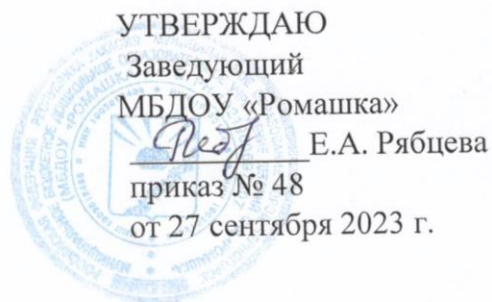


Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад «Ромашка»



## **Рабочая программа дополнительного образования**

### **«Сибборд для дошколят»**

**(нейрофитнес)**

**физкультурно – оздоровительной направленности  
для детей среднего и старшего дошкольного возраста**  
(наименование)

**1 год**

(срок реализации программы)

**Рыбакова Елена Анатольевна,**  
**инструктор по физической культуре**  
(Ф.И.О. педагога, составившего программу)

Г. Черногоorsk, 2023 г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа кружка «Сибборд для дошколят» направлена на развитие двигательных и интеллектуальных способностей дошкольников и раскрытие их творческого потенциала посредством использования сибирского борда.

### **Новизна и актуальность.**

За последние годы возросло количество детей с нарушениями крупной и мелкой моторики, неумением контролировать и чувствовать свое тело, которые возникли в силу различных причин. Сибирский борд - отличный помощник для развития координации движений и опорно - двигательного аппарата, мозжечковой стимуляции и фантазии.

Упражнения на сибирском борде рассчитаны на вовлечение в работу всех систем организма, включая психологическую систему. Сочетание динамических и статических упражнений наиболее соответствует природе опорно - двигательного аппарата и является лучшим методом развития выносливости, активности, координации движений.

### **Программа предусматривает:**

1. Реабилитационно - оздоровительное воздействие сибирского борда на организм детей.
2. Повышения интереса к занятиям физкультурой и повышение двигательной активности.

**Цель:** создание условий для развития и тренировки всех систем и функций организма ребёнка, настройки мозга для слаженной комплексной работы через специально организованные для дошкольников занятия на сибирском борде с применением сопутствующего нестандартного оборудования.

### **Задачи:**

Развивать координацию движений, баланс и равновесие;

Совершенствовать физические способности (развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, скорость, координацию);

Развивать вестибулярный аппарат;

Развивать зрительно – моторную координацию;

Развивать и укреплять устойчивые нейронные связи и межполушарное взаимодействие;

Развивать умение чувствовать свое тело в пространстве и вовремя реагировать на внешние факторы;

Тренировать умение оценивать ситуацию и планировать действия для выполнения задач;

Развивать внимание, память, мышление;

Воспитывать уверенность в себе, выравнивать эмоциональный фон в целом.

**Возраст воспитанников, участвующих в реализации программы:** дети дошкольного возраста от 4 до 6 лет

**Срок реализации** 1 год обучения - 3 ч. в неделю,

### **Формы и режим занятий.**

Занятия проводятся по подгруппам, продолжительность каждого занятия 20 - 25 минут в различных формах (упражнения, показы, игры, эстафеты), протяженность зависит от возраста: 4 - 5 лет - 20 мин; 5- 6 лет – 25 минут.

## **Планируемые результаты**

Созданы условия для поддержки и развития творческой инициативы и самостоятельности у детей;  
Дети проявляют интерес к занятиям с нетрадиционным оборудованием;  
Дети способны анализировать, улучшается мышление, усвоение и обработка новой поступающей информации;  
У детей повышается эмоциональная стабильность, улучшаются навыки социализации и общения;  
Наблюдается улучшение концентрации внимания, саморегуляции и контроля;  
У детей развивается физическая выносливость;  
Дети проявляют положительные эмоции от совместной деятельности.

**Структура занятия** - соответствует современным требованиям построения и проведения оздоровительных занятий по физической культуре.

### **1. Подготовительная часть:**

Строевые упражнения.

Общеразвивающие упражнения (сидя и стоя на доске без предметов и с предметами).

Ритмичные движения.

### **2. Основная часть:**

Базовые упражнения на борде (шаги, раскачивание на доске и т. д)

Комплексы упражнений

Упражнения на развитие физических способностей.

Упражнения на сохранение равновесия и развитие вестибулярного аппарата.

Эстафеты и музыкально-подвижные игры высокой интенсивности.

### **3. Заключительная:**

Успокаивающие упражнения.

Элементы релаксации.

Дыхательные упражнения.

Упражнения на растягивание различных групп мышц.

## **Планирование занятий**

1. этап. - Удержание равновесия, стоя на балансире.

2. этап – Выполнение упражнений стоя и в движении на балансире из разных исходных положений.

3. этап - Работа с лабиринтом, кинезиологическими мешочками, мячами и другим оборудованием, балансируя на борде.

4. этап - "Профессионал". Выполнение физических упражнений на баланс и координацию вместе с заданиями для развития речи, математических способностей, интеллекта в целом.

Таким образом, идет постепенное изучение с дальнейшим усложнением. Сначала дети знакомятся с сибирским бордом и его свойствами, затем учатся стоять на доске, держать равновесие и только постепенно выполнять упражнения в разных исходных положениях. Заключительным этапом обучения является сохранение правильной осанки во время выполнения комплексов упражнений на доске, упражнения в балансе с различными положениями на доске, владение упражнениями на расслабление мышц на доске.

Каждое занятие планируется с учётом результатов, достигнутых на предыдущем занятии, пожеланий детей, логики усложнения упражнений.

**Методы и приемы обучения:** наглядные (показ педагогом, пример, помощь); словесные (объяснение, описание, поощрение), практические.

**Ожидаемые результаты.**

*К концу учебного года дети 4 — 5 лет должны знать:*

- Назначение спортивного зала, и правила поведения в нем.
- Свойства и функции доски.
- Причины травматизма и правила безопасности на занятиях сибирском борде самостраховка.
- Основы личной гигиены при занятиях физическими упражнениями.

*Уметь:*

- Выполнять правила техники безопасности на занятиях сибирский борд.
- Выполнять комплексы упражнений программы по сибирскому борду, первого года обучения.
- Иметь определенный двигательный «запас» общеразвивающих упражнений.
- Выполнять специальные упражнения для согласования движений.

*К концу учебного года дети 5 — 6 лет должны знать:*

- Назначение спортивного зала, и правила поведения в нем.
- Свойства и функции доски.
- Причины травматизма и правила безопасности на занятиях сибирском борде самостраховка.
- Основы личной гигиены при занятиях физическими упражнениями.

*Уметь:*

- Выполнять правила техники безопасности на занятиях сибирский борд.
- Выполнять комплексы упражнений программы по сибирскому борду, первого года обучения.
- Иметь определенный двигательный «запас» общеразвивающих упражнений.
- Выполнять специальные упражнения для согласования движений.

**Способы проверки результатов:**

Педагогическое наблюдение, занятия в форме проведения показательных просмотров для родителей.

**Материально-техническое обеспечение:**

- спортивный зал;
- тренажёр-балансир (борд);
- нейротренажер умная восьмёрка для ладошек (используется как в статичных вариантах, так и с балансировкой на Сибирском борде).

**Учебно-методическое и информационное обеспечение:**

- набор карточек «Сибирский борд мемо»;
- набор карточек для активизации счёта в пределах 10 «Качаемся-считаем»;
- спортивное оборудование: мячи, гимнастические палки, мячи Су Джок и т.д. - аудиоаппаратура.

## **Список используемой литературы.**

- Аксарина Н.М. Воспитание детей раннего возраста. — М., 1977.
- Абросимова Л. И., Юрко Г. П. Физическое воспитание детей. — М, 1989г.
- Воспитание детей раннего возраста / Э.О. Смирнова, Н.Н. Авдеева, Л Н Галигузова и др. -М.: Просвещение: Учебная литература, 1996 г.
- Воспитание детей раннего возраста: Методическое пособие программе «Кроха» / под ред. Г.Г. Григорьевой. — Н.Новгород. 1997 г.
- Галанов А. С. «Психическое и физическое развитие ребенка от 1 года до 3 лет», Пособие для работников дошкольных образовательных учреждений и родителей. — 3-е изд., испр. и доп. М.: АРКТИ, 2006 г.
- .Громова О.Е. Спортивные игры для детей. Творческий центр. М.2009год.
- Симонович А., Горбунова Е., Шмидт Н., Малахова Т. Подвижные игры для детей. Опыт поколений. М. Сфера 2009год.
- Сочеванова Е.А. Игры – эстафеты с использованием традиционного инвентаря. СПб Детство – Пресс, 2010год.
- .Потапчук А.А., Овчинникова Т.С. «Двигательный игротренинг для дошкольников». Творческий центр Сфера 2009год.

## **Комплексы общеразвивающих упражнений**

### **Комплекс с мячом**

1. **И. п.:** основная стойка, мяч в обеих руках внизу. 1-2 -поднять мяч вверх, поднимаясь на носки; 3-4 - вернуться в и. п. (6-7 раз).
2. **И. п.:** стоя на коленях, мяч в обеих руках перед собой. 1-4 - прокатить мяч вокруг себя вправо; 5-8 - влево (6 раз).
3. **И. п.:** сидя, ноги врозь, мяч в согнутых руках перед собой. 1-2 - наклониться, прокатить мяч от одной ноги к другой; 3-4 - вернуться в и. п.
4. **И. п.:** лежа на спине, ноги прямые, мяч в обеих руках за головой. 1-2 - поднять правую согнутую в колене ногу, коснуться мячом; 3-4 - вернуться в и. п. То же левой ногой (6 раз).
5. **И. п.:** основная стойка, мяч в согнутых руках перед собой. Подбрасывать мяч произвольно вверх и ловить двумя руками (5 раз), затем пауза, и все снова повторить.
6. **И. п.:** основная стойка, мяч в согнутых руках перед собой. 1 - присесть, вынести мяч вперед, руки прямые; 2 – вернуться в и. п. (6 раз).
7. **И. п.:** основная стойка, мяч на полу, руки на поясе. 1-8 - прыжки вокруг мяча на двух ногах (3-4 раза).

### **Комплекс с малым мячом**

1. **И. п.:** основная стойка, мяч в правой руке. 1-2 – поднять руки через стороны вверх, переложить мяч над головой в другую руку; 3-4 - вернуться в и. п. (5-7 раз).
2. **И. п.:** ноги на ширине плеч, мяч в правой руке. 1 – руки вперед; 2 - поворот туловища вправо с отведением руки с мячом вправо; 3 - руки вперед, переложить мяч в левую руку; 4 - вернуться в и. п. (6-8 раз).
3. **И. п.:** ноги на ширине ступни, мяч в правой руке. 1-2 - присесть, руки вперед, переложить мяч в другую руку; 3-4 - вернуться в и. п. (5-6 раз)
4. **И. п.:** стоя на коленях, мяч в правой руке. 1-4 – прокатить мяч вправо вокруг себя, поворачиваясь и следя за ним; 5-8 - то же влево (6 раз).
5. **И. п.:** лежа на спине, мяч в обеих руках за головой. 1-2 - поднять правую прямую ногу, коснуться мячом носка правой ноги; 3-4 - вернуться в и. п. (5-6 раз).

То же к левой ноге. 6. **И. п.:** основная стойка, мяч в левой руке. Прыжки на двух ногах, на правой и левой (попеременно), под счет воспитателя 1-12. Повторить 2-3 раза.

7. **И. п.:** основная стойка, мяч в правой руке. 1 - руки в стороны, отставить правую (левую) ногу назад на носок; 2 - вернуться в и. п. (5-6 раз).

#### **Комплекс упражнений с палкой**

1. **И. п.:** основная стойка, палка внизу. 1 - палка вверх; 2 - опустить за голову; 3 - палку вверх; 4 - вернуться в и. п. (6 раз).

2. **И. п.:** ноги врозь, палка внизу. 1 - поднять палку вверх; 2 - наклониться вправо, руки прямые; 3 - выпрямиться, палка вверх; 4 — вернуться в и. п. То же влево.

3. **И. п.:** основная стойка, палка внизу. 1-2 - присесть, палку вынести вперед; 3-4 - вернуться в и. п. (5-6 раз).

4. **И. п.:** основная стойка, палка внизу за спиной. 1-2 - наклон вперед, палку назад - назад - вверх; 3-4 - вернуться в и. п. (5-6 раз).

5. **И. п.:** сидя, ноги врозь, палка за головой. 1 - палка вверх; 2 - наклониться, коснуться палкой носка правой ноги; 3 - выпрямиться, палку вверх; 4 - вернуться в и. п. (5-6 раз).

6. **И. п.:** основная стойка, палка внизу. 1 - прыжком ноги врозь, палку вверх; 2 - вернуться в и. п. Выполнить под счет 1-8 (2-3 раза).

7. **И. п.:** основная стойка, палка у груди в согнутых руках. 1 - правую ногу в сторону на носок, палку вверх; 2 – вернуться в и. п. То же, но левой ногой.

#### **Комплекс без предметов**

1. **И. п.:** основная стойка, руки на поясе. 1 - шаг вправо, руки через стороны вверх; 2 - вернуться в и. п. То же, но влево (3-4 раза).

2. **И. п.:** ноги врозь, руки на поясе. 1 - наклон вправо, левую руку за голову; 2 - вернуться в и. п. То же, но в другую сторону (4-6 раз).

3. **И. п.:** основная стойка, руки на поясе. 1-2 - присесть, руки вынести вперед; 3-4 - вернуться в и. п. (6 раз).

4. **И. п.:** сидя, ноги вместе, руки в упоре сзади (прямые). 1 - поднять вверх — вперед прямые ноги («угол», плечи не проваливать); 2 — вернуться в и. п. (5-6 раз).

5. **И. п.:** стоя на коленях, руки на поясе. 1 - поворот туловища вправо, коснуться правой рукой левой пятки; 2 - вернуться в и. п.; 3-4 - то же, но к левой ноге (6 раз).

6. **И. п.:** лежа на спине, руки за головой. 1 - поднять правую прямую ногу, коснуться пальцами носков ног; 2 – вернуться в и. п. 3-4 - то же, но другой ногой (6 - 8 раз).

7. **И. п.:** основная стойка, руки на поясе. На счет 1-4 - прыжки на правой ноге; на счет 5-8 - прыжки на левой ноге; 9 -12 - прыжки на двух ногах; пауза; повторить еще 2-3 раза.

#### **Игры с использованием Сибирского борда.**

##### **Игра «переправа»**

Дети становятся на борды друг за другом в одну линию и раскачиваются, задача в том что надо переправить с одного места в другое предметы командная игра.

##### **Игра «бомбочка»**

Повтори позу на карточке, дети становятся в круг на бордах и раскачиваются, передают друг другу бомбочку у кого она взорвалась тот берет карточку и показывает позу.

### **Игра «Водители»**

(Дети, раскачиваясь на бордах, крутят баранку (поп-тубы, соединенные в кольцо). Затем просовывают в кольцо из поп-туб обе руки, соединяют в замок руки и перекачивают кольцо от плеча и до плеча)

Мы едем, едем, едем  
В далекие края!  
Хорошие соседи,  
Счастливые друзья!

### **Игра «Радужные камешки»**

(Дети, раскачиваясь на бордах, перекадывают из руки в руку радужные камешки.)

На свете много есть чудес,  
Но обойди весь свет  
Такого чуда, как у нас,  
На целом свете нет!  
Радужные камешки,  
Радужные камешки  
В руки мы берем.  
И любимым камешкам  
И любимым камешкам  
Песенку поем.

### **Игра «Массажные комочки»**

(Дети, балансируя на бордах, катают вперед-назад и по кругу массажные мячи.)

Я в руках его катаю.  
Из-под рук не выпускаю.  
Взад-вперед его качу.  
Вправо—влево, как хочу.

### **Игра «По колючей по дорожке»**

(Дети стоят на массажных ковриках, положенных на борды и, раскачиваясь, катают между руками грецкий орех.)

Ходит ежик без дорожек  
По лесу, по лесу.  
И колючками своими  
Колется да колется.  
А я ежику – ежу,  
Ту тропинку покажу,  
Где катают мышки  
Маленькие шишки.

**Игра «Газетный ком»** (Дети раскачиваются на бордах, расположенных по кругу. Один ребенок с газетным комом в руках. Выполняют движения по тексту. На слова: раз, два, три, четыре, пять передают ком по кругу. У кого ком оказался в руках на слово «танцевать», сходит с борда и под аплодисменты детей танцует.)  
Газетный ком мы все катаем

До пяти мы все считаем  
Раз, два, три, четыре, пять!  
Тебе танец танцевать!

### **Игра «Ловкие пальчики»**

(Дети, раскачиваясь на бордах, рвут газету на узкие полоски)

### **Игра «Будь внимателен»**

(Дети, раскачиваясь на бордах выполняют команды: «сугроб», «сосулька», «снежинка», «елка» и т. д.)

### **Игра «Змейка»** (Дети раскачиваются на бордах. Выполняя движения по тексту с мишурой)

Мишуру возьму я в руку,  
И по борду проведу.  
Словно змейку я рисую  
И догнать ее хочу.  
Тут помчалась змейка  
Влево-вправо, влево-вправо.  
Так и гонится за мной.  
И теперь другой рукой  
Влево-вправо, влево-вправо.  
Обвила тут змейка борд.  
Здравствуй, здравствуй Новый год!

### **Игра «Новый год»** (Дети, раскачиваясь на бордах, выполняют движения по тексту с ускорением)

Мы повесим шарик,  
А потом фонарики.  
А потом еще дождинки,  
Не забудем про снежинки!  
Рыбки золоченые,  
Огоньки веселые.  
Набросаем мишуру,  
Продолжаем мы игру.

### **Игра «Ходит шляпа не спеша»**

(Дети, раскачиваясь на бордах, стоящих по кругу, передают под музыку шляпу друг другу. Музыка останавливается, тот у кого шляпка, примеряет ее, мяукает и показывает движения, а дети повторяют их).

Не спеша, на задних лапах  
По квартире ходит шляпа.  
Это – кот, усатый кот  
В шляпе папиной живет!

### **Игра «Апельсин»**

(Дети, раскачиваясь на бордах, передают апельсин вокруг себя из руки в руку).  
Ярко-рыжий апельсин,  
Милый, круглый мячик!  
Я тебя верчу-кручу



Скушать я тебя хочу!

### **Игра «Покатаем апельсин»**

(Дети стоят по одному с каждой стороны борда и одновременно с двух сторон катят друг другу апельсин).

### **Игра «Не урони»**

(Дети балансируют с мешочками на головах, держа руки в стороны).

### **Игра «Высоко-низко»**

(Дети балансируя, поднимают мешочек правой рукой над головой, переключают в левую и опускают вниз).

### **Игра «Аист»**

Аист, аист длинноногий (балансируя, хлопают)

Покажи домой дорогу!

- Топай правой ногой, (выполняют движения по тексту)

Теперь левой ногой.

Снова правой ногой,

Снова левой ногой.

Снова правой ногой,

После левой ногой

И тогда придешь домой! (хлопают)

### **Игра «Чайки»**

(Дети лежат на животе на перевернутых бордах, выполняя движения пловца)

Над волнами чайки кружат.

Поплывем за ними дружно

Поплывем мы все по морю,

Подивимся на просторе!

### **Игра «Ракета»**

(Дети, раскачиваясь на бордах, выполняют движения по тексту).

А сейчас мы с вами, дети,

Полетаем на ракете!

Руки вверх! Держись, держись!

И ракета взмыла ввысь!

### **Игра «Блины»**

(Дети, балансируя на бордах, перебирают пальцами по краю блина из фетра с тактильной начинкой).

Мы давно блинов не ели,

Мы блинчиков захотели!

Ой, блины, блины, блины!

Вы, блиночки, мои!

### **Игра «По волнам»**

(Дети садятся на борд, как в лодочку, и держась рукой за край раскачиваясь плывут).

По морям, по волнам.

Нынче здесь, завтра там!

По волнам, волнам, волнам  
Нынче здесь, завтра там!

### **Игра «Мышата»**

(Дети идут по бордам положенным друг за другом в ряд, выполняя движения по тексту).

Посмотрите-ка, ребята!  
В гости к нам пришли мышата.  
Раз – мышонок – озорник  
Он по травке прыг да прыг.  
Два – мышонок очень смирный.  
У него характер мирный.  
Три мышонок любит спать.  
Он с подушкой шел гулять.

### **Игра «В норку»**

(Дети стоят на перевернутых бордах. На слова: Разбежались мыши вон, прячутся под борд).

Вышли мыши как-то раз  
Посмотреть, который час.  
Раз, два, три, четыре.  
Мыши дернули за гири.  
Тут раздался страшный звон!  
Разбежались мыши вон.

### **Игра «Идет бычок качается»**

(Ходьба по перевернутым бордам).

Идет бычок качается,  
Вздыхает на ходу.  
Ох, доска кончается,  
Сейчас я упаду!

### **Игра «Перетащи мешочки»**

(Дети сидят на перевернутых бордах. По команде: Раз, два, три, начни! Перетаскивают ногами мешочки в корзину).

### **Игра «Туннель»**

(Дети пролезают в туннель, сделанную из перевернутых бордов).

### **Пингвины на льдине**

Дети- «пингвины» бегают свободно по залу. Сибирский борд - «льдины» в произвольном порядке разбросаны на полу. Водящий ребенок- «охотник» пытается поймать «пингвинов» и запятнать их. Если «пингвин» забрался на «льдину», то есть сидит на борде, не касаясь при этом пола ногами, ловить его не разрешается.

## **Самомассаж с проговариванием чистоговорок**

### **Ежик**

С проговариванием чистоговорки.

*Ж а -жа - жа -мы нашли в лесу ежа.*

Слегка касаясь пальцами, провести по лбу 7 раз.

*Жу - жу - жу - подошли мы к ежу.*

Слегка касаясь пальцами, провести по щекам 7 раз.

*Ужа-ужа -ужа - впереди большая лужа.*

Приставить ладони ко лбу (козырёк), растереть лоб движениями в стороны

*Жак - жок - жок - надень ёжик сапожок.*

Кулачками массировать крылья носа.

### **Зайка**

*Тили-тили-тили-бом !*

*Сбил сосну зайчишка лбом!*

(приставить ладони козырьком колбу и энергично разводить их в стороны и сводить вместе).

*Жалко мне зайчишку,*

*Носит зайка шишку.*

(кулачками проводить по крыльям носа от переносицы к щекам)

*Поскорее сбегай в лес,*

*Сделай зайке компресс.*

(раздвинуть указательный и средний пальцы, остальные сжать в кулак, массировать точки, находящиеся перед и за ухом).

### **Лягушата**

Выполнять движения, соответствующие тексту.

*Лягушата встали, потянулись, и друг другу улыбнулись.*

*Выгибают спинки, станки - тростинки.*

*Ножками затопали, ручками захлопали.*

*Постучим ладошкой то ручкам мы немножко,*

*А потом, а потом, грудку мы чуть-чуть побьём.*

*Хлоп-хлоп тут и там, и немного по бокам.*

*Хлопают ладошки нас уже по ножкам.*

*Погладили ладошки и ручки, и ножки.*

*Лягушата скажут: «Жва! Прыгать весело, друзья!»*

### **Лиса**

Движения выполняются соответственно тексту. Все массирующие движения выполняются от периферии к центру: от кисти к плечу, от ступни к бедру и т.д.

*Утром лисонька проснулась, лапкой вправо потянулась,*

*Лапкой влево потянулась, солнцу нежно улыбнулась.*

*В кулачок все пальцы сжала, растирать все лапки стала -*

*Ручки, ножки и бока. Вот какая красота.*

*А потом ладошкой пошлёпала немножко.*

*Стала гладить ручки, ножки и бока совсем немножко.*

*Ну, красавица - Лиса! До чего же хороша!*

Красуясь, выполнять полуобороты корпуса вправо - влево, поставив руки на пояс, выпрямив спину.

### **Рукавицы**

*Вяжет бабушка - Лисица всем лисятам рукавицы.*

(поочерёдно потереть большим пальцем подушечки остальных пальцев)

*Для лисёнка Саши, для лисички Маши,*

*Для лисёнка Коли, для лисички Оли,*

*А маленькие рукавички для Наташеньки - лисички.*

(поочерёдный массаж пальцев правой руки, начиная с большого, при повторении массировать пальцы левой руки).

*В рукавичках - да-да-да! - не замёрзнем никогда!*

(потереть ладони друг о друга).

### **Комплекс с сибирским бордом «Настоящая красавица»**

Жила на свете зеленая гусеница. Ползала гусеница по стебелькам и любовалась природой (**гусеница**). Посмотрелась в лужу: «Как я хороша!» — сказала она сама себе и выгнула грациозно спинку как царевна-змея (**змея**).

Захотелось ей куда-нибудь повыше забраться, чтобы все ее видели.

Ползла гусеница на самую высокую горку, расположилась удобно, оглядывается, собой любитесь (**горка**). Смотрит, а по лугу девочка идет, цветы собирает (**ходьба**).

Увидела гусеницу, испугалась, да как закричит: «Фу, какая страшная, какая некрасивая!» Обиделась гусеница, забралась на дерево и превратилась в веточку, чтобы больше ее никто не заметил (**веточка**). Лежит она и думает: «Вот бы мне заснуть и никого не видеть, и чтобы меня тоже не видели». Подняла гусеница хвостик, стала похожа на ящерицу (**ящерица**), выпустила из него тоненькую шелковую ниточку и стала этой ниточкой обматываться, пока кокон не получился. Заснула.

Долго-долго так проспала, пока не почувствовала, что ее кто-то тащит.

А это трудолюбивые муравьи нашли кокон, хотели в муравейник свой утащить (**муравей**). Испугалась гусеница, выскочила из своего кокона и спряталась от муравьев, сидит тихо-тихо. «Смотрите, смотрите! Настоящая красавица здесь спряталась!» —

услышала гусеница радостный голос девочки. «О ком это они говорят?!» — любопытствовала гусеница. А тут как раз пчелки к ней подлетели, тоже восхищаться стали, вместе полетать приглашают (**пчелка**). Удивилась гусеница, поглядела в лужу, а там — бабочка, да такая нарядная красивее всех цветов луговых.