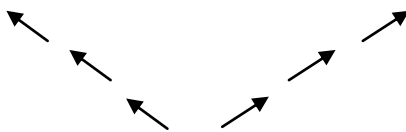


Матросский танец «Яблочко»

Вступление.

Выходит два мальчика, заглядывают исподлобья вправо правой рукой, левая – на поясе, влево – левой рукой, правая - на поясе, зовут взмахами справа, слева. С двух сторон выбегают мальчики, встают в две колонны по диагонали, соединяя угол по центру, садятся на пол, ноги прямые в стороны, локти разведены на уровне плеч, кулаки перед грудью («держат весла»).



1 фигура.

На два счета делают наклон вперед, руки с кулаками вытягивают вперед, на следующие два счета - наклон назад, локти сгибаются, отводятся назад, кулаки по бокам («гребут веслами»). Повторить 2 раза. На оставшийся счет встают полукругом, кладут руки друг другу на плечи.

2 фигура.

Выполняется «Ковырялочка» с правой ноги с тремя притопами, то же с левой. Повторить 2 раза. Качаются на два счета вправо, на два счета влево. Повторить 2 раза.

3 фигура.

Руки ставят на пояс.

Переставляют стопы с носка на пятку и с пятки на носок на 4 счета вправо, на 4 счета влево. Повторить 3 раза.

4 фигура

Руки ставят «полочкой» перед грудью, поворачиваются от середины в две колонны за стоящими по краям. Колонны проходят мелким шагом на всей стопе по кругу противходом, руки в «полочке» раскачивают «качелями», встают на прежние места.

5 фигура

Руки на поясе, на два счета делают полное приседание, на следующие два счета встают, правая нога выставляется на пятку вправо, правая рука тянется вниз в сторону к правой ноге, левая - по диагонали вверх влево; вся фигура повторяется с левой стороны, затем снова с правой.

6 фигура

Выполняются прыжки с ноги на ногу, высоко поднимая колени, одновременно по поднятым коленям выполняются хлопки ладошками.

7 фигура

Выполняются прыжки с ноги на ногу с захлестыванием сзади голени, одновременно по поднятым лодыжкам выполняют хлопки ладошками.

8 фигура

На четыре счета правая нога выставляется на пятку вправо, с наклоном к правой ноге выполняют мелкие скользящие хлопки, постепенно поднимаясь; на следующие четыре счета, выпрямившись, выполняют мелкие хлопки по животу; вся фигура повторяется с левой стороны, затем снова с правой.

9 фигура

«Тянут канат»: на четыре счета наклон корпуса вперед вправо, правая рука впереди, левая – согнута на уровне груди кулаки сжимаются, на следующие четыре счета выпрямляются, левый локоть отводится влево, правая рука поджимается к груди. Повторить 3 раза.

10 фигура

На счет 1-8 правая нога выставляется вперед вправо, правая рука тянется вниз в сторону к правой ноге, левая - по диагонали вверх влево, выполняются притопы правой ногой по кругу вокруг себя влево; вся фигура повторяется с левой стороны, затем снова с правой. На последнем аккорде все встают прямо, руки разводят в стороны.