

Утверждаю:

Индивидуальный предприниматель

ЕВСИГНЕЕВ



Д.Ю. Евсигнеев

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
Центра Дошкольного Образования
ИП Евсигнеев Д.Ю.**

«ДЕТСКАЯ ХОРЕОГРАФИЯ»

(художественной направленности)

Возраст: для детей старшего дошкольного возраста

Срок реализации: 1 год

г. Смоленск

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка
2. Теоретическое обоснование разработки программы
3. Цель и задачи реализации Программы
4. Принципы и подходы в организации образовательного процесса
5. Характеристика возрастных особенностей детей
6. Предполагаемые результаты освоения Программы
7. Содержание психолого-педагогической работы
8. Календарно-тематическое планирование
9. Работа с родителями
10. Оценка результативности освоения программы
11. Учебно-методическое обеспечение программы
12. Структура построения занятия
13. Организация предметно-пространственной среды

ПРИЛОЖЕНИЯ:

- Приложение 1: Календарно-тематическое планирование
- Приложение 2: Используемая литература

1. Пояснительная записка

В дошкольном возрасте закладываются основы здоровья, гармоничного, умственного, нравственного, физического и эстетического развития ребёнка, формируется его личность. Эстетическое воспитание личности происходит с первых шагов маленького человека, с первых его слов, поступков. Именно окружающая среда, откладывает в душе ребенка отпечаток на всю жизнь. Незаменимым средством формирования духовного мира детей является искусство: литература, скульптура, народное творчество, живопись. Оно пробуждает у детей дошкольного возраста эмоционально-творческое начало. Формирование творческой личности существенно для эмоционального и эстетического развития ребенка. При творческой деятельности активизируется восприятие, выразительность исполнения, оценочное отношение к своей продукции, что оказывает большое влияние на становление личности ребенка. В наше не простое и жестокое время очень важно воспитать маленького человека, способного сопереживать, сочувствовать другим людям, животным, прививать ему чувство такта, воспитать культурного, полноценного члена общества.

Коллектив ведет постоянный поиск новых форм и методов работы по художественному – эстетическому развитию воспитанников и их оздоровлению. В связи с этим принято решение организовать с детьми старшего дошкольного возраста дополнительные занятия хореографией.

Содержание Программы составлено с учетом принципов и подходов к формированию образовательных программ, отраженных в Федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования:

- 1) полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития;
- 2) построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования (далее - индивидуализация дошкольного образования);
- 3) содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- 4) поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- 5) сотрудничество ЦДО с семьей;
- 6) приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- 7) формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в разных видах детской деятельности;
- 8) возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);

9) учет этнокультурной ситуации развития детей.

Нормативно-правовую основу для разработки данной рабочей программы составили:

- Образовательная программа ЦДО
- Положение о ЦДО
- Закон об образовании 2013 - федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам.
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. N 28 "Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи".

Данная программа сориентирована на работу с детьми независимо от наличия у них специальных физических данных на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца. Программа предполагает освоение азоров ритмики, азбуки классического танца, изучение танцевальных элементов, исполнение детских бальных и народных танцев и воспитание способности к танцевально-

2. Теоретическое обоснование разработки Программы

У хореографии, в последние годы особенно, становится все больше поклонников среди людей самого разного возраста. Особенно она популярна в молодежной и детской среде. Хореография - это мир красоты движения, звуков, световых красок, костюмов, то есть мир волшебного искусства. Особенно привлекателен и интересен этот мир детям. Танец обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Соединение движения, музыки и игры, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, делают его движения естественными и красивыми. На занятиях хореографией дети развивают слуховую, зрительную, мышечную память, учатся благородным манерам. Воспитанник познает многообразие танца: классического, народного, бального, современного и др. Хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, она развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

Необходимо продолжать развивать у дошкольников творческие способности, заложенные природой. Музыкально-ритмическое творчество может успешно развиваться только при условии целенаправленного руководства со стороны педагога, а правильная организация и проведение данного вида творчества помогут ребенку развить свои творческие способности.

Учитывая влияние занятий хореографии на детский организм и имея все необходимые условия для проведения занятий по указанному направлению, мы сочли возможным внедрить данную программу в ЦДО.

3. Цель и задачи реализации Программы

Цель основной образовательной программы ЦДО: позитивная социализация и всестороннее развитие ребенка дошкольного возраста в адекватных его возрасту детских видах деятельности.

Задачи:

- 1) охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- 2) обеспечение равных возможностей для полноценного развития каждого ребёнка в период дошкольного детства независимо от места проживания, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических и других особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья);
- 3) обеспечение преемственности целей, задач и содержания образования, реализуемых в рамках образовательных программ различных уровней (далее – преемственность основных образовательных программ дошкольного и начального общего образования);
- 4) создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развитие способностей и творческого потенциала каждого ребёнка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром;
- 5) объединение обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;
- 6) формирование общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развитие их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребёнка, формирование предпосылок учебной деятельности;
- 7) обеспечение вариативности и разнообразия содержания Программы организационных форм дошкольного образования, возможности формирования Программ различной направленности с учётом образовательных потребностей, способностей и состояния здоровья детей;

8) формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;

9) обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.

Цель программы «Детская хореография»: всестороннее развитие ребенка, формирование средствами музыки и ритмических движений, разнообразных умений, способностей, физических качеств личности.

Задачи:

Образовательные:

- Приобщение к танцевальному искусству, расширение знаний о танцах.
- Побуждение к импровизации под музыку, сочинению собственных композиций из знакомых движений, придумыванию своих оригинальных движений в импровизации.
- Формирование навыков основных танцевальных движений.
- Развитие чувства ритма, темпа, координации и свободы движений.

Воспитательные:

- Развитие у детей активности и самостоятельности, коммуникативных способностей.
- Формирование общей культуры личности ребенка, способностей ориентироваться в современном обществе.
- Формирование нравственно-эстетических отношений между детьми и взрослыми.
- Создание атмосферы радости детского творчества в сотрудничестве.

Развивающие:

- Развитие воображения, фантазии, умения самостоятельно находить свои оригинальные движения, то есть побуждать детей к творчеству.
- Развитие творческой самостоятельности в создании художественного образа танца.
- Обучение детей приемам самостоятельной и коллективной работы, самоконтроля и взаимоконтроля.

Коллектив педагогов понимает, что хореография обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребёнка, для его гармоничного духовного и физического развития.

Занятия танцами формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дают представление об актёрском

мастерстве. Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Прослушивание ритмичной танцевальной музыки развивают и внутренне обогащают, прививают умение через танец выражать различные состояния, мысли, чувства человека, его взаимоотношения с окружающим миром.

Кроме того, в период дошкольного детства дети интенсивно растут и развиваются, движения становятся их потребностью, поэтому физическое воспитание особенно важно в этот возрастной период. В процессе занятий у детей происходит снижение работоспособности, ухудшается внимание, память, нарушается осанка.

Одной из важнейших задач является организация двигательного режима детей, который обеспечивает активный отдых и удовлетворяет естественные потребности в движениях.

Решение вышеизложенных задач возможно в процессе хореографического образования детей дошкольного возраста. Движение в ритме и темпе, заданном музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведёт к общему оздоровлению организма. Немаловажным является также и лечебный эффект занятий, в результате которых создаётся мышечный корсет, исправляются недостатки осанки, уменьшается плоскостопие и т.д.

Возможности занятий хореографией в решении задач образовательной программы ЦДО

Занятия хореографией являются вариативной частью Образовательной программы, способствуя в той или иной степени решению задач образовательных областей.

Детская хореография – система мероприятий, направленная на развитие интеллектуального, физического, духовного, творческого потенциала воспитанников, на привитие навыков здорового образа жизни, поддержание нравственно-волевых качества личности: настойчивость в достижении результата, выдержку, умение контролировать свои движения, действовать в коллективе, а так же способствует укреплению здоровья ребенка, его физическому и психическому развитию, социальной адаптации.

Надо заметить, что образовательные области, входящие в художественно-эстетическое и физкультурно – оздоровительное направление имеют схожие задачи.

Возможности решений задач других образовательных областей через организацию и проведение занятий хореографией, можно представить в таблице.

Образовательная область	Содержание
ПОЗНАНИЕ	✓ Ознакомление дошкольников с организмом

	<p>человека, его функциями; способами заботы о нем.</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Упражнение в счете, ориентировке в пространстве.
КОММУНИКАЦИЯ	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Развитие дыхательной системы. ✓ Развитие умения общаться со взрослыми, сверстниками. ✓ Развитие умения слушать, выполнять словесную инструкцию
МУЗЫКА	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Развитие умения согласовывать движения с музыкой. ✓ Умение различать характер музыкальных произведений. ✓ Развитие чувства ритма, тембрового слуха.
ХУДОЖЕСТВЕННОЕ ТВОРЧЕСТВО	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Развитие мелкой моторики для работы с художественными материалами. ✓ Развитие умения ориентироваться на плоскости. ✓ Укрепление крупной мускулатуры для статических занятий.
СОЦИАЛИЗАЦИЯ	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Умение действовать в окружающем социуме, подчиняться общим правилам поведения.
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Развитие физических качеств личности (гибкость, выносливость и координация) ✓ Накопление и обогащение двигательного опыта детей. ✓ Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности.
БЕЗОПАСНОСТЬ	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Формирование представления об опасных для человека ситуациях и способах поведения в них.
ТРУД	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Воспитание ценностного отношения к собственному труду, труду других людей и его результатам.

4. Принципы и подходы в организации образовательного процесса

Принципы и подходы к формированию образовательной программы ЦДО:

- 1) Принцип развивающего образования, в соответствии с которым главной целью дошкольного образования является развитие ребенка.
- 2) Принцип научной обоснованности и практической применимости.
- 3) Принцип интеграции содержания дошкольного образования в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, спецификой и возможностями образовательных областей.
- 4) Комплексно-тематический принцип построения образовательного процесса.
- 5) Принцип адаптивности;
- 6) Принцип учета возрастных и индивидуальных особенностей развития детей;
- 7) Деятельностный подход;
- 8) Сочетание наглядных и эмоционально-образовательных технологий обучения;
- 9) Открытость образовательной программы.

Работа по программе «Детская хореография» придерживается общедидактических и частно- методических принципов и методов обучения:

➤ **Принцип доступности и индивидуализации**, предусматривающий учет возрастных особенностей и возможностей ребенка и определение посильных для него заданий. Содержание программы обеспечивает преемственность и постепенность усложнения заданий. Предлагаемые задания доступны для дошкольников и предполагают успешное преодоление трудностей путем физических и психических усилий занимающихся. Например, ходьба на каждый счет, хлопки через счет способствуют исполнению в дальнейшем более сложных сочетаний ритмического рисунка. Шаг на месте, переступание способствуют овладению танцевальными шагами.

Индивидуализация обучения заключается в учете индивидуальных особенностей ребенка. Так, например, детям робким, застенчивым предлагается показать какое-либо упражнение остальным детям, в игре предлагаются ведущие роли, что способствует освобождению детей от застенчивости и повышению интереса к занятиям.

➤ **Принцип постепенного повышения требований**, заключается в постановке перед ребенком и выполнении им все более трудных новых заданий, в постепенном увеличении объема и интенсивности нагрузок.

➤ **Принцип систематичности** – непрерывность и регулярность занятий. Систематические занятия способствуют не только достижению эффективности обучения, но и дисциплинируют детей, приучают их к методичной регулярной работе и доведению до конца начатого дела.

➤ **Принцип сознательности и активности**, предполагает обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение воспитанника к своим

действиям. Для этого необходимо четко объяснять ребенку, что и как нужно выполнить, и почему именно так, а не иначе.

➤ **Принцип повторяемости материала**, заключается в многократном повторении вырабатываемых двигательных навыков. Программным материалом предусмотрено многократное повторение упражнений, способствующих образованию двигательного стереотипа. Для поддержания интереса и привлечения внимания детей к занятиям необходимо вносить в повторяющиеся упражнения некоторые изменения, или предлагать разнообразные методы и приемы их выполнения.

➤ **Принцип гуманности** выражается в безусловной вере в доброе начало, заложенное в природе каждого ребенка, отсутствие давления на волю ребенка; глубокое знание и понимание физических, эмоциональных и интеллектуальных потребностей детей; создание условий для максимального раскрытия индивидуальности каждого ребенка, его самореализации и самоутверждения;

➤ **Принцип демократизма** основывается на признании равных прав и обязанностей взрослых и ребенка, на создании эмоционально-комфортного климата в детском коллективе.

➤ **Принцип наглядности.** На начальной стадии разучивания упражнения главенствует зрительный анализатор, поэтому очень важен высококачественный практический показ движений педагогом в сочетании с образным словом. После того, как разученное движение переросло в навык, образное слово будет вызывать необходимые двигательные представления.

➤ **Принцип интеграции:** принципы удачно реализуются и способствуют эффективности образовательного процесса только во взаимосвязи.

При организации занятий используются методические приемы, активизирующие у детей желание творчества: метод показа, словесный метод, музыкальное сопровождение, импровизационный метод, игровой метод.

5. Характеристика возрастных особенностей детей

Дети 5-6 лет

Старший дошкольный возраст - возраст наиболее активного рисования. В течение года дети способны создать до двух тысяч рисунков. Рисунки могут быть самыми разными по содержанию: это и жизненные впечатления детей, и воображаемые ситуации, и иллюстрастрации к фильмам и книгам. Обычно рисунки представляют собой схематические изображения различных объектов, но могут отличаться оригинальностью композиционного решения, передавать статичные и динамичные отношения. Рисунки приобретают сюжетный характер; достаточно часто встречаются многократно повторяющиеся сюжеты с небольшими или, напротив, существенными изменениями. Изображение человека становится более

детализированным и пропорциональным. По рисунку можно судить о половой принадлежности и эмоциональном состоянии изображенного человека.

Конструирование характеризуется умением анализировать условия, в которых протекает эта деятельность. Дети используют и называют разные детали деревянного конструктора. Могут заменить детали постройки в зависимости от имеющегося материала. Овладевают обобщенным способом обследования образца. Дети способны выделять основные части предполагаемой постройки. Конструктивная деятельность может осуществляться на основе схемы, по замыслу и по условиям. Появляется конструирование в ходе совместной деятельности.

Дети могут конструировать из бумаги, складывая ее в несколько раз (два, четыре, шесть сгибаний); из природного материала. Они осваивают два способа конструирования: 1) от природного материала к художественному образу (в этом случае ребенок «достраивает» природный материал до целостного образа, дополняя его различными деталями); 2) от художественного образа к природному материалу (в этом случае ребенок подбирает необходимый материал, для того чтобы воплотить образ).

Продолжает совершенствоваться восприятие цвета, формы и величины, строения предметов; систематизируются представления детей. Они называют не только основные цвета и их оттенки, но и промежуточные цветовые оттенки; форму прямоугольников, овалов, треугольников. Воспринимают величину объектов, легко выстраивают в ряд — по возрастанию или убыванию — до 10 различных предметов.

Однако дети могут испытывать трудности при анализе пространственного положения объектов, если сталкиваются с несоответствием формы и их пространственного расположения. Это свидетельствует о том, что в различных ситуациях восприятие представляет для дошкольников известные сложности, особенно если они должны одновременно учитывать несколько различных и при этом противоположных признаков.

В старшем дошкольном возрасте продолжает развиваться образное мышление. Дети способны не только решить задачу в наглядном плане, но и совершить преобразования объекта, указать, в какой последовательности объекты вступят во взаимодействие, и т.д. Однако подобные решения окажутся правильными только в том случае, если дети будут применять адекватные мыслительные средства. Среди них можно выделить схематизированные представления, которые возникают в процессе наглядного моделирования; комплексные представления, отражающие представления детей о системе признаков, которыми могут обладать объекты, а также представления, отражающие стадии преобразования различных объектов и явлений (представления о цикличности изменений): представления о смене времен года, дня и ночи, об увеличении и уменьшении объектов в результате различных воздействий, представления о развитии и т. Кроме того, продолжают совершенствоваться обобщения, что является основой словесно логического

мышления. В дошкольном возрасте у детей еще отсутствуют представления о классах объектов. Дети группируют объекты по признакам, которые могут изменяться, однако начинают формироваться операции логического сложения и умножения классов. Так, например, старшие дошкольники при группировке объектов могут

Продолжают развиваться устойчивость, распределение, переключаемость внимания. Наблюдается переход от непроизвольного к произвольному вниманию.

Дети 6-7 лет

Образы из окружающей жизни и литературных произведений, передаваемые детьми в изобразительной деятельности, становятся сложнее. Рисунки приобретают более детализированный характер, обогащается их цветовая гамма. Более явными становятся различия между рисунками мальчиков и девочек. Мальчики охотно изображают технику, космос, военные действия и т.п. Девочки обычно рисуют женские образы: принцесс, балерин, моделей и т.д. Часто встречаются и бытовые сюжеты: мама и дочка, комната и т. д.

Изображение человека становится еще более детализированным и пропорциональным. Появляются пальцы на руках, глаза, рот, нос, брови, подбородок. Одежда может быть украшена различными деталями.

При правильном педагогическом подходе у детей формируются художественно-творческие способности в изобразительной деятельности.

Дети подготовительной к школе группы в значительной степени освоили конструирование из строительного материала. Они свободно владеют обобщенными способами анализа как изображений, так и построек; не только анализируют основные конструктивные особенности различных деталей, но и определяют их форму на основе сходства со знакомыми им объемными предметами. Свободные постройки становятся симметричными и пропорциональными, их строительство осуществляется на основе зрительной ориентировки.

Дети быстро и правильно подбирают необходимый материал. Они достаточно точно представляют себе последовательность, в которой будет осуществляться постройка, и материал, который понадобится для ее выполнения; способны выполнять различные по степени сложности постройки как по собственному замыслу, так и по условиям.

В этом возрасте дети уже могут освоить сложные формы сложения из листа бумаги и придумывать собственные, но этому их нужно специально обучать. Данный вид деятельности не просто доступен детям — он важен для углубления их пространственных представлений.

Усложняется конструирование из природного материала. Дошкольникам уже доступны целостные композиции по предварительному замыслу, которые могут передавать сложные отношения, включать фигуры людей и животных.

У детей продолжает развиваться восприятие, однако они не всегда могут одновременно учитывать несколько различных признаков.

Развивается образное мышление, однако воспроизведение метрических отношений затруднено. Это легко проверить, предложив детям воспроизвести на листе бумаги образец, на котором нарисованы девять точек, расположенных не на одной прямой. Как правило, дети не воспроизводят метрические отношения между точками: при наложении рисунков друг на друга точки детского рисунка не совпадают с точками образца.

Продолжают развиваться навыки обобщения и рассуждения, но они в значительной степени еще ограничиваются наглядными признаками ситуации.

6. Предполагаемые результаты освоения Программы:

- Научить ребенка чувствовать и ощущать музыкальный ритм;
- Сформировать потребность к творческому самовыражению;
- Обучить детей приемам, связкам движений в танцевальных композициях;
- Развить двигательные качества: силу, выносливость, быстрота, гибкость, координационные способности;
- Повысить работоспособность и двигательную активность;
- Способствовать развитию правильной осанки;
- Привить культуру общения между собой, в паре, в танце, с окружающими.

7. Содержание психолого-педагогической работы

Особенностью программы является синтез всех видов деятельности, как строевые упражнения, подвижные игры, гимнастические упражнения, танцы, дыхательные упражнения, релаксация. Это позволяет детям дошкольного возраста в наиболее доступной, яркой, эмоциональной форме получить первые эстетические впечатления, помогающие формировать личность ребенка.

А подготовка детей к занятиям, поэтапное разучивание движений, чёткий показ руководителя с согласованными комментариями, учёт принципов систематичности и последовательности, помогают детям лучше научиться ориентироваться в окружающем пространстве, повышается естественная активность, движения становятся более точными, динамичными.

Музыкально – ритмические движения учат ребенка владеть своим телом, согласовывать свои движения с движениями других детей, укрепляет основные виды движений, способствует освоению элементов плясок и танцев.

По содержанию занятия включают в себя:

1. Ритмика, элементы музыкальной грамоты

Связь музыки и движения. Понятие «мелодия». Характер мелодии: веселая, грустная, торжественная. Зависимость движения от характера мелодии. Темп музыки. Ускорение и замедление. Музыкальное вступление. Музыкальная фраза. Начало и конец музыкальной фразы. Ритм музыки. Характеристика музыкальных образов. Подбор выразительных движений для создания образа. Самостоятельное использование музыкально-двигательной деятельности в импровизациях.

Упражнения, развивающие музыкальные чувства:

1. Марш «танцевальный шаг» (исполняется со сменой размеров и темпов).
2. Шаг на полупальцах с высоким подъемом колена.
3. Бег на полупальцах, с высоким подъемом колена вперед, подскоки.
4. Повороты головы, наклоны головы.
5. Наклоны корпуса вперед, назад и в сторону.
6. Постановка корпуса.
7. Основные положения ног: подготовительная, VI позиция.
8. Основные положения рук: вдоль корпуса, на поясе, за спиной.
9. Прыжки (на двух ногах, на одной ноге, с поворотом).
10. Упражнения со скакалкой, платочком, лентой, султанчиком, мячом.
11. Построения и перестроения в соответствии со структурой музыкальных произведений (ориентация в пространстве).
12. Упражнения для развития силы мышц и подвижности суставов, выворотности ног; исполняются в положении сидя, лежа на спине и на животе.
13. Растяжки на полу.
14. Упражнения для гибкости спины.

II. Азбука классического танца

Экзерсис у станка

1. Позиция ног – I, II, III.
2. Battements tendus с I позиции в сторону, вперед, назад на 2 т. 4/4; затем 1 т. 4/4.
3. Demi – plie в I и II позиции.
4. Battements tendus jete I позиции по 1 т. 4/4.
5. Relive по I и II позиции.

Экзерсис на середине зала

1. Постановка корпуса.
2. I – port de bras.
3. Выученные у станка элементы переносятся на середину зала.

Allegro

1. Pas sauté по VI и I позиции.

III. Танцевальные этюды

1. «На птичьем дворе» (ход на полупальцах, махи руками) для развития образного мышления.
2. «Веселые лошадки» – бег с подъемом коленей.
3. Партерный экзерсис – соединение элементов.
4. « Спортивный танец»
5. «Снежинки» – импровизация.
6. «Голуби» – этюд на построение и перестроение.
7. «Синеглазка» – соединение танцевального шага с поклоном, позиция рук.
8. «Лыжники» – импровизация.
9. «Весеннее настроение».
10. «Под дождем» – с использованием элементов рас польки, гопака, прыжков.
11. «Оловянный солдатик» – марш, перестроения.
12. Этюд для выработки пластичности и выразительности рук.
13. Импровизация на музыку П.И. Чайковского «Времена года».
14. «Кукла» – с использованием элементов классического танца.
15. «Вальс» – для закрепления изученных движений.
16. Вариации с включением изученных элементов.
17. И др.

IV. Постановка:

- знакомство с музыкальным материалом постановки;
- изучение танцевальных движений;
- соединение движений в танцевальные композиции;

- разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах.

Репетиция:

- отработка элементов;
- работа над музыкальностью;
- развитие пластичности;
- синхронность в исполнении;
- работа над техникой танца;
- отработка четкости и чистоты в рисунков, построений и перестроений;
- выразительность и эмоциональность исполнения.

Концертная деятельность:

- участие в праздниках

Требование к музыкальному сопровождению на занятиях

Основное положительное влияние музыки проявляется в улучшении двигательной реакции. Также музыка активизирует волевые усилия, вызывает эмоциональные переживания и стремление к творчеству. Она должна быть ритмичной, жизнерадостной, побуждать к движениям. Как показывают исследования, мелодии, доставляющие человеку удовольствие, создающие приятное настроение, замедляют пульс, увеличивают силу сердечных сокращений, снижают артериальное давление, расширяют сосуды, положительно влияют на работу мышц. И, наоборот, когда музыка раздражает - пульс учащается, сила сердечных сокращений становится слабее и работа мышц снижается.

Танец в сочетании с игрой помогает переработать напряжение чувств, а музыка способствует выражению радости и легкости исполнения движений. Мы хорошо знаем, что именно музыкальные игры пользуются у детей большой любовью, вызывают у них веселое настроение, укрепляют жизненный тонус. Дети «вживаются» в разнотипные образы, проявляя своеобразный индивидуальный артистизм. Такая работа педагога с ребенком несет в себе ценностно-познавательный смысл, необходимый для личностного и общественного развития детей. Такое включение ребенка в активную хореографическую деятельность позволяет ему приобретать жизненный практический опыт.

Музыкальное сопровождение на занятиях хореографией должно быть непрерывным, ритмичным и состоять из популярных мелодий. С занятий дети, приобретают опыт музыкального восприятия. Главная задача педагога создать у детей эмоциональный настрой во время занятий. Отсюда вытекают требования к музыкальному оформлению занятий:

- правильный подбор музыкального произведения в соответствии с исполненным движением;
- художественное и выразительное исполнение музыки, которое является главным методическим приёмом.

Для того, чтобы дети умели соотносить музыкальную композицию со своими движениями, их необходимо познакомить с простейшими **музыкальными понятиями**:

- Музыкальный квадрат;
- Ритм и темп музыки;
- Начало музыкальной фразы.

Ритм – временная организация музыкальных звуков, основанная на чередовании слабых и сильных ударений. Благодаря музыкальным средствам, ритм отмечается **акцентами**. В инструментальной музыке количество акцентов выделяют с помощью ударных инструментов. Подсчитав количество акцентированных звуков за единицу времени, можно определить темп, от которого зависит скорость выполнения упражнений.

С первых занятий у детей должна активизироваться связь между музыкой и движением. Они должны понять и уяснить простые правила:

- Музыка – хозяйка на занятиях, без неё не может быть музыкальной игры, она руководит в музыкальных упражнениях и самостоятельной работе;
- Музыку надо «беречь», во время звучания нельзя шуметь, говорить, смеяться;
- Музыку надо слушать с начала до конца, начинать двигаться с началом музыки и прекращать движение с окончанием звучания.

На каждом занятии проходятся все разделы программы – слушание музыки, учебно-тренировочная и постановочная работа, импровизация. Специфика обучения хореографии связана с постоянной физической нагрузкой. Воздействие музыкального произведения, под звуки которого ребенок двигается, способствует установлению баланса между процессами возбуждения и торможения, а также эмоциональной гибкости переключаемости с отрицательных эмоций на положительные. С раннего детства ребенок учится управлять своими эмоциями благодаря процессу творчества. Умение понимать музыку – неотъемлемая часть общей культуры, к которой нужно приобщаться с юных лет.

Большое значение имеет настрой перед занятием и сразу после него. Музыка помогает быстрее включиться в предстоящую работу, а также выйти из нее. Для занятий музыкальное сопровождение следует подбирать в зависимости от возраста занимающихся, их подготовленности, интересов, этапа обучения, структуры урока, решаемых задач и т.д. Музыкальные программы желательно постоянно обновлять, использовать различные музыкальные произведения.

Знакомить детей с музыкальными понятиями, развивать музыкальный слух целесообразно в игровой деятельности и на музыкальных занятиях.

8. Календарно-тематическое планирование

Календарно-тематическое планирование приведено в Приложении 1.

9. Работа с родителями

Связь между семьей и воспитателем группы строится на доверии. А взаимное доверие возникает в результате эффективного обмена информацией. Для этой работы с родителями планируем четко и ясно. Для просвещения родителей, передачи необходимой информации по тому или иному вопросу, используем разные формы: индивидуальные и подгрупповые консультации, информационные листы, листы – памятки, папки – передвижки.

Мероприятия по работе с родителями:

1. Родительские собрания по ознакомлению родителей с работой хореографического кружка: цели и задачи, форма одежды.
2. Распространение информационных материалов: папка- передвижка «Родительский вестник:», памятки, буклеты.
3. Оказание информационной поддержки родителям и заинтересованность в проявлении таланта детей, семинары-практикумы на темы по запросу родителей.
4. Участие в совместных праздниках, выступлениях и конкурсах.
5. Совместное посещение с родителями отчетных концертов ДШИ, танцевальных коллективов.
6. Знакомство родителей с разноплановыми хореографическими композициями, расширение представлений о хореографии, как о виде искусства и ее связи с окружающей их жизнью.
7. Привлечение родителей к изготовлению костюмов к праздникам и конкурсам
8. Вовлечение родителями ребенка в процесс музицирования для развития ритмических способностей детей. Поощрение движений под музыку в семье (домашний концерт, оркестр).
9. Отчетный концерт хореографического кружка.

10. Оценка результативности освоения Программы

Практика показывает, что регулярный курс занятий хореографией эффективен для профилактики нарушения осанки и её коррекции у детей старшего дошкольного возраста, способствует раскрытию творческих способностей детей. Первичные результаты отслеживаются в октябре. Оценка эффективности усвоения программного материала происходит на итоговых занятиях в мае.

В конце учебного года дети старшего дошкольного возраста должны уметь:

- Выразительно исполнять движения под музыку;
- Самостоятельно отображать в движении основные средства музыкальной выразительности;

Уметь передавать свой опыт младшим, организовать игровое общение с другими детьми;

- Импровизировать с использованием оригинальных и разнообразных движений; Точно и правильно исполнения движений в танцевальных и гимнастических композициях.

Цель диагностики: выявление уровня музыкального и психомоторного развития детей (начального уровня и динамики развития), эффективности педагогического воздействия

Метод диагностики: наблюдение за детьми в процессе движения под музыку в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий.

Проведение: наблюдение за детьми в процессе выполнения специально подобранных заданий.

Критерии уровня развития чувства ритма:

1. Движение.

1) передача в движении характера знакомого музыкального произведения (3-х частная форма):

высокий – ребёнок самостоятельно, чётко производит смену движений, движения соответствуют характеру музыки;

средний – производит смену движений с запаздыванием (по показу других детей), движения соответствуют характеру музыки;

низкий – смену движений производит с запаздыванием, движения не соответствуют характеру музыки.

2) передача в движении характера незнакомого музыкального произведения (фрагмента) после предварительного прослушивания:

высокий – движения соответствуют характеру музыки, эмоциональное выполнение движений;

средний - движения соответствуют характеру музыки, но недостаточная эмоциональность при выполнении движений;

низкий – движения не соответствуют музыке, отсутствие эмоций при движении.

3) соответствие ритма движений ритму музыки:

высокий – чёткое выполнение движений;

средний – выполнение движений с ошибками;

низкий – движение выполняется не ритмично.

4) координация движений и внимание («ритмическое эхо со звучащими жестами»):

высокий – ребёнок выполняет все движения без ошибок;

средний – допускает 1-2 ошибки;

низкий – не справляется с заданием.

2. Воспроизведение ритма.

1) воспроизведение ритма песни шагами:

высокий – верно воспроизводит ритм песни шагами на месте и по залу;

средний – верно воспроизводит ритм песни шагами на месте;

низкий – допускает много ошибок или не справляется с заданием.

2) воспроизведение ритмических рисунков в хлопках:

высокий – ребёнок воспроизводит ритмический рисунок без ошибок;

средний – допускает 2-3 ошибки;

низкий – неверно воспроизводит ритмический рисунок.

3. Творчество.

1) сочинение ритмических рисунков:

высокий – ребёнок сам сочиняет и оригинальные ритмические рисунки;

средний – использует стандартные ритмические рисунки;

низкий – не справляется с заданием.

2) танцевальное:

высокий – ребёнок чувствует характер музыки, ритм, передаёт это в движении; самостоятельно использует знакомые движения или придумывает свои; движения выразительны;

средний – чувствует общий ритм музыки, повторяет движения за другими; движения соответствуют характеру музыки;

низкий – не чувствует характер музыки, движения не соответствуют музыке.

При определении уровня подготовленности детей в зависимости от выполнения различных элементов используем оценки от 1 до 3 баллов. Правильное одновременное выполнение оценивается в 3 балла – **высокий уровень**; неодновременное, но правильное – 2 балла; верное выполнение после повторного показа – 2 балла – **средний уровень**; неверное, симметричное – 1 балл – **низкий уровень**.

Результаты заносятся в таблицу.

Формой подведения итогов реализации данной дополнительной образовательной программы являются:

- конкурсы на лучшее исполнение сольного и коллективного танца;
- праздничные выступления;
- фольклорные праздники («Масленица» и т.д.);
- развлечения и досуги («Осенины», «Посиделки на завалинке»);

- отчётные концерты;
- участие в смотрах, конкурсах;

Эффективность реализации программы проявляется в следующих показателях:

- Наблюдается гармоничность телосложения, улучшение физического здоровья.
- Нервно-психические процессы становятся совершеннее.
- Дети обогащаются не только двигательным опытом, но и эстетическим, эмоциональным, танцевальным, волевым.
- Раскрываются творческие способности у детей.

Таким образом, можно сделать вывод, что целенаправленная организация образовательной работы по **хореографии в ЦДО** является необходимым фактором воспитательных возможностей в общей системе образования, обладает огромными возможностями для эстетического совершенствования ребенка, его гармоничного духовного и физического развития.

Хореография – это начало, база, толчок для будущей физической формы ребенка, для будущего стиля, ритма жизни, развития его творчества.

11. Учебно-методическое обеспечение Программы

Картотека игр, способствующая развитию музыкального слуха, чувства ритма, которые необходимы для занятий хореографией.

Название игры	Цель	Игровое действие
«Музыкальная змейка»	Расширить музыкальный кругозор, дать четкое представление о стиле и характере музыки. Учить сочетать движения с музыкой	Дети делятся на колонны-змейки. За каждой «змейкой» закреплена мелодия: полька, марш, вальс и т.д. Аккомпаниатор играет мелодию и «змейка», которой она адресована, начинает двигаться, выполняя движение шага польки. Музыка резко меняется, «змейка» останавливается и начинает движение следующая «змейка», соответствующая зазвучавшей музыке.
«Музыкальные загадки»	Расширить музыкальный кругозор, развивать музыкальный слух	Дети сидят полукругом перед ширмой, за которой на столе находятся музыкальные инструменты и игрушки. Музыкальный руководитель (потом

		это может быть ребёнок) проигрывает мелодию или ритмический рисунок на каком-либо инструменте. Дети отгадывают. За правильный ответ ребенок получает фишку. Выигрывает тот, у кого окажется большее число фишек.
«Слушаем внимательно»	Умение различать тембр инструмента	Дети сидят полукругом перед столом, на котором находятся детские инструменты. Им предлагают прослушать знакомое музыкальное произведение, определить, какие инструменты исполняют это произведение, и найти их на столе.
«Три цветка»	Определение характера музыки	На трех цветках из картона (в середине цветка нарисовано «лицо» — спящее, плачущее или веселое). Перед каждым ребенком лежит один из трех цветков. Музыкальный руководитель исполняет произведение, и дети, чьи цветы соответствуют характеру музыки, поднимают их.
«Веселые подружки»	Развивать чувство ритма	Музыкальный руководитель выстукивает (прохлопывает...) ритмический рисунок, причем, манера исполнения должна быть такая, чтобы хлопki были тише в том месте, где мелодия должна звучать тише и громче в тех местах, где мелодия звучит громко. Дети повторяют ритм.

Синтез музыки, физических упражнений, хореографии и фантазии - отличная возможность развития у детей чувства ритма, музыкального такта, умения слушать музыку и откликаться на нее красивыми движениями тела.

Использование ЭСО

Актуальность использования ЭСО на занятиях продиктована самим временем. Современный мир сегодня предъявляет новые требования к восприятию и использованию информационно - коммуникационных технологий в работе с детьми. Компьютер входит в жизнь ребенка с ранних лет, оказывая как положительное, так

и отрицательное влияние на формирование его личности. По силе воздействия на детскую психику современные информационные технологии несравнимы с другими средствами. При подготовке и проведении занятий, педагогом широко используются средства ЭСО в соответствии с новыми Федеральными государственными требованиями к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования:

- знакомство детей с танцами народов мира;
- просмотр в записи выполненных упражнений и анализ собственных ошибок;
- просмотр новых упражнений и техники их выполнения;

Педагог совместно с заведующей ЦДО проводят анализ сайтов по хореографии для детей дошкольного возраста и адаптируют полученную информацию для занятий.

12. Структура построения занятия

Структура занятий включает в себя три основные части: подготовительную, основную, заключительную.

Основные части	Основные задачи	Основные средства	Методические особенности
<i>Подготовительная</i>	Организация группы; повышение внимания и эмоционального состояния; умеренное разогревание организма	Строевые упражнения; различные формы ходьбы и бега; несложные прыжки; короткие танцевальные комбинации, состоящие из освоенных ранее элементов; упражнения на связь с музыкой и др.	Продолжительность подготовительной части определяется задачами и содержанием занятия, составом занимающихся и уровнем их подготовки. На эту часть отводится примерно 10-15% общего времени занятия.
<i>Основная</i>	Развитие и совершенствование основных физических качеств; формирование правильной осанки; воспитание творческой активности; изучение, и совершенствование движений танцев и его элементов; отработка композиций	Упражнения на силу, растягивание и расслабление; хореографические упражнения; элементы современного ритмического танца; танцевальные композиции; постановочная работа.	На данную часть занятия отводится примерно 75-85% общего времени. Порядок решения двигательных задач в этой части строится с учетом динамики работоспособности детей. Разучивание и корректировка новых движений происходит в начале основной части, в конце – отработка знакомого материала.
<i>Заключительная</i>	Постепенное снижение нагрузки; краткий анализ работы, подведение итогов.	Спокойные танцевальные шаги и движения; упражнения на расслабление;	На эту часть отводится 5-10% общего времени. Проводится краткий анализ

		<p>плавные движения руками; знакомые танцы, исполнение которых доставляет детям радость.</p>	<p>достигнутых на занятии успехов в выполнении движений, что создает у детей чувство удовлетворения и вызывает желание совершенствоваться. Советы по поводу недостаточности освоенных движений помогают сосредоточить на них внимание на следующем занятии.</p>
--	--	--	---

Занятия хореографией делятся на несколько видов. Основная часть занятия изменяется в зависимости от методов решения поставленных задач.

1. Обучающие занятия. На обучающих занятиях детально разбирается движение. Обучение начинается с раскладки и разучивания упражнений, танцевального па в медленном темпе. Объясняется прием его исполнения.

2. Закрепляющие занятия. Предлагают повтор движений или комбинаций не менее 3-4 раз. Первые повторы исполняются вместе с педагогом. Затем идет повтор движения каждым ребенком, по очереди (диагональ), начинают дети, выполняющие движения правильно.

3. Итоговые занятия. Дети практически самостоятельно, без подсказки, должны уметь выполнять все заученные ими движения и танцевальные композиции.

4. Постановочные занятия. На занятии разучивается рисунок танца, дети учатся эмоционально передавать характер танца.

5. Импровизационные занятия. На этих занятиях дети танцуют придуманные ими вариации или сочиняют танец на тему, данную им педагогом. Такие задания развивают фантазию. Ребенок через пластику своего тела пытается показать, изобразить, передать свое видение образа.

Для всех видов занятий обязательными являются вышеперечисленные структурные части занятия.

№ п/п	Содержание обучения на занятии	Время (5-6 лет)	Время (6-7 лет)

1.	Поклон	1мин.	1мин.
2.	Разминка	4мин.	4мин.
3.	Партерный экзерсис	5мин.	5мин.
4.	Дыхательная гимнастика	1мин.	1мин.
5.	Разучивание танцевальных движений, исполнения синхронность	6мин.	9мин.
6.	Диагональ, кружений, вращений	разучивание 5мин.	7мин.
7.	Игра	2 мин.	2 мин.
8.	Поклон	1мин.	1мин.
		25 мин.	30 мин.

На занятиях по хореографии ни одно движение не выполняется как механический разогрев мышц. Занятия проводятся в игровой форме. Давая тематическое название занятиям, предусматривается определенный сюжет, но в ходе занятия педагог импровизирует сам и предоставляет возможность импровизировать детям.

Освоение программы рассчитано на год, участники-дети старшей и подготовительной группы. Численность воспитанников в группе не превышает 10 человек. Занятия проводятся во вторую половину дня длительностью 25-30 мин. Форма работы – групповая. Отбор детей проводится в соответствии с желанием родителей и индивидуальными особенностями детей.

Диагностические периоды – октябрь, май.

13. Организация предметно-пространственной среды

Оборудование, используемое при проведении хореографических занятий

ЗАЛ	Музыкальное оснащение
	Ковровое покрытие
	Гимнастические палки
	Скакалки
	Мячи
	Фитболы
	Ленты
	Обручи
	Реквизит к танцам

Педагог использует в своей работе: музыкальный центр с записями ритмичной музыки для сопровождения занятий; видеозаписи разнообразных танцевальных движений, а так же мультимедийную систему.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Календарно-тематическое планирование занятий

Месяц	Неделя	Тема занятия	Цель занятия, источник	Кол-во занятий
Октябрь	1 неделя	Танцевальный этюд «Мячик»	Цель: Способствовать развитию выразительности движений, образного мышления, чувства ритма, способности к импровизации.	2
	2 неделя	Танцевальный этюд “Кошки - мышки”.	Цель: Развитие внимания, скорости реакции, точности и ловкости движений, а также на развитие эмоциональной сферы и выражение эмоций в мимике, доверительного и теплого отношения друг к другу.	2
	3 неделя	Танцевальный этюд “Озорники”.	Цель: Формирование навыков кружения на месте на подскоках, развитие памяти и внимания, умение сочетать движения с музыкой в быстром темпе	2
	4 неделя	Танцевальная композиция “Плюшевый медвежонок”.	Цель: Развитие координации, точности и ловкости движений, памяти и внимания.	2
Ноябрь	1 неделя	Танцевальный этюд “Рыбачек”.	Цель: Развитие координации, точности движений, выразительности пластики, умения вслушиваться в слова и	2

			музыку, точно передавая все нюансы песенки в движениях.	
	2 неделя	Танцевальный этюд “Кукол неваляшек”.	Цель: Развитие выразительности пластики, воспитание вести себя в группе во время движения.	2
	3 неделя	Танцевальный этюд “Веселая пастушка”.	Цель: Способствовать развитию радоваться и сопереживать, формирование чувства такта.	2
	4 неделя	Танцевальная композиция “Кукла”.	Цель: Воспитание умения вести себя в группе во время движения, формирование культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми.	3
Декабрь	1-2 неделя	Танцевальная композиция “Кукла”.	Цель: Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности: воспитание умения сопереживать другим людям и животным; воспитание умения вести себя в группе во время движения, формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми.	3
	3-4 неделя	Танцевальная композиция “Озорные	Цель: Развитие творческих способностей, потребности	3

		лягушата”.	самовыражения в движении под музыку; развитие творческого воображения и фантазии. Способствовать развитию выразительности движений, образного мышления, чувства ритма. Формирование навыков кружения на месте на подскоках, развитие координации, точности и ловкости движений, памяти и внимания, способности к импровизации. Развитие эмоциональной сферы и выражение эмоций в мимике.	
Январь	3 неделя	Танцевальный этюд “Рыбачек”.	Цель: Развитие координации, точности движений, выразительности.	2
	4 неделя	Танцевальный этюд “Марш”.	Цель: Формирование правильной осанки, красивой походки, эмоциональной выразительности движений.	2
Февраль	1 неделя	Танцевальная композиция “Морячка”.	Цель: Развитие двигательных качеств и умений: развитие ловкости, точности, координации движений; формирование правильной осанки, красивой походки; развитие умения ориентироваться в	2

			пространстве; обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений.	
	2 неделя	Танцевальная композиция “Пластический этюд...”	Цель: закрепить полученные навыки, развивать умение двигаться в соответствии с музыкой, обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений.	2
	3 неделя	Танцевальная композиция “Менуэт”	Цель: способствовать развитию выразительности движений, чувства ритма, способности к импровизации. Развитие эмоциональной сферы и выражение эмоций в мимике.	2
	4 неделя	Танцевальный этюд “Бабочка”.	Цель: развитие умения ориентироваться в пространстве; обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений, передавать в танце характерные виды движений.	2
Март	1 неделя	Танцевальный этюд “Парный танец”	Цель: Способствовать развитию умений воспринимать музыку, то есть чувствовать ее настроение, характер и понимать ее содержание; развитие музыкальной памяти, внимания;	2

			развитие координации движений, пластичности, мягкости.	
	2 неделя	Танцевальный этюд «Домисолька...»	Цель: Развитие творческих способностей, потребности самовыражения в движении под музыку; развитие творческого воображения и фантазии.	3
	3-4 неделя	Танцевальная композиция «Воздушная кукуруза»	Цель: Способствовать развитию выразительности движений, образного мышления, чувства ритма, способности к импровизации.	2
Апрель	1 неделя	Танцевальная композиция «Свежий ветер»	Цель: Развитие внимания, точности движений, развитие эмоциональной сферы и выражение эмоций в мимике, доверительного и теплого отношения друг к другу.	2
	2 неделя	Пластический этюд с обручами	Цель: развитие умения ориентироваться в пространстве; обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений.	2
	4 неделя	Танцевальная композиция «Птичий двор»	Цель: Формирование навыков кружения на месте на подскоках в движении, развитие умения сочетать движения с музыкой в быстром темпе.	3

ИСПОЛЬЗУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА:

1. Буренина А.И. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста «Ритмическая мозаика», СПб, 1997.
2. Музыкально- двигательные упражнения в детском саду. Москва, Просвещение, 1991
3. Костровицкая В. Сто уроков классического танца, СПб., 1999.
4. Урунтаева Г. Дошкольная психология, Москва, 1996.
5. Ветлугина Н.А. Эстетическое воспитание в детском саду, Москва, 1985.
6. Ритмика для детей: учебно-методическое пособие, Москва, Владос, 2008
7. Фирлева, Ж.Е., Сайкина, Е.Г. Са-фи-дансе. Танцевально-игровая гимнастика для детей: учебно-методическое пособие, СПб, Детство-пресс, 2001.
8. Барышникова Т. Азбука хореографии, Москва: Айрис Пресс, 1999.