

**Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
«Центр внешкольной работы Находкинского городского округа
(МБУ ДО «ЦВР» НГО)**

ПРИНЯТА

На педагогическом совете

Протокол от 31.08.2018₂

№ 1

УТВЕРЖДЕНА

приказом МБУ ДО «ЦВР» НГО

от 31.08.2018₂

№ 62-а

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЙ СТУДИИ «АССОРТИ»**

«Мир танца»

Возраст обучающихся 5-14 лет

Срок реализации: 3 года

Автор-составитель:

Гагарина Ольга Леонидовна

Педагог дополнительного образования

Находка
2018

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка
2. Учебно-тематический план
3. Содержание изучаемого курса
4. Методическое обеспечение программы
5. Список литературы

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Мы живем во времена бурного развития современной и массовой гиподинамии, когда ребенок волей-неволей становится заложником, быстро развивающихся технических систем (телевидения, компьютеры, сотовая связь и т.д.) – все это приводит к недостатку двигательной активности ребёнка и отражается на состоянии здоровья подрастающего поколения. Известно, что эффективность образования и развития детей во многом зависит от состояния их здоровья. Поэтому возникла необходимость в создании программы «Ритмика и танцы»

Программа разработана в соответствии с:

- Федеральным законом РФ от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Приказом Минобрнауки РФ от 29 августа 2013 г. N 1008 г. Москва «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Конвенции о правах ребенка.
- Постановления от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

Программа составлена на основе:

- Авторской программы педагога дополнительного образования Беляевой В.Н.
- Примерной программы для хореографических отделений школ искусств. Автор Бахто С.М.
- Адаптированной рабочей программы «Ритмика и танец». Разработчик Дмитриенко А.Е.
- собственного педагогического опыта.

Данная программа способствует правильному физическому развитию и укреплению детского организма. Развивается эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно - творческая и танцевальная способность, фантазия, память, обогащается кругозор. Занятия по ритмике направлены на воспитание организованной, гармонически развитой личности.

Направленность

Программа имеет художественно-эстетическую направленность. Тип программы – модифицированная, составлена с учетом возрастных особенностей учащихся.

Новизна и актуальность

Танцевально-эстетическое воспитание занимает одно из ведущих мест в содержании воспитательного процесса. Программа предусматривает обучение с учетом индивидуальных особенностей учащихся, сохраняет и

умножает качества ребенка (инициативность, фантазия, непосредственность); определяет перспективы развития, что дает возможность большему количеству детей включиться в образовательный процесс.

Оригинальность данной программы

Творческое мышление обучающихся. В каждом занятии отведено время на то чтобы учащиеся не только учились определенным движениям и танцам, но и могли на основе проученных движений придумать свои; в процессе обучения используются нетрадиционные виды упражнений – пальчиковая гимнастика.

Цель программы

Приобщение к танцевальному искусству, развитие художественного вкуса и физического совершенствования, развитие творческих способностей, умения воплощать музыкально-двигательный образ.

Задачи программы

- развитие чувства ритма;
- развитие координации;
- развитие ориентации в пространстве;
- развитие гибкости, пластики, растяжки;
- укрепление различных групп мышц, развитие всех систем организма (дыхательной, сердечно - сосудистой, и др.):
- профилактика нарушения осанки и искривления позвоночника, формирование правильной осанки;
- формирование правильного свода стопы, профилактика плоскостопия;
- развитие мышления, воображения, находчивости и познавательной активности;
- формирования навыков самостоятельного выражения движений под музыку;
- развитие инициативы, чувства товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.

Педагогические технологии и методы обучения

Для успешного овладения содержанием данной образовательной программы используются различные педагогические технологии и методы обучения.

Технологии:

- развивающие;
- игровые;
- личностно-ориентированные;
- педагогика сотрудничества;
- здоровьесберегающие.

Методы обучения:

- словесный;
- наглядный;
- ступенчатый;
- практический;
- игровой.

Детское объединение создано на базе центра внешкольной работы. Набор в группу свободный. Группа состоит из 10-15 учащихся в возрасте от 5 до 14 лет. При наборе в детское объединение педагог выявляет творческие способности, физические и музыкальные данные ребенка. Формы занятий – групповая. Учебный процесс продолжается 36 недель. Программа рассчитана на 3 года обучения. Занятия для первого года обучения 2 раза в неделю. Продолжительность занятия 1 астрономический час. Всего 72 часа в год. Занятия для второго года обучения 2 раза в неделю. Продолжительность занятия 2 астрономических часа с перерывом. Всего 108 часов в год. Занятия для третьего года обучения 2 раза в неделю. Продолжительность занятия 2 астрономических часа с перерывом. Всего 144 часов в год.

Формы организации занятий:

- групповые учебные занятия;
- групповые и индивидуальные теоретические занятия;
- участие в конкурсах, концертных программах.

К концу первого года обучения учащиеся должны знать:

- правила постановки корпуса
- позиции ног и рук классического танца
- названия основных танцевальных движений и элементов;
- терминологию партерной гимнастики;
- терминологию классического экзерсиса;
- правила гигиены тела, тренировочной одежды;

Уметь:

- двигаться и исполнять различные упражнения в соответствии с контрастным характером музыки;
- реагировать на начало музыки и её окончание, а так же ритмично ходить под музыку, легко бегать, хлопать в ладоши, притопывать ногами, вращать кистями рук, кружиться вокруг себя, прыгать на двух ногах, владеть простейшими навыками игры с мячом;
- двигаться по кругу, взявшись за руки друг за другом или парами, располагаться по залу в рассыпную и собираться в круг или в линию;
- выполнять элементы партерной гимнастики классического экзерсиса у станка;
- исполнять основные упражнения на середине зала.

Личностные качества учащегося:

- доброта;
- вежливость;
- самостоятельность;
- уверенность;
- знание основ гигиены тела.

К концу второго года обучения учащиеся должны знать:

- начало и конец музыкального вступления
- знать терминологию классического экзерсиса, партерной гимнастики;
- знать танцевальные термины: выворотность, координация;

- названия новых танцевальных элементов и движений;
- правила исполнения движений в паре.

Уметь:

- откликаться на динамические оттенки в музыке,
- давать характеристику музыкальному произведению;
- реагировать на музыкальное вступление;
- выполнять движения классического экзерсиса, партерной гимнастики;
- красиво и правильно исполнять танцевальные элементы;
- хорошо ориентироваться в пространстве на основе круговых и линейных рисунков;
- исполнять движения в парах, в группах;
- держаться правильно на сценической площадке.

Личностные качества учащихся:

- активность;
- решительность;
- сопереживание;
- умение работать в команде, коммуникативность;
- способность к воображению.

К концу третьего года обучения учащиеся должны знать:

- терминологию классического, народного танцев;
- программный материал по классическому, народному танцу, танцевальный репертуар;

Уметь:

- импровизировать под музыку;
- точно и технично выполнять упражнения по классическому, народному танцу;
- выполнять индивидуальные задания для самосовершенствования, работая над собой;

Личностные качества учащихся:

- работоспособность;
- целеустремленность;
- инициативность;
- толерантность;
- взаимопомощь, взаимовыручка

Формы подведения итогов:

- открытые занятия
- концерты
- творческие отчеты

**2.УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
ПЕРВОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ (72ч.)**

№	Название разделов и тем	Количество часов			
		Теория	Практика	Всего	Форма аттестации
1.	Введение	1	-	1	
2.	Ритмика	5	20	25	Игровое занятие.
3.	Танцевальная азбука	3	14	17	Открытое занятие
4.	Танцевальные движения, игры	-	5	5	
5.	Творческая мастерская Промежуточная аттестация	1	1	2	тест
6.	Постановка, изучение танцев -танец с зонтиками; -танец «Мотыльки» -танец «Царевны»	4	8	12	
7.	Репетиционный блок -прогонные репетиции -генеральные репетиции	-	8	8	
8.	Итоговое занятие Итоговая аттестация	1	1	2	Отчетный концерт
Итого:		15	57	72	

3.СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1 год обучения.

1. Введение. (1часа)

Знакомство с педагогом, классом, предметом «Ритмика». Беседа о целях и задачах, правилах поведения на уроках ритмики, технике безопасности, о форме одежды для занятий.

Практика: Игра «Давайте познакомимся». Подбор репертуара. Составление расписания.

2. Ритмика. (25 часов)

«Элементы музыкальной грамотности»

- характер музыки: весело-грустно, мягко-остро;
- темп музыки - медленно-быстро;
- динамика - тихо-громко;

Практика: Игры («Делай как я»), танцевальные миниатюры, зарисовки.

«Музыкально-игровое творчество»

- знакомство и работа с ритмом в музыкальном размере 3/4,
- знакомство и работа с ритмом в музыкальном размере 4/4.

Практика: Простейшие хлопки, притопы, хлопки-притопы, работа с мячом в размере 3/4 индивидуально и в парах (подбросить поймать, перекатить – поймать), работа с мячом: удары об пол в различных ритмических рисунках, в сочетаниях с подбрасыванием мяча.

«Построения и перестроения»

- построение в круг;
- построение в линию;
- построение в две линии;

Практика: упражнения и игры на ориентацию в пространстве, ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга.

3.Танцевальная азбука. (17часов)

«Позиции рук и ног»

- позиции рук и ног;
- постановка корпуса;

Практика: выполнение заданий и самостоятельное составление композиций с использованием знаний о позициях рук и ног (различные переходы из одной позиции ног в другую со сменой позиции рук) .

«Элементы экзерсиса у станка, партерная гимнастика».

Экзерсис у станка

- понятие «экзерсис», основных упражнений у станка («Demi-plie», «releve», «Battement tendu»)

Практика: выполнение упражнений у станка

- «Demi-plie» и «releve» по 1, 6 позициям,
- «Battement tendu» в сторону по 1 позиции;
- перевод ноги с носка на пятку;
- наклоны корпуса;
- упражнения для плечевого пояса, шеи и головы, стопы.

Партерная гимнастика

- понятие «партерной гимнастики» и основных упражнений.

Практика:

- выполнение упражнений партерной гимнастики;
- работа стопы;
- наклоны корпуса вперед сидя;
- упражнения на укрепление позвоночника и косых мышц спины по системе стретчинга;
- простейшие упражнения на развитие координации (руки - ноги, синхронно и последовательно).

4. Танцевальные движения, игры. (5 часов)

. «Отработка танцевальных движений»

- танцевальные движения народного характера и элементы современного и бального танца;

Практика:

- ходьба: простой шаг в разном темпе и характере;
- бег и прыжки в сочетании по принципу контраста;
- притопы: удар одной ногой в пол, поочередные удары правой и левой ногой;
- топающий шаг, выставление ноги на носок перед собой;
- хлопки;
- упражнения с атрибутами (мяч, зонтик)
- простые танцевальные движения (шаг, прыжок, подскок, галоп).

. «Импровизация, игры»

- понятия «импровизация», «фантазия», «воображение»;

Практика:

- творческая деятельность на развитие фантазии и воображения;
- знакомство с играми;
- игры «Ручеек», «Делай как я», «Зеркало», «Кошки – мышки»

5.Творческая мастерская. (1час)

Тестирование обучающихся.

6. «Постановка, изучение танца»

- сообщение о цели, истории танца, разработка эскиза костюма.

Практика:

- танец с зонтиками (разучивание движений, рисунка, постановка);
- танец «Мотыльки» (разучивание движений, рисунка, постановка);

- танец «Царевны» (разучивание движений, рисунка, постановка).

7. «Репетиционный блок»

Практика:

- прогонные репетиции;
- синхронно-грамотное исполнение танцев и танцевальных композиций.

8. Итоговое занятие (2 часа)

- подведение итогов;

Практика: отчетное выступление.

Для успешной реализации программы необходимо:

1. Помещение для занятий должно быть достаточно просторным (не менее 40 кв. метров), оборудованное хореографическими станками и зеркалами.

2. Качественное освещение в дневное и вечернее время.

3. Покрытие пола ровное, не скользкое. Запрещается заниматься на каменном полу, наиболее подходящее покрытие пола - ковролин, линолеум, специальное танцевальное покрытие.

4. Для выполнения упражнений на полу необходимо иметь индивидуальный коврик, мячи, скакалки, зонтики, ленты.

5. Температура в помещении должна быть не выше +18...+20 градусов, помещение должно хорошо проветриваться.

6. Форма для занятий - легкая спортивная (гимнастический купальник для девочек, футболка с трикотажными шортами для мальчиков), на ногах мягкие балетные туфли, волосы собраны в пучок.

7. Технические средства обучения:

- музыкальный центр;

8. Сценические танцевальные костюмы.

**2.УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
ВТОРОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ (108ч.)**

№	Название разделов и тем	Количество часов			
		Теори я	Практик а	Всего	Форма аттестации
1.	Введение	1	1	2	
2.	Ритмика	2	13	15	Игровое занятие.
3.	Танцевальная азбука	4	18	22	
4.	Творческая мастерская Промежуточная аттестация	1	1	2	Тест
5.	Постановка, изучение танцев- -белорусский танец «Бульба» - «Царевны» -«Репка»	15	35	50	
6.	Отработка движений танца	-	15	15	
7.	Итоговое занятие Итоговая аттестация	1	1	2	Отчетный концерт
Итого:		24	84	108	

3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2 год обучения.

1. Введение. (2 часа)

Беседа о целях и задачах 2 года обучения, правилах поведения на уроках ритмики, технике безопасности, о форме одежды для занятий.

Практика: Подбор репертуара. Составление расписания.

2. Ритмика. (15 часов)

«Элементы музыкальной грамотности»

- три кита в музыке – марш, песня, танец;
- динамика - тихо-громко;
- строение музыкальной речи: предложение, музыкальная фраза;
- размер 4/4, 3/4, 2/4

марш, виды марша (по характеру)

вальс, виды вальса (по характеру и темпу)

полька, прыжок, подскок, галоп;

Практика: Игры («Эхо»), танцевальные миниатюры, зарисовки.

«Музыкально-игровое творчество»

- работа с ритмом в музыкальном размере 4/4;
- работа с ритмом в музыкальном размере 3/4, 2/4.

Практика:

- простейшие хлопки, притопы, хлопки-притопы (ритмические рисунки по заданию учителя);
- работа с мячом в размере 3/4 и 2/4 индивидуально и в парах (подбросить – поймать, перекатить – поймать);
- работа с мячом, скакалкой: удары об пол в различных ритмических рисунках, в сочетаниях с подбрасыванием мяча, прыжки через скакалку.

«Построения и перестроения»

- построение в круг, сужение и расширение круга;
- построение в линию парами;
- построение в две линии парами;

Практика:

- упражнения и игры на ориентацию в пространстве;
- работа в парах;
- свободное размещение в зале с последующим возвращением в колонну, в круг

3. Танцевальная азбука. (22 часа)

«Позиции рук и ног»

- позиции рук и ног.

Практика:

- упражнение для ног «sote»;
- упражнения для корпуса «por de bra».

«Элементы экзерсиса у станка, партерная гимнастика».

Экзерсис у станка

- основные термины классического экзерсиса

Практика:

- «Demi-plie» и «releve» в 1, 2, 3, 6 позициям ног;
- «Battement tendu» в 1 позиции ног;
- «Battement tendu jete» в 1 позиции ног;
- наклоны корпуса;
- упражнения для растяжки на станке;

Партерная гимнастика

- основы выполнения упражнений партерной гимнастики.

Практика:

- работа стопы
- наклоны корпуса вперед сидя
- упражнения на укрепление позвоночника и косых мышц спины по системе стретчинга
- упражнения на развитие координации (руки - ноги, синхронно и последовательно);
- упражнения для растяжки в положении сидя, лежа;
- шпагат.

4. Творческая мастерская. (2 часа).

Тестирование обучающихся.

5.«Постановка, изучение танца» (50 часов).

Сообщение о цели, истории танца, разработка эскиза костюма.

Практика:

- Белорусский танец «Бульба»
- Танец «Царевны»
- Танец «Репка»

6. Отработка движений танца (15 часов).

- синхронно-грамотное исполнение танцев и танцевальных композиций.

6. Итоговое занятие (2 часа)

- подведение итогов.

Практика: отчетное выступление.

Для успешной реализации программы необходимо:

1. Помещение для занятий должно быть достаточно просторным (не менее 40 кв. метров), оборудованное хореографическими станками и зеркалами.
2. Качественное освещение в дневное и вечернее время.

3. Покрытие пола ровное, не скользкое. Запрещается заниматься на каменном полу, наиболее подходящее покрытие пола - ковролин, линолеум, специальное танцевальное покрытие.

4. Для выполнения упражнений на полу необходимо иметь индивидуальный коврик, мячи, скакалки, зонтики, ленты.

5. Температура в помещении должна быть не выше +18...+20 градусов, помещение должно хорошо проветриваться.

6. Форма для занятий - легкая спортивная (гимнастический купальник для девочек, футболка с трикотажными шортами для мальчиков), на ногах мягкие балетные туфли, волосы собраны в пучок.

7. Технические средства обучения:

- музыкальный центр;

8. Сценические танцевальные костюмы.

**2.УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
ТРЕТЬЕГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ (144ч.)**

№	Название разделов и тем	Количество часов			
		Теория	Практика	Всего	Форма аттестации
1.	Введение	1	1	2	
2.	Ритмика	3	23	26	Игровое занятие.
3.	Танцевальная азбука	7	33	40	Открытое занятие
4.	Творческая мастерская Промежуточная аттестация	1	1	2	тест
5.	Постановка, изучение танцев -танец «Плясовая» -танец «Репка» -танец «Богатенький Буратино»	20	26	46	
6.	Отработка движений танца	-	26	26	
7.	Итоговое занятие Итоговая аттестация	1	1	2	Отчетный концерт
Итого:		33	111	144	

3.СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

3 год обучения.

2.Введение. (2 часа)

Беседа о целях и задачах 3 года обучения, правилах поведения на уроках ритмики, технике безопасности, о форме одежды для занятий.

Практика: Подбор репертуара. Составление расписания.

2. Ритмика. (26 часов)

«Элементы музыкальной грамотности»

- строение музыкальной речи, понятие такта, слабой и сильной доли.

Практика: размер 4/4, 3/4, 2/4 (*марш*, виды марша; *вальс*, виды вальса; *полька*, виды польки).

«Музыкально-игровое творчество»

ритмом в различном музыкальном размере

Практика:

- хлопки, притопы, Игра “Эхо”

- ритмические рисунки по заданию учителя и самостоятельно;

- самостоятельное определение музыкальных жанров (вальс, полька. марш, русский народный танец);

- работа с мячом, скакалкой.

«Построения и перестроения»

- построение в линию тройками;

- построение в две линии тройками;

Практика:

- упражнения и игры на ориентацию в пространстве;

- свободное размещение в зале с последующим возвращением в колонну, круг.

3.Танцевальная азбука. (40 часов)

«Позиции рук и ног»

- позиции рук и ног, постановка корпуса;

Практика:

- арабески в танце;

- упражнение для ног «sote»

- упражнения для корпуса «por de bra»,

«Элементы экзерсиса у станка, партерная гимнастика».

Экзерсис у станка

- основные понятия и упражнения классического экзерсиса.

Практика:

- «Demi-plie» и «releve» в 1, 2, 3, 4, 5, 6 позициям ног;

- «Battement tendu» в 5 позиции ног;
- «Battement tendu jete» в 5 позиции ног;
- «Rond de jembes per terre» в 1 позиции ног;
- наклоны корпуса;
- упражнения для растяжки на станке;

Партерная гимнастика

- основные понятия и упражнения партерной гимнастики.

Практика:

- упражнения для улучшения эластичности мышц плеча, предплечья, бедер, голени и стопы;
- упражнения для развития локтевого и плечевого пояса, тазобедренного, коленного и голеностопного суставов;
- упражнения на укрепление мышц брюшного пресса, гибкости позвоночника, выворотности ног и танцевального шага;
- упражнения на исправление осанки;
- упражнения для растяжки и развитие координации в положении лежа, сидя.

4.Творческая мастерская. (2 часа)

Тестирование обучающихся.

5.. «Постановка, изучение танца»(46 часов).

- сообщение о цели, истории танца, разработка эскиза костюма.

Практика:

- танец «Плясовая»
- танец «Репка»
- танец «Богатенький Буратино»

6. Отработка движений танца (26 часов).

- синхронно-грамотное исполнение танцев и танцевальных композиций.

7. Итоговое занятие (2 часа)

- подведение итогов.

Практика: отчетное выступление.

Для успешной реализации программы необходимо:

1. Помещение для занятий должно быть достаточно просторным (не менее 40 кв. метров), оборудованное хореографическими станками и зеркалами.
2. Качественное освещение в дневное и вечернее время.
3. Покрытие пола ровное, не скользкое. Запрещается заниматься на каменном полу, наиболее подходящее покрытие пола - ковролин, линолеум, специальное танцевальное покрытие.
4. Для выполнения упражнений на полу необходимо иметь индивидуальный коврик, мячи, скакалки, зонтики, ленты.
5. Температура в помещении должна быть не выше +18...+20 градусов, помещение должно хорошо проветриваться.

6. Форма для занятий - легкая спортивная (гимнастический купальник для девочек, футболка с трикотажными шортами для мальчиков), на ногах мягкие балетные туфли, волосы собраны в пучок.

7. Технические средства обучения:

- музыкальный центр;

8. Сценические танцевальные костюмы.

Способы контроля результатов:

Используются следующие виды контроля: промежуточный и итоговый.

Подведение итогов проводится по окончании полугодий (декабрь, май), в конкурсах, фестивалях, смотрах.

Формами отслеживания результата творческой деятельности являются обсуждение, анализ участия детей в конкурсах, концертах, фестивалях и смотрах различного уровня, самооценка обучаемых, опрос родителей, контрольные задания, а также анализ открытых занятий. Особое внимание уделяется проведению педагогом открытых занятий, концертов и праздников для родителей.

4.МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Для успешного овладения содержанием данной образовательной программы используются различные виды методической продукции.

Методическая продукция

1. Музыкальное сопровождение для занятий в формате mp3
 - диски с записями народной музыки;
 - диски с записями классической музыки;
 - диски с записями современной музыкой
2. Музыкальное сопровождение для танцев в формате mp3
3. Видео - материалы
 - DVD - диски с танцевальными номерами, народными, классическими, бальными танцами
4. Подбор дидактического материала и наглядных пособий для бесед и обсуждений по темам хореографической деятельности
 - методические разработки бесед «Зритель и сцена», «Как вести себя в театре», «Волшебный мир театра», «Балет Щелкунчик»

5.Список литературы для педагога

1. Барышникова Т. Албука хореографии. М.: 2000.
2. Ерохина О. В. Школа танцев для детей / Серия «Мир вашего ребенка». - Ростов н/Д: Феникс, 2003. - 224 с.
3. Конорова Е. В. Танец и ритмика. М: Музгиз, 1960.
4. Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике. Занятия по ритмике в подготовительных классах. Выпуск 1, М.: Музгиз, 1963, 1972, 1979.
5. Коренева Т. Ф. Музыкально - ритмические движения для детей дошкольного и младшего школьного возраста: В 2 частях. - Учебно-методическое пособие. - М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2001. -112 с
6. Руднева С., Фиш Э. Ритмика. Музыкальное движение. М.: Просвещение,1972.
7. Хайкара Н.А. Дополнительная образовательная программа «Волшебство грации» - Петрозаводск, 2007.
8. Чибрикова-Луговская А.Е. Методическое пособие «Ритмика» Изд. дом «Дрофа»
9. Буренина А.И. Программа по ритмической пластике для детей «Ритмическая мозаика» СПб.: ЛОИРО, 2000.
10. Программы и методические разработки по хореографии horeograf.COM. <http://www.horeograf.com/biblioteka/programmy-i-metodichki>

5. Литература, рекомендуемая для чтения детям:

1. Л.Ауэрбах. Рассказы о вальсе. М., 1980 г.
2. М.Рыцаева. Музыка и я (популярная энциклопедия для детей). М., 1998 г.
3. Л.Школьников. Рассказы о танцах. М., 1966 г.
4. В.Пасютинская .Волшебный мир танца. Москва. 1985 г.