**Министерство образования и науки Ульяновской области**

**Областное государственное бюджетное учреждение**

**дополнительного образования**

**«Дворец творчества детей и молодёжи»**

|  |  |
| --- | --- |
| Принята на заседании педагогического совета от «\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2017протокол №\_\_\_  | УТВЕРЖДАЮДиректор ОГБУ ДО ДТДМ\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Т.В.Галушкина приказ №\_\_\_ от \_\_\_\_\_\_\_\_\_2017 г. |

**Дополнительная**

**общеразвивающая программа**

**художественно-эстетической направленности**

**«Ритмика и танец»**

**образцового детского коллектива**

**«ансамбль танца «симбирцит»**

Срок реализации программы: **1 год**

Возраст обучающихся: **4-5 лет**

**Автор-разработчик:**

***Леонтьева Елена Владимировна,***

педагог дополнительного образования

высшей квалификационной категории

 **г.** Ульяновск, 2017 г.

**Структура дополнительной общеразвивающей программы**

**1. Комплекс основных характеристик программы**

1.1 Пояснительная записка. стр.

1.2 Цель и задачи программы. стр.

1.3 Содержание программы. стр.

1.4 Планируемые результаты. стр.

**2. Комплекс организационно-педагогических условий.**

2.1 Календарный учебный график стр.

2.2 Условия реализации программы. стр.

2.3 Формы аттестации. стр.

2.4 Список литературы. стр.

* 1. **Комплекс основных характеристик программы**
	2. **Пояснительная записка**

**Нормативно-правовое обеспечение программы**

Программа разработана в соответствии со следующими документами:

* Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ № 273);
* Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
* Концепция развития дополнительного образования детей от 4 сентября 2014 г. № 1726;
* Письмо Минобрнауки России от 18.11.15 №09-3242. [Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ](http://xn----7sbbsodjdcciv4aq0an1lf.xn--p1ai/files/upload/2015-12-02_%2810%29.pdf);
* СанПин 2.4.3172-14: «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
* Письмо Минобрнауки России от 28 апреля 2017 г. № ВК – 1232/09 «О направлении методических рекомендаций» вместе с (Методическими рекомендациями по организации независимой оценки качества дополнительного образования детей»).
* Устав ОГБУ ДО ДТДМ.

**Уровень освоения программы:** стартовый.

**Направленность программы:** художественно-эстетическая

**Объём программы:** 72 часа.

**Адресат программы:** дети дошкольного возраста (4-5 лет).

**Срок реализации программы:** 1 год обучения.

Режим занятий: 2 раза в неделю по 1 академическому часу (академический час при работе с детьми до 7 лет, в соответствии с нормами СанПиН, равен 30 минутам). **Форма обучения** – **групповая.** Группы состоят из 15 человек (в соответствии с Уставом).

**Педагогическая целесообразность.** Дисциплина «Танец» занимает особое место среди множества форм художественного воспитания подрастающего поколения. Танец, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Он является богатейшим источником для формирования его художественного «я».

 Танцевальное искусство подразумевает развитие чувства ритма, умение слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать свою мышечную силу, пластику, грацию и выразительность. Занятия хореографией дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в танце движения, безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье детей. Занятия танцем формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дают представление об актерском мастерстве.

**Актуальность программы.** В областном Дворце творчества детей и молодежи с 2001 года осуществляет свою деятельность народный коллектив ансамбль танца «Симбирцит». Высокий исполнительский уровень участников коллектива, их активная творческая деятельность позволяют участвовать во всероссийских и международных конкурсах, на которых воспитанники ансамбля подтверждают свое профессиональное мастерство, завоевывая звания лауреатов и дипломантов конкурсов. Каждые три года коллектив подтверждает высокое звание «народный».

Изначально образовательная программа коллектива была рассчитана на детей от 7 лет, поскольку именно к младшему школьному возрасту формируется способность к самооценке, дети уже осознанно начинают заниматься танцами, понимают требования педагогов и оценивают правильность своих действий, осознают необходимость преодоления неприятных и болевых ощущений для совершенствования физических данных, способны осознанно приложить усилия для достижения результатов в хореографии.

При современном уровне хореографии от исполнителя требуется прежде всего хорошая физическая форма. Хорошие физические данные дают широкую возможность для исполнительского мастерства танцора. Но практика показывает, что очень немногие воспитанники хореографического коллектива имеют исходные хорошие физические данные.

Любой хореограф знает, что наиболее благоприятным с точки зрения формирования физических данных является возраст от 4 до 7 лет. Это подтверждает и теория о сензитивных периодах, согласно которой сензитивным периодом развития движений и действий является возраст от 2 (по другим источникам – от 1 года) до 5 лет. Этот период является пиком восприимчивости к контролю и оттачиванию движений. Чем точнее движения, тем грациознее становятся дети.

Кроме того, именно в дошкольном возрасте закладываются основы здоровья, гармоничного умственного и нравственного развития ребенка, формируется его личность и черты характера. Последнее имеет особенное значение применительно к хореографическому образованию, эффективность которого в большой степени зависит от упорства и целеустремленности. «Танец требует огромного, каждодневного труда. Только труд может создать легкость, красоту и вдохновение». К этим словам Галины Улановой стоит добавить лишь, что желательно, чтобы эта привычка к труду была уже сформирована к моменту, когда ребенок начнет осознанно заниматься танцевальным творчеством.

Вышеперечисленные факторы подтолкнули автора к разработке программы «Ритмика и танец», рассчитанной на возраст детей - 4 года.

**Структура программы.** Нами была разработана образовательная программа подготовительной группы хореографического ансамбля, с учетом специфики народного коллектива ансамбля танца «Симбирцит». Она рассчитана на 1 год. Структура программы предполагает постепенное расширение и существенное углубление знаний, развитие умений и навыков учащихся.

В 4 года, когда складываются межличностные отношения и система ценностей в коллективе, главные цели и эффективность танцевальной деятельности воспитанников достигаются через игровые технологии в тесной связи с ритмикой и партерной гимнастикой. На занятиях по хореографии развивается слух, чувство ритма, формируется музыкальное восприятие и представления о выразительных средствах музыки. Партерная гимнастика, в свою очередь, способствует развитию гибкости, выносливости, развитию эластичности мышц и координации движений, включает в себя ритмические упражнения, музыкальные игры, музыкальные задания по слушанию и анализу танцевальной музыки.

В основу программы «Ритмика и танец» положены занятия ритмопластикой как одно из наиболее доступных и эмоциональных танцевальных занятий для ребенка дошкольного возраста. Дети младшего дошкольного возраста отличаются большой подвижностью, но еще физически слабы, у них недостаточно развиты первоначальные двигательные навыки, неустойчиво внимание, они не умеют долго сосредотачиваться на одном задании. Работа с воспитанниками этого возраста трудна. От детей она требует значительных физических сил, умения сосредотачивать внимание и настойчивости в работе. От педагога зависят первые впечатления ребенка от занятий и, как следствие, дальнейшее желание заниматься хореографией, выработка привычки к труду и достижению результата. Поэтому работа с детьми 4 лет требует особого внимания, чуткости и понимания детской психологии.

Курс рассчитан на детей 4 лет с разной степенью одаренности и склонности к танцевальному искусству. Доступность данного курса обеспечивают простота упражнений и их ориентация на общее развитие ребенка, а разностороннее воздействие на все системы организма – сердечно-сосудистую, нервную, дыхательную, опорно-двигательный аппарат – делают курс достаточно эффективным.

Прием детей в коллектив осуществляется на добровольной основе. Очень важным моментом при приеме ребенка этого возраста в танцевальный коллектив является его готовность к контакту с педагогом, без мамы, самостоятельно. Практика показывает, что не все дети данного возраста проявляют такую готовность, поэтому допускается присутствие родителя на первых занятиях. Благодаря этому адаптация ребенка в коллективе проходит более легко.

**Авторство и степень новизны.** Программа «Ритмика и танец» является модифицированной с элементами авторства, поскольку представляет собой авторскую переработку базовых идей основоположника ритмической гимнастики швейцарского композитора и педагога Эмиля Жака–Далькроза и методики начального этапа балетного образования Н.П.Базаровой и В.П.Мей. Классические идеи и методики были адаптированы к старшему дошкольному возрасту, творчески переработаны в области систематизации, приемов и форм подачи материала, дополнены авторскими разделами и игровыми методиками.

При разработке программы учитывались конкретные методические запросы и проблемы:

* необходимость подачи учебного материла с учетом возрастных особенностей (физиологических, психологических, деятельностных) средних и старших дошкольников;
* подготовка детей к занятию хореографией (в том числе формирование исходных физических и музыкальных данных) как основная задача программы;
* игровые методики и методики использования образов как решение двух методических проблем: 1) объяснение упражнений детям на доступном им уровне и исходя из их жизненного опыта 2) отвлечение обучающихся от болевых ощущений, которые неизменно сопровождают упражнения на растяжку и гибкость, чтобы у дошкольников не пропало желание заниматься в хореографическом коллективе;
* необходимость создания условий для адаптации новичка в коллективе и преодоления свойственного данному возрасту страха остаться без родителя даже на непродолжительное время.

Кроме того, что **новизна** программы состоит в творческой переработке уже имеющегося педагогического опыта и в самом содержании обучения, она проявляется и в о**сновной ведущей идее** данной программы: подготовить потенциальных участников ансамбля к обучению в коллективе, сформировать физические данные, необходимые для успешной исполнительской деятельности, заложить физическую, музыкально-ритмическую и творческую базу будущего танцора в раннем возрасте.

**Отличительные особенности программы.** Особо следует отметить, что данная программа является программой подготовительной группы - первой из трех самостоятельных программ ансамбля. Наличие подготовительной группы является обязательным условием для присвоения коллективу звания «народный», которое подтверждается каждые 3 года. Отличие данной образовательной программы от уже существующих в этой области заключается прежде всего в задачах. Мотивацией занимающихся по ней детей (и их родителей) может быть и общее развитие, однако ее главная задача – подготовить воспитанников к последующему обучению в основной танцевальной группе. При реализации данной программы специально закладывается база для дальнейшего освоения последующей образовательной программы, разработанной для детей более старшего возраста в этом же коллективе. В последствии в рамках одного коллектива воспитанники имеют возможность познакомиться и овладеть разными танцевальными направлениями – народной хореографией, в том числе танцами народов мира, эстрадными и современными танцами. В ансамбле реализуется принцип преемственности поколений, работа строится от простого к сложному, а также присутствует разножанровость и разноплановость хореографических постановок.

Особенностью таких образовательных программ являются, как правило, отсроченные хореографические достижения воспитанников: дети 4 лет еще не владеют танцевальной техникой, достаточной для исполнения на высоком профессиональном уровне, однако именно благодаря заложенной в раннем возрасте базе они достигают этого уровня в дальнейшем.

Отличают программу также методы и формы подачи материала: для обучения в основном применяются игровые методики и методики использования образов.

**Общепедагогические идеи,** на которых базируется программа**:**

* учет возрастных и индивидуальных особенностей личности воспитанника
* гуманистический подход к личности ребенка
* формирования личности ребенка через творческую самореализацию
* развитие осознанности деятельности.

К основным **принципам построения программы** можно отнести общедидактические принципы:

**Принцип системности –** предполагает процесс, в котором взаимозависимы и взаимосвязаны все компоненты. Нельзя развивать лишь одну функцию, необходима системная работа по развитию ребёнка.

**Принцип комплексности –** предполагает обучение по данной программе как комплексный процесс, в котором развитие навыков и умений одного направления подкрепляется и дополняется развитием умений и навыков другого направления.

**Принцип целостности –** предполагает включение личности в разнообразные виды деятельности, в которых гармонично развиваются все её свойства: мотивационно-потребностная сфера; когнитивная (познавательная); эмоциональная; практически-действенная (умения, навыки).

**Принцип преемственности** – проявляется в опоре каждой новой ступени обучения на предыдущую. Содержание данного принципа отражает системный характер процесса обучения и предполагает его построение в соответствующей логике, последовательность и содержания, форм и методов обучения, обеспечивающих взаимосвязь всех его этапов.

**Принцип постепенности** – предполагает следование от простых, доступных заданий к более сложным; построение программы в соответствующей логике, последовательности содержания, форм, методов обучения, обеспечивающих взаимосвязь ее этапов.

**Принцип доступности** – сущность его в необходимости соотносить цели, задачи, содержание, методы и формы обучения с познавательными возможностями и потребностями детей, определяемыми их возрастными и индивидуальными особенностями. При определении познавательных возможностей детей педагог ориентируется не столько на уровень их актуального развития, столько на уровень потенциальных возможностей, определяемых зоной ближайшего развития ребёнка.

**Принцип гуманизма** – предполагает ориентацию программы не только на развитие профессиональной компетенции учащегося, но и воспитание всесторонне развитой и гармоничной личности и индивидуально-личностный подход в обучении.

**Принцип креативности** – предполагает использование в обучении метода творческой деятельности и развитие творческого потенциала детей.

**Принцип активности** – предполагает активность личности и настрой на преодоление трудностей как условие достижения воспитательного результата.

**Принцип научности** – предполагает опору на научные психологические и педагогические теории. Принимаются во внимание сензитивные периоды, п**отребностный подход при взаимодействии с обучающимися,** возрастные психо-физиологических особенности объектов воспитания при определении главных потребностей и выборе наиболее эффективной с точки зрения воспитания деятельности.

**Организация процесса обучения.** Программа рассчитана на 1 год обучения (72 часа) и предназначена для работы с детьми дошкольного возраста 4-5 лет. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 академическому часу (академический час при работе с детьми до 7 лет, в соответствии с нормами СанПиН, равен 35 минутам). **Форма обучения** – **групповая.** Группы состоят из 15 человек (в соответствии с Уставом).

Ведущая деятельность этого возраста – игра, поэтому программа **реализуется** через игровые методики и активизацию образного мышления детей, которые имеют свою специфику в зависимости от возраста детей. Два раза в год проводится лекторий по технике безопасности.

Согласно образовательной области и возраста учащихся рекомендуется планировать и проводить занятия, учитывая следующие принципы:

1. Принцип наглядности. Дети в этом возрасте обладают в основном наглядно-образным характером запоминания, поэтому личный показ движений педагогом наиболее эффективен. Необходим точный и верный показ всех упражнений, в отличие от преподавания детям среднего и старшего школьного возраста, когда достаточно просто озвучить название движения.
2. Развитие движения от номинации через простое воспроизведение к сложному воспроизведению (дается база понятий, важно правильно назвать движение, доступно и методически верно его показать, кратко проследить его дальнейшее развитие).
3. Принципы личностного подхода в адаптации в исключительных случаях - опираясь на индивидуальность каждого ребенка, на реальный уровень волевых, эмоциональных, физических, творческих, возрастных особенностей.
4. Домашнее повторение. К концу первого месяца обучения дети еще не могут правильно исполнить упражнения разминки, ритмических элементов, партерной гимнастики, хотя уже запоминают их. Для этого требуется время, поэтому педагогом рекомендуются дополнительные занятия дома.

5. Принцип соразмерности нагрузки. На протяжении всего года обучения особое внимание уделяется постановке корпуса, ног, положению рук и головы. Нагрузку в течении занятия следует распределять равномерно во всех блоках (упражнениях). Если существует необходимость увеличить количество упражнений какого-то блока, то последующие упражнения необходимо сократить, так как всякая перегрузка вредна: она приводит к расслаблению мышечной системы и связок, в результате чего возможны травмы.

**Музыкальное оформление занятий.** Все задания на занятиях и выполняются под фортепианный аккомпанемент. Подбор музыкального материала осуществляется совместно с аккомпаниатором с учетом содержания занятий и возраста участников групп.

В подготовительных группах обычно придерживаются трех систем музыкального оформления:

1. Импровизационный аккомпанемент, когда концертмейстер выступает как композитор.

2. Аккомпанемент по нотному материалу, специально подобранному для занятий.

3. Аккомпанемент, объединяющий первый и второй принципы музыкального сопровождения занятия.

Музыкальное оформление опирается на основную задачу занятия - научить детей исполнять отдельные движения и их комбинации грамотно, по правилам, с точным соблюдением ритмического рисунка.

Работу над подбором музыкального материала педагог ведет вместе с концертмейстером заранее и тщательно. При подборе музыкальных произведений необходимо помнить о воспитании у детей музыкального вкуса.

**Формы обучения.** В основном занятия практические - основная форма занятий, именно в практике при многократном повторе упражнений на каждом занятии вырабатываются необходимые музыкально-ритмические навыки и навыки выразительного движения.

В процессе обучения используются также:

лекционно-практические – рассказ теоретического материала и применение его на практике;

просмотр и беседа– совместное обсуждение собственных открытых занятий зафиксированных на видео, концертных выступлений, а также занятий и выступлений других хореографических коллективов;

репетиция – подготовка конкретного танцевального номера;

открытые занятия – практическое занятие, цель которого – показать полученные в определенный период времени ЗУН родителям и гостям;

**Используемые методы подачи материала:**

Словесные – рассказ теории или беседа;

Практические – отработка конкретных ритмических и танцевальных упражнений;

Наглядные – использование наглядного материала, видеоматериалов, личного примера педагога;

Игровые – упражнения, направленные на отработку хореографических умений и навыков, поданные в игре;

Использование образов - упражнения, направленные на отработку хореографических умений и навыков, в основе которых – пластическое создание образа;

Наблюдение и анализ – наблюдение за хореографическими постановками других коллективов.

**1.2 Цель и задачи программы**

**Цели:**

* создание условий для развития творческого потенциала ребенка дошкольного возраста через формирование общей физической культуры и способностей в области танца;
* приобщение его к ценностям мировой культуры и искусству;
* вовлечение в коллективную творческую среду и формирование мотивации к дальнейшему совершенствованию в области хореографии.

**Задачи:**

**Образовательные:**

* формирование основы для дальнейшего развития в области хореографии через обучение детей правильному выполнению базовых элементов в области ритмики и классической хореографии;
* обучение осознанному овладению движениями, самоконтролю и координации;
* знакомство с образцами мировой хореографической культуры;
* обучение самостоятельной и коллективной работе и взаимоконтролю

**Развивающие:**

* развитие творческого мышления ребенка в процессе создания им пластических образов;
* раскрытие индивидуальных возможностей воспитанников;
* развитие познавательных процессов (восприятия, внимания, памяти, мышления и воображения), как отдельных, так и в комплексе.

**Воспитательные:**

* воспитание культуры поведения и сценической культуры;
* формирование навыков взаимодействия и сотрудничества;
* формирование привычки к труду и работе над собой, умения настраиваться на достижение целей.

**Оздоровительные**

* охрана и укрепление физического и психического здоровья детей путем поддержания постоянной физической активности;
* формирование правильной осанки, гигиенических навыков.

**1.3. Содержание программы**

**1.3.1.Учебный план**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Название раздела, темы | Количество часов | Формааттестации/контроля |
| Часов всего | Теория | Практика  |
| 1 | Вводное занятие.Инструктаж по правилам внутреннего распорядка технике безопасности | 1 | 1 |  | беседа |
| 2 | Выворотное и невыворотное положение ног | 1 |  | 1 | наблюдение |
| 3 | 6 позиция ног. Поклон. | 1 |  | 1 | наблюдение |
| 4 | Упражнение для постановки корпуса (плечи, шея)  | 1 |  | 1 | наблюдение |
| 5 | Упражнение (уголок-чпок)  | 1 |  | 1 | наблюдение |
| 6 | Упражнения (стульчик) | 1 |  | 1 | наблюдение |
| 7-8 | Упражнение (дай конфетку) | 2 |  | 2 | наблюдение |
| 9 | Упражнение (пружинка)  | 1 |  | 1 | наблюдение |
| 10 | Шаг с носка  | 1 |  | 1 | наблюдение |
| 11 | Шаг на пятках | 1 |  | 1 | наблюдение |
| 12 | Шаг на высоких полупальцах | 1 |  | 1 | наблюдение |
| 13 | Шаг с высоким подъемом колена | 1 |  | 1 | наблюдение |
| 14-15 | Шаг «подскок» | 2 | 1 | 1 | наблюдение |
| 16 | Бег с высоким подъемом колена | 1 |  | 1 | наблюдение |
| 17 | Бег с захлестом пяток назад, до ягодиц | 1 |  | 1 | наблюдение |
| 18-19 | Прыжки по кругу в 6 поз.ног | 2 |  | 2 | наблюдение |
| 20 | Упражнения для стоп | 1 |  | 1 | наблюдение |
| 21 | Упражнения для развития выворотности (книжечка, лягушка) | 1 |  | 1 | наблюдение |
| 22 | Упражнения для развития гибкости спины | 1 |  | 1 | наблюдение |
| 23 | Упражнения на растяжку  | 1 |  | 1 | наблюдение |
| 24 | Упражнения для пресса | 1 |  | 1 | наблюдение |
| 25 | Упражнения для спины | 1 |  | 1 | наблюдение |
| 26 | Простой прыжок на месте в 6 поз. ног | 1 |  | 1 | наблюдение |
| 27 | Прыжок на одной ноге | 1 |  | 1 | наблюдение |
| 28 | Прыжок с поджатыми ногами назад  | 1 |  | 1 | наблюдение |
| 29 | Ритм. Пляска «Приглашение» | 1 |  | 1 | наблюдение |
| 30 | Ритм. Танец «Тик – так» | 1 |  | 1 | наблюдение |
| 31-33 | Повторение пройденного материала  | 3 |  | 3 | наблюдение |
| 34-35 | Репетиционная работа  | 2 |  | 2 | наблюдение |
| 36 | Шпагат поперечный | 1 |  | 1 | наблюдение |
| 37 | Игра «Тра-та-та» | 1 |  | 1 | наблюдение |
| 38 | Перегибы корпуса | 1 |  | 1 | наблюдение |
| 39 | Глубокий наклон вниз, руки на пол | 1 |  | 1 | наблюдение |
| 40 | Боковой шаг «галоп» | 1 |  | 1 | наблюдение |
| 41 | Упражнение «крокодильчик» | 1 |  | 1 | наблюдение |
| 42 | Упражнение «паучки»  | 1 |  | 1 | наблюдение |
| 43-44 | Повторение пройденного материала  | 2 |  | 2 | наблюдение |
| 45 | Динамическая игра «Дискотека» | 1 |  | 1 | наблюдение |
| 46 | Упражнение «колечко» | 1 |  | 1 | наблюдение |
| 47 | Упражнение «Русалочка» | 1 |  | 1 | наблюдение |
| 48 | Упражнение «Закладочка» | 1 |  | 1 | наблюдение |
| 49 | Динамическая игра «Птички» | 1 |  | 1 | наблюдение |
| 50 | Упражнение «рыбка»  | 1 |  | 1 | наблюдение |
| 51 | Организованный выход в хореографический коллектив | 1 |  | 1 | наблюдение |
| 52 | Игра «воздушный шар» | 1 |  | 1 | наблюдение |
| 53 | Игра «Подари улыбку другу» | 1 |  | 1 | наблюдение |
| 54-55 | Понятие «точек класса» | 2 | 1 | 1 | наблюдение |
| 56-57 | Повторение пройденного материала | 2 |  | 2 | наблюдение |
| 58 | Упражнение «мячик» | 1 |  | 1 | наблюдение |
| 59 | Игра «Страус»  | 1 |  | 1 | наблюдение |
| 60 | Игра «с перестроениями» | 1 |  | 1 | наблюдение |
| 61  | Партерная гимнастика на основе проученных упражнений | 1 |  | 1 | наблюдение |
| 62-63 | Повторение пройденного материала | 2 |  | 2 | наблюдение |
| 64 | Упражнение для развития высокого подъема | 1 |  | 1 | наблюдение |
| 65 | Партерная гимнастика на основе проученных движений | 1 |  | 1 | наблюдение |
| 66 | Прыжки поджатыми ногами вперед | 1 |  | 1 | наблюдение |
| 67 | Упражнение «рыбка» | 1 |  | 1 | наблюдение |
| 68 | Упражнение «Кошечка, собачка» | 1 |  | 1 | наблюдение |
| 69 | Игра «Воздушный шар» | 1 |  | 1 | наблюдение |
| 70 | Упражнение «полушпагат»  | 1 |  | 1 | наблюдение |
| 71 | Упражнение «шпагат продольный на левую и правую ногу» | 1 |  | 1 | наблюдение |
| 72 | Открытое занятие | 1 |  | 1 | наблюдение |
|  ИТОГО | 72 | 2 | 70 |  |

**1.3.2. Содержание учебно – методического плана**

Подбор практического материала базируется на основных элементах начальной хореографической подготовки и преподносится с учетом возрастных особенностей детей младшего дошкольного возраста.

Учебная программа строится, в основном, на практических занятиях. Теоретические сведения даются непосредственно в процессе беседы на занятиях и в ходе работы над сценическими постановками к теории относится: методика исполнения позиций ног, рук, танцевально-ритмических элементов, элементов классического экзерсиса, упражнений партерной гимнастики, знакомство с различным темпом, строением музыкального произведения (вступления, части), а также изучение динамических оттенков (стаккато, легато, акцент, сильная доля), понятие о ритмическом рисунке.

Организационно-массовое мероприятие воспитательного характера включает в себя организованные групповые походы на концертные выступления хореографических коллективов, а также на открытые занятия других детских танцевальных ансамблей. С последующим обсуждением увиденного материала в виде беседы.

**Практические занятия включают в себя:**

- учебно-тренировочную работу; на первом году обучения она повторяется на каждом уроке, так как необходимые танцевально-ритмические навыки вырабатываются при многократном повторении материала;

музыкально-ритмические задания представлены в музыкально – ритмических играх, с помощью которых отрабатываются музыкально-ритмические навыки: точное окончание и начало движения вместе с началом и окончанием музыкальной части, движения в различных темпах, передача хлопками и ногами различного ритмического рисунка.

танцевально-ритмические игры: развивают ориентацию в пространстве класса, помогают закрепить понятие «точек класса», положение корпуса профиль, анфас, построение в колонну, шеренгу, круг, линию, работа в парах, тройках, четверках.

Специальную–художественную работу

На первом году обучения она вводится со второго полугодия, как постановочная и репетиционная деятельность при постановке и разучивании танца, так как танцевальная лексика строится на основе проученного материала в первом полугодии.

Особенность программы в том, что все упражнения разучиваются в небольшой промежуток времени, а потом должны совершенствоваться с исполнительской точки зрения, методом повтора на каждом уроке, таким образом, значительное количество времени затрачивается на тренировочную работу, которая преподносится в виде игр и образов.

**Структура занятия**

Поклон, разминка, элементы ритмики, партерная гимнастика, поклон. Музыкально-танцевальные ритмические игры могут использоваться в любой части занятия.

**Учебно-тренировочная работа состоит из несколько разделов**:

* **Разминка**

Разминка выполняется сразу после поклона. Разминка необходима для разогрева и подготовки мышц к нагрузкам, выработки пластичности, формирования правильной осанки, при этом она необходима также для понимания и правильного исполнения последующих упражнений, которые будут выполняться во время урока.

Разминка в себя включает:

- Изучение основных положений ног: невыворотное (6 позиция), полувыворотное положение ног или нормальное положение ног

- Упражнения для постановки корпуса (правильная работа мышц, положение плеч, бедер, положение рук на поясе)

- упражнения для шеи и плеч, головы (подъемы, опускания, вращения плечами, повороты головы)

- упражнения для рук (расслабление, напряжение мышц рук, подъемы рук)

**-** упражнения для коленного сустава (пружинные движения приседания, глубокие приседания)

**-** упражнения для голеностопа (подъемы на полупальцы, перекаты на пятки, движение ноги по полу натянутой стопой на середине класса из нормального положения ног вперед, в сторону и назад)

* **Ритмика**

Занимает основную часть урока. Это начальные базовые упражнения для выработки необходимых танцевальных навыков, на которых в дальнейшем будут выстраиваться более сложные танцевальные элементы, комбинации, при этом, выполняя ритмические элементы продолжается постепенный разогрев всех групп мышц. Включает себя ритмические шаги, бег и прыжки. На их основе строятся более сложные движения и танцевальные комбинации. Поэтому очень важно следить за их правильным исполнением. На первом году обучения ритмические шаги и бег исполняются по кругу. Помимо правильного исполнения важно для ребенка запомнить из какой исходной позиции начинается то или иное движение. Рекомендуется исполнять в следующем порядке.

* **Ритмические шаги**

Укрепляет главным образом мышцы нижних конечностей, развивает
ориентировку в пространстве. Нагрузка на организм при ходьбе зависит от
скорости движения и интенсивности шага. Вид ходьбы, также как и интенсивность шага (энергичный, спокойный, лёгкий), определяется характером, темпом, динамикой музыки. Поэтому освоение движений идёт параллельно с решением музыкальных задач.

Виды шагов:

- Танцевальный шаг с носка

- Шаги на носках и пятках

- Шаг с высоким подъемом колена

- Подскок

- Шаг «боковой галоп»

* **Бег**

Способствует разностороннему физическому развитию детей, активизируя работу сердца и лёгких. Положение тела при беге должно содействовать быстрому движению: корпус следует чуть наклонить вперёд, не напрягая плеч, кисти рук расслабить, пальцы рук согнуть, не сжимая в кулак.

- Простой бег

- Бег с высоким подъемом колена

- Бег с захлёстом пяток назад.

* **Прыжки**

Прыжки развивают мышцы ног, живота и всего туловища, укрепляют связки и суставы ног. Для выполнения прыжков требуется работа всего мышечного аппарата, обеспечивая мягкость, упругость движений, сохранение равновесия. Для предотвращения травм целесообразно прыжками заканчивать занятия, когда мышцы и суставы достаточно разогреты. Применяются разнообразные прыжки: на обеих ногах на месте и с продвижением вперёд, поочерёдно на правой и левой ноге, с поджатыми ногами вперед и назад.

- Простой прыжок из шестой позиции на двух ногах

- Прыжок на поочередно на правой и левой ноге

- Прыжок с высоким подъемом колен

- Прыжок с поджатыми ногами назад

* **Партерная гимнастика**

Это комплекс упражнений направленный непосредственно на развитие физических данных, таких как вытянутые стопы, колени, выворотность в стопе, коленном и бедренных суставах, развитие большого танцевального шага, гибкости и силы мышц спины и пресса. Обычно выполняется во второй части урока, когда все мышцы достаточно разогреты, это необходимо, чтобы избежать травм и растяжений.

- Упражнения для развития стопы

- Упражнения для развития выворотности ног

- Упражнения для развития гибкости и силы спины

- Упражнения для развития высокого танцевального шага

* **Музыкально-ритмическая игра**

Музыкально-ритмические игры. Применяются в помощь для усвоения материала, музыкальной грамоты, танцевально-ритмических навыков, а также для отдыха и переключения внимания. Педагог может использовать их по необходимости, в зависимости от конкретной ситуации, группы детей. Наряду с играми на первых занятиях так же необходима дисциплина и организация внимания воспитанников.

Примеры музыкально-ритмических игр: птички, карусель, дискотека, тук-тук, воздушный шар, сороконожки, морская фигура замри, тара-та-та, сороконожки, крокодильчики и паучки (см. приложение №1, раздел: музыкально-ритмические игры).

Особенное внимание на уроках ритмики следует уделять такому немаловажному фактору, как дыхание. Правильное дыхание имеет иногда решающее значение для освоения танцевальной техники, особенно если учитывать частую смену темпов и ритмов урока, при исполнении развернутых танцевальных композиций и необходимости преодолевать значительные сценические пространства.

* **Специальная танцевально - художественная работа**

Включает себя разучивание, постановку и последующую отработку танцевальных номеров. Разучивать танцевальные этюды или целые номера необходимо, чтобы еще больше заинтересовать детей, открыть для них способ выразить чего-либо посредством языка танца. Поэтому репертуар для танцевальных постановок должен соответствовать возрасту и понятен ребенку. На первом году обучения вводится со второго полугодия, т.к. в первом полугодии дети еще только знакомятся и разучивают основные базовые элементы на основе которых и будет строится танцевальная композиция.

* **Организационно-массовое мероприятие воспитательного характера**

Включает в себя организованные групповые походы на концертные выступления хореографических коллективов, а также на открытые занятия других детских танцевальных ансамблей. С последующим обсуждением увиденного материала.

**1.4. Планируемые результаты**

К концу первого года обучения дети должны иметь:

а) навыки выразительного движения (на основе проученного материала уметь правильно исполнять разминку, ритмические упражнения, элементы партерной гимнастики, простейшие танцевальные комбинации и этюды);

б) музыкально-ритмические навыки (точно начинать движение после
вступления, передавать хлопками ритмический рисунок, менять движения со сменой частей);

в) художественно-творческие навыки (уметь показать, с помощью танцевальной пластики, заданный образ в сначала в игре, а в дальнейшем в этюде, в хореографической композиции);

г) мотивацию к дальнейшему освоению учебного материала;

Обучающие должны знать:

а) названия основных ритмических упражнений, элементов партерной гимнастики;

б) знать основные темповые музыкальные размеры;

Обучающиеся должны уметь:

а) соблюдать подтянутость корпуса, правильное положений рук, ног, головы при исполнении любых движений;

б) ориентироваться в пространстве класса;

г) координировать движения, соблюдать рисунок танца;

Обучающиеся должны обладать:

* заинтересованностью хореографией как видом искусства;
* склонностью и стремлением к эстетике;
* первоначальными навыками самоконтроля и взаимоконтроля;
* осознанием себя как части танцевального коллектива «Симбирцит».

Возможны 3 уровня освоения программы:

Низший уровень – присутствует незначительное развитие физических данных, имеется наличие музыкальных и ритмических навыков, но они развиты слабо, в движениях нет выразительности, исполняются неуклюже и не музыкально.

Средний уровень – хорошая динамика развития физических данных, музыкально-ритмические навыки достаточно сформированы, воспитанник на хорошем исполнительском уровне.

Высший уровень – присутствует хорошее развитие физических данных, танцевальные и музыкальные навыки ярко выражены, гармонично сочетаются между собой, присутствует самостоятельный поиск знакомых элементов с учетом музыки.

**Критерии оценки достижений воспитанников**

По окончании обучения у ребят может наблюдаться один из трех уровней усвоения материала:

1) Низкий: у воспитанника не наблюдается явного прогресса в улучшении физических данных; воспитанник не в полной мере обладает начальными теоретическими знаниями по хореографическим дисциплинам, входящим в программу; имеет практический опыт исполнения при отсутствии точности движений, не всегда владеет методикой исполнения, не соотносит музыку с движением; у воспитанника мало проявлены такие качества, как трудолюбие и целеустремленность, отсутствуют дисциплинарные навыки.

2) Средний: обучающийся владеет теоретическим материалом и методикой исполнения, наблюдается динамика развития физических данных; воспитанник способен применить все полученные знания на практике – при создании пластического образа; он обладает музыкальными и дисциплинарными навыками на среднем уровне; способен продуктивно трудиться на занятиях.

3) Высокий: данный уровень во многом обусловлен изначальными хорошими физическими и музыкальными данными воспитанника и у него явно наблюдается талант в области хореографии; кроме того, воспитанник обладает всеми необходимыми ЗУН и динамикой физического и творческого развития; он также не только может провести анализ чужого исполнения, но, основываясь на нем, способен и желает при необходимости самостоятельно исправить недостатки своего исполнения.

Доминирование того или иного уровня в группе является показателем эффективности подготовки: хорошим считается результат, при котором основная масса ребят имеет средний уровень знаний; низкий уровень свидетельствует о недостатке мотивации детей; высокий уровень говорит, кроме всего прочего, о развитии творческого потенциала ребят, что свидетельствует в пользу эффективности обучения.

Низкий уровень усвоения программы имеют, как правило, дети без хороших физических и музыкальных данных, а также имеющие либо слабую мотивацию к обучению, либо прикладывающие недостаточно усилий при обучении. Реже это могут быть часто болеющие дети и по этой причине пропускающие значительную часть занятий. Обычно низкий уровень имеют 2 – 3 человека из группы (13 – 14 %). Прогноз при низшем уровне усвоения программы, тем не менее, благоприятный, т.к. при большом желании ребенка, упорстве и трудоспособности ребенка возможен рост до среднего уровня. В таком случае с родителями ведется беседа о необходимости дополнительных занятий дома. Как показывает практика, многие из этих детей позже показывают очень хорошие результаты благодаря тому, что им приходится прикладывать усилий гораздо больше, чем другим детям с лучшими физическими и музыкальными данными.

При среднем уровне прогноз хороший. По численности это большинство детей, они хорошие исполнители танцевальных номеров, составляют костяк ансамбля (72 %). При высокой мотивации и большой трудоспособности эти дети могут достигнуть высшего уровня.

*(Пример из практики – Виктория С., сегодняшняя солистка старшей группы ансамбля, лауреат президентской премии в номинации «хореография», в возрасте 4 года была на среднем уровне освоения программы).*

Высокий уровень – это будущие солисты, талантливые дети, на которых педагог должен обращать особое внимание и заниматься с ними индивидуально. Как правило, на группу, состоящую из 15 человек, приходится 2- 3 будущих солиста (13 – 14 %).

Творческая работа народного коллектива ансамбля танца «Симбирцит» на протяжении более 15 лет показывает свою актуальность, значимость и дает определенные результаты. Воспитанники подготовительной группы ансамбля, как правило, продолжают занятия хореографией в старших группах коллектива, в основном составе. Многолетнее наблюдение за динамикой развития танцевального коллектива и творческим развитием обучающихся позволяет утверждать, что именно дети, начавшие обучение с четырех летнего возраста, в дальнейшем становятся солистами ансамбля, победителями хореографических конкурсов. Особую гордость вызывают сегодняшние участники ансамбля – лауреаты президентской премии, всероссийских и международных конкурсов а также выпускники ансамбля, которые решили связать свою профессиональную деятельность с хореографией.

1. **Комплекс организационно-педагогических условий**
	1. **Календарный учебный график**

**Среда – 19.00-19.30, суббота – 11.00-11.30**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **месяц** | **число** | **Время проведения занятия** | **Форма занятия** | **Кол-во часов** | **Тема занятия** | **Место проведения** | **Форма контроля** |
| 1 |  |  |  | беседа | 1 | Вводное занятие.Инструктаж по правилам внутреннего распорядка технике безопасности | 204 аудитория | беседа |
| 2 |  |  |  | Рассказ, показ | 1 | Выворотное и невыворотное положение ног | аудитория 204  | наблюдение |
| 3 |  |  |  | Рассказ, показ | 1 | 6 позиция ног. Поклон. | аудитория 204  | наблюдение |
| 4 |  |  |  | Рассказ, показ | 1 | Упражнение для постановки корпуса (плечи, шея)  | аудитория 204  | наблюдение |
| 5 |  |  |  | Рассказ, показ | 1 | Упражнение (уголок-чпок)  | аудитория 204  | наблюдение |
| 6 |  |  |  | Рассказ, показ | 1 | Упражнения (стульчик)  | аудитория 204  | наблюдение |
| 7-8 |  |  |  | Рассказ, показ | 2 | Упражнение (дай конфетку) | аудитория 204  | наблюдение |
| 9 |  |  |  | Рассказ, показ | 1 | Упражнение (пружинка)  | аудитория 204  | наблюдение |
| 10 |  |  |  | Рассказ, показ | 1 | Шаг с носка  | аудитория 204  | наблюдение |
| 11 |  |  |  | Рассказ, показ | 1 | Шаг на пятках | аудитория 204  | наблюдение |
| 12 |  |  |  | Рассказ, показ | 1 | Шаг на высоких полупальцах | аудитория 204  | наблюдение |
| 13 |  |  |  | Рассказ, показ | 1 | Шаг с высоким подъемом колена | аудитория 204  | наблюдение |
| 14-15 |  |  |  | Рассказ, показ | 2 | Шаг «подскок» | аудитория 204  | наблюдение |
| 16 |  |  |  | Рассказ, показ | 1 | Бег с высоким подъемом колена | аудитория 204  | наблюдение |
| 17 |  |  |  | Рассказ, показ | 1 | Бег с захлестом пяток назад, до ягодиц | аудитория 204  | наблюдение |
| 18-19 |  |  |  | Рассказ, показ | 2  | Прыжки по кругу в 6 поз.ног | аудитория 204  | наблюдение |
| 20 |  |  |  | Рассказ, показ | 1 | Упражнения для стоп | аудитория 204  | наблюдение |
| 21 |  |  |  | Рассказ, показ | 1 | Упражнения для развития выворотности (книжечка, лягушка) | аудитория 204  | наблюдение |
| 22 |  |  |  | Рассказ, показ | 1 | Упражнения для развития гибкости спины | аудитория 204  | наблюдение |
| 23 |  |  |  | Рассказ, показ | 1 | Упражнения на растяжку  | аудитория 204  | наблюдение |
| 24 |  |  |  | Рассказ, показ | 1 | Упражнения для пресса | аудитория 204  | наблюдение |
| 25 |  |  |  | Рассказ, показ | 1 | Упражнения для спины | аудитория 204  | наблюдение |
| 26 |  |  |  | Рассказ, показ | 1 | Простой прыжок на месте в 6 поз. ног | аудитория 204  | наблюдение |
| 27 |  |  |  | Рассказ, показ | 1 | Прыжок на одной ноге | аудитория 204  | наблюдение |
| 28 |  |  |  | Рассказ, показ | 1 | Прыжок с поджатыми ногами назад  | аудитория 204  | наблюдение |
| 29 |  |  |  | Рассказ, показ | 1 | Ритм. Пляска «Приглашение» | аудитория 204  | наблюдение |
| 30 |  |  |  | Рассказ, показ | 1 | Ритм. Танец «Тик – так» | аудитория 204  | наблюдение |
| 31-33 |  |  |  | Рассказ, показ | 3 | Повторение пройденного материала  | аудитория 204  | наблюдение |
| 34-35 |  |  |  | Рассказ, показ | 2 | Репетиционная работа  | аудитория 204  | наблюдение |
| 36 |  |  |  | Рассказ, показ | 1 | Шпагат поперечный | аудитория 204  | наблюдение |
| 37 |  |  |  | Рассказ, показ | 1 | Игра «Тра-та-та» | аудитория 204  | наблюдение |
| 38 |  |  |  | Рассказ, показ | 1 | Перегибы корпуса | аудитория 204  | наблюдение |
| 39 |  |  |  | Рассказ, показ | 1 | Глубокий наклон вниз, руки на пол | аудитория 204  | наблюдение |
| 40 |  |  |  | Рассказ, показ | 1 | Боковой шаг «галоп» | аудитория 204  | наблюдение |
| 41 |  |  |  | Рассказ, показ | 1  | Упражнение «крокодильчик» | аудитория 204  | наблюдение |
| 42 |  |  |  | Рассказ, показ | 1 | Упражнение «паучки»  | аудитория 204  | наблюдение |
| 43-44 |  |  |  | Рассказ, показ | 2  | Повторение пройденного материала  | аудитория 204  | наблюдение |
| 45 |  |  |  | Рассказ, показ | 1 | Динамическая игра «Дискотека» | аудитория 204  | наблюдение |
| 46 |  |  |  | Рассказ, показ | 1 | Упражнение «колечко» | аудитория 204  | наблюдение |
| 47 |  |  |  | Рассказ, показ | 1 | Упражнение «Русалочка» | аудитория 204  | наблюдение |
| 48 |  |  |  | Рассказ, показ | 1 | Упражнение «Закладочка» | аудитория 204  | наблюдение |
| 49 |  |  |  | Рассказ, показ | 1 | Динамическая игра «Птички» | аудитория 204  | наблюдение |
| 50 |  |  |  | Рассказ, показ | 1 | Упражнение «рыбка»  | аудитория 204  | наблюдение |
| 51 |  |  |  | Рассказ, показ | 1 | Организованный выход в хореографический коллектив | аудитория 204  | наблюдение |
| 52 |  |  |  | Рассказ, показ | 1 | Игра «воздушный шар» | аудитория 204  | наблюдение |
| 53 |  |  |  | Рассказ, показ | 1 | Игра «Подари улыбку другу» | аудитория 204  | наблюдение |
| 54-55 |  |  |  | Рассказ, показ | 2 | Понятие «точек класса» | аудитория 204  | наблюдение |
| 56-57 |  |  |  | Рассказ, показ | 2 | Повторение пройденного материала | аудитория 204  | наблюдение |
| 58 |  |  |  | Рассказ, показ | 1  | Упражнение «мячик» | аудитория 204  | наблюдение |
| 59 |  |  |  | Рассказ, показ | 1 | Игра «Страус»  | аудитория 204  | наблюдение |
| 60 |  |  |  | Рассказ, показ | 1 | Игра «с перестроениями» | аудитория 204  | наблюдение |
| 61  |  |  |  | Рассказ, показ | 1 | Партерная гимнастика на основе проученных упражнений | аудитория 204  | наблюдение |
| 62-63 |  |  |  | Рассказ, показ | 2 | Повторение пройденного материала | аудитория 204  | наблюдение |
| 64 |  |  |  | Рассказ, показ | 1 | Упражнение для развития высокого подъема | аудитория 204  | наблюдение |
| 65 |  |  |  | Рассказ, показ | 1 | Партерная гимнастика на основе проученных движений | аудитория 204  | наблюдение |
| 66 |  |  |  | Рассказ, показ | 1 | Прыжки поджатыми ногами вперед | аудитория 204  | наблюдение |
| 67 |  |  |  | Рассказ, показ | 1 | Упражнение «рыбка» | аудитория 204  | наблюдение |
| 68 |  |  |  | Рассказ, показ | 1 | Упражнение «Кошечка, собачка» | аудитория 204  | наблюдение |
| 69 |  |  |  | Рассказ, показ | 1 | Игра «Воздушный шар» | аудитория 204  | наблюдение |
| 70 |  |  |  | Рассказ, показ | 1 | Упражнение «полушпагат»  | аудитория 204  | наблюдение |
| 71 |  |  |  | Рассказ, показ | 1 | Упражнение «шпагат продольный на левую и правую ногу» | аудитория 204  | наблюдение |
| 72 |  |  |  | Рассказ, показ | 1 | Открытое занятие | аудитория 204  | наблюдение |
| ИТОГО: |  |  |

**2.2 Условия реализации программы**

1. **Кадровое обеспечение:**
* педагог-хореограф
* концертмейстер
1. **Материально-техническое обеспечение:**
* - аудио-система
* - музыкальный инструмент (фортепиано, электропиано)
* - специально оборудованный танцкласс: балетные станки, специальное напольное покрытие (паркет или танцевальный линолеум для танцевальных занятий, ковролин или отдельные коврики для занятий гимнастикой), вентиляционная система, освещение, комната для переодевания
* репетиционная форма (гимнастические купальники)
* мягкая танцевальная обувь
1. **Организационно-методическое обеспечение:**
* налаженная обратная связь с родителями
* методические пособия: видеоматериалы, учебные пособия, музыкальный материал

**2.3. Формы аттестации**

Диагностика в образовательном процессе представляет собой общую диагностику развития ребенка и диагностику развития физических данных. В основу диагностики развития творческих и физических задатков детей положен *метод наблюдения*, с фиксацией творческих достижений на видео и последующим анализом совместно с обучающимися.

Диагностика включает в себя задания:

* музыкально-ритмические;
* начальные танцевальные;
* на развитие пластики и образного мышления.

Контроль предполагаемых результатов включает:

а) текущий контроль (1) (проводится педагогом на каждом занятии)

б) промежуточный контроль (открытое занятие (2), два раза в год)

* + - 1. Текущий контроль. Непосредственное наблюдение за воспитанниками и анализ динамики освоения программы каждым.
			2. Открытое занятие. Проводится в середине учебного года, строится как обычное занятие, но отличается присутствием родителей, с целью получения детьми первого опыта публичного выступления, мобилизации детьми своих сил, а также наглядного знакомства родителей с содержанием занятия. На открытом занятии педагог может рекомендовать домашние упражнения как всем, так и индивидуально.

**2.4. Список литературы**

**Литература для педагога**

Основная:

1. Буренина А. И. Коммуникативные танцы-игры для детей: Учеб. пособие. СПб.: Издательство «Музыкальная палитра», 2004.
2. Горшкова Е. В. От жеста к танцу. Методика и конспекты занятий у детей 5-7 лет Пособие для музыкальных руководителей детских садов М.: Издательство «Гном и Д», 2002
3. Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике в I и II классах музыкальной школы. Выпуск 1 издательство “музыка”. Москва, 1972 год.
4. А. Е. Чибрикова-Луговская. Ритмика. Методическое пособие. Издательство:Дрофа, 1998

Дополнительная:

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. Москва, 2000.
2. Бесова М. Весёлые игры для дружного отряда. - Ярославль: Академия холдинг,2004.
3. Выготский Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте. Просвещение, 1991.
4. Франио Г. Роль ритмики в эстетическом воспитании детей. Москва, 1989 год.
5. Шишкина В.А. Движение + движение. - М.: Просвещение, 1992.
6. Суртаев В.Я. Игра как социокультурный феномен. - Санкт-Петербург, 2003.
7. Новиков С.Ю. Любимые праздники. - М.: ACT - ПРЕСС СКД, 2003.
8. Браиловская Л.В. Самоучитель по танцам. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2003.