

## **Развитие пластики**

### **Упражнения для рук**

#### **Звонкие ладошки**

Хлопки в ладошки используются во многих играх и плясках, часто являясь основным движением танца. По своему выразительному значению они близки к притопам. Следует с самого начала обратить внимание детей на характер хлопков в зависимости от музыки и образов игры или пляски. Дети должны уметь хлопать тихо и громко, с размаху и держа руки близко одна к другой. Встречаются хлопки, передающие ритмический рисунок музыки. В таких случаях не следует показывать ребенку ритм хлопков, а надо предоставить ему возможность найти его самому. Вариантов хлопков может быть множество. Желательно каждому дать название, чтобы наполнить движение эмоциональным смыслом.

#### **1. «Колокола»**

Активные хлопки над головой. Движение яркое, с большим размахом слегка согнутых в локтях и ненапряженных рук.

#### **2. «Колокольчики»**

Мелкие хлопки прямыми пальцами одной руки о ладонь другой. Движение легкое, по силе негромкое. Руки могут быть согнуты в локтях, выпрямлены или подняты в стороны вверх (вправо или влево). Возможны варианты «колокольчиков», звучащих около правого ушка или около левого.

#### **3. «Тарелка»**

Скользящие хлопки. Одна рука с размаху движется сверху вниз, другая — снизу вверх.

#### **4. «Ловля комариков»**

Легкие звонкие хлопки прямыми ладошками справа и слева от корпуса,верху и внизу — согнутыми в локтях руками.

## **5. «Бубен»**

Хлопки ладонью одной руки о неподвижную раскрытую ладонь другой. Могут быть громкими или тихими в зависимости от динамики музыкального образа.

## **6. «Подушечка»**

Хлопки выполняются свободными, ненапряженными, мягкими руками перед корпусом и за ним.

## **7. «Вертушки»**

Основаны на поворотах кистей рук от корпуса и обратно. Руки согнуты в локтях и зафиксированы в статичном положении, работают только кисти, сила удара ладони о ладонь небольшая. Движение носит игривый характер.

# **Плавные движения рук**

## **1. «Ветерок»**

Перекрестные движения рук над головой. В работе участвуют плечо, предплечье, кисть.

## **2. «Ленточки»**

Попеременные пластичные движения правой и левой руками вверх-вниз перед грудью.

## **3. «Волна»**

Плавное движение вверх и вниз одной рукой. Она может быть отведена в сторону или вытянута вперед. «Волна» образуется за счет пластичных движений плеча, предплечья, кисти. «Волна» может плавно «перетекать» из одной руки в другую.

## **4. «Крылья»**

Плавные маховые движения руками, разведенными в стороны. Следует помнить, что при подъеме рук кисти опущены, а при опускании рук локти

слегка согнуты, кисти выразительно подняты вверх.

### **5. «Поющие руки»**

Из положения «руки в стороны» мягким движением кисти направляются друг другу навстречу, словно собирая перед собой упругий воздух. Такими же пластичными движениями руки снова разводятся в стороны. Корпус при этом помогает выразительности движения, слегка наклоняясь вперед и откидываясь назад.

### **Развитие пластической выразительности при создании образа.**

1. Пройти по камешкам через ручей от лица любого персонажа (сказки, рассказа, мультфильма) по выбору детей.
2. От лица любого персонажа подкрасться к спящему зверю (зайцу, медведю, волку).
3. Ловить бабочку или муху от лица различных персонажей.
4. Изобразить прогулку семейства трех медведей, но так, чтобы все они вели себя и действовали по-разному.

Примечание. Приведенные выше задания показывают путь, по которому можно искать и закреплять выразительные приемы создания игрового образа. Взрослый должен внимательно следить за тем, чтобы дети сами подмечали различия в исполнении сверстников и стремились находить свои движения, мимику.