

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение**

**"Средняя общеобразовательная школа № 11"**

Утверждаю:

Директор \_\_\_\_\_ О.И.Лыцова

Приказ № 204 от 31.08.2023г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа**

(по хореографии)

**«КАРУСЕЛЬ»**

Направленность: художественная

Возраст учащихся: 7-12 лет

Срок реализации: 1 год

Автор(ы) программы: Хлыстова Наталия Юрьевна,  
педагог дополнительного образования

Усть-Илимск

2023г.

№ п/п	Содержание	Стр.
1	Пояснительная записка	3
2	Содержание программы	6
3	Учебный план	9
4	Организационно-педагогические условия реализации программы	10
5	Формы аттестации	10
6	Литература	11

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая программа «Карусель» имеет художественную направленность и разработана на основе нормативно-правовой документации:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (зарегистрирован в Минюсте России 29.11.2018 г. № 52831);
- Распоряжение Правительства от 24 апреля 2015г. №1726-р «Концепция развития дополнительного образования детей»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. №996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- Постановление Правительства Российской Федерации от 30 декабря 2015года № 1493 «О государственной программе «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2016-2020 годы»;
- Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 г. №09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
- Письмо Минобрнауки РФ от 11.12.2016 г. №06-1844 «О требованиях к программам дополнительного образования детей»;
- Локальные акты, регламентирующие образовательную деятельность МАОУ «СОШ №11».

В основу данной программы положен богатейший опыт великих мастеров танца, теоретиков, педагогов-практиков: А.Я. Ваганова, Т.А. Устиновой, Т.С. Ткаченко и др. **Актуальность программы** определяется запросом со стороны детей и их родителей на программы художественно-эстетического развития детей. Работа по данной программе обеспечивает знакомство с разными жанрами хореографического искусства. Искусство танца доставляет художественное наслаждение, помогает нашему нравственному и эстетическому воспитанию. И чем раньше ребёнок войдёт в «большой мир искусства», тем быстрее он научится отличать добро от зла, красоту от безобразия, истинное от ложного и, главное, обогатит свой духовный мир.

Танец – самое любимое массовое искусство. Трудно представить семейное торжество, народное празднество, вечер отдыха без танцев.

Особенно любят танцевать дети. Но любить танец, еще не значит уметь исполнять его. Научиться танцевать очень трудно. Путь к познанию и совершенству танца длинный и сложный, умение приходит не сразу. Помочь ребенку развить творческие способности, воображение, выразительность движений, пластичность, призван хореограф.

В настоящее время к организации обучения и воспитания детей предъявляют все более высокие требования. Общество хочет видеть будущего школьника полноценным и всесторонне развитым. Поэтому необходимо развивать ребенка многогранно, не останавливаясь ни перед какими трудностями.

Наиболее полное раскрытие творческих потенциалов личности школьника, определяется через выбор хореографического направления. Данная программа строится на обширном изучении народного танца, классического танца, современного танца наиболее понятного и доступного детям школьникам.

Программа «Карусель» направлена на всестороннее гармоничное развитие личности ребенка. Научить детей воспринимать красоту форм, линий, звуков, движений, красок – это значит сделать его лучше, чище, содержательнее. Это эмоциональное, интеллектуальное, физическое, коммуникативное, морально-нравственное, эстетическое развитие, которое достигается в образовательной танцевальной деятельности. Данная программа направлена на приобщение детей к миру танца. Занятия танцем не только учат

понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, память и трудолюбие, прививают любовь к прекрасному и способствуют развитию всесторонне-гармоничной личности школьника.

Между тем хореография, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка. Он формирует его художественное «Я» как составную часть орудия «общества», посредством которого оно вовлекает в круг социальной жизни самые личные стороны нашего существа.

Обучаясь по этой программе, дети научатся чувствовать ритм, слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения. Одновременно смогут развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия танцем помогут сформировать правильную осанку, научат основам этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дадут представление об актерском мастерстве.

Занятия хореографией дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в хореографии движения, прошедшие длительный отбор, безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье детей. На занятиях разучиваются различные движения под музыку. Дети учатся ускорять и замедлять движения, непринужденно двигаться в соответствии с музыкальными образами, разнообразным характером, динамикой музыки. В процессе систематических занятий у ребят развивается музыкально-слуховое восприятие. Детям постепенно приходится вслушиваться в музыку для того, чтобы одновременно точно выполнять движения. Параллельно с развитием музыкальности, пластичности и другими танцевальными качествами, на занятиях по хореографии дети научатся чувствовать себя более раскрепощенными, смогут развивать индивидуальные качества личности, воспитать в себе трудолюбие и терпение.

Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох также необходимо, как и изучение грамоты и математики. В этом и заключается основа национального характера, любовь к своему краю, своей родине.

Педагогическая целесообразность программы объясняется тем, что занятия хореографией: укрепляют физическое развитие и эмоциональное состояние детей; развивают силу, гибкость, ловкость, быстроту и координацию движений; формируют жизненно важные навыки: правильную походку, красивую осанку. Программа позволяет пробудить интерес детей к новой деятельности, привить трудолюбие, терпение, упорство в достижении результата, уверенности в себе, самостоятельность, открытость, помощь и Педагог стремится раскрыть способности детей, учит воспринимать искусство танца, раскрывает и повышает их мастерство, прививает вкус и любовь к прекрасному.

Новизна дополнительной общеразвивающей программы заключается в использовании новых педагогических технологий в проведении занятий. Обучение в хореографическом кружке – это органичное единство развитых природных сил, способностей восприятия, эмоционального переживания, воображения, мышления и художественно-эстетического образования; создание творческой увлеченности искусством, впечатления, развития способностей, а также четкое соблюдение техники безопасности, режима труда и отдыха. Стремление к прекрасному, не всегда даже осознано, живёт в каждом из нас.

**Цель программы:** выявить и раскрыть творческие способности детей посредством хореографического искусства, способствовать эстетическому и нравственному развитию школьников. Для достижения поставленной цели решается ряд задач воспитательной, образовательной и развивающей направленности.

**Задачи:**

Образовательные:

- научить детей владеть своим телом;

- обучить культуре движения, основам классического, народного и детского, современного и эстрадного танца;
- обучить музыкальной грамоте и основам актерского мастерства;
- научить детей вслушиваться в музыку, различать выразительные средства, согласовывать свои движения с музыкой.

**Развивающие:**

- развивать музыкальные и физические данные детей, образное мышление, фантазию и память;
- развивать творческую активность;
- развивать интерес к танцевальному искусству.

**Воспитательные:**

- формировать патриотизм;
- воспитывать и развивать художественный вкус;
- воспитывать нравственные качества по отношению к окружающим; - развивать умение работать в коллективе и в паре.

**Возраст учащихся:** 7-12 лет.

**Объем Программы:** 72 часа

**Нормативный срок освоения Программы:** Программа рассчитана на 1 год.

**Форма обучения по Программе:** очная

**Планируемые результаты освоения программы**

В результате освоения содержания дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Карусель» у учащихся предполагается достижение личностных, метапредметных и предметных результатов.

**Личностными результатами** освоения программы являются:

- развитие художественно-эстетического вкуса, проявляющееся в эмоционально-ценностном отношении к искусству;
- реализация творческого потенциала в процессе коллективного (или индивидуального) творческих способностей.
- позитивная самооценка своих танцевальных и творческих способностей.

***У учащихся формируются умения:***

- высказывать личностно-оценочные суждения о роли хореографии в жизни;
- решать творческие задачи, участвовать в художественных событиях школы;
- проявлять творческую инициативу в различных сферах художественно-творческой деятельности, в художественно-эстетической жизни класса, школы (музыкальные вечера, концерты).

**Метапредметными результатами** освоения программы являются:

- способы деятельности, применяемые при решении проблем в реальных жизненных ситуациях;
- сравнение, анализ, обобщение, нахождение ассоциативных связей между произведениями разных видов искусства;
- работа с разными источниками информации, стремление к самостоятельному общению с искусством и художественному самообразованию;
- умение участвовать в танцевальной жизни класса, школы, города и др. и продуктивно сотрудничать со сверстниками при решении различных творческих задач.

***У учащихся формируются умения:***

- наблюдать за разнообразными явлениями жизни искусства и оценивать их;
- выявлять особенности взаимодействия хореографии с другими видами искусства (литература, изобразительное искусство, театр и др.);

- находить ассоциативные связи между художественными образами в танце и других видов искусства;
- передавать свои впечатления в устной и письменной форме.

Предметными результатами являются:

- устойчивый интерес к хореографии, к художественным традициям своего народа, к различным видам музыкально-творческой деятельности, понимание значения танца в жизни человека;
- освоение танцевальных направлений как духовного опыта поколений;
- знание основных закономерностей хореографического искусства, умения и навыки в различных видах учебно-творческой деятельности.

*У учащихся формируются умения:*

- понимать роль хореографии в жизни человека; различать лирические, эпические, драматические образы в танце; определять по характерным признакам хореографических композиций к соответствующему танцевальному направлению и стилю – танец классический, народный, эстрадный, современный;
- эмоционально воспринимать и оценивать танец; размышлять о знакомых танцевальных постановочных работах; высказывать суждение об основной идее, о средствах и формах ее воплощения;
- понимать специфику хореографического языка, получать представление о средствах танцевальной выразительности;
- исполнять танцевальные комбинации, участвовать в публичных выступлениях.

## **2.СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

### **Вводное занятие.**

Техника безопасности на уроках хореографии

Что такое танец. Откуда идут его истоки? Как овладевают этим искусством? Какие бывают танцы, в чем их отличие. Что необходимо для занятий танцем (танцевальная форма, обувь). Техника безопасности на уроках хореографии.

### **Понятие об основных танцевальных движениях.**

Азбука природы музыкального движения. Постановка корпуса. Позиции ног, рук, головы. Упражнения для головы (повороты, наклоны). Упражнения для корпуса (наклоны вперед, назад, в сторону, круговые движения). Инструктаж по безопасному исполнению упражнений и танцевальных движений.

*Практика:* освоение различных танцевальных позиций и упражнений для головы, туловища, рук и ног.

### **Ритмика.**

Знакомство происходит в процессе урока на музыкально-танцевальных упражнениях, музыкальных играх, танцевальных композициях. Происходит знакомство с характером музыки, темпом, ритмом, музыкальным размером. Позволяет с наименьшими затратами динамическими оттенками в музыке, характером исполнения и эмоциональной выразительностью достичь сразу трех целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц, а также способствуют исправлению некоторых недостатков в корпусе, ногах и помогают вырабатывать выворотность ног, развивать гибкость, эластичность стоп.

*Теория:*

- 1.Характер музыки, темп (подскоки, галоп, разные виды бега), ритм, динамические оттенки в музыке (форте, пиано), характер исполнения (легато, стаккато), длительность звука, такт, фраза, предложение, эмоциональная выразительность.
2. Строение музыкальной речи (вступление, окончание вступления, начало и окончание части, периода, предложения, фразы), метроритм
3. Маршевая и танцевальная музыка.

#### 4. Игровые этюды («Песенка крокодилы Гена», «Я-чайник»)

##### *Практика:*

1. Поклон. Ходьба. Ходьба под музыку.
2. Ходьба с координацией рук и ног. Ходьба с остановкой.
3. Ходьба с приставным шагом. Ходьба на пятках и на носках, не сгибая колени.
4. Ходьба вперед и назад.
5. Ходьба с высоким подниманием колен и легкий бег на носках.
6. Ходьба с движениями рук.
7. Бег. Бег на носках мелкими шагами.
8. Бег с хлопками.
9. Ходьба, подскоки, остановка.
10. Подскоки переменным шагом с продвижением вперед. Упражнения на подскоки.
11. Закрепление.

##### **Народный танец.**

В народном экзерсисе происходит изучение положение рук, ног, а также основных движений русского, цыганского танцев.

##### *Теория:*

1. Позиции ног: пять открытых(1,2,3,4,5); пять прямых(1,2,3,4,5): пять свободных и две закрытые
2. Позиции рук(1,2,3,4,5,6,7)
3. Положения ноги: нога вытянута, нога присогнута, подъем вытянут, подъем сокращен, положение скошенного подъема, нога на ребре стопы, нога на ребре каблука, низкие полупальцы, средние полупальцы, высокие полупальцы, нога на носке
4. Положения рук: подготовительное, 1 и 2 положение.
5. Положения корпуса: корпус ровный, вперед, назад, в сторону.
6. Положения головы: голова прямо, повернута(вправо, влево), наклонена(вперед, направо или налево), назад.
7. Положения кисти: кисть ладонью вниз, вверх, кисть опущена вниз, кисть поднята вверх.
8. Направления движения: основные и производные упражнения этой темы способствуют развитию подвижности голеностопного сустава. Движение заключается в переводе стопы с носка на пятку и обратно, при этом колени обеих ног вытянуты. Исполняются варианты упражнения, включающие в себя сочетания основного движения с другими полуприседанием на опорной ноге в момент перевода работающей ноги с носка на пятку; полуприседанием в момент возвращения работающей ноги в позицию и т.д.

##### *Практика:*

Занятия народного танца у станка, особенно в начале обучения, выстраиваются не сразу. Постепенно из отдельных элементов, движений складываются учебные комбинации. Новое движение разучивается лицом к станку, исполняется с одной, затем с другой ноги. При составлении занятия необходимо учитывать, в какое время дня проводится занятие, какая температура в классе и многое другое, что может повлиять на состояние учащихся. Занятия включают 8-9 упражнений, построенных по принципу чередования: упражнения плавные, мягкие чередуются с упражнениями быстрыми, резкими.

Важен практический показ каждого упражнения под музыку. Должен сохраняться единый темп занятия. Объяснения упражнения не должно быть продолжительным, так как затянувшаяся пауза между разучиваемыми движениями приводит к переохлаждению физического аппарата исполнителей. Слишком высокий темп проведения занятия, большое число повторений комбинаций также недопустимы, так как это может привести к перезагрузкам тех или иных групп мышц, а порой- к их заболеванию. Для отдыха можно исполнить одно-два танцевальных движения на середине зала. Разнообразие материала, его умелое чередование и последовательность освоения, умеренная нагрузка на суставносвязочный аппарат-залог успешного проведения занятия и достижения главной цели.

### **Классический танец.**

В классическом экзерсисе происходит постановка корпуса, а также позиций ног и рук, как на середине зала, так и у станка.

*Теория:*

1. Позиции ног (1,2,3). Для заучивания и закрепления позиций ног можно использовать игру «Ножки, ножки...». Эту игру можно также использовать при заучивании позиции рук.
2. Позиции рук (1,3,2)

*Практика:*

1. Demi-plié. Это упражнение заставляет сдерживать мускулы, приседая, не выпячивать ягодицы, вся фигура более сконцентрирована.
2. Battementtendu. Это упражнение вырабатывает надёжную и прочную выворотность, чтобы впоследствии, в прыжках, ноги сами принимали правильную, отчётливую позицию.
3. Port de bras (первое).
4. Port de bras (третье)
5. Double battement tenu.
6. Battementtenujete Это движение имеет громадное воспитательное значение, и его необходимо исполнять очень точно, следя за выполнением классических правил.
7. Ronddejambeparterreen
8. Saute
9. Sur le cou-de-pied (обхватное).
10. Sur le cou-de-pied (основное) Это упражнение лежит в основе великой науки рук в классическом танце. Руки, ноги и корпус воспитываются в отдельности особыми упражнениями; развивается мускулатура ног, манера держать корпус, но только правильное нахождение своего места для рук завершает художественный облик и дает полную гармонию танцу, голова окончательно отделяет его, дает красоту всему рисунку, а завершает его взгляд.
11. Releve.
12. Закрепление.

### **Игровой танец**

Для освоения игрового танца необходимо ознакомить учащихся с наиболее характерными рисунками танца. Важно также научить их переходу из одного построения в другое.

*Теория:*

Для освоения игрового танца необходимо ознакомить учащихся с наиболее характерными рисунками танца. Важно также научить их переходу из одного построения в другое:

1. круг, полукруг, два круга
2. колонна по одному, по два, по четыре, шеренга
3. цепочка, змейка, круг, звездочка, шахматное построение колонны
4. круг в круге, корзиночка
5. воротца, карусель

Повторение рисунков танца и их построения.

*Практика:*

После усвоения рисунков танца и построений создаются небольшие композиции:

1. Веселая зарядка: полька
2. Приглашение: композиция танца состоит из двух фигур. Первая фигура исполняется в медленном темпе, вторая - в быстром.
3. Смени пару: полька
4. Лошадки: в основе игрового, образного танца - имитация движений запряженных в тройку лошадей.
5. Закрепление

После повторения рисунков танца и их построений продолжаем изучать игровой танец:

1. Полкис: финский танец близок польке
2. Отработка позиций рук, ног, корпуса, головы в танцах.



3.Отработка исполнительской техники на стилизованных движениях хореографического фольклора.

### **Современный танец.**

*Теория.* Танцевальная разминка. Функциональное назначение и особенности проведения основных видов разминки: сидя, лежа, стоя. Техника прыжков и вращений. Виды тренинга корпуса, бедер, диафрагмы, мимики перед зеркалом, танцевального шага, основных поворотов. Современная танцевальная пластика. Позиции рук, ног, корпуса, головы в современном танце.

*Практика.* Освоение поз и движений, характерных для современного танца. Отработка позиций рук, ног, корпуса, головы в современном танце. Тренинг современной танцевальной пластики.

### **Постановка танцев.** Отработка номеров.

*Теория.* Позиции корпуса, ног, рук, головы в различных танцах. Упражнения для головы (повороты, наклоны). Упражнения для корпуса (наклоны вперед, назад, в сторону, круговые движения). Подготовка танцевальных костюмов. Понятие о макияже. Создание сценического макияжа.

*Практика.* Разучивание танцевальных этюдов и танцевальных движений. Достижение синхронности исполнения танцевальных этюдов и танцевальных постановок. Освоение исполнительского мастерства танцора

#### **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 рисунков, построений и перестроений;
- выразительность и эмоциональность исполнения

Отчётные концерты, смотры художественной самодеятельности

*Практика.* Показательное выступление. Итоговый концерт.

## **3.УЧЕБНЫЙ ПЛАН ПРОГРАММЫ**

№	Название раздела, темы	Кол-во часов			Формы аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие. Техника безопасности на уроках хореографии	2	2	-	Контрольный зачёт
2	Понятие об основных танцевальных движениях	5	2	3	Контрольное занятие
3	Ритмика	5	2	3	Контрольное занятие
4	Игровой танец	5	2	3	Выступление на концерте
5	Классический танец	15	5	10	Контрольное занятие
6	Народный танец	15	5	10	Выступление на

					концерте
7	Современный танец.	15	5	10	Выступление на концерте
8	Подготовка отчетного концерта	10	2	8	Выступление на концерте
	Итого:	72	25	47	

#### **4.ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

Материально-техническое обеспечение соответствует санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда и состоит из следующих материальных средств:

- кабинет хореографии, актовый зал;
- коврики для выполнения упражнений;
- учащиеся имеют форму и нескользкую обувь для занятий.

Информационное обеспечение, позволяющее расширить поле представляемой информации для учащихся:

- технические средства обучения: музыкальная аппаратура;
- компьютер, наличие интернета, проектор;
- фонотека;
- наглядные демонстрационные пособия.

#### **Методическое обеспечение программы**

Успешное решение поставленных задач на занятиях возможно только при использовании педагогических принципов:

- принцип доступности и индивидуальности (учет возрастных особенностей, возможностей ребенка, индивидуальный подход к каждому участнику);
- принцип постепенного повышения требований (выполнение ребенком все более трудных, новых заданий, постепенное увеличение объема и интенсивности нагрузок);
- принцип систематичности (непрерывность, регулярность занятий);
- игровой принцип (занятие строится на игре);
- принцип сознательности, активности (сознательное, заинтересованное отношение ребенка к своим действиям);
- принцип повторяемости материала (повторение вырабатываемых двигательных навыков);
- принцип наглядности (практический показ движений).

На занятиях предусматриваются следующие формы организации учебной деятельности:

- индивидуальная (учащемуся дается самостоятельное задание с учетом его возможностей);
- фронтальная (работа в коллективе при объяснении нового материала или отработке определенного танцевального приема);
- групповая (разделение на мини-группы для выполнения определенной работы);
- коллективная (выполнение работы для подготовки к концертам и другим мероприятиям).

Методы занятий:

1. Словесный (объяснение, рассказ)
2. Наглядность (личный показ педагога)
3. Практический (наглядная демонстрация формируемых навыков, выполнение движений).

Структура занятий:

1. Подготовительная часть 5 минут (разминка)
2. Основная часть 35 минут (разучивание нового материала)
3. Заключительная часть 5 минут (закрепление изученного материала)

Итогом занятий является танец. Танец, поставленный на основе выученных движений, помогает развить танцевальность. Преодолевая технические трудности, дети приобретают свободу сценического поведения, проявляют свою индивидуальность.

### **5.ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ.**

В группах танцевальной студии «Карусель» уровень освоения знаний и навыков оценивается посредством исполнительского мастерства учащегося на выступлениях. Формы аттестации по каждому разделу программы прописаны в учебном плане.

### **Литература**

1. Алексеева Л.Н. Двигаться и думать: Сб. материалов – М.,2010.
2. Кулагина И.Е. Видимая музыка // Музыка во времени. – 2010. - № 1.
3. Кулагина И.Е. Людмила Николаевна Алексеева и ее школа художественного движения // Материалы Первой Всероссийской конференции по балетоведению. – М.,2008.
4. Кулагина И.Е. Ритмическая гармония Алексеевой // Московский журнал. – 1999. – № 12.
5. Барышникова Т. Азбука хореографии. – СПб: Просвещение, 2012.
6. Бриске И.Э. Мир танца для детей. – Челябинск, 2005.
7. Ваганова А.Я. Основы классического танца. - Л.: Просвещение, 1980.
8. Захаров В.М. Радуга русского танца. – М.: Вита, 2012.
9. Константинова А.И. Игровой стретчинг. – СПб.: Вита, 2012.
10. Константинова Л.Э. Сюжетно-ролевые игры для дошкольников. – СПб: Просвещение, 2010.
11. Макарова Е.П. Ритмическая гимнастика и игровой танец в занятиях стретчингом. – СПб: Искусство, 2013.
12. Слуцкая С.Л. «Танцевальная мозаика». - М.: Линка – Пресс, 2011.
13. Уральская В.И. Рождение танца. – М.: Вартус, 2011.
14. Усова О.В. Театр танца О.Усовой. Методическое пособие. – Шадринск: Изд-во ПО «Исеть», 2014 – 175 с
15. Белкина С.И. и др. Музыка и движение: Упражнения, игры и пляски для детей 6-7 лет. – М.: Просвещение, 2012.
16. Пуртова Т. В. и др. Учите детей танцевать: Учебное пособие – М.: Владос, 2014.
17. Фирилева Ж. Е., Сайкина Е.Г. «Са-фи-дансе»: Танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: «Детство - пресс», 2014.