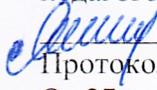
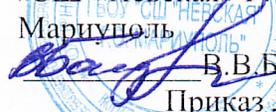


МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ДОНЕЦКОЙ
НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ШКОЛА «НЕВСКАЯ» ГОРОДСКОГО ОКРУГА МАРИУПОЛЬ»
ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ

РАССМОТРЕНО
на заседании ШМО
педагогов ЦДОД
 И.А.Якшина
Протокол №1
От 27 августа 2024г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора
 Е.В.Алесинская
от 28 августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор ГБОУ
«СШ «Невская» Г.О.
Мариуполь
 В.В.Бондарева
Приказ № 146
от «30» августа 2024г.

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа «Современная хореография»
студии эстрадного танца «Пульс»
уровень программы – стартовый
адресат 7-17 лет
срок реализации – 1 год**

Разработчик:
педагог дополнительного
образования Белоус Е.А

Мариуполь 2024

Пояснительная записка

Танец – вид искусства, где художественный образ воплощается через музыкально- организованное движение. Особенность искусства танца в том, что содержание любого танцевального произведения раскрывается через пластику человеческого тела. Пластическая природа танца через своеобразную и сложную технику этого искусства раскрывает внутренний мир человека, его лирико-романтические отношения, героические поступки, показывает национальную, стилевую и историческую принадлежность.

Хореография как сценическое искусство имеет свою специфику и, следовательно, свою систему воспитания и обучения, она очень актуальна в современном мире в силу того, что потребность в движении генетически заложена в человеческом организме и обусловлена всем ходом его эволюционного развития. Врачи-физиологи утверждают, что без движения человек не может быть абсолютно здоровым. Регулярные занятия способствуют улучшению циркуляции крови и снабжению тканей организма кислородом, повышению мышечного тонуса. С точки зрения медицины танцы – это лекарство от стрессов и депрессий, а также профилактика таких заболеваний, как гипертония и ишемическая болезнь сердца.

Отличительные особенности программы «Современная хореография» заключаются в самой структуре программы, в её содержательной части, в организационно- педагогической основе обучения:

- групповая форма работы в сочетании с индивидуальным подходом;
- обучение, развитие и воспитание на основе современных педагогических технологий личностно-ориентированной направленности, методов, форм, приёмов, способствующих наибольшей заинтересованности детей в этом виде деятельности, а так же более полному раскрытию их творческого потенциала и формированию стремления к *саморазвитию и дальнейшему самосовершенствованию*.

Дополнительная образовательная программа «Современная хореография» отнесена к программам художественной направленности. Ее цель и задачи направлены на свободное развитие личности ребёнка, поддержание его физического и психического здоровья, формирование его учебно-предметной, социальной, информационно-коммуникативной, креативной компетентностей, на формирование и развитие желания к продолжению образования и профессиональному самоопределению.

Необходимость и актуальность программы обусловлена образовательными потребностями конкретной категории учащихся. Эта объективная заинтересованность в определённых образовательных услугах субъективно выражена в обращённых к системе образования интересах и ожиданиях в отношении современного танца. Современный танец является

одним из основных предметов, он развивает физические данные детей, укрепляет мышцы ног и спины, сообщает подвижность суставно-связочному аппарату, формирует технические навыки и основы правильной осанки, тренирует сердечно-сосудистую и дыхательную системы, корректирует физические недостатки строения тела – в этом его значение и значимость.

Общеразвивающая программа «Современная хореография» способствует разрешению этих вопросов, чем и обусловлена её актуальность.

Цель программы: создание условий для раскрытия творческого потенциала воспитанников и повышения их технического мастерства и выразительности.

Задачи

обучающие:

1. формирование знаний об основных хореографических понятиях;
2. формирование знаний по исполнению экзерсиса на середине;
3. обучение навыкам постановочной и концертной деятельности;

развивающие:

1. формирование и развитие специальных навыков и умений по хореографии;
2. формирование и развитие познавательного интереса к хореографическому искусству и общей культуре личности;
3. формирование и развитие способностей к самостоятельной и коллективной работе;
4. развитие коммуникативных способностей обучающихся через учебно-практическую деятельность;
5. развитие способности творческого выполнения практической деятельности;
6. развитие способности использовать приобретённые предметные знания и опыт практической деятельности для решения задач реальной жизни;

воспитательные:

1. воспитание эстетического восприятия;
2. воспитание всесторонне развитой личности, стремящейся к саморазвитию и самосовершенствованию;
3. создание условий для общения и адаптации к современной жизни на основе культурных ценностей;
4. формирование и развитие желания к продолжению образования и профессиональному самоопределению (готовности к трудовой деятельности).

Программа рассчитана на обучающихся 7-17 лет.

Срок реализации программы: 1 год.

Запись в коллектив осуществляется без специальных отборочных мероприятий, желание мальчиков и девочек танцевать – это и есть основной отборочный критерий.

Коллектив современного эстрадного танца состоит из трёх возрастных групп по 12-20 человек в каждой:

- младшая группа 7-10 лет,
- средняя группа 11-13 лет,
- старшая группа 14-17 лет.

Численный состав группы:

- 1-й год обучения – 12 человек;

Группа №1(Младшая группа 1В) – 2 раза в неделю (3 часа) = 3 часа x 4 нед. = 108 часов

Группа №2(Средняя группа 1Б) - 2 раза в неделю (3 часа) = 3 часа x 4 нед. = 108 часов

Группа №3(Старшая группа 1А) – 2 раза в неделю (3 часа) = 3 часов x 4 нед. = 108 часов

Общее количество часов, отведенное на реализацию программы: 378 часов.

Занятия носят индивидуальный и коллективный характер.

Танцевальные произведения из репертуарного плана могут меняться в зависимости от контингента обучающихся, их способностей, интересов, творческого видения педагога и детей.

Возможна реализация программы "Современная хореография" в сокращенные сроки, а также по индивидуальным учебным планам с учетом всех требований.

Индивидуальный учебный план разрабатывается на основании реализуемой образовательной программы дополнительного образования «Современная хореография» и предусматривает для обучающихся возможность иного режима посещения учебных занятий, нежели режим, установленный общим расписанием, а также иных сроков прохождения промежуточной аттестации. Порядок обучения по индивидуальному учебному плану, в том числе ускоренное обучение, в пределах осваиваемой дополнительной общеразвивающей программы определяется индивидуально, непосредственно к конкретному обучающемуся.

ОРГАНИЗАЦИОННЫЕ ФОРМЫ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ

Индивидуальная форма занятий предоставляет возможность учитывать возрастные и индивидуальные способности обучающихся. Индивидуальная форма занятий используется при работе с обучающимися категории «одарённый».

Коллективная форма работы – основополагающая, представляет собой творческий процесс, в котором избираются разнообразные варианты решения исполнительских задач, связанных с выявлением идейно-художественного содержания изучаемого хореографического произведения, его творческим воплощением, а также способствует достижению исполнительского мастерства ансамбля в целом.

ТИПЫ ПЛАНИРУЕМЫХ ЗАНЯТИЙ

Учебные занятия в объединении «Современная хореография» проходят в традиционных и нетрадиционных формах.

Традиционные	Нетрадиционные
1. вводное занятие;	1. занятие – игра;

<ol style="list-style-type: none"> 2. изучение нового материала; 3. формирование умений и навыков; 4. закрепление и развитие знаний, умений и навыков; 5. практическая работа; 6. самостоятельная работа; 7. комбинированное занятие; 8. повторительно-обобщающее занятие; 9. контрольное занятие (срез знаний). 	<ol style="list-style-type: none"> 2. занятие – сказка; 3. занятие – путешествие; 4. занятие – конкурс; 5. видеопрактикум; 6. видеосеминар; 7. аукцион знаний; 8. работа над творческим проектом; 9. защита творческого проекта.
--	--

ПРОГНОЗИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОГРАММЫ

В ходе реализации программы подростки расширят знания в области танцевальной культуры, разовьют танцевальные способности, приобретут большой опыт межличностного общения в условиях практической деятельности, освоят и накопят танцевальный материал для осуществления собственных постановок.

В результате обучения по программе учащиеся будут **знать**:

- специальную терминологию;
- основные сведения по истории современного танца;
- основные стили и жанры современной хореографии.
- основы техники исполнения движений джаз танца, классического и народного танца, танца модерн, современных молодежных направлений танца;
- современные формы, стили и техники танца.

Учащиеся будут **уметь**:

- исполнять основные движения современного танца;
- грамотно подходить к изучению лексики разных жанров и стилей современного танца;
- использовать знания современного лексического материала в хореографических произведениях коллектива;
- отражать в танце особенности исполнительской манеры разных стилей современной хореографии;
- исполнять движения и комбинации артистично и музыкально.

Иметь представление:

- об основных направлениях и этапах развития современной хореографии;

- о тенденциях развития современного танца.

В конце первого года обучения учащиеся будут уметь:

- выполнять движения и комбинации у станка и на середине зала в ускоренном темпе;

- согласовывать движения корпуса, рук, ног при переходе из позы в позу;

- выражать образ с помощью движений;

- **МЕХАНИЗМ ОЦЕНКИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

- За период обучения в хореографическом коллективе учащиеся получают определенный объем знаний, умений и навыков, качество которых проверяется диагностическими методиками. Согласно нормативным документам по дополнительному образованию, диагностика проводится на трёх этапах: в начале, в середине и в конце учебного года. Дополнительными средствами контроля являются участие в концертах, фестивалях, конкурсах, промежуточный и итоговый контроль.

- Диагностика по программе включает: начальную, промежуточную, итоговую. Начальная диагностика проводится при приеме детей и в начале учебного года. Промежуточная диагностика проводится в середине года (декабрь) и при переходе на следующий год обучения (май). Итоговая – при окончании программы.

- Диагностика охватывает предметные, метапредметные, личностные результаты (*самостоятельность, социальная и творческая активность, старание и прилежание*) и качества исполнительской деятельности – творческого продукта – танца.

- Основной формой предъявления результата является танцевальный номер. В диагностике по программе танцевальный номер оценивается по следующим критериям:

- - музыкальность и ритмичность исполнения,
- - техничность исполнения,
- - синхронность исполнения,
- - линии и пластика,
- - артистизм исполнения,
- - культура артиста.

Способы и формы выявления результатов	Способы и формы фиксации результатов	Способы и формы предъявления результатов
Беседа, опрос, наблюдение Прослушивание на репетициях	Грамоты Дипломы Журнал Анкеты	Конкурсы, фестивали Праздники Концерты

Праздничные мероприятия Концерты, фестивали Конкурсы		
--	--	--

Учебно-тематический план

Задачи:

- освоить экзерсис на полу;
- освоить азы хореографии, гимнастики;
- выявить и развить природные данные;
- освоить ритмические этюды;

№№ п\п	Название разделов, тем	Всего часов	Теория	Практика
1.	Вводное занятие. Техника безопасности	3	3	
2.	Основы партерной гимнастики на середине зала.	20	8	12
2.1	Ритмическая гимнастика.	19	4	15
2.2	Комплекс упражнений для развития стоп, гибкости и выворотности.	19	6	13
2.3	Общеразвивающие упражнения.	19	6	13
3.	Основы танцевальных движений классического танца	20	8	12
4.	Ритмические этюды	8	2	6

	Итого:	108	37	71
	Итого-организационные мероприятия:	2		2
	Всего:	108	37	73

Содержание программы

Тема 1. Вводное занятие:

Встреча, знакомство с детьми. Беседа по поведению на занятиях, в Доме творчества, и общественных местах.

Правила техники безопасности на занятиях. Правила дорожного движения. Режим занятий. План работы на год.

Беседа по программе – краткий обзор занятий. Требования к репетиционной форме, обуви.

Тема 2. Основы партерной гимнастики на середине зала.

Упражнения рассчитаны на вовлечение в работу всего организма, направлены на расслабление, настройку и восстановление функций мышц.

Упражнения партерной гимнастики направлены на: укрепление мышц спины и брюшного пресса прогиба назад, укрепление мышц спины и брюшного пресса путем наклона вперед, укрепление позвоночника путем поворотов туловища и наклонов его в стороны, укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног, укрепление и развитие стоп, укрепление мышц плечевого пояса. А также упражнения для тренировки равновесия и дополнительные упражнения.

Ритмическая гимнастика. Ритмическая гимнастика направлена развитие слуховых способностей детей. Задания и упражнения ритмической гимнастики помогают детям лучше понять музыку и строение музыкального произведения. На занятиях дети узнают основные ритмические термины, знакомятся с понятиями динамики.

Занятия положительно влияют на умственное развитие детей: ведь каждое занятие нужно понять, осмыслить, правильно понять, осмыслить, правильно выполнять движения, вовремя включаться в деятельность, надо осмыслить соответствие выбранных движений характеру музыки. Бесспорно также их воздействие на формирование произвольного внимания, развитие памяти.

Потребность детей в движении превращается в упорядоченную и осмысленную деятельность. Уроки ритмики оказывают на детей организующее и дисциплинирующее влияние, помогают снять чрезмерную возбудимость и нервозность.

Упражнения для развития стоп, гибкости и выворотности.

Эти упражнения помогают развить природные данные детей. Комплекс данных упражнений помогает детям познакомиться со строением своего мышечного аппарата. Помогает узнать разные гимнастические упражнения. Комплекс таких упражнений помогает подготовить детей к занятиям классического танца. Развитие разных частей опорно – двигательного аппарата способствует качественному изучению дальнейшего предмета – «классический танец». Занятия на развитие природных данных так же способствует развитию мышления у детей, способности анализировать и применять полученные знания.

Общеразвивающие упражнения.

Общеразвивающие упражнения помогают детям быстрее подготовить свое тело к занятиям. Выработывает способность детей к физическому развитию. Помогает развить у детей силу воли, упорство и трудолюбие, что является неотъемлемой частью хореографического искусства.

Практическая работа:

Ходьба (шаги):

- на всей стопе;
- на полупальцах;
- на пятках;
- с высоким подниманием бедра;

Бег:

- с вытянутыми ногами вперед на месте и в продвижении;
- с согнутыми ногами назад на месте и в продвижении;
- с высоким подниманием бедра «лошадки»;
- галоп в продвижении в сторону из прямой позиции.

Повороты и наклоны головы:

- вперед, назад, вправо, влево, круговые движения головой.

Упражнения для рук: - круговые движения рук кистью, локтем, всей рукой;

- упражнения для плеч: поочередные и одновременные поднимания и опускания плеч, круговые движения плеч, движения плеч вперед-назад; - «ножницы» и «замок».

Упражнения для ног:

- полуприседания по I прямой позиции с последующим подъемом на полупальцы;

- из положения I прямой позиции (руки на поясе) правая нога, сгибаясь в колене, медленно с вытянутым подъемом поднимается по левой ноге (*passé*) и возвращается в исходное положение;

- «солдатики»: (резкий подъем рабочей ноги с одновременным резким подниманием рук одна в сторону - другая к груди);

Повороты и наклоны корпуса:

- вперед, назад, вправо, влево.

Упражнения для стоп

Лежа на полу:

- сократить и вытянуть стопы по I прямой позиции;

- поднять ноги на 45°, сократить и вытянуть стопы по I прямой позиции;

- круговые движения стоп (вытянуть стопы по I прямой позиции, сократить стопы, развернуть стопы в I выворотную позицию, вытянуть стопы по I выворотной позиции);

Сидя на коленях:

- пятки плотно прижаты друг к другу (I прямая позиция), руки в положении упора у коленей спереди на полу: опираясь на руки, поднять бедра с одновременным вытягиванием коленей обеих ног и, упираясь на подъемы ног, вернуться в исходное положение;

Сидя на пятках на полу (стопы обеих ног в I выворотной позиции);

Стоя на полу по I прямой позиции: - поставить ногу на полупальцы, перевести на вытянутые пальцы, вернуться в исходное положение (исполнять поочередно с каждой ноги); - подъем (relevé) на полупальцы на обеих ногах с возвращением в исходное положение.

Упражнения на развитие выворотности

Лежа на спине:

- развернуть ноги из I прямой в I выворотную позицию;

«Лягушка»:

а) лежа на спине;

б) лежа на животе;

в) сидя на полу:

- с наклоном корпуса вперед.

Упражнения на развитие гибкости

Лежа на животе:

- «колечко»; - «корзиночка»; - «лодочка».

«Кошечка»; «Мостик» **из положения:** - лежа на спине.

Упражнения на развитие шага

Лежа на спине:

- медленный поочередный, затем одновременный подъем ног в выворотном положении на 90° вперед с опусканием в исходное положение;

- резкие броски вытянутых ног в выворотном положении на 90° вперед (4- 8 раз правой ногой, 4-8 раз левой ногой);

- подъем вытянутых ног в выворотном положении на 90° и разведение (раскрывание) ног в стороны до положения «шпагат».

Сидя на полу с открытыми (разведенными) ногами в сторону:

- наклоны корпуса вперед с вытянутыми стопами;

- наклоны корпуса вперед с поворотом туловища к правой и левой ноге с вытянутыми стопами.

Шпагаты: - прямой (поперечный);

- с правой ноги, с левой ноги.

Прыжки

- трамплинные прыжки по I прямой позиции;

- подскоки на месте и с продвижением;

- перескоки с ноги на ногу на месте и с продвижением («лошадки»);

- прыжки по I выворотной позиции с сокращенными стопами «пингвинчики»;

- прыжки с поджатыми ногами по I прямой позиции;

- прыжки с разведением вытянутых в воздухе ног в сторону («козлик»);

- прыжки с поворотом вокруг себя на четверть круга (90°).

Общеразвивающие упражнения

Силовые упражнения для мышц живота:

- качать пресс корпусом, ногами;

- сидя на полу, держать уголок.

Силовые упражнения для мышц спины:

- лежа на животе, подъем и опускание корпуса с руками открытыми в сторону или вытянутыми вперед;

- лежа на животе, подъем и опускание ног (руки вытянуты вдоль туловища ладонями вниз на полу).

Упражнения для развития равновесия (устойчивости)

Упражнения для развития координации.

Тема 3. Элементы классического танца.

Классический танец дает основной фундамент знаний в изучении танцевального искусства. При регулярных занятиях у детей развиваются элементарные навыки координации движений, формируются технические приемы, приобретается хорошая танцевальная форма.

На начальном этапе изучения предмета нужно строго следить за правильной постановкой корпуса, рук, ног, головы, груди и бедер. Обращать внимание на положение всей стопы в полной и неполной выворотности.

Практическая работа:

1. Основные позиции ног (I-ая, II-ая, III-я, VI-ая).
2. Основные позиции рук (подготовительная, I-ая, III-ая).
3. Releves по VI-ой или невыворотной I-ой позиции в сочетании с demi-plies
4. Трамплинные прыжки (развитие прыжка, ахилла).
5. «Поджатые» (развитие прыжка, ахилла).
6. Подскоки.
7. Хлопки в ладоши соло и в паре.
8. Движения плеч и корпуса: подъем и опускание плеч, наклоны корпуса вперед и в сторону, повороты, выводя одно плечо вперед;
9. Ведение рабочей согнутой ноги по опорной ноге вверх, сгибая её в колене (retere) по VI позиции;

Тема 4. Ритмические этюды.

Ритмические этюды содержат упражнения, применяемые практически на всех занятиях, и является ведущим видом деятельности детей. Здесь используются приемы имитации, подражания, образное сравнение, ролевые ситуации, соревнование. Игровое качество по-разному раскрывается во всех формах танца. Наиболее отчетливо его можно наблюдать, с одной стороны в хороводе и в фигурном танце с другой - в сольном танце, одним словом, там, где танец есть зрелище или же ритмический строй и движение. Программой предусмотрены сюжетно - ролевые игры, подвижные этюды, общеразвивающие этюды, музыкально – ритмические игры, этюды на закрепление основных движений, этюды направленные на развитие внимания ребёнка к самому себе, этюды на развитие слуха, чувства ритма. Этюды могут быть включены как в занятия, так и в отчетные концерты, итоговые занятия.

Практическая работа :

1. Творческая импровизация (развитие танцевальности, музыкальности)
2. Танцевальные движения - этюды на русском материале.

1. Музыкальные размеры (2/4, 3/4)
2. Ритмические музыкальные темпы (медленно, быстро)
3. Ориентация в пространстве, простейшие ритмические рисунки в хлопках, притопах, шагах.
4. Динамика в музыке.
5. Темпы в музыке.
6. Строение музыкального произведения.
7. Ритм и длительности нот.

Методическое обеспечение образовательной программы

В основу разработки программы положены педагогические технологии, ориентированные на формирование общекультурных компетенций обучающихся:

- технология развивающего обучения;
 - технология индивидуализации обучения;
 - личностно-ориентированная технология;
 - компетентностного и деятельностного подхода.
 - здоровьесберегающие,
 - игровые,
 - проблемного обучения.
- Методы и приемы обучения, можно условно разделить на **наглядные, словесные и практические**.

Наглядный метод включает в себя разнообразные приемы:

- - образный показ педагога,
- - эталонный образец - показ движения лучшими исполнителями,
- - наглядно-слуховой приём,
- - использование наглядных пособий.

Словесный метод состоит из многочисленных приёмов:

- - рассказ,
- - инструкция,
- - беседа,
- - словесный комментарий педагога по ходу исполнения танца,

- - прием раскладки хореографического па.

Практический метод обогащен комплексом приёмов:

- - игровой приём.
- - соревновательность,
- - комплексный прием обучения,
- - динамичность (повторяемость движений),
- - сравнение и контрастное чередование движений и упражнений,
- - развитие пластических линий,
- - хореографическая импровизация,
- - приём художественного перевоплощения.

Очень эффективен **психолого-педагогический метод**:

- - приём педагогического наблюдения,
- - проблемного обучения и воспитания,
- - приём индивидуального подхода к каждому ребёнку,
- - приём контрастного чередования психофизических нагрузок и восстановительного отдыха,
- - педагогическая оценка исполнения ребенком танцевальных упражнений.

С точки зрения возрастных психофизиологических особенностей детей, типологических особенностей каждого ребенка, обучение носит наглядно-действенный характер с преобладанием наглядных и практических методов (показ; повторность движений; игровой; релаксации; использование пластических образов-метафор).

Начальный этап познания и освоения экзерсиса на полу и хореографии с элементами свободной пластики. Он заключается в освоении азов хореографии, игровой гимнастики, образных музыкальнотанцевальных игр с элементами импровизации, основных пространственных рисунков - фигур, мимического экзерсиса, общеукрепляющих упражнений, так необходимых на этом этапе развития ребенка.

Структура занятия:

Первая часть занятия (подготовительная):

- вход учащихся в танцевальный зал;
- построение учащихся в несколько линий, колонн;
- поклон педагогу и концертмейстеру;

- разминка.

Вторая часть занятия (основная):

- изучение ритмического материала, тренировочных вспомогательных упражнений, элементов хореографической азбуки;
- работа над этюдами.
- Ритмические этюды.
- Повторение пройденного материала.
- Ориентация в пространстве.
- Повторение элементарных движений танцевальной азбуки.
- Гимнастические упражнения на ковриках.
- Повторение пройденных упражнений.
- Разучивание новых элементов.
- Упражнения для развития стоп, выворотности и гибкости.

Третья часть занятия (заключительная):

- закрепление ритмического материала;
- закрепление изученных гимнастических упражнений;
- поклон педагогу и концертмейстеру;
- выход из зала.

Список литературы

Для педагога:

1. Буренина А. Ритмическая мозаика: Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. – 2-е изд., испр. и доп. – СПб: ЛОИРО, 2000.
2. Ваганова А. Основы классического танца. – СПб.: Ланб, 2001.
3. Васильева Т. Балетная осанка: Методическое пособие для преподавателей хореографических школ и школ искусств. - М., 1993.
4. Ветлугина Н. Музыкальное развитие ребенка. - М., 1968. 1998.
5. Конорова Е. Эстетическое воспитание средствами хореографического искусства. – М., 1963.
6. Ладыгин Л. Музыкальное оформление уроков танца. – М., 1980.

7. Пуртова Т., Беликова А., Кветная О. Учите детей танцевать: Учебное пособие для студентов учреждений СПО. – М.: Век информации, 2009.
8. Холл Д. Уроки танцев. Лучшая методика обучения танцам // Джим Холл; пер. с англ. Т. Сидориной. – М.: АСТ: Астрель, 2009.
9. Вихрева Н. Экзерсис на полу. - М.: МГАХ, 2004.
10. Левин М. Гимнастика в хореографической школе. - М.: Терра-Спорт, 2001.
11. Буренина А. Ритмическая мозаика. - СПб., 2000.
12. Горшкова Е. От жеста к танцу. - М.: Гном и Д, 2004.
13. Э. Жак Далькроз. Ритм. - М.-Классика – XXI, 2006.
14. Играем с начала: Гимнастика, ритмика, танец. - М., 2007.
15. Колодницкий Г. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей: Учебно-методическое пособие для педагогов. - М., 2000.
16. Конорова Е. Занятия по ритмике в 3 и 4 классах музыкальной школы. - Вып. 2. - М.: Музыка,
17. 1973.
18. Конорова Е. Методическое пособие по ритмике в 1 и 2 классах музыкальной школы. - Вып. 1.
- 19.- М.: Музыка, 1972. 20. Лифиц И., Франио Г. Методическое пособие по ритмике. - М., 19

Список литературы для детей и родителей

1. Князев Б. Партерная гимнастика или школа танца без станка.
2. Ваганова А. Основы классического танца. – СПб.: Ланб, 2001.
3. Конорова Е. Методическое пособие по ритмике. Занятия по ритмике в подготовительных классах. - Вып. 1. - М.: Музгиз, 1963.