Подговорки – это малый фольклорный жанр, в котором в стихотворной форме раскрывается техника исполнения танцевального движения, его название. Использование подговорок способствует усвоению танцевальных движений.

**Гармошка.**

Я «гармошечку» танцую

Раз, два, три, четыре, пять.

Пою песню заводную,

Выходи ко мне плясать!

\*\*\*

В нашем доме у Тимошки

Есть красивая гармошка.

Пятки вместе, носки врозь –

Потанцуй, лениться брось.

\*\*\*

Мы с подружками «гармошку»

Будем вместе танцевать.

А дружки нашу «гармошку»

Будут с нами повторять.

**Топотушки.**

(топающий шаг)

Топотушки, топотушки,

Раз, два, три, четыре, пять.

Дружно, весело, задорно

Повторим мы все опять!

\*\*\*

В гости к нам пришли зверюшки,

Им покажут топотушки,

Постучим мы ножками,

Протопчем к ним дорожку мы.

\*\*\*

Мы веселые игрушки,

Пляшем танец «топотушки».

Ножками мы топаем

И в ладоши хлопаем.

**Шаг польки.**

Все девчонки и мальчишки

Очень рады поплясать.

Скок – пробежка. Скок – пробежка,

Будем польку танцевать.

\*\*\*

На рассвете ранним утром

Зайки вышли поскакать.

Скок – пробежка. Скок – пробежка,

Будем польку танцевать.

\*\*\*

Посмотрите, зайчики!

Посмотрите, белочки!

Как танцуют полечку

Мальчики и девочки!

**Подскок.**

Скок, скок, скок, скок!

Вот какой у нас подскок!

Ножку дружно поднимаем

И носочек дружно тянем.

**Молоточки.**

Молоточек тук да тук,

Раздается звонкий стук,

А потом еще разок –

Вот и вбился весь гвоздок.

**Шаг с полуприседанием.**

Шаг – присяду, шаг – присяду.

Это танец я учу.

Приседать я не устану,

Я танцором стать хочу.

Шаг – присяду, шаг – присяду.

Спинку прямо я держу,

Танцевать себя заставлю,

Даже если не хочу

**Гвоздики.**

Каблучками я стучу,

Пляску русскую учу,

Пляска русская моя –

Замечательная!

**Моталочка.**

Я моталочку спляшу,

Малым деткам покажу.

Ножку правую сгибаю

И быстрее выпрямляю,

То же самое с тобой

Повторим другой ногой.

Мы моталочку танцуем

С ребятишками в саду.

Приходите к нам скорее,

Будем рады мы всему!

**Галоп боковой.**

Гоп, гоп, гоп, гоп,

Получается галоп.

Пятка пятку догоняй –

Пятка пятку выбивай.

**Маятник.**

(перенос тяжести тела с ноги на ногу)

Вперед – назад, вперед – назад,

Маятник качается.

Влево – вправо, влево – вправо.

Детям очень нравится.

**Припадание.**

Как танцуем мы красиво,

Улыбаемся счастливо.

Припадаем мы на ножку

И покружимся немножко.

\*\*\*

Припадаем, припадаем,

Русский танец начинаем,

Как лебедушки, плывем,

Хоровод мы наш ведем!

\*\*\*

Припадаем мы на ножку

И покружимся немножко.

Наши танцы хороши,

Мы танцуем от душ

**Галоп прямой.**

Но, лошадки, но, лошадки,

Вы скачите без оглядки,

Ножку правую вперед –

Получается галоп.

Вот лошадки цирковые.

Хороши они, красивы.

Побежали в хоровод,

Станцевали нам гало

**Качалочка.**

Качай, качай, качалочка,

Качай ты нашу Галочку.

Наша дочка хочет спать,

Мы не будем ей мешать.

\*\*\*

Знаю я одну считалку,

Называется «качалка».

Раз, два, три, четыре, пять,

Начинаем танцевать.

**Ковырялочка.**

Носок – пятка, перетоп,

Носок – пятка, перетоп.

Вот какие молодцы –

Мы танцоры удальцы!

\*\*\*

Ставлю ногу на носок,

А потом на пятку.

И три раза постучу.

Глядя на ребяток.

\*\*\*

Ковырялочку, ребята,

Я хочу вам показать.

Вы попробуйте за мною

Все движенья повторять.

**Веревочка.**

Я скачу. Скачу, скачу

И веревочку кручу.

Ты, веревочка, крутись,

Пляска русская, учись.

\*\*\*

Мы веревочку плетем –

Ногу за ногу ведем,

Раз, два, три, четыре, пять –

Начинаем все опять.

\*\*\*

Я маленький зайчонок,

Скачу куда хочу,

Смотрите, как я ловко

Веревочку кручу!

**Бегунец.**

Прыжок – пробежка, бегунец,

Вот какой он молодец!

Через лужу прыгает,

Сам себе завидует!

**Козлик.**

Вышел козлик погулять,

Стал он прыгать и скакать.

Козлик ножками стучит,

По – козлиному кричит.

Скачет козлик по дорожке,

Бьет он звонко каждой ножкой.

Когда пляску я учу,

То копытцами стучу.

**Шаг с притопом.**

Сух из лужи вышел гусь,

Но и ты теперь не трусь.

Шаг с притопом покажи,

А потом беги, кружи!