

ЗВЕЗДОЧКА

(Б.Моисеев «Звездочка алая»)

1. 2 маленьких прыжка на двух ногах вправо с одновременной работой плечами – поочередно вверх вниз
2. 4 хлопка в ладоши над головой
3. То же в левую сторону.
Движения 1-3 повторить еще раз.
4. Держа согнутые руки перед собой ладонями кверху два приставных шага вперед, разведя согнутые руки в стороны, два приставных шага вправо
5. Все движения выполнить поочередно: делая выпад на правую ногу, правую руку поднять вверх, затем опустить на правое колено, правое колено направить к левой ноге, левое – к правой ноге, развести колени врозь, свести вместе, сделать выпад на правую ногу и медленно подтянуть левую ногу к правой.

Движения 4 повторить в обратной последовательности в левую сторону.

Движения 5 повторить влево.
6. Три шага вперед с правой ноги, поднимая руки вверх, ладони развернуты к потолку. На 4 – приставить левую ногу на носок к правой.
7. Три шага назад с левой ноги, опуская руки.
8. Кисти с широко расставленными пальцами положить на бедра, слегка присев. Выставить правую ногу на носок вправо, приставить. То же левой ногой.

Где же ты, где? Где же ты, где?
Где же ты, где? Где же ты, где?

Звездочка упала на мою ладонь

В миг ее не стало, только жжет огонь

Не успел желание сразу загадать

Снова расставанья или помечтать?

Посмотри на небо,

посмотри туда.

Высоко так не был,

9. Правой ногой шаг вперед, присесть на левое колено, приставить левую ногу к правой (присед). Выпрямляясь, прыжок ноги врозь, руки в стороны. Прыжок ноги вместе, одновременно хлопок перед собой.

Движения 8-9 повторить еще раз.

10. Два приставных шага вправо, разводя согнутые руки в стороны, два шага вправо, сгибая руки перед собой.

Движения 10 повторить в левую сторону.

11. Слегка присесть, одновременно сделав круг руками вперед, и поставить их на колени, опустить голову на грудь.

12. Оставаясь в полу приседе, поднять голову.

13. Выпрямляясь, поочередно сделать 4 круговых движения плечами назад.

14. Выполнить поворот вокруг себя на четыре прыжка, после каждого приседая и выпрямляясь, делая твистовые движения коленями.

Повторить движения 1-3

15. С правой ноги 4 шага вперед.

16. Шаг правой ногой вправо, левую приставить позади правой, правой – вправо, левую приставить к правой.

17. на три шага выполнить поворот влево, на 4 приставить правую ногу к левой.

раньше никогда.

Вот мои ладони упади опять
Я тебя не трону, дай мне помечтать

Припев:
Где же ты, где?
Звездочка алая

Где же ты, где?
искорка малая

Где же ты,

где?

Чувство глубокое

Счастье далекое
Где же ты, где?

Где же ты, где? Где же ты, где?
Где же ты, где? Где же ты, где?

Говорили люди,

как бы не хотел,

Радости не будет

18. 3 шага с левой ноги назад, на 4 приставить правую ногу к левой.

Повторить движения 15-18 в левую сторону.

Движения припева повторяются.

Движения 1-3 повторяются, вместе с хлопками дети уходят

от небесных тел.

Не успел желание сразу загадать
Обожгла мне сердце звездочка опять

Припев.

Где же ты, где? Где же ты, где?
Где же ты, где? Где же ты, где?