опомнился от нападения индюка, как на него налетел петух. Петух начал бегать по двору, сильно размахивая крыльями и громко крича – ку-ка-ре-ку! Чуть не заклевал утёнка!

(*Кошка*) Бедный утёнок! Только он убежал от петуха, как тут же увидел хозяйскую кошку. Ах, как ей хочется съесть маленького утёнка!

(*Напряжение, замирание*) Встала она на свои мягкие лапки, прогнула спинку, вся напряглась, приготовилась к прыжку.

(*Пошевеливание*) Потом неслышно начала подбираться к утёнку, мягко ступая на лапки. Крадёт кошка тихо-тихо. Только хотела схватить утёнка, но тут проснулся старый сторожевой пёс и громко гавкнул – гав-гав-гав.

Занятие 11. «Птичий двор»

1. Сегодня мы отправимся в сказку Х.К.Андерсена «Гадкий утёнок». А я – Оле-Лукоке (*надевает шапочку и раскрывает зонтик*) перенесу вас туда. Но прежде я вас хочу спросить, какие сказки Х.К.Андерсена вы знаете? Внимательные ли вы дети? Куда повела мама-утка своих деток после того, как они вылупились? Да, она повела их на птичий двор, познакомить со всеми домашними птицами, которые жили на этом дворе. И мы отправимся в путешествие на птичий двор сказки Х.К.Андерсена «Гадкий утёнок» после того, как вы выполните мои задания.

Вставайте в круг, мы будем играть в «запрещённое движение». Вы будете повторять за мной все движения, а запрещённым будет – «руки на пояс» (2-3 раза).

А теперь ещё одна игра. Надо с закрытыми глазами угадать, кто подал голос. Только голос надо подавать кого-нибудь из домашних птиц – утка, гусь, курица, петух (3 ребёнка).

И ещё одно задание. Я хочу посмотреть, какие вы внимательные в игре «Летает – не летает»: летает – руки в стороны, не летает – руки за спину (6-7 предметов).

Вы очень внимательные дети. Вставайте под мой волшебный зонтик, и мы окажемся на птичьем дворе (*раскрывает зонтик, крутит его под музыку*). Кривле крапле бумс! Вот мы и на птичьем дворе!

2. (*Гуси, напряжение*) Первыми мы встретили гусей. Гуси начали шипеть, когда увидели гадкого утёнка.

11(3)

Кошка испугалась и забралась на забор.

(*Утки, напряжённость, ритмично*) С пруда возвращались важные тётушки-утки. Покажите, как они идут медленно, переваливаясь. Важные – кря-кря-кря (*ходьба гуськом в полуприсяде*).

(*Расслабление*) Устали от долгой дороги, сели, крыльями сзади оперлись и давай лапками дрыгать, расслаблять их. Дрыгают лапками, увидели утёнка и закричали: «Кря-кря-кря, какой уродливый! Совсем на нас не похож!» Презрительно посмотрели на утёнка.

Это была последняя надежда утёнка. Он убежал со двора и стал жить один. А в конце сказки он превратился в прекрасного лебедя.

Встаньте вокруг озера. Опустите в воду сначала свою длинную шею, потом одно крыло, другое. Давайте похлопаем крыльями по воде. Вот какие мы красивые лебеди! Покажите, как вы рады за утёнка!

3. Эмоции страха, обиды, восхищения.

Теперь можно отдохнуть. Гадкий утёнок превратился в прекрасного лебедя, и все им восхищаются.

Сейчас каждый будет изображать прекрасного лебедя, а мы будем им восхищаться:

«Ах, какой красивый, белоснежный! Какая длинная шея! Как он гордо её держит. Какие прекрасные крылья!» (*К. Сен-Санс «Лебедь»*).

А помните, как сначала все гнали прочь утёнка и называли его гадким? Как ему было обидно, страшно, не хотелось жить.

11(4)

Встаньте в круг, в серединке по очереди кто-то будет изображать испуганного утёнка, а остальные – злых птиц с птичьего двора: «Хоть бы тебя кошка утасила, несносный урод! Какой ты гадкий, некрасивый, совсем не похож на нас! Уходи от нас, мы не хотим с тобой дружить!»

Как страшно утёнку, он весь сжался, голову закрыл руками, в глазах ужас. Что же теперь с ним будет?

4. Дети, как вы думаете, можно унижать и обижать кого-то, если он не похож на других? Можно ли судить о человеке только по его внешности? А красивые на лицо люди всегда бывают хорошими, добрыми? А если ребёнок инвалид, то он тоже не такой, как все, но он в этом не виноват. Он и так очень страдает. Как вы относитесь к детям-инвалидам? Что значит быть милосердным? (*милое сердце*)

После того как птицы напали на утёнка, он очень загрустил. Давайте его пожалеем, примем в дружную семью, скажем много добрых слов, чтобы он гордо поднял свою голову и не прятал её от страха и обиды (*тренинг со сменой ролей*).

Посмотрите, дети, от добрых слов и вы все стали прекрасными лебедями, у которых не только красивая внешность, но и прекрасная душа.

5. Давайте, как прекрасные гордые лебеди, плавно подвигаемся в хороводе (*музыкальное сопровождение*). Вставайте под волшебный зонтик. Я перенесу вас в группу.

12(2)

Это маленький слабый росток. Солнышко греет всё сильнее, прошёл тёплый дождик, и росток стал подниматься всё выше и выше. И мы поднимаемся, руки вверх, в стороны. Ветерок нас раскачивает, солнышко пригревает, цветочки улыбаются солнышку, подставляют своё лицо, листочки-ладошки. Как хорошо, как приятно!

2. (*Бабочки, напряжённо*) Встали цветочки в круг, как будто венки сплели. Решили цветы бабочек ловить. Всем телом напряглись, ноги пошире расставили, чуть вперёд подались, руки вперёд вытянули. Хвать! Хвать! Не поймали, улетела бабочка.

(*Расслабленно*) Пока ловили бабочек, подул сильный ветер. Цветы присели, стебельки вниз опустили, листочки повесили. Всё расслаблено, листочки как ниточки висят.

(*Стрекозы, по всей площадке*) Ветер утих, выглянуло солнышко. На цветы прилетели стрекозы. Стали цветы бегать по полянке за стрекозами. Бегают легко, на носочках по всей полянке. Весело цветочкам! Бегают, смеются. Как стрекозы, листочки-руки в стороны расставили, помахивают, как крылышками.

(*Кружение плавно, на месте*) Остановились и закружились на месте, медленно, плавно. Просто вальс цветов! Какое удовольствие кружиться! Чувствуешь лёгкость, невесомость.

(*Ритмично*) Накружились и присели. Повернулись друг к другу по парам, уперлись ножками, взялись за руки и давай перетягивать друг друга, как на лодочке качаются. Кач-кач, кач-кач.

Занятие 12. «Волшебные цветы»

1. В волшебном лесу растут волшебные цветы. Волшебные они потому, что умеют разговаривать и двигаться. Они, как дети, очень любят играть и озорничать. Цветы эти очень красивые.

А какие вы знаете цветы? (*Выслушать ответы детей*). Хотите стать волшебными цветами? Я полью вас из леечки волшебной водой (*педагог имитирует полив, можно посыпать немного конфетти*), и вы превратитесь в цветы.

Ты, волшебная водица,
Лейся на головки.
Превращай скорее деток
В разные цветочки.

Что-то моя вода не подействовала. Помогите мне. Повторяйте за мной: «Розы, розы (2 хлопка), васильки (3 притона), мы – волшебные цветы» (*разводим руками*).

Волшебство сработало! Ах в какие красивые цветы вы превратились! Лепестки нежные, разного цвета, стебельки тонкие, гибкие, листья резные!

Покачайте своими головками, попробуйте, как гнётся ваш стебелёк, пошевелите пальчиками-листочками.

Цветы вырастают из маленького семени.

Покажите, какой величины это семечко. А какой величины цветы из него вырастают, покажете?

Представьте, что пока вы – маленькое семя, оно лежит в земле. Присядьте, обхватите голову руками. Но вот пригрело солнышко, и семечко начало прорастать. Поднимите голову, раскройте ладони.

12(3)

(*Напряжённо*) Спина, ноги, руки напряжены. Движения ритмичные. Кач-кач. Кач-кач.

(*Расслабленно*) Устали, руки разомкнули и повалились на спину. Лежат, отдыхают. Всё тело расслабленно, руки и ноги расслаблены. Как приятно!

(*Медленно*) Решили цветочки пойти погулять. Шли они, шли и вышли к речке. (*Напряжённо*) Речка бурная, вода холодная. Бр-рр! Как на другой берег перебраться?! (*Застывание*) Увидели мостик, а он узенький, качается. Страшно! Встали они друг за другом, одной рукой держатся за впереди стоящего, а другой – за перила мостика. Идут медленно, ступают осторожно. То остановятся, то дальше идут. Страшно, вдруг в воду упадётся! Наконец-то кончился мостик. Ура! Рады цветочки!

(*Расслабление*) А тут солнце стало пригревать. Как жарко! Как хочется пить! Почти завяли цветочки. Плечики опустили, голову повесили, листочки-руки как плети висят. (*Медленно*) Идут медленно, грустно цветочкам.

(*Прыжки, свободное передвижение, столкновение*) Но вдруг пошёл прохладный дождик. Как обрадовались цветочки, сразу распрямились. Стали они под дождиком весело подпрыгивать, веселиться. Совсем разбаловались. Подпрыгивают, в ладоши от радости хлопают. По всей полянке. Шумят, толкаются.

(*Застывание*) А в это время на полянке появились две девочки, которые ягоды собирали. Испугались цветочки, что их сорвут, застыли на месте как каменные.

Девочки увидели цветы, они им очень понравились. Так им захотелось нарвать букет! Цветочки от страха головки опустили, глаза зажмурили и задрожали. Что будет?! Но девочки передумали, они только полюбовались, понюхали, погладили цветы и пошли дальше. Цветочки с облегчением вздохнули, улыбнулись, выпрямились, расправили лепесточки.

12(4)

3. Эмоция гнева.

Садитесь, цветочки, в наш «круг добра». Когда девочки хотели вас сорвать, вы не только испугались, но и рассердились на них. Покажите, **как вы рассердились** (*сдвинули брови, сморщили нос, оттопырили губы*).

Ах, как цветочки рассердились!

Как цветочки рассердились.

На девчонок разозлились.

Не хотим, чтобы нас рвали,

И ломали, и топтали!

Погрозите девочкам пальцем, топните ногой.

Эмоция удовольствия.

А теперь вспомните, как мы грелись на солнышке и танцевали под тёплым дождем. **Как нам было приятно!** Какое удовольствие погреться на солнышке, а в жару искупаться под дождем! Покажите.

Голову откиньте немного назад, глаза прищурьте, губы в улыбке, всё тело расслаблено. Голову поворачиваем из стороны в сторону. Как хорошо!

4. Дети, а что может случиться, если люди в лесу, на лугах, будут рвать цветы большими букетами? Вы знаете **о Красной книге?** Что нужно, чтобы она перестала пополняться? Что бы вы сказали девочкам, которые хотели сорвать цветочки? (*Варианты детей*)

5. А теперь я приглашаю все цветы на бал (*под музыку «Вальс цветов»*). Закружимся **в цветочном хороводе** (*педагог показывает движения, даёт возможность детям самовыразиться*).

Пора возвращаться в группу. Сейчас я хлопну три раза в ладоши, и вы снова станете детьми – умными и добрыми.

13(2)

2. (*Напряжение*) Мышки, Том так громко топает, так **страшно!**

Скорее ложитесь, свернитесь калачиком, затаите дыхание. Всё тело напряжено. Так страшно! Лежите тихо, чтобы кот вас не нашёл.

(*Расслабление*) Вы лежали так тихо, что Том пошёл вас искать в другое место!

Можно **расслабиться**, полежать спокойно. Теперь вам никто не угрожает. Страх ушёл. Можно улыбнуться. Все мышцы сразу обмякли, стали послушными.

(*Прыжки*) Мышки так обрадовались, что стали **подпрыгивать**, высоко поднимая колени, и хлопать в ладоши.

(*Напряжение*) Встали мышки в круг, взялись за руки и **образовали мышеловку**. Хотят в неё кота поймать. Подняли руки вверх. Держат руки крепко-крепко! Руки как камень твёрдые. А в это время кот пытается пробраться за колбаской в круг.

(*Расслабление*) Опустили мышки руки, **расслабили** их, не успели кота поймать, он убежал. Руки стали как ватные, висят как верёвочки.

(*Напряжение*) Тогда мышки решили сделать **мышеловку с помощью ног**.

Расставили их широко, чтобы упереться в ноги другой мышки, напрягли их и смотрят, как кот старается пробраться между ног.

(*Расслабление*) Только он попытался, а мышки ноги сдвинули и присели. Не пройдёшь, хитрый кот!

(*Напряжение*) Захотел кот мышек перехитрить и начал **мяукать со всех сторон**, чтобы запугать мышек. Сначала с одной стороны. Посмотрели мышки, повернули голову направо к самому плечу. Нет кота!

Потом с другой стороны. Посмотрели мышки налево, повернули голову к самому плечу. Нет кота!

Мяуканье раздалось сзади. Откинули мышки голову, плавно покрутили. Опять нет.

Занятие 13. «Кот Леопольд и мыши»

1. Ребята, подскажите мне, как зовут кота, к которому всё время приставали мыши? Конечно, **кот Леопольд**. Сегодня он мне позвонил и попросил у вас помощи. Он строит себе **новый дом**, так как в старом мыши сделали большую дыру. Ему привезли кучу кирпичей, их надо сложить в одно место.

Вставайте цепочкой на небольшом расстоянии друг от друга и будем **подавать кирпичи** и складывать аккуратно (*указывает место*). Начали! Держите кирпич крепко, не уроните на ногу, не бросайте, а аккуратно кладите кирпичи, чтобы они не разбились. Ай да молодцы! Как ловко получается! Ну вот, все кирпичи перенесли!

К коту Леопольду на помощь обещал приехать Кот в Сапогах. Теперь он поможет построить ему дом.

У меня есть волшебный платочек. Если под ним покружиться, то можно **превратиться в мышку**. Кто хочет стать мышкой? (*Педагог накрывает всех желающих платочком со словами: «Под платочком покрутись и в мышонка превратись!»*)

Не знаю, превратились ли вы в мышек или нет? Ну-ка попищите, как мышки. Теперь я вижу, что вы мышки, и предлагаю вам поиграть в **игру «Мыши и кот»**.

Вышли мыши как-то раз

Посмотреть, который час. (*идут на цыпочках*)

Раз, два, три, четыре –

Мыши дёрнули за гири. (*имитируют*)

Вдруг раздался страшный звон!

Убежали мышки вон! (*убегают*)

«Кот» спит, пока «мыши» идут, и просыпается с последними словами.

Мы так расшумелись, что **разбудили кота** Тома и мультфильма «Том и Джерри». Бегите скорее ко мне, неслышно, на цыпочках, может, он вас не заметит.

13(3)

Раздалось мяуканье внизу. Посмотрели мышки вниз, опустили голову низко. Нет кота! Вот какой хитрый!

(*Расслабление*) Стали мышки по кругу **вертеть головой**, чтобы везде посмотреть. Головка как шарик на ниточке катается по плечикам туда-сюда, туда-сюда. А кота нигде нет!

(*Напряжение*) Тогда мышки решили **превратиться в кота**. Встали они на четвереньки, опустили голову вниз, а спину выгнули вверх. Живот напрягся, втянулся, спина и руки твёрдые. Это **кот сердится**.

(*Замирание*) А теперь подняли голову, прогнули спину и **приготовились к прыжку**, замерли.

(*Резко*) Резко **бросились на «мышку»**: то в одну сторону, то в другую. Никак не поймают.

(*Расслабление*) **Расстроились**, сели, ноги, руки раскинули. Надоело в кота играть.

А кот Том мышкам не поверил.

3. Эмоции зависти, страха, радости.

Посидите, мышки, отдохните, а я расскажу вам о том, что поведал мне кот Леопольд.

Новый дом Леопольд построил, а **мыши** его увидели и все **обзавидовались**.

Давайте покажем, как позавидовали мыши из м/ф. Губы плотно сжаты, глаза слегка опущены, подбородок чуть приподнят, руки перед грудью скрестили. Надулись, обиделись, отвернулись от Леопольда.

Задумали мыши от зависти поджечь дом. Кот Леопольд забеспокоился, что опять останется без дома, испугался. Покажите, как **испугался кот Леопольд**. Голову руками прикрыл, качает головой. Что же будет? Ведь мыши его дом уже взрывали! Страх в глазах.

Но на помощь коту Леопольду пришёл Кот в Сапогах. Как только мыши увидели шпагу в его руках, сразу забеспокоились.

14(4)

Кот Леопольд обрадовался. Покажите, как кот Леопольд обрадовался. Широкая улыбка. Стал обнимать друга, расцеловал его, пожал ему руку (*разыгрывание со сменой ролей*).

Ребята, давайте подумаем, какие слова благодарности кот Леопольд говорил другу? (*Проигрывание вариантов*).

Как пригласил Леопольд друга к себе домой? (*Проигрывание вариантов*).

Как вы думаете, мыши хорошо ведут себя по отношению к коту Леопольду?

Что нужно сделать, чтобы они помирились? (*Моделирование адекватного поведения*).

4. Пока мы с вами разговаривали и решали, как помирить мышей с котом, серая и белая мыши совсем разругались. Серая мышь заупрямилась – не хочет идти просить прощения и мириться с котом, а белая мышь её уговаривает. Дети, просто серая мышка не знает, как можно попросить прощения. Давайте её научим (*тренинг в парах, где один ребёнок – кот, а другой – мышка*).

Покажите, какие слова надо говорить, как обратиться, как посмотреть, какие интонации использовать?

Что в ответ должен сделать кот Леопольд? (*Смена ролей*).

5. Давайте все вместе споем песенку кота Леопольда и попляшем под неё.

14(2)

Стали козлята думать, как отпугнуть волка. И придумали! Взяли они мамины кастрюли и давай по ним палочками стучать! Раз, два, три! Какой шум поднялся. Тук, тук, тук!

(*Напряжённо*) Копытца напряжены, твёрдые. Чувствуете напряжение в мышцах? А лицо улыбается, расслаблено, и животик расслаблен, дышит... Кулачки напряжены, стучат палочками. Козлята стучат всё быстрее, всё громче. А теперь медленнее, медленнее, словно удары грома.

(*Расслабленно*) Устали кулачки от напряжения? Опустите их вниз, расслабьте, поболтайте руками, пальцами.

(*Дробно*) Совсем расхрабрились козлята. Повалились на пол, легли на спину, ноги поставили шалашиком и стали копытцами стучать об пол (*с изменением ритма*).

(*Цельно*) Потом обхватили руками колени, пригнули к ним голову и стали кататься на спинке, как на качелях. Вперёд-назад, вперёд-назад.

(*Напряжение*) Накачались, встали. Захотелось им силами помериться. Стали козлята в пары, спиной друг к другу, сцепили руки, ноги расставили, крепко в пол упёрлись, напряглись всем телом и начали друг друга перетягивать. Руки крепко сцеплены. Устали бороться.

(*Расслабление*) Сели на пол, ноги и руки раскинуты, голову опустили. Всё тело расслаблено, отдыхают...

И тут раздался стук в дверь – тук, тук, тук. Козлята не послушали маму и открыли дверь. А на пороге серый волк!

Занятие 14. «Волк и семеро козлят»

1. Дети, сегодня мы отправимся в сказку «Волк и семеро козлят». Козлята маленькие. Покажите, какие они маленькие. Ещё у них есть рожки. Покажите, какие рожки у козлят, как они ими бодаются. На ножках у них копытца, которыми козлята громко стучат. Постучите копытцами, как козлята (*с изменением ритма*).

Живут козлятки на опушке леса с мамой Козой и очень любят играть. В эту игру мы сейчас поиграем. Она называется «Угадай, кто подал голос». Только кричать надо «ме-е-е», как козлята (*один ребёнок отворачивается, а кто-то из детей подаёт голос, и нужно, угадать, кто*).

Ещё козлята любят играть в догонялки. Давайте и мы поиграем, только салить надо, касаясь рукой. Бегать можно по всей группе. А теперь подойдите ко мне.

2. (*Напряжённо*) Мама Коза говорит своим козлятам: «Я пойду за молоком, а вы, козлятушки – ребятушки, сидите дома и никому не открывайте». А козлята в ответ: «Нет, нет, мы хотим гулять!» (*с поворотом головы влево – вправо*). – Если вы откроете, то волк вас съест, - предупредила мама Коза. А козлята в ответ: «Да, да, да, мы не будем открывать» (*Голову опускают вниз*).

Но стоило маме Козе ступить за порог, как козлята начали баловаться. Стали головой крутить то влево, то вправо, то вперёд, то назад. Шея напряжена.

(*Расслаблено*) Устали баловаться и стали головки по плечикам катать, как шарик на ниточке, медленно, плавно.

14(3)

Посадил всех козлят в мешок (*собираются в круг*) и понёс их в чашу.

(*Прыжки*) Козлята сначала очень испугались! Но потом подумали и проделали своими рожками дырку в мешке и выпрыгнули из него (*сначала «бодаются», стоя из круга лицом, затем делают прыжок*).

Огляделись козлята вокруг и увидели перед собой тёмный лес. А в лесу деревья густые, ветки колючие, дороги домой козлята не знают. (*Напряжённо*) Стали козлята пробираться. Ветки рожками поднимают, копытцами раздвигают...

Как тяжело пробираться сквозь чашу! Но вот наконец-то полянка, сочной травы на ней видимо-невидимо! (*Бег в одном направлении*) Обрадовались козлята, быстрее побежали на полянку поесть травки.

По всей полянке ходят, травку едят (*имитация*). Травка душистая, зелёная, сочная! Как вкусно! Наелись и стали собирать травку маме Козе, складывать в кучу (*изображают*).

Огляделись козлята, место-то знакомое. А впереди среди деревьев виднеется их дом. Обрадовались козлята! Подпрыгивая, побежали наперегонки к дому, напевая песенку: Бежал козлик по дорожке,

У него устали ножки.

Закричал козлёнок: «Ме-е-е!»

Постелите коврик мне!

3. Эмоция удовлетворения, довольства

Как хорошо дома! Теперь можно отдохнуть, никто нас не обидит. Садитесь на стульчики в круг.

14(4)

Какие мы молодцы, что убежали от волка!

Покажите, какие вы молодцы:

- погладьте себя по голове, по груди?
- покажите большим пальцем вытянутой руки;
- похлопайте себе в ладоши, потрите ладошками от удовольствия.

Вот какие мы ловкие, смелые! Молодцы!

Эмоции страха, испуга, отвращения, удовольствия

Пришла мама Коза. Козлята ей рассказали: Сначала мы очень испугались. Правда? Страшно было, что волк унесёт и съест? Как нам было страшно? Сжались в комочек, застыли, брови подняли вверх, глаза широко раскрыли, боимся даже вздохнуть, пошевелиться. Голову втянули в плечи, задрожали, зубами от страха застучали. Брр! Как страшно!

Но волка мы перехитрили и теперь дома с мамой. Мы очень рады, улыбаемся.

Когда вы щипали травку на поляне среди сладкой травы, вам попалась горькая, ужасно горькая трава. До чего же противно стало во рту! Покажите, как горько, противно.

Но вы её быстро заели сладкой травой. Какое удовольствие! Покажите, какая вкусная, сочная, сладкая травка.

4. А мама Коза сидит грустная-грустная. Она представила, что могло бы произойти, если бы рожками не прорвали мешок. Ужас! Бедная мама Коза такая печальная, вот-вот заплачет.

14(5)

Давайте пожалеем маму Козу: погладим по голове, возьмём её ладони в свои и согреем, обнимем (*действия детей*).

А может развеселим её? Попрыгаем, постучим копытцами, улыбнёмся (*действия детей*).

А может, мы угостим её травкой, которую сорвали на полянке? (*Угощают*).

Но что-то мама Коза не веселее. Я думаю, что вам надо попросить прощения у мамы за то, что убежали и так расстроили её.

А как это сделать? Надо посмотреть маме Козе в глаза виновато и попросить прощения (*Каждый ребёнок это делает своими словами*).

Как вы думаете, мама Коза вас простила? А как это можно узнать? (*Выражение лица, глаз*).

Давайте её спросим: «Мама Коза, ты нас простила?» Коза улыбается, зовёт козлят к себе, обнимает, целует их.

5. Маленькие дети всегда должны слушаться свою маму, иначе может случиться беда. Давайте вместе споем ту песенку, которую я пою, возвращаясь домой:

Козлятушки – ребятушки,
Отопритесь, отворитесь.
Ваша мама пришла,
Молочка принесла.

Занятие 15. «Дождевые червячки»

1. Сегодня, дети, вы станете дождевыми червячками, которые тёплым весенним днём выползли на поверхность земли. Покажите, как вылезают червячки. Присядьте и медленно, извиваясь, пробирайтесь сквозь толщу земли. Увидели червячки друг друга и захотели познакомиться. (*Дети изображают вместе с педагогом*).

А теперь червячки постараются узнать друг друга по голосу. Один червячок (*вызов ребёнка по имени*) будет отгадывать, кто же назвал его имя. (*Вызванный ребёнок отворачивается, кто-то из детей называет его по имени, так со всеми детьми*).

Сейчас я буду бросать вам разные воображаемые предметы, а вы сразу представляйте их и ловите так, будто они настоящие. Итак, кидаю вам горячую картошку. Быстрее кидайте её друг другу. Она только из костра. Нельзя, чтобы она долго оставалась в руках. Внимание! А сейчас поймите ледышку. Она холодная, скользкая, от неё мёрзнут руки. Молодцы, никто не уронил льдинку, быстро вы её передавали. А теперь поймите бабочку. Осторожнее. Она очень хрупкая, нежная, вы легко можете повредить ей крылышки (*имитация детьми действий с воображаемым предметом*).

Червячки живут под землёй, и у них есть соседи – другие животные. Под землёй не нужно зрение, там всегда темно, поэтому животные внимательно слушают или ощущают кожей. Сейчас я посмотрю, какие вы внимательные. Вставайте в круг.

15(2)

Под музыку вы будете идти по кругу и выполнять мои команды: на слово «мышка» вы будете ходить на носочках, на слово «крот» - ходить впрысядку, на слово «жук» - легко бегать, расправив крылья-руки (*смена команд по несколько раз*).

Молодцы, червячки, вы очень внимательные, ни на кого не наткнётесь под землёй.

2. (*Напряжение, замирание*) Пока мы играли, очень похолодало. Весной часто бывают заморозки. Червячки замёрзли, превратились в настоящих ледышек. Все сжались, съёжились. Как холодно червячкам! На лице страдание. Всё тело напряжено, руки прижаты, плечи приподняты. Всё тело как ледышка.

(*Расслабление*) Но вот появилось солнышко, пригрело землю, и червячки начали оттаивать, отогреваться. Легли свободно, раскинули ручки и ножки, подставили лицо солнышку. Тепло, хорошо. Всё тело расслаблено.

(*Напряжение, замирание*) Кар – кар – кар! Прилетели большие вороны за червячками. Что же делать? Испугались червячки и застыли на месте как лежали, чтобы вороны не заметили их или приняли за веточки дерева. Червячки совсем неподвижны, напряглись, затаили дыхание. Походили, походили вороны, но ничего не заметили и улетели.

(*Ритмично, резко*) Вставайте, червячки. Улетели вороны. А вот и долгожданный дождик, который так любят червячки. Покажите, как капает дождик (*хлопки с изменением ритма со звукоподражанием «кап-кап-кап»*).

15(3)

(*Расслабленно, плавно*) Набралось так много воды, что образовался **ручѐёк**. Опустили червячки руки и гоняют волны в ручейке. Руки расслаблены, движения плавные. Вправо – влево, то в одну сторону, то в другую.

(*Напряжѐнно, по всей площади*) Весной прилетают грачи, чѐрные важные. Покажите, как **важно ходят грачи**. Голову подняли. Крылья расправили. Шея напряжена, спина и руки-крылья тѐрдые. На лице такая гордость. Всё осмотрели, везде заглянули.

(*Расслабленно*) Ходили, ходили, даже **устали**. Присели, голову под крылышки спрятали и задремали. Совсем расслабились грачи. А тут **кошка**: «Мяу-мяу!» Скорее улетайте, грачи, а то кошка вас съест (*перебегают на другую сторону зала*).

3. Эмоции гнева, обиды, радости

Кошка бежала за грачами и раздавила несколько червячков. Как, червячки, мы на неё разгневались? **Поругайте кошку**: «Плохая ты, кошка, как ты могла наступить на маленьких червячков! Ты такая большая, а они такие маленькие!»

От обиды червячки даже заплакали, слезы потекли рекой. Покажите, как заплакали червячки. Как они **огорчились**. Не плачьте, посмотрите, кошка только немного задела червячков, они больше от страха замерли. Какая радость! Утрите слѐзы, улыбнитесь!

15(4)

4. Смелость, справедливость

У червячков много врагов, которые хотят их съесть. А червячки, хотя и маленькие, но очень смелые и справедливые. Покажите, **какие вы смелые**. Маленького червячка обижают большие. Встаньте на его защиту. Что вы сделаете? Что скажете обидчикам? Кому легче защитит, одному или когда вы вместе? (*Проигрывание ситуации*). Маленьких всегда надо защищать, они сами себя защитит не могут (*обсуждение и разыгрывание ситуаций из личного опыта детей*).

5. Пора нам превращаться в детей. Мне очень приятно, что мои дети такие добрые, смелые, справедливые. Вставайте за мной, возьмитесь за руки. Наш **весѐлый ручѐёк** побежал в группу (*лѐгкий бег змейкой*). До встречи.

Бежит весѐлый ручѐёк.

Преграды обойти он смог.

Прохладу в жаркий день несѐт,

Олень воды его попьѐт,

Цветы и травы расцветут.

Его везде и всюду ждут.

Он добротой наполнен весь.

А остановится он здесь.

(Е. Алябѐва)

Занятие 16. «Путешествие в джунглях»

1. Ребята, сегодня мы отправимся в далѐкие южные джунгли, где много диких зверей, экзотических животных, очень влажно и жарко. Это – джунгли, в которых живѐт **Маугли со своими друзьями**. В джунглях нужно быть очень внимательными, чутко вслушиваться в окружающие звуки, чтобы не потеряться и не погибнуть. Давайте потренируемся. Закройте глаза и **прислушайтесь**, а потом мне скажете, что вы слышали (*включается запись «Звуки леса»*). Каждый ребѐнок рассказывает, что он услышал.

Слушать вы умеете, молодцы!

Дети, в джунглях много деревьев с длинными ветвями, которые называются лианами. На них очень любят качаться обезьяны. Нам тоже, может быть, придѐтся прыгать по лианам, чтобы уйти от опасности. Я хочу посмотреть, умеете ли вы прыгать. **Кто прыгнет выше** всех? Только приземляйтесь легко. Можно себе помогать руками, чтобы подпрыгнуть выше. Хорошо! Вы прямо обезьянки! Теперь мы уж точно не попадѐм в руки хищников.

В джунглях живут не только обезьяны, но и змеи, пантеры, тигры, очень много разных насекомых и других животных. Не меньше и растений. Их так много, и они растут так часто, что нет даже тропинки. Еѐ придется прокладывать. Я пойду впереди и специальным ножом мачете буду расчищать нам дорогу, а вы **идите за мной**. Но идти надо след в след, чтобы не потеряться, не наступить на ядовитую змею или паука (*ходьба змейкой с изменением темпа движения и видов ходьбы*).

16(2)

Вот мы и вышли из джунглей.

2. (*Прыжки*) Стоп! Внимание! Впереди обрыв. А за ним река. Давайте, как обезьянки, **перепрыгнем обрыв**. Только нужно прыгать как можно дальше. Хорошо оттолкнуться. Встаньте в одну линию. Раз, два, три! Ура! Перепрыгнули!

(*Напряжѐние*) А теперь, как обезьянки, от радости мы будем **головкой качать** (вперѐд-назад, влево-вправо).

Да, да, да, какие мы ловкие!

Да, да, да, какие мы смелые!

(*Напряжѐнно, плавно*) Пока мы радовались, не заметили, что в зарослях **появился тигр**. Давайте притворимся, что **мы – деревья**, и он нас не заметит. Высоко поднимите руки вверх и покачивайтесь на носочках, как от ветра, то в одну сторону, то в другую, хорошо прогибаясь. Тело и ноги напряжены, а руки расслаблены, мягкие, плавно качаются в кистях.

Смотрите, тигр нас не заметил и ушѐл.

(*Расслабленно*) Руки у нас изображали ветки деревьев, а теперь опустите их вниз, наклонитесь. Мы **стали лианами**, будем свисать с деревьев. Лианы покачиваются, как качели. Спина и ноги расслаблены, руки-лианы качаются легко, как ниточки.

(*Напряжѐнно*) Среди веток видны чьи-то зелёные глаза. Да это же чѐрная **пантера Багира**! Она **на солнышке нежится**. Спинку выгнула, напрягла, голову опустила вниз, живот вытянула, напрягла. А теперь спину прогнула, голову подняла, посмотрела вперѐд, потянулась, улыбнулась тѐплому солнышку.

16(3)

(Дробно) А к реке пришли не только мы. Пришёл искупаться в прохладной воде друг Маугли – **медведь Балу**. Он лапой сильно бьёт по воде, во все стороны брызги летят! Как здорово! Весело! Лапы напряжены, то медленно, то быстрее, а сам в своих брызгах **купаются**, спасается от жары.

(Плавно по всей площадке) Здесь, в джунглях, очень много красивых птиц. Особенно хороши попугаи. Перья их окрашены во все цвета радуги! Представьте, что вы – **попугаи**. Полюбуйтесь же своими перьями, похвалитесь перед другими попугаями. А теперь плавно взмахните крыльями. Полетели. Движения красивые, грациозные. **Летаем** по всей площадке.

(Замирание) Тише, тише! Вы слышите шорох? Это **ползёт огромный удав** – мудрый Ка. Замрите, не шевелитесь! Может, он нас не заметит и проползёт мимо? Никто не пошевелился, и удав уполз.

Нам надо идти дальше. Впереди глубокий обрыв, а через него перекинут очень узкий **верёвочный мостик**. Посмотрите вниз, какой глубокий обрыв! Не побойтесь пройти по мостику? Только идти надо осторожно, ногу ставить след в след, чтобы мост не распался и мы не упали. Идите за мной. Руки в стороны, балансируйте ими. Какие вы храбрые дети! Не побоялись перейти по мостику!

Но что это за дом? Здесь, наверное, живёт Маугли.

3. Эмоции удовлетворения и удовольствия

Теперь можно и отдохнуть.

16(4)

Здесь тепло, хорошо, никто не обидит, бояться нечего. Какие вы всё-таки молодцы! Никого не испугались, помогли друг другу, никто не подвёл. Покажите, **какие вы молодцы** (*большим пальцем руки*). Пожмите друг другу руку в знак благодарности.

Эмоции удивления, интереса

Как мы **удивились**, увидев больших разноцветных попугаев? Покажите.

А **с** каким **интересом** мы заглядывали сквозь ветки дерева, когда нашли Багиру? Покажите, как вы **раздвигаете ветки и смотрите**. Интересно, кто там?

4. Взаимопомощь

Ребята, а если бы кто-то из нас упал на мостике или у реки, ушибся, не смог бы идти дальше? Что бы вы сделали? Как помогли? (*Проигрывание ситуаций получения ушибов, травм, потери товарища*).

Настоящий друг никогда не бросит в беде и всегда придёт на помощь и словом, и делом.

5. Мы славно попутешествовали, пора и повеселиться. Вставайте в **хоровод**. Будем водить хоровод и петь песенку.

Дружба верная не сломается,
Не испортится от беды и вьюг,
Друг в беде не бросит, лишнего не спросит,
Вот что значит настоящий, верный друг.

Занятие 17. «Теремок»

1. Дети, попробуйте угадать, в какую сказку мы сегодня отправимся. Прибежала мышка и пищит:

Кто, кто в теремочке живёт,

Кто, кто в невысоком живёт?

Конечно, **в сказку «Теремок»**. Но чтобы попасть туда, мы должны встать в круг и взяться за руки. А теперь вспомним, какие **сказочные герои живут в теремке**. Но только называть вы будете не самих героев, а их голоса (*петух, мышка, лягушка, комар, ёж*).

А теперь представьте, что вы **превратились в** своих любимых **животных**. Кто в кого хочет превратиться? Живёте вы в теремке на опушке леса и очень любите играть. Сейчас мы поиграем **в игру «День и ночь»**. Когда я буду говорить «день», вы все будете скакать, прыгать, бегать, изображая своих животных из теремка, а когда – «ночь», вы должны замереть на месте и не шевелиться (2-3 раза).

А ещё жители теремка любят играть **в «Мышеловку»**. Мы все будем мышеловкой, а наша мышка будет вбегать и выбегать из мышеловки. (*Держась за руки, дети высоко поднимают их, пропуская «мышку», и опускают руки, приседая после слова «хлоп», не пропуская «мышек» из круга*).

Ах, как мыши надоели! Всё погрызли, всё поели. Всюду лезут – вот напасть! Берегитесь вы, плутовки.

Доберёмся мы до вас. Как поставим мышеловки, Переловим всех сейчас! Хлоп!

(2 раза со сменой «мышки»).

17(2)

2. (*Мишка*) Наигрались ребятки – зверятки и стали спорить, **кто лучше всех танцует**. Косолапый **Мишка** и говорит: «Я самый сильный и большой, значит, и танцую лучше всех!»

(*Напряжение*) Руки к телу прижал, весь напрягся и стал с ноги на ногу переваливаться. Ноги тяжёлые, как будто к полу прилипли.

(*Зайка*) Увидел **Зайка** – побегайка, как пляшет Мишка, и прямо **со смеху покотился**. (*Расслабление*) Лёг на спину на травку и лапками стал дрыгать. От смеха лапки совсем расслабились. Ох, ох, ох, насмешил Мишка!

(*Петух. Напряжённо, ритмично, в разных направлениях*) Ку-ка-ре-ку! Да это же Петя – петушок! Вставайте скорее. **Петушок тоже хочет потанцевать**. Шею вытянул, крылья расправил, спину выгнул. Важно так ходит, ритмично, как под музыку. Ах, какой важный! Да ещё песенку поёт.

(*Лягушка. Прыжки быстро, часто*) А вот и Лягушка – квакушка. Она умеет только прыгать в танце. Сядьте на корточки, колени врозь, руки в упоре впереди. Попрыгали как лягушки! **Весёлые лягушки!** Скачут, квакают: ква-ква-ква, мы лучше всех танцуем!

(*Мышка. Замирание, пошевеливание*) Выглядывала **Мышка** из норки, на всех смотрела, решила наконец-то вылезти. Маленькая, всего боится. Пи – пи – пи, бежит на носочках. Смотрит во все стороны, прислушивается. То замрёт, то дальше побежит. Бежит так легко, совсем не слышно.

(*Комар. Часто*) «З – з – з». А вот и **Комар** – пискун! Часто- часто крыльшками машет, летит к теремку и пищит.

17(3)

Он разозлился на Мишку, который хотел его прихлопнуть лапой. Ищет, кого бы укусить! Но потом успокоился и решил никого не кусать. Вот и собрались все жители теремка вместе.

3. Эмоции страха, испуга, радости

Но что же это? На небе стали сгущаться тучи. В лесу стало темно и страшно! Сверкает молния, гром гремит! Как страшно! Все испугались, даже Мишка. Прижались друг к другу, дрожат, глаза от страха зажмурились. Как страшно, гром, молния!

Тучи прошли стороной, выглянуло солнышко. Все расслабились, вздохнули с облегчением, заулыбались.

Эмоции вины, стыда

Дети, вы не слышите, кто-то зовёт на помощь? Это Зайка – зазнайка, который очень хвастался, что не пустил в теремок медведя, и от него ушли все друзья: ёжик, мышка, петушок. А тут из леса прямо на зайца выбегает волк. Зайка зовёт друзей:

Где вы, верные друзья? Зайке помогите. (*Поворачивает голову в разные стороны, брови приподняты, руки протянуты вперёд*)

За бахвальство и за смех вы меня простите. (*Голова опущена, брови приподняты, губы вытянуты и слегка надуты, руки висят вдоль тела*)

(*Этюд проигрывается несколько раз*)

Как вы думаете, простят Зайку друзья, помогут ему? А вы любите детей, которые зазнаются? Почему?

17(4)

4. Как хорошо у нас в теремке! Тепло, светло, никто нас здесь не обидит. Садитесь удобно. Тук – тук – тук! Кто-то к нам в окошко стучится!

«У – у – у! Я – Волчок – серый бочок, пустите меня в теремок, у меня лапка болит».

Как вы думаете, надо впустить Волчка? Он без нас пропадёт, ему надо лапку полечить. Позовите его (*педагог изображает волка*). Посадите на стульчик. Осмотрите больную лапку. Помажьте йодом, забинтуйте, погладьте больную лапку (*проигрывание со сменой ролей*).

Спросите у Волчонка, может, он голодный? Чем вы его накормите? Как вы предложите?

Волчок – серый бочок устал, давайте уложим его спать, споём колыбельную.

Как Волчок благодарен, улыбается, лапка больше не болит: «Спасибо, друзья, что помогли, я теперь останусь с вами»

5. Вот и завершилось наше путешествие в сказку «Теремок». Мне очень понравилось, какими вы были добрыми, милосердными, внимательными. А теперь вставайте в хоровод, будем вместе читать стихи и сказки и показывать их.

Стоит в поле теремок – теремок. Он не низок – не высок. Как по полю-полю мышка бежит, у дверей остановилась и кричит: «Кто-кто в теремочке живёт? Кто-кто в невысоком живёт?» А из теремочка: «Мы сегодня здесь живём. Мы ребята-дошколята. Мы Волчишке помогли. И теперь домой пошли».

Занятие 18. «Игры гномиков»

1. Здравствуй, дети! Сегодня мы с вами познакомимся с маленькими волшебными человечками и будем с ними играть. Этих человечков зовут гномиками.

Они такие же маленькие, как и вы. Бывают ещё меньше. Покажите мне, какие они маленькие (*показывает рукой какую-то высоту от пола, а детей просит показать ещё меньшую высоту. Всё меньше и меньше, до самых крошечных*). Вот какие маленькие бывают гномики.

Ещё у них есть длинная-предлинная борода, покажите, какая? (*Дети показывают на себе, какая у них длинная борода.*)

На ногах у гномиков деревянные башмачки, которые громко стучат. Как стучат деревянные каблучки? (*Дети топаят ножками.*)

А на головах у гномиков забавные колпачки с колокольчиками, которые звенят «Динь-динь». (*Дети надевают шапочки и качают головками, «динь-динь».*) (2 минуты).

Живут гномики в лесной пещере. (*Все побежали к стене и встали возле неё.*) Здесь, в пещере, гномики любят играть со своим дедушкой в хлопушки. Давайте поиграем.

Я – дедушка, когда я буду хлопать в ладоши, выбудете шагать ко мне. А если я запою «ля-ля-ля», вы станете прыгать. Попробуем? (*Педагог попеременно: то хлопает в ладоши, то напевает «ля-ля-ля». Сначала он тоже шагает и прыгает в такт своим хлопкам и пению. Потом дети понимают, что нужно делать, и сами выбирают, какое движение делать в такт хлопкам и пению.*) (2 минуты).

Ещё гномики любят ходить гуськом, друг за другом: пяточку к носочку, пяточку к носочку. (*Педагог показывает, как нужно ходить.*) Чем быстрее я буду хлопать, тем быстрее идут гуськом гномики. Начали! (*3-4 раза меняется ритм хлопков.*) (1 минута)

18(2)

А теперь возьмёмся за руки, кто-то ухватится за дедушку, и побежим за дедушкой играть в «Ниточку с иголочкой». Куда дедушка, туда и вы. Только руки не отпускайте, не то ниточка порвётся. (*Бегают за педагогом по комнате, обходя разные препятствия: стол, стул, то замедляя, то ускоряя темп*) (1 мин.)

Прибежали на полянку. Ух, как хорошо в лесу! Кругом травка зелёная, мягкая. Цветочки растут, птички поют. И колокольчики звенят на шапочках у гномиков.

2. (*Головки-бубенчики*) Стали гномики хвастаться, у кого звонче колокольчики на шапочках звенят. Гномики разбежались по кругу вокруг озера (*педагог показывает, где озеро и как встать детям по кругу*) и давай слушать свои колокольчики.

(*Напряжённо*) Головкой влево мотнули, наклонили её подальше к плечу, потянулись, чуть покачали головой, услышали: «динь-динь-динь». Теперь вправо головой склонились, к плечу наклонились, послушали другим ушком: «дзинь-ля, дзинь-ля-ля». Теперь головку склонили, стараются гномики подбородочком коснуться своей курточки, опять чуть покачали своими головками, послушали: «дили-лили-линь, дили-лили-линь». Назад головку опрокинули, послушали: «динь-дон, динь-дон» (1 мин)

(*Расслабленно*) Очень стало весело гномикам, стали они головками крутить влево – вправо. Головка у них, как шарик, по плечам катается: «динь-дон, бам-блям, дили-дили-линь!» Чувствуете, гномики, как легко шейка головку катает, какой перезвон идёт по всей полянке? «Дзинь-ля-ля, динь-дон, динь-бом!» У всех колокольчики звонко поют, не понять, у кого лучше (3 мин).

(*Поединок в кругу*) Затеяли гномики силами меряться: кто кого одолеет.

18(3)

Стали кружком вокруг озера, друг другу на плечики обе руки положили, ножки расставили, крепко в пол упёрлись ножками, напряглись всем телом, силой от земли налились и давай друг друга руками вниз давить.

(Напряжённо) кто кого к земле прижмёт, в озеро искупаться столкнёт. Ножки не движутся, спинка твёрдая, животик напрягся, только руки дают друг другу на плечи. Ух! Какие сильные все гномики, непобедимые. Устали бороться (1 мин).

(Расслабленно) Руки в воду прохладную опустили, поболтали ими в воде, как будто это не ручки, а две верёвочки на плечиках болтаются, встряхнули своими ручками, пальчиками поболтали. И давай волны руками гнать влево – вправо. Ручки прямые, свободно висят, как будто полощутся – влево, вправо, кругом (1 мин).

(Кулачки-молоточки. Медленно) Разбаловались гномики, давай брызгаться. Кулачки сжали и ну ими молотить по воде: раз! два! три! Брызги по все стороны. Весело гномикам. Всё быстрее и быстрее кулачками по воде молотят. Да, устали гномики, кулачки уже стучат не так быстро, еле-еле, тихо-тихо. Всё.

(Брызгалки. Напряжённо) Решили гномики друг в друга брызгать. Резко по воде ладошкой – хлоп! (Педагог показывает резкими движениями два-три приёма, как брызгать на другого гномика. Дети повторяют).

(Обтирание. Плавно, расслабленно) Обрызгались гномики с головы до ног, промокли. Стали друг другу лицо вытирать, ладошечкой – нежно, ласково, а теперь – плечики, ручки, спинку, грудку. (Дети в парах вытирают ладошкой один другого. Потом меняются ролями. Педагог показывает, как плавно и мягко движутся руки, как свободны движения у обоих гномиков в паре).

18(5)

Вот уже и тропинка. Вышли гномики на тропинку. Какая узенькая! А посреди медведь разлёгся и спит, храпит. Что делать?

(Расслабленно) Давайте снимем свои шапочки, чтобы не звенели бубенчики, и тихонечко на цыпочках мимо мишки пройдем. Если я вижу, что мишка просыпается или шевелится, то сразу говорю «ку-ку». Значит – опасность, гномики должны застыть и не шевелиться. А когда рукой махну – опять можно идти. Понятно? Пошли.

(Пошевеливание, застывание) (Дети, крадучись очень тихо, подходят к медведю, несколько раз останавливаясь и застывая на звук «ку-ку», потом перешиагивают через мишку: осторожно подняв руку, потом ногу, как в замедленном кино, плавно, боясь лишней раз пошевелиться).

Ура! Теперь бегом домой, чтобы медведь нас не догнал. Возьмёмся за руки и бежим к стене, в пещеру.

3. Эмоция удовлетворения, довольства

Теперь можно отдохнуть, никакой медведь нас не найдёт. Возьмём стульчики и сядем в круг лицом друг к другу. Какие мы молодцы, что убежали от медведя! Как можно показать, что мы молодцы, что мы собой довольны, что нам приятно:

- большой палец поднять вверх, остальные сжать в кулачок (педагог показывает, дети повторяют);
- мы улыбаемся, весело подмигиваем друг другу;
- гладим себя по груди, по головке. Вот мы какие ловкие и смелые! Молодцы!

Эмоция страха, испуга

А сначала мы немножко испугались. Правда? Страшно было, что медведь проснётся и нас съест? Как нам было страшно:

- сжались все в комочек, застыли;
- брови подняли вверх;
- глазки широко раскрыли, боимся вздохнуть и пошевелиться;
- рот приоткрыли;
- голову втянули в плечи;
- руками вцепились в стул, будто боимся упасть;
- задрожали, зубами застучали;
- слова сказать не можем. Брр! Как было страшно!

18(4)

(Встряхивание. Расслабленно) Остатки воды с себя стряхнули гномики – раз! – и встряхнулись гномики всем телом.

Подпрыгнули чуть-чуть и встряхнулись. Как мама встряхивает постиранный платочек. Раз! Опять сухие. Давайте дальше играть.

(Прыжки сидя. Расслабленно) Давайте лучше на попе прыгать, кто быстрее до дедушки допрыгает? Ручками не помогать, только на попе прыгать. Если очень трудно, можно ручками себе помочь. Вот как прыгают гномики. Очень смешно!

(Брыкалочка. Прыжки) Давайте, гномики, смеяться, шалить, брыкаться. Кто громче, кто веселее? Руками сзади упёрлись и брык ножками: левой-правой. Брык-брык, дрыг-дрыг. Такая у гномиков игра: «Брыкалочка». Кто сможет быстро – быстро ножками брыкать? (Педагог показывает и задаёт темп: затрясли ножками, задёржали). Здорово повеселились! Пора домой возвращаться.

(Ходьба против ветра. Напряжённо) А тут ветер подул, такой сильный. Никак не даёт подняться. Прямо к земле валит. Ну-ка встали, гномики, на четвереньки, так легче против ветра подняться. Встали, ножки пошире, устойчивее, чуть вперёд наклонились, голову ручками прикрывают и идут против ветра.

Ветер на нас давит, идти не даёт. А гномики хитрее: то одним боком, то другим, ножки пошире ставят. Вот уже до леса дошли, здесь ветер нас не достаёт. Ух, пришли!

(В густом лесу. Цельно) А в лесу деревья густые, кругом ветки колючие. Продираются гномики через лес, ветки поднимают, раздвигают, сами легко между деревьями проскальзывают, они гибкие, ловкие: где бочком, где спинкой, где наклонятся, где на цыпочках пройдут.

18(6)

Но медведя мы перехитрили, а теперь мы очень довольны и рады.

4. Когда всем весело, а одному грустно

Дедушка-гномик очень грустный, невесёлый. Спросим: почему он грустный? Дедушка волшебную шапочку с бубенцом потерял. Что мы будем делать, дети? Бедный дедушка такой грустный, вот-вот заплачет. (Педагог играет роли дедушки и свою – ведущего).

Нам жалко дедушку? Пойдём к нему, присядем на корточки и жалобно посмотрим ему в глаза, погорюем вместе с ним. Ох, какое горе – потерять волшебную шапочку! А как мы его пожалеем:

- положим руку на его плечо, постоим?
- погладим по руке, по спине, по голове?
- прислонимся или обнимем дедушку?

А может быть, развеселим его: позвоним бубенчиками, улыбнёмся? Всё равно дедушка грустит. Что же нам ещё сделать? Подарите ему что-нибудь вместо шапки – грузовик, конфету, дудочку, цветочек. (Каждый подходит, дарит гномику, что хочет).

А может быть, кто-то отдаст дедушке свою шапочку с бубенцом?

А теперь пойдёмте все вместе потанцуем: кто позовёт дедушку с нами? (Все дети берутся за руки, водят хоровод под знакомую песенку или свободно прыгают, пляшут, топают под какую-нибудь музыку).

5. До свидания, мои славные гномики! Мы обязательно с вами ещё встретимся и поиграем в ваши весёлые игры.

Хоровод, хоровод – пляшет маленький народ,

Танцевать, дзинь-динь, Ля-ля-ля, мы готовы целый год!

Занятие 19. «Магазин игрушек»

1. Сегодня мы отправимся в магазин игрушек. Но сначала попробуем угадать, какие любимые игрушки есть у каждого из нас, например, у Кати? (*Дети называют игрушки, пробуя угадать любимую у каждого по очереди*). (1-2 мин).

А теперь вспомним, какие любимые игрушки есть у нас в комнате. Называть будем не сами игрушки, а только звуки, которыми можно их описать, например: ... (*Педагог имитирует звук самолёта, мотоцикла, а дети угадывают*) (1-2 мин).

А теперь каждый будет своей любимой игрушкой. Побежим наперегонки от стены к стене. Чья любимая игрушка быстрее бежит: заяц, самолёт, кукла Барби или котёнок? (1-2 мин).

А теперь – чья игрушка выше прыгнет? (1-2 мин). Пока мы здесь прыгаем, магазин может закрыться. Все мы игрушечные машинки, поторопимся в магазин игрушек, пока он не закрыт. Поехали!!! Скорее подойдём к витрине магазина, посмотрим, кто там есть? Все становятся за спинки своих стульев, лицом в круг. (1-2 мин).

2. (*Чебурашка. Напряжённо*) Руки с раскрытыми ладонями, приставим их к вискам, наподобие больших ушей, наклоним голову влево и вправо, вперёд, улыбаясь как бы в приветствии.

Кто это дети? Правильно, Чебурашка. Что он хочет нам сказать? Здравствуйтесь (*вперёд головой*)!

19(3)

Всё тело напряглось, не шевелится, только ногами чуть-чуть двигаем и качаемся из стороны в сторону: «Тик-так, тик-так». А теперь покачаться вперёд-назад. Вот вы настоящие ваньки-встаньки. Ноги тяжёлые, как будто прилипли к полу, не дают нам упасть, только качаемся, покачиваемся. (*В парах: дети и «ваньки». Дети толкают «ванек», те качаются в разные стороны. Меняются ролями*).

(*Воздушные шарики. Расслабление*) Посмотрим, в кого мы превратимся сейчас. Руки вытянем вверх вперёд, сомкнём над головой полукругом. Мы воздушные шарики.

(*Вращение*) Давайте будем надуваться – больше и больше. Вот мы становимся всё легче и легче, всё тело лёгкое, невесомое. Вот нас сдул ветерок, и мы взлетели! Летим! (*Столкновение*) Натыкаемся на стульчики, отталкиваемся друг от друга, от стены, но только очень легко, мягко подпрыгивая. Ветер нас закружил, мы вращаемся и летим. Опустились на землю. Сели.

3. Эмоция удивления (лягушки)

Посмотрите, кто здесь сидит, глаза на нас таращит? Садимся на корточки, колени врозь, руки в упоре впереди, голову вытягиваем вверх, приподнимаясь, выпучивая глаза от удивления, надувая щёки. «Ква-ква», «Ква-ква».

Да они ещё и прыгают! Это, конечно, лягушки. Очень удивляются, даже рот раскрывают от удивления: «Ква-ква». Никогда не видела таких детишек.

19(2)

Идите к нам (*назад вбок – влево и вправо*). Не хотите (*из стороны в сторону*)! Без вас скучно.

(*Спящий продавец. Расслабленно*) Пока детей не было в магазине, продавец заснул. Он уронил голову на грудь, и она у него болтается, как на верёвочке. Шейка расслаблена, голова тяжёлая, никак не удержать: падает туда-сюда, едва её поднимешь.

(*Самолёт. Напряжённо*) Вытянем руки в стороны, прямые, ровные, напряжённые: «У-у-у». Что это? Конечно, самолёт! Полетели!

(*Медленно-быстро-часто*) Передвигаемся свободно во всех направлениях. (*Педагог гудением задаёт и изменяет темп: медленно, быстро, ещё быстрее*). Руки не двигаются, напряжены, руки – железные крылья. Вот какие самолёты есть в магазине. Полетели к себе на полку: «У-у-у»...

(*Скакалка. Плавно*) А это что за игрушка? Руки в замок, пальцы переплетены, делаем волнообразные движения. (*Резко*) Сплетаются, распрямляются в разные стороны, вытягиваются как верёвочка.

(*Прыжки*) Через эту верёвочку можно даже скакать. Крутим руками, согнутыми в локтях, потом прямыми, крутим, ускоряя движение, как если бы держали скакалку. Догадались, что это? Скакалка! Конечно! Давайте прыгать со скакалкой: на одной ноге, на другой, на двух – в разном темпе.

(*Ванька-встанька. Напряжённо*) Руки прижаты к телу по бокам.

19(4)

Посмотрите друг на друга. Удивитесь: «Ква-ква».

Эмоция страдания и боли

Кто это сидит с таким страданием на лице? (*Педагог садится на пол, ноги вперёд, слегка в стороны, руки расслабленно висят вдоль тела*).

«Ме-ме-ме». Что случилось с козлёнком? (*Педагог поднимаем по очереди руки и ноги – и роняет их расслабленно. Дети повторяют, глядя на него*).

Проявление сочувствия, сострадания

Оторвались у козлика ручки – ножки, на одной ниточке висят. Ну-ка, покажите? «Ме-ме»... Хочет козлик шевельнуть ручкой – только локоток шевелится, ножкой – только пальчик большой сгибается. (*В парах дети проверяют у партнёров – козликов, как у них расслаблены руки и ноги, поднимая их и отпуская. Меняются ролями*).

Пусть Саша будет козликом. Смотрите, как ему больно. Он стонет, жалобно зовёт «ме-ме». Как козлику помочь:

- отвезём его в больницу?
- не будем шуметь, у него болит головка?
- очень осторожно возьмём его за руки, за ноги, станем поудобнее, козлик вскрикивает, значит, мы его резко подняли?
- погладим то место, где больно?
- успокоим его, скажем что-нибудь ласковое?

(*Так мы облегчим ему боль, чтобы он меньше страдал. Затем дети переносят ещё одного – двух «козликов», тех, кто захочет повторить эту роль*).

19(5)

4. Теперь повезём больного «козлика» на поезде в больницу. Станем в цепочку, возьмём друг друга за локти, руки согнём – и поехали, изображая руками движение колёс поезда, мелко переступая ногами по всему залу.

Педагог скандирует стихотворение Хармса «Поезд». Дети повторяют только рефрен: «Тук-тук-тук, чух-чух-чух».

Поезд мчится и грохочет, тук-тук-тук, тук-тук-тук.
Машинист во всю хлопочет, чух-чух-чух, чух-чух-чух.
Поезд мчится под горой, тук-тук-тук, тук-тук-тук.
Для детей вагон второй, чух-чух-чух, чух-чух-чух.
Поезд мчится вдоль полей, тук-тук-тук, тук-тук-тук.
Эй, цветы водой полей, чух-чух-чух, чух-чух-чух.
Поезд мчится тёмным лесом, тук-тук-тук, тук-тук-тук.
В гости едет к нам профессор, чух-чух-чух, чух-чух-чух.
Поезд мчится всё вперёд, тук-тук-тук, тук-тук-тук.
А толстяк всё ест и пьёт, чух-чух-чух, чух-чух-чух.

Ну вот мы и приехали. До свидания, дети. До следующей встречи!

Занятие 20. «Встреча с Бабой Ягой»

1. Будем искать платочек. Платочек волшебный: то спрячется, то появится. Попробуем: закроем глаза. (*Педагог то прячет платочек под стул, то вешает себе на голову, то незаметно кладёт кому-нибудь из детей на плечо*). Откроем глаза, кто увидит, где спрятался платок? (*Играют 3 раза*).

А сейчас я взмахну платочком, и мы окажемся на полянке в лесу. Будем ходить по полянке, рвать цветы, собирать грибы и ягоды. А как я захопаю в ладоши – спрячьтесь под свои стулья, значит, опасность близко: гуси-лебеди летят, унести вас хотят! (*1-2 раза педагог хлопает в ладоши, дети прячутся, потом снова ходят по полянке*).

2. (*Напряжённо*) Сидя или лёжа под стулом, выглядываем, нет ли лебедей? Вытягиваем голову вверх, смотрим влево – вправо, вниз – вправо. Нет ли там коварных гусей-лебедей? Шейка далеко вытягивается, сильно – сильно напрягается – надо всё увидеть, миновала ли опасность?

(*Опасность миновала. Расслабленно*) Никого нет. Ух! – облегчённо растянулись на полу. Согнутые руки перед собой положили, головку лобиком уткнули в локотки.

Всё тело свободно, голова, спинка, ручки-ножки отдыхают, никого не боимся. Покатали головку, как яблочко, по локоткам. Туда – сюда. Шейка мягкая, головка лёгкая. Вылезли из-под куста.

20(2)

(*Грозилки. Напряжённо*) Пока мы отдыхали, гуси-лебеди наш платочек унесли. Вот они полетели. Давайте погрозим им кулачком: крепко ручки в кулачки зажали (*вот они крепкие, твёрдые*). Сначала правой рукой погрозим, потом левой.

(*Резко*) А теперь оба кулачка вверх, быстро-быстро, сильно-сильно потрясём кулачками над головой. Пусть знают лебеди: мы им покажем.

(*Воробышек. Плавно, медленно*) Глядите, воробышек сюда летит. От гусей отбивается. Позовём его рукой: «К нам, к нам! Лети к нам!» Другой рукой позовём, нежно машем рукой, а то воробей нас испугается. Двумя ручками ему помашем, плавно, волнообразно, движением к себе.

(*Быстро*) Понял воробышек, полетел к нам. Быстрее, быстрее, всё быстрее и быстрее крыльями машет, спасаясь от погони. Прилетел. Ух! (*Дети машут «крыльями»*).

(*Баба Яга*) Воробышек прилетел нам сказать, что сюда Баба Яга в ступе летит, поймать нас хочет. Летит в ступе, помелом-метлой помогает (*резко взмахиваем руками, как бы держа метлу в руках, и наклоняемся в разные стороны, выглядывая ребятишек*).

(*Резко*) Вот как Баба Яга летит. Руки крепко метлу схватили, спина твёрдая, ноги твёрдые – костяные, резко то вперёд, то влево, то вправо наклоняется Баба Яга и метлой машет. Ух-ух-ух! Где детишки, кого схватить? Ух-ух-ух!

(*Цветок. Расслабленно*) Давайте перехитрим Бабу Ягу, притворимся цветком.

20(3)

Станем по кругу тесно, возьмёмся за руки, наклонимся, руки вытянем в круг вниз-вперёд – вот мы бутоны цветка.

Будем раскрываться: ручки-лепестки, спинки-стебельки. Медленно выпрямляемся, плавно, легко поднимаем руки вверх, наклоняемся спинкой назад, ручки отводим в стороны назад мягко, нежно. Спинка мягкая, ручки нежные.

(*Плавно*) Ветерок дунул – мы покачались влево, вправо, ручками влево-вправо. Только ноги твёрдо стоят. Вверху всё тело свободное, мягкое. Вот летит Баба Яга. Опять медленно наклоняемся, закрылся цветочек, не найти нас Бабе Яге (*2 раза бутон закрывается и раскрывается*).

(*Охота Бабы Яги. Прыжки*) Вот Баба Яга ищет нас, злится, прыгает – грубая, корявая, горбатая, как кусок деревяшки, сучок от ветки. Ноги кривые – костяные, руки – палки, пальцы растопырены, как когти. И ходить не ходит, а прыгает, топает, туда-сюда наклоняется. Всё нас ищет.

То и дело останавливается, замирает, прислушивается, вот-вот нас учует. Опять прыгает. Снова застыла, слушает: где топот, где мы прячемся?

Вот к столу поворачивается Баба Яга, еле-еле двигается, боится спугнуть нас.

Да как бросится к стулу, на пол грохается, под стул руки запускает: «Хвать!» А там нет никого. Опять вскакивает Баба Яга, снова замирает, назад крадёт, пятится. «Грох!» - под другой стул, «Хвать!» - а там тоже никого (*3 раза шевеления – застывания*).

(*Баба Яга злится*) Не нашла Баба Яга никого. Стала топать ногами от злости. Раз! Два! Три!

20(4)

Противные ребяташки. Раз, два, три, четыре, пять! Вот я вас! Разошлась Баба Яга. Всё сильнее и сильнее топает ногами, быстрее, быстрее. А теперь медленнее и медленнее. Еле-еле.

У-ух! – устала, упала на стул, руки-ноги повисли, как макароны: устала Баба Яга искать и злиться. Разлеглась на стуле и хнычет. Так тебе и надо, злая Баба Яга.

3. Эмоции злости, ненависти

Покажем, дети, какая Баба Яга злая, страшная. Подразним её (*Дети показывают злую Бабу Ягу*). Посмотрим друг на друга, у кого Баба Яга самая страшная? Почему:

- громче кричит: «У-у-ух!»?
- сильнее топает ногами?
- зубами клацает, скалится страшно?
- глазами вращает, брови хмурит?
- рычит?
- щёки надувает, от ненависти чуть не лопаются?
- руками машет, прыгает?

А ну-ка, сделаем такую страшную Бабу Ягу. Посмотрим друг на друга. Красивая Баба Яга? Нет? Правильно. Всё страшное и злое – некрасивое.

Кого мы знаем таких же злых? Волка, Бармалея, Карабаса Барабаса. Покажите их. Все, кто злится, становятся похожими на Бабу Ягу, Бармалея или Карабаса. Подразните их: Бабка-ёжка, костяная ножка; Карабас Барабас, не боимся мы вас; Гадкий, нехороший, злобный Бармалей.

20(5)

А когда мы сами злимся, кричим, швыряем всё на пол, стучим ногами, размахиваем руками, мы красивые? Посмотрим друг на друга и разолимся. У-у-ух! Мы красивые? А когда улыбаемся?

4. Отражение внутреннего негативного эмоционального напряжения

Давайте поиграем, я буду Карабасом, буду злиться на вас, ловить и хватать, а вы будете от меня убежать и кричать: «Карабас Барабас, не боимся мы вас!» Педагог, страшно рыча и крича: «Догоню, схвачу, на одну ладонь положу, другой прихлопну», - бежит за детишками, а они его поддразнивают. (*Потом меняются ролями 2-3 раза*).

Дети становятся после педагога то бабками-ёжками, то бармалеями, то карабасами или предлагают злых героев, которых они боятся, не любят: волка, крокодила, дракона.

5. Хватит играть со злыми и страшными. Мы-то с вами добрые, весёлые и очень красивые. Улыбнёмся, как мы умеем. Станем в круг и станцует польку-хоровод со старым и очень добрым жуком (*танцуют, хлопают, притопывают по кругу и на месте, водят хоровод под музыку из к/ф «Золушка» или любую другую, известную педагогу*):

Станьте, дети, станьте в круг,
Станьте в круг, станьте в круг,
Я твой друг и ты мой друг,
Старый добрый друг. Ля-ля-ля.

Информация взята из открытых интернет источников