

## На стихи Анастасии Орловой

### ВЫРАЖЕНИЕ УВЕРЕННОСТИ В СЕБЕ

Педагог зачитывает текст стихотворения и предлагает детям показать, как они растут, но при этом не поднимать руки и плечи, а только грудную клетку и подбородок. Спина прямая, ноги расставлены, взгляд гордый. Дети оглядываются друг на друга – гордо показывают друг другу, как они выросли.

#### Я РАСТУ

Я расту!	Полюбуюсь небом с крыши,
Я расту!	Да как двинусь выше-выше,
Набираю высоту!	Прорасту сквозь облака,
Папа в росте чемпион,	Поднажму еще слегка,
Но иду я на обгон,	Дотянусь до самых звезд –
А потом еще рывок –	Вот какой мой полный рост!
Продырявлю потолок.	

### РАЗВИТИЕ ВЫРАЗИТЕЛЬНОСТИ МИМИКИ И ТЕАТРАЛИЗАЦИЯ

Педагог предлагает детям разбиться на пары и изобразить сюжет стихотворения в то время, как он его зачитывает. Один ребенок изображает невежливого краба, который не здороваются, движется боком с надменно поднятой головой – плечи опущены, подбородок вверх. Второй изображает человека, который приветствует краба и удивляется его невежливости, – рот открыт, глаза расширены, руки расставлены.

#### НЕВЕЖЛИВЫЙ КРАБ

Встретил краба ненароком,	боком-боком,
Побежал наперерез:	боком-боком,
«Здравствуй, краб!» –	боком-боком
А краб-то – боком,	и исчез!..

## РАЗВИТИЕ ВООБРАЖЕНИЯ И ВЫРАЗИТЕЛЬНОСТИ ДВИЖЕНИЙ

Педагог зачитывает текст стихотворения и предлагает детям представить себя его героиней – лужей и изобразить ее. Дети сначала показывают испуганную лужу – подносят руки к лицу, потом сердитую – грозят пальчиком, а потом совсем рассерженную – указывают пальчиками «Вон!».

### О ЧЕМ КРИЧИТ ЛУЖА НА ДОРОГЕ

Люди!	Лапы прочь!
В лужу – ни ногой!	И сапоги!
Обходите стороной!	Вон, противные, машины,
От ноги в глазах круги.	У меня от вас морщины!

## ОБУЧЕНИЕ НАВЫКАМ РЕЛАКСАЦИОННОГО ДЫХАНИЯ

Педагог медленно читает текст стихотворения. На первые две строки дети делают глубокий вдох, на вторые две строки медленно и с шумом выдыхают «облака в небо». На третьи – вдыхают и на четвертые – тихо и ровно выдыхают, машут рукой «До свиданья!». Используйте упражнение в конце занятия – как ритуал его завершения.

### ОСЕНЬЮ

Я по улице шагаю,	А над мокрою дорожкой
Зябнет голая рука,	Лист последний в вышине
Потихоньку выдыхаю	Хрупкой маленькой ладошкой –
Прямо в небо облака.	До свиданья! – машет мне.

Педагог предлагает детям закрыть глаза и представить, что сейчас к ним придет волшебник Сон. Когда волшебник Сон будет спрашивать, спит ли какая-нибудь часть тела, то она сразу начнет «засыпать» – расслабится. Педагог читает текст стихотворения и между строчками напоминает детям, какую часть тела сейчас нужно расслабить. Например: «Пальцы спят? Все подряд – расслабляем пальчики».

### СНОГШИБАТЕЛЬНАЯ ЗАСЫПАТЕЛЬНАЯ

- Кто там? / - Это сон. / Сон идет со всех сторон, / Проверяет, /  
Проверяет / С головы до пят, / Проверяет, / Проверяет, /  
Все ли спят? / - Пальцы спят? / - Все подряд. / - А правая  
нога? / - Ага-ага! / - А левая ножка? / - Спит немнож-  
ко! / - А правое колено? / - Несомненно. / - А левая колен-  
ка? / - Мале-е-е-нько. / - А правая рука? / - Спит слегка. /  
- А левая рука? / - Нет пока. / - А голова? / - Уснула едва. /  
- А как же мысли? / - В воздухе повисли. / - А правое ушко? /  
- Давит подушку. / - А левое как же? / - Уснет сейчас же. /  
- А лоб? / - Почивает. / - А рот? / - Зевает! / - А язычок? /  
- Молчок. / - А правый глаз? / - Сейчас-сейчас. / - А левый  
глаз? / - Уснул как раз. / - А брови? / - Наготове! / - Нос  
спит? / - Давно храпит. / - Спит живот? / - Спит же, вот. /  
- А спина? / - Спит она. / - Спит ли грудь? / - Никак не ус-  
нуть. / Сердце идет - / Спать не дает. / - Сердце в груди,  
/ Тихонько ходи! / - Кто там? / - Это сон. / Сон идет со всех  
сторон, / Проверяет, / Проверяет / С головы до пят, / Проверя-  
ет, / Проверяет, / Все ли спят?