

Управление образования г. Пензы
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №36 г. Пензы

Принята на заседании
Педагогического совета
от 30.08.23г.
Протокол № __

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №36 г. Пензы
_____ Е. Г. Сафронова
Приказ от 30.08.2023г. № _____

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности
«Театр танца»

Возраст учащихся: 7-11 лет.

Срок реализации - 2 года.

Уровень усвоения – базовый.

Автор-составитель:
Ильсова Ирина Николаевна,
педагог дополнительного образования.

г. Пенза, 2023г.

КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Театр танца» по содержанию является художественной, по уровню освоения – базовой, по форме организации – очной, по степени авторства – модифицированной.

Нормативно-правовые основы создания Программы

Федеральный Закон РФ от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в РФ».

Федеральный Закон от 31 июля 2020 года № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся».

Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

"Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи", утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20».

Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г.».

Национальный проект «Образование» (утвержден Президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24.12.2018 г. № 16).

Целевая модель развития региональной системы дополнительного образования детей (приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 г. № 467).

Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование», 2015 г.) (Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242);

Распоряжение правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года №996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».

Устав Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы №36 г. Пензы.

Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы №36 г. Пензы.

Актуальность программы predetermined социальным заказом родителей и учащихся младших классов, а также запросом со стороны администрации МБОУ СОШ №36 г. Пензы.

Отличительные особенности и новизна программы

Театр танца - это объединение творческих людей, соединенных одной идеей: рассказать людям что-либо (чувства, сюжеты из жизни, переживания), не используя никаких слов, пользуясь лишь хореографическим языком, артистизмом танцоров, реквизитом, видеосопровождением, получая хореографический спектакль, объединенный

цельным смысловым содержанием. В связи с этим программа предоставляет учащимся возможность развития танцевально-творческих способностей, формирования эстетического вкуса, удовлетворения двигательных потребностей, используя соответствующие условия школы.

Новизна данной программы заключается в следующем:

- в содержании образовательной деятельности совмещается несколько танцевальных направлений (классический танец, джаз танец, степ танец, хип-хоп танец), что позволяет осуществить комплексную хореографическую подготовку обучающихся и помогает учащимся адаптироваться к репетиционно-постановочной работе;
- в учебном процессе используются формы иллюстративного материала по учебным темам;
- занятия в театре танца тесно связаны с обучением на уроках физической культуры и музыки;
- базовый уровень подготовки по окончании обучения дает учащимся возможность продолжения обучения на углублённом уровне другой программы по хореографии.

Педагогическая целесообразность состоит в том, чтобы на волне интереса учащихся к такому популярному и востребованному занятию танцем помочь им формировать понимание того, что танец очень глубокий и многогранный вид искусства, динамично развивающийся во времени.

Содержание программы предлагает обширный материал, включающий в себя разные виды деятельности: тренировочные и гимнастические упражнения, танцевальные движения и этюды, прослушивание и анализирование музыки, игровой материал.

Обучение танцам наряду с другими предметами способствует общему разностороннему развитию учащихся, корректируют эмоционально-волевую зрелость. Развивается чувство ритма, музыкальный слух и память. На занятиях учащиеся совершенствуют двигательные навыки, у них развивается пространственная ориентация, улучшается осанка, формируется чёткость и точность движений.

Занятия танцевальным искусством положительно влияют на умственное развитие: каждое занятие нужно понять, осмыслить, правильно понять, осмыслить, правильно выполнять движения, вовремя включаться в деятельность, надо осмыслить соответствие выбранных движений характеру музыки. Эти занятия создают благоприятные условия для развития творческого воображения. Бесспорно также их воздействие на формирование произвольного внимания, развитие памяти. Занятия ритмикой оказывают на учащихся организующее и дисциплинирующее влияние, помогают снять чрезмерную возбудимость и нервозность.

Цель программы - развитие у учащихся способности к созданию и самостоятельному воплощению сюжетно-танцевального образа, воспитание у них танцевально-сценической культуры, обучение учащихся технике различных танцевальных стилей.

Задачи программы

- формирование у учащихся танцевальных навыков, развитие музыкального слуха и чувства ритма;
- формирование понимания внешнего образа как элемента общего художественного уровня сценического номера;
- формирование способности соотносить движение с заданным характером музыки;
- развитие способности к танцевальной импровизации, раскрытие творческого потенциала;

- совершенствование техники выполнения учащимися элементов классической и народной хореографии как основы танцевально-технического совершенствования;
- обучение основам актерского мастерства;
- развитие у танцоров образного мышления;
- формирование у учащихся художественно-музыкального вкуса, эмоционально ценностного отношения к искусству;
- воспитание уважения к народным музыкально-танцевальным традициям, стремления к их сохранению и развитию;
- формирование у учащихся коммуникативных компетенций.

Адресат программы

Общеобразовательная общеразвивающая программа ориентирована на учащихся от 7 до 11 лет.

Возрастные и психофизические особенности учащихся

В младшем школьном возрасте происходит развитие саморегуляции, произвольности поведения, воли, рефлексии, формируется уверенность в себе. Формируется костно-мышечный аппарат, активизируется внимание, повышается жизненный тонус учащихся. Особое внимание в этом возрасте уделяется развитию двигательного аппарата: у детей продолжает формироваться мелкая и крупная моторика, появляется координация движений, ловкость, равновесие и умение перешагивать через не высокие предметы. Появляется четкое осознание того, какую форму имеет предмет, находящийся перед ними, а также с легкостью определяет синонимичные предметы. Благодаря ориентации в пространстве ребенок может без труда запоминать танцевальные приемы переходов из одной фигуры в другую. Кроме этого учащиеся умело вычленяют простые формы из сложных, что делает их более внимательными и сообразительными. В этом возрасте начинает постепенно складываться система оценки собственной деятельности, однако оценка взрослого играет большую роль. Очень большую значимость играет наглядный показ, поэтому педагогу требуется преподнести танцевальные движения и манеру исполнения в красочной форме, дабы избежать потери стимула к занятиям хореографией.

Набор учащихся свободный (при наличии справки о состоянии здоровья), распределение по группам - в соответствии с возрастом.

Объем и сроки реализации

Программа рассчитана на 2 года обучения. Программа реализуется в течение учебного года. Общее количество часов на весь период обучения – 144 часа, на 1 год и следующие года по —72ч.

Формы организации образовательной программы – очная. Возможна дистанционная форма обучения (для учащихся с частыми или длительными заболеваниями, а также в период карантина).

Режим занятий

Занятия в группах проводятся 2 раза в неделю. Продолжительность занятий 1 академический час.

Особенности организации образовательного процесса

Основная форма образовательной работы: музыкально-тренировочные занятия, они включают чередование различных видов деятельности: музыкально-ритмические упражнения и игры, слушание музыки, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и движения, творческие задания. Организация игровых ситуаций помогает усвоению программного содержания, приобретению опыта взаимодействия.

Реализация данной программы предполагает осуществление образовательной деятельности на следующих принципах:

- принцип интеграции различных жанров танцевального искусства, синкретичности различных видов искусств (хореографии, литературы, истории, декоративно-прикладного искусства);
 - принцип концентричности, т.е. возвращение к ранее изученному материалу с его последующим расширением и усложнением;
 - принцип непрерывности предполагает правильное чередование напряжений и спадов в работе, равномерность ее во времени, ее насыщенность в течении учебного года позволяет определить системность в работе;
 - принцип доступности, т.е. для каждого возраста материал подбирается в соответствии с особенностями психолого - эмоционального развития именно этого возраста;
 - принцип преемственности предполагает создание и развитие традиций, помогающих сформировать сплоченный коллектив;
 - принцип осознанности – усвоение материала должно быть не механическим, а прежде всего, осмысленным;
- принцип наглядности, когда каждое новое движение предварительно показывает и объясняет педагог;
- принцип индивидуального подхода к каждому ребенку, когда требование результата должно исходить из предварительной оценки его возможностей;
- принцип сотрудничества между педагогом и детьми, между детьми разных возрастных групп;
- принцип развивающего обучения, который ориентирует учащихся на зону ближайшего развития.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты

По окончании программы у учащихся будут сформированы:

- правила поведения в танцевальном зале;
- культура сценического поведения учащихся;
- трудолюбие для достижения результатов;
- социальная коммуникативность (дружеские отношения в группе);
- способность ориентироваться в пространстве в разных плоскостях;
- способность двигаться синхронно;
- ловкость и выносливость при исполнении движений, музыкально-ритмические навыки;
- формирование интереса к изучаемым танцевальным направлениям, к народной культуре;
- понятие эстетики движений.

Метапредметные результаты

По окончании программы учащиеся научатся:

- принимать учебную цель и удерживать её до конца выполнения учебной задания;
- самостоятельно планировать процесс достижения учебной цели;
- организовывать и контролировать практическую деятельность по достижению цели;
- взаимодействовать в процессе деятельности с педагогом и другими обучающимися;
- обращаться и принимать помощь;
- адекватно принимать оценку своей деятельности;
- достигать результатов и самостоятельно анализировать их;
- публично презентовать результат своей деятельности.
- эффективно использовать в танце музыкально-ритмические, физические данные;
- разовьют навыки координации, сольного и ансамблевого исполнения, импровизации, актерского мастерства;
- разовьют память, воображение путем использования игр и импровизации на занятиях;
- разовьют гибкость, пластичность, музыкальность, физическую выносливость;

Предметные результаты

1 год обучения

Программные требования к знаниям (результаты теоретической подготовки):

- знание стилистики различных танцевальных направлений;
- знание танцевальных терминов;
- совершенствование сценической культуры при исполнении хореографических постановок.

Программные требования к результатам практической подготовки:

- умение анализировать музыкальный материал;
- владеть основами народного, классического и современного танца;
- умение создавать выразительный образ на сцене, основанный на знании стилистики различных жанров;
- исполнять концертные номера в правильной стилистике.

2 год обучения

Программные требования к знаниям (результаты теоретической подготовки):

- знание усложненных комбинаций классического экзерсиса (адажио, маленькие и большие позы, аллегро);
- знание основных позиций и положений рук и ног, положений головы и корпуса во время исполнения танца;
- знание отличий разных танцевальных направлений.

Программные требования к результатам практической подготовки:

- умение выполнять сложные комбинации классического и народного танцев;
- умение выполнять рисунок сценического танца;
- умение исполнять элементы классического станка в повышенном темпе;
- умение использовать сложный рисунок в танцевальных постановках;
- умение импровизировать на заданную тему, используя знание стилей современной хореографии.

Ожидаемые результаты освоения программы

1 уровень (стартовый). На стартовом уровне у учащихся формируются основы общей и сценической культуры.

В результате освоения 1 этапа учащиеся будут

знать:

- понятие «ритмика», основные положения рук, ног, головы,
- основные танцевальные шаги, движения, упражнения в положении лежа, сидя;

уметь:

- занимать правильное исходное положение, равняться в шеренге, в колонне,
- ритмично выполнять движения руками и ногами,
- двигаться в соответствии с темпом музыкального произведения,
- выполнять игровые и плясовые движения,
- координировать свои движения;

владеть:

- навыками общения со сверстниками.

2 уровень (базовый). На данном уровне обучения уделяется особое внимание приобретению новых знаний и умений, мотивации достижения результата, стремления к совершенствованию своих танцевальных способностей; навыков творческой установки. Умение свободно ориентироваться в ограниченном пространстве, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения.

В результате освоения базового уровня учащиеся будут

знать:

- терминологию и движения классического, народного и бального танца;

уметь;

- двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки,

- передавать в движении ритмический рисунок,
- планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей,
- организованно строиться (быстро, точно),
- соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку,
- ориентироваться в пространстве.

Характеристика разделов программы

Ритмика

В раздел включены ритмические упражнения, музыкальные игры, музыкальные задания по слушанию и анализу танцевальной музыки. Упражнения этого раздела способствуют развитию музыкальности: формируют музыкальное восприятие, представления о выразительных средствах музыки, запас музыкальных впечатлений, развивают чувство ритма, умение ориентироваться в музыке, определять ее характер, метроритм, строение и умение согласовывать музыку с движением.

Танцевальная азбука

Раздел содержит элементы партерного экзерсиса, экзерсиса у станка, классического, народного и бального танца. Включенные в раздел упражнения способствуют развитию и укреплению мышц, исправлению физических недостатков, вырабатывают умения владеть своим телом, совершенствуют двигательные навыки, благотворно воздействуют на работу органов дыхания, кровообращения.

Танцевальное ассорти

Раздел включает изучение народных, эстрадных и бальных танцев. Особое внимание уделяется развитию танцевальной выразительности, формированию эстетического вкуса, воспитанию коллективизма, ответственности и дисциплины.

Танцевальные этюды

В данном разделе дети учатся использовать разные стили хореографии, импровизировать, ставить танцы. При этом основная работа направлена на создание сценического образа, соединение движений в танцевальные комбинации, разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах.

Учебный план

Название разделов	Этапы и годы обучения	
	Стартовый уровень	Базовый уровень
	1 год	2 год
Ритмика	18	8
Танцевальная азбука	22	10
Танцевальное ассорти	20	20
Танцевальные этюды	4	26
Воспитывающая деятельность	4	4
Аттестация	4	4
Итого часов	72	72

Учебно- тематический план 1 года обучения

№	Название раздела (темы)	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Ритмика -Упражнения на ориентацию в пространстве - Музыкально-	18	3	15	Игра- путешествие

	ритмические упражнения				
2	Танцевальная азбука - Партерный экзерсис - Танцевальные движения	22	2	20	Пластический этюд
3	Танцевальное ассорти -Танцевальные композиции -Танцевальные номера	20	2	18	Отчетный концерт
4	Танцевальные этюды - Танцевальная импровизация	4	1	3	Открытое занятие для родителей
5	Воспитывающая деятельность	4		4	Участие в мероприятиях, наблюдение, тестирование
6	Аттестация	4	1	3	Тестирование
Итого:		72	9	63	

Содержание программы 1 года обучения (72 часа)

Вводное занятие

Введение в программу. Анкетирование. Проведение инструктажа по правилам поведения на занятиях, правилам дорожного движения, правилам пожарной безопасности. Игры на знакомство.

1. Раздел «Ритмика»

Тема «Упражнения на ориентацию в пространстве»

Теория: Понятия: ритмика, позиции рук, ног, головы, позиции в паре, точки зала. Постановка корпуса, круг, линия танца. Структурные особенности музыки (характер, ритм, темп).

Практика: Правильное исходное положение. Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка. Перестроение в круг из шеренги, цепочки. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.

Упражнения на координацию движений: Перекрестное поднимание и опускание рук (правая рука вверх, левая вниз). Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх. Выставление левой ноги вперед, правой руки — перед собой; правой ноги — в сторону, левой руки — в сторону и т. д. Изучение позиций рук: смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; провожать движение руки головой, взглядом.

Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков.

Контроль: Умение ориентироваться в пространстве зала, двигаться в соответствии с заданной музыкой.

Тема «Музыкально- ритмические упражнения»

Теория: беседа о значении разминки

Практика: Общеразвивающие упражнения:

Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты). Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать

предметы перед собой и сбоку). Приседания с опорой и без опоры, с предметами (обруч, палка, флажки, мяч). Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы. Упражнения на выработку осанки.

Контроль: умение двигаться в соответствии с заданным ритмом.

2. Раздел «Танцевальная азбука»

Тема «Партерный экзерсис»

Практика: Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела:

1. Вытягивания, разворачивание и сокращение стопы.
2. Повороты головы, упражнения на развитие мышц шеи.
3. Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава.
4. Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов.
5. Упражнения на укрепления мышц брюшного пресса, спины и поясничного отдела позвоночника.
6. Упражнения на улучшение гибкости позвоночника.
7. Упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра.
8. Упражнения на улучшения гибкости коленных суставов.
9. Упражнения на исправление осанки:
 - а) при сутулости (кифозе),
 - б) при седлообразной спине (лордозе),
 - в) при асимметрии лопаток,
 - г) при “х” - образных ногах рекомендуются упражнения растяжение связок в тазобедренном суставе,
 - д) при “о” - образных ногах рекомендуются упражнения на растяжение подколенных связок.

Свободное круговое движение рук. Перенос тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник).

Контроль: четкость выполнения упражнений

3. Раздел «Танцевальное ассорти»

Тема «Танцевальные движения»

Теория: понятия «сценический шаг», основные положения рук, названия танцевальных элементов

Практика: Поклон реверанс,

1. Сценический шаг,
2. Шаг на полу пальцах.
3. Легкий бег;
4. Поскоки: на месте, с продвижением вперед, вокруг себя;
5. Удары стопой по 6-й и 3-й позициям;
6. Танцевальный бег с различным положением рук (на поясе, в стороны, за спиной);
7. Притопы, хлопки в ладоши по одному и в парах;
8. Ковырялочка;
9. Движения плеч и корпуса: подъем плеч в различном темпе и характере, поочередное выведение плеча вперед, наклоны корпуса вперед, назад, в сторону.
10. Движение головы; повороты направо - налево, в различном характере, вверх- вниз с различной амплитудой, наклоны вправо - влево (с различной амплитудой).
11. Боковой голоп;
12. Шаг польки;
13. Прыжки по 6 поз, и поочередным выбрасыванием ног вперед;

14. Перевод рук из подготовительного положения в 1-ю. 2-ю, позицию и обратно.
Раскрывание рук из положения “ на поясе” в 1-ю позицию, 2-ю поз, возвращение рук на пояс через 1-ю позицию.

Положения рук в танцах

1. Руки на поясе “большой палец обращен назад”;
2. Подбоченившись “ кисти сжаты в кулаки и поставлены на пояс”;
3. Девочки придерживают руками юбочку “руки в локтях закруглены”;
4. Руки свободно опущены, ладони раскрыты навстречу движения.
5. Руки скрещены перед грудью;
6. Одна рука на поясе, другая с платочком поднята в сторону - вверх и слегка согнута в локте “только девочки”;
7. Руки убраны за спину.

Контроль: знание основных танцевальных элементов, положений рук

4.Раздел «Танцевальные этюды»

Теория: понятия «образ», «этюд»

Практика: имитационные игры. Танцевальные этюды на образ. Передача настроения и характера в образе. Зверобика. Выполнение зарисовок детского, эстрадного, народного танца.

Контроль: умение выполнить имитационный этюд.

5.Раздел Воспитывающая деятельность

Воспитательные мероприятия 1 года обучения направлены на развитие у учащихся коммуникативных навыков, навыков здорового образа жизни: Игра – путешествие «Путешествие в страну здоровья». Беседа «Правила поведения на сцене, за кулисами и в зрительном зале». Познавательное мероприятие «Марафон здоровья», Познавательное мероприятие «В стране дорожных знаков». Традиционное мероприятие «Посвящение в танцоры».

6. Раздел Аттестация

Теория: Правила выполнения и критерии оценивания аттестационных работ.

Практика: Выполнение диагностических заданий по разделам: Ритмика. Танцевальная азбука. Танцевальный калейдоскоп.

Учебно- тематический план 2 года обучения

№	Название раздела (темы)	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Ритмика -Упражнения на ориентацию в пространстве - Музыкально-ритмические упражнения	8	1	7	Игра- путешествие; Игра- имитация
2	Танцевальная азбука - Партерный экзерсис - Танцевальные движения	10	2	8	Пластический этюд
3	Танцевальное ассорти -Танцевальные композиции -Танцевальные номера	20	2	18	Отчетный концерт
4	Танцевальные этюды - Танцевальная импровизация	26	4	22	Открытое занятие для родителей

5	Воспитывающая деятельность	4		4	Участие в мероприятиях
6	Аттестация	4	1	3	Тестирование
	Итого:	72	10	62	

Содержание программы 2 года обучения

Вводное занятие

Анкетирование. Проведение инструктажа по правилам поведения на занятиях, правилам дорожного движения, правилам пожарной безопасности.

1. Раздел «Ритмика»

Тема «Упражнения на ориентацию в пространстве»

Практика: Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Построение в колонну по два. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Построение круга из шеренги и из движения враспынную. Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место. Перестроение из одного круга в два ряда; перестроение из троек и четверок в кружочки и звездочки; перестроение из большого круга в большую звезду; крест построение в парах: обход до-за-до. Повороты в прыжке - налево по точкам.

Контроль: умение построения и перестроения.

Тема «Музыкально- ритмические упражнения»

Теория: беседа о профилактике здорового образа жизни

Практика *Общеразвивающие упражнения.* Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения. Наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения. Наклоны туловища, сгибая и не сгибая колени. Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс. Повороты туловища с передачей предмета (палки, мячи). Опускание и поднятие предметов перед собой, сбоку без сгибания колен. Резкое поднятие согнутых в колене ног, как при маршировке. Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений. Движения правой руки вверх — вниз с одновременным движением левой руки от себя — к себе перед грудью (смена рук). Разнообразные перекрестные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки. Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения. Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки.

Упражнения на расслабление мышц. Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раскачивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед. Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). Выбрасывание то левой, то правой ноги вперед (как при игре в футбол).

Контроль: последовательность выполнения разминки

2. Раздел «Танцевальная азбука»

Тема «Партерный экзерсис»

Теория: введение понятий: Releve, preparation, clemi-plie, Grand plie, Battements tendus, Passe par terre, Battements teiidus jetes, Сотте

Практика: Отработка ранее выученных упражнений на полу.

Экзерсис у станка

1. Постановка корпуса (муз. размер 4/4; 3/4)
2. Положения анфас
3. Позиция ног 1, 2, 3, 5.
4. Позиция рук: (муз. размер 4такта 4/4)
 - а) подготовительное положение;
 - б) 1, 2, 3 - позиция рук.
5. Релеве (Releve) - подъем на полупальцы по 1, 2, 3, 5 позиции (муз. размер 2такта 4/4)
6. Подготовка к началу движения (preparation)
 - а) движение рук;
 - б) движение руки в координации с движением ноги.
7. Приседание по 1-ой, 2-ой, 3-ей и 5-ой позициям (муз. размер 2такта 4/4):
 - а) полуприседания (clemi-plie),
 - б) полное приседания (Grand plie).
8. Battements tendus (муз. размер 2т. 4/4)
 - а) из 1 позиции - в сторону, вперед, назад.
 - б) из V позиция в сторону, вперед, назад.
9. Battements tendus с denei - peies, вперед в сторону, назад (муз. размер 2 т. 4/4, 1 т. 4/4)
10. Passe par terre (муз. Размер 2/4), проведение ноги вперед - назад через I позицию. 1!.
Battements teiidus jetes I-V позиции (маленькие броски, 1такт 4/4, 2такта2/4)
11. Сотте (прыжок с двух ног на две) по 1, 2, 3 позиции (муз. размер2/4)
12. Шанжман де пье, прыжок с двух ног на две из пятой позиции с переменной ног (размер 1такт 4/4).

3. Раздел «Танцевальное ассорти»

Тема «Танцевальные движения»

Теория: особенности русского танца

Дробные движения

- а) Одинарный удар ребром каблука
 - б) Двойной удар ребром каблука
- “Ключ” - простой и на подскоках

Подготовка к присядкам (плавное и резкое опускание вниз по I позиции)

Присядки

- а) Присядка с выбрасыванием ноги на ребро каблука вперед и в сторону по I позиции
- б) Присядка с выбрасыванием ноги на воздух вперед и в сторону

Боковой шаг на всей стопе и на полу пальцах

Припадание в сторону

Перескоки с ноги на ногу на всю стопу

Хлопки и хлопущки - одинарные, двойные и тройные (фиксирующие удары и скользящие удары)

а) В ладони

б) По бедру

с) По голенищу сапога

Русский переменный ход; русский дробный ход (по 1/8)

Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед.

Контроль: навыки исполнения элементов русского танца

Тема «Танцевальные этюды»

Теория: понятия «рисунок танца», «виды танца»

Практика: Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой. Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых

движений. Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов. Самостоятельное создание музыкально-двигательного образа. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением и речевым сопровождением. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.

Элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с подскоками, переменный шаг; руки свободно висят вдоль корпуса, скрещены на груди; подбоченившись одной рукой, другая с платочком поднята в сторону, вверх, слегка согнута в локте (для девочек).

Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением. Основные движения народных танцев. Движения эстрадного танца.

Контроль: умение выполнять движения танца, сохранять рисунок танца.

4.Раздел «Воспитывающая деятельность»

Воспитывающая деятельность направлена на формирование детского коллектива, здоровых привычек. Тематический вечер «Я, ты, он, она все мы лучшие друзья!». Познавательная игра «Быть здоровым и сильным-здорово!». Малая Олимпиада.

5.Раздел «Аттестация»

Теория: Правила выполнения и критерии оценивания аттестационных работ.

Практика: Выполнение диагностических заданий по разделам: Ритмика. Танцевальная азбука. Танцевальный калейдоскоп.

КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

Календарный учебный график

Год обучения	Объем учебных часов по годам обучения	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Режим работы
1	72	36	72	2 занятия по 1 часу
2	72	36	72	2 занятия по 1 часу

Формы аттестации и система оценки результативности обучения по программе

В процессе реализации программы осуществляется начальная диагностика, промежуточная и аттестация по завершению программы. Начальная диагностика проводится в начале 1 учебного года в форме наблюдения с целью выявления начального уровня способностей учащегося.

Промежуточная аттестация проводится два раза в год в форме опросов, тестирования, собеседования, игровых конкурсов, наблюдения, открытых и зачетных занятий, на основе разработанных критериев эффективности освоения дополнительной общеразвивающей общеобразовательной программы. Помимо мониторинга освоения программы осуществляется мониторинг личностного развития ребенка.

Аттестация по завершению обучения осуществляется в соответствии с положением об аттестации, в форме, выбранной педагогом. Выпускники, закончившие обучение и прошедшие аттестацию, получают свидетельства об освоении дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

Итоговый контроль осуществляется при переходе от одного этапа к другому, формой такого контроля служит класс-концерт, концерт, участие в хореографических конкурсах различного уровня.

Ведутся индивидуальные карты освоения программного материала учащимися, что помогают выявить уровень развития творческих способностей и личностный рост каждого.

Для оценивания результативности обучения по программе используются

следующие показатели: теоретическая подготовка учащихся, практическая подготовка, общеучебные умения и навыки (метапредметные результаты), личностное развитие учащихся в процессе освоения дополнительной общеобразовательной программы.

Применяется уровневое оценивание результатов (высокий, средний, низкий). За единицу измерения взята самостоятельность как интегральное качество личности учащегося. Уровни определяются в зависимости от степени самостоятельности выполнения учащимся диагностических процедур.

Высокий уровень: учащийся может применять полученные знания в нестандартной ситуации и успешно осваивает от 70% до 100% содержания учебного материала;

средний уровень: применяет знания в знакомой ситуации, действует по чётко обозначенным правилам, применяет знания на основе обобщенного алгоритма, умеет анализировать ситуацию, делать выводы, проводить рефлексию собственных действий и успешно осваивает от 50% до 70% содержания программы;

низкий уровень: материал усваивает на уровне запоминания и воспроизведение по образцу и инструкции. Успешно осваивает программный материал менее 50%.

Оценивание результатов обучения по программе (предметных, метапредметных, личностных)

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Методы диагностики	Степень выраженности оцениваемого качества		
			Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
Теоретические знания по основным разделам программы	Соответствие теоретических знаний учащегося программным требованиям	Наблюдение, тестирование, контрольный опрос и др.	Учащийся овладел менее чем половиной знаний, предусмотренных программой	Объем усвоенных знаний составляет более $\frac{1}{2}$	Учащийся освоил практически весь объем знаний, предусмотренный программой за конкретный период
Практические умения и навыки, предусмотренные программой	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	Диагностическое задание, соревнования, концерт, выставка и т.д.	Практические умения и навыки неустойчивые, требуется постоянная помощь по их использованию	Овладел практическими умениями и навыками, предусмотренными программой, применяет их под руководством педагога	Учащийся овладел в полном объеме практическими умениями и навыками, практические работы выполняет самостоятельно, качественно

Учебно-познавательные умения	Самостоятельность в решении познавательных задач	Наблюдение	Учащийся испытывает серьезные затруднения в работе, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога	Учащийся выполняет работу с помощью педагога	Учащийся выполняет работу самостоятельно, не испытывает особых затруднений
Учебно-организационные умения и навыки	Умение планировать, контролировать и корректировать учебные действия, осуществлять самоконтроль и самооценку	Наблюдение	Учащийся испытывает серьезные затруднения в анализе правильности выполнения учебной задачи, собственные возможности оценивает с помощью педагога	Учащийся испытывает некоторые затруднения в анализе правильности выполнения учебной задачи, не всегда объективно осуществляет самоконтроль	Учащийся делает осознанный выбор направления учебной деятельности, самостоятельно планирует выполнение учебной задачи и самостоятельно осуществляет самоконтроль
Учебно-коммуникативные умения и навыки	Самостоятельность в решении коммуникативных задач	Наблюдение	Учащийся испытывает серьезные затруднения в решении коммуникативных задач, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога	Учащийся выполняет коммуникативные задачи с помощью педагога и родителей	Учащийся не испытывает трудностей в решении коммуникативных задач, может организовать учебное сотрудничество
Личностные качества	Сформированность моральных норм и ценностей, доброжелательное отношение к окружающим, мотивация к обучению	Наблюдение	Сформировано знание на уровне норм и правил, но не использует на практике	Сформированы, но недостаточно актуализированы	Сформированы в полном объеме

Критерии эффективности освоения программы и оценочные материалы

1 год обучения

Критерии уровня развития чувства ритма:

Движение.

1) соответствие движений характеру музыки с контрастными частями:

- высокий* – учащийся самостоятельно, чётко производит смену движений в соответствии с изменением характера музыки, чувствует начало и конец музыки;
средний – производит смену движений с запаздыванием, по показу педагога;
низкий – смену движений не производит, не чувствует начало и конец музыки.

2) соответствие движений ритму музыки:

- высокий* – учащийся чётко ритмично выполняет движения;
средний – выполняет движения с ошибками;
низкий – движения выполняются неритмично.

3) соответствие движений темпу музыки:

- высокий* – учащийся чувствует смену темпа, отмечает это сменой движения;
средний – чувствует смену темпа с опозданием, движения меняет по показу педагога;
низкий – не чувствует смену темпа, движения меняет с большим опозданием.

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

- высокий* – учащийся выполняет все движения без ошибок;
средний – допускает 1-2 ошибки;
низкий – не справляется с заданием.

Воспроизведение метра и ритма.

1) воспроизведение метрической пульсации музыкального произведения в хлопках:

- высокий* – учащийся точно воспроизводит метрическую пульсацию произведения;
средний – на протяжении выполнения задания кратковременно теряет ощущение метра (спешит, запаздывает), но в целом справляется с заданием.
низкий – беспорядочные хлопки.

2) воспроизведение ритма музыкального произведения (детская песня):

- высокий* – учащийся точно воспроизводит ритмический рисунок произведения;
средний – воспроизводит ритм музыкального произведения с 1-2 ошибками;
низкий – неверно воспроизводит ритм музыкального произведения (детская песня).

3) воспроизведение ритмического рисунка в хлопках («Ритмическое эхо»):

- высокий* – учащийся воспроизводит ритмический рисунок без ошибок;
средний – допускает 2-3 ошибки;
низкий – не верно воспроизводит ритмический рисунок.

2 год обучения

Критерии уровня развития чувства ритма:

Движение.

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

- высокий* – учащийся самостоятельно, чётко производит смену движений, движения соответствуют характеру музыки;
средний – производит смену движений с запаздыванием (по показу других детей), движения соответствуют характеру музыки;
низкий – смену движений производит с запаздыванием, движения не соответствуют характеру музыки.

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

высокий – движения соответствуют характеру музыки, эмоциональное выполнение движений;

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

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

3) соответствие ритма движений ритму музыки:

высокий – чёткое выполнение движений;

средний – выполнение движений с ошибками;

низкий – движение выполняется не ритмично.

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

высокий – учащийся выполняет все движения без ошибок;

средний – допускает 1-2 ошибки;

низкий – не справляется с заданием.

Воспроизведение ритма.

1) воспроизведение ритма знакомой песни под своё пение:

высокий – учащийся точно воспроизводит ритмической рисунок знакомой песни;

средний – воспроизводит ритм песни с 1-2 ошибками;

низкий – неверно воспроизводит ритм песни.

2) воспроизведение ритма мелодии, сыгранной педагогом на инструменте:

высокий – учащийся точно воспроизводит ритмической рисунок мелодии;

средний – воспроизводит ритм песни с ошибками;

низкий – неверно воспроизводит ритм песни.

3) воспроизведение ритма песни шагами:

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

средний – верно воспроизводит ритм песни шагами на месте;

низкий – допускает много ошибок или не справляется с заданием.

4) воспроизведение ритмических рисунков («ритмическое эхо»):

высокий – учащийся воспроизводит ритмический рисунок без ошибок;

средний – допускает 2-3 ошибки;

низкий – не верно воспроизводит ритмический рисунок.

Творчество.

1) сочинение ритмических рисунков:

высокий – учащийся сам сочиняет и оригинальные ритмически рисунки;

средний – использует стандартные ритмические рисунки;

низкий – не справляется с заданием.

2) танцевальное:

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

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

низкий – не чувствует характер музыки, движения не соответствуют музыке

Критерии физического развития учащихся

Показатели	Критерии оценки/Уровни развития			Методы диагностики
	Высокий	Средний	Низкий	
Подъём	Внешняя сильная выраженность продольного свода стопы и возможность хорошо вытянуть стопу вместе с пальцами.	Внешняя средняя выраженность продольного свода стопы и возможность вытянуть стопу вместе с пальцами.	Слабая внешняя выраженность продольного свода стопы и малая возможность вытянуть стопу вместе с пальцами.	Контрольное упражнение. (в положении, сидя достать пол вытянутыми пальцами ног).
Выворотность	Свободное разворачивание	Средне-свободное разворачивание ног	Тугое разворачивание	Контрольное упражнение.
	ног наружу от бедра до кончика пальцев (стопа параллельно линии плеч)	наружу от бедра до кончиков пальцев (стопа параллельно линии плеч).	ног наружу от бедра до кончиков пальцев (стопа параллельно линии плеч).	«Лягушка» на животе).
Шаг	высокий и легкий шаг, с необходимой высотой, которая дает возможность свободного подъема ноги в различные направления.	средневысокий шаг, с высотой, которая дает возможность умеренного подъема ноги в различном направлении.	невысокий шаг, с высотой, которая не дает возможность свободного подъема ноги в различном направлении.	Контрольное упражнение. (отведение вытянутой ноги вперед, в сторону на возможную высоту).
Гибкость	Свободный изгиб позвоночника в направлении назад, вперед, в сторону.	Средне- свободный изгиб позвоночника в направлении назад, вперед, в сторону.	Тугой изгиб позвоночника в направлении назад, вперед, в сторону.	Контрольное упражнение. (в положении сидя максимальный наклон корпуса вперед).
Прыжок	Легкий и высокий прыжок.	Умеренно высокий прыжок.	Невысокий прыжок.	Контрольное упражнение. (трамплинный прыжок на месте с вытянутыми стопами и коленями 8 раз).
Ритmicность и музыкальность, координация	Точное исполнение комплексных движений под музыку, наличие чувства ритма; повтор различных темпо- ритмических рисунков, двигательная память, высокая работоспособность.	Не точное повторение движений за преподавателем, малоуверенное повторение ритмических последовательностей, слабая работоспособность.	Ритмические неточности в исполнении ребенком движений под музыку, вялость в исполнении основных движений, нет сосредоточенности, внимания, слабая ориентация в пространстве, быстрая утомляемость	Упражнения на ритmicность и координацию (хлопки в ладоши, по коленям, притопы и их сочетания, одновременное открытие рук и вынос ноги в сторону на каблук, закрытие рук и ноги).

Критерии оценки уровня музыкального и ритмического развития учащегося

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

Критерии оценки уровня музыкального и ритмического развития учащегося:

Музыкальность, восприятие музыки – способность воспринимать и передавать в движении образ и основными средствами выразительности изменять движения в соответствии с музыкальными фразами, темпом и ритмом. Оценивается соответствие исполнения движений – музыке.

5 баллов – умение передавать характер мелодии, самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, менять движение в ответ на звучание каждой части музыкального произведения;

3-4 балла – в движениях выражается общий характер музыки, темп; начало и конец музыкального произведения не всегда совпадают с движениями;

1-2 балла – движения не отражают характер музыки и не совпадают с ритмом, темпом, а также с началом и концом произведения.

Эмоциональность – выразительность мимики, умение передать в позе, жестах разнообразную гамму чувств, исходя из музыки и содержания композиции (страх, радость, удивление, настороженность, восторг, тревога и т.д.), умение выразить свои чувства в движении.

Этот показатель оценивается по внешним проявлениям по 5-балльной системе.

Танцевально-творческая импровизация – умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные, оригинальные движения.

Оценка конкретизируется в зависимости от возраста и обученности учащегося. Творческая одаренность проявляется в особой выразительности движений, нестандартности пластических средств и увлеченности учащегося самим процессом движения под музыку.

5 баллов – выполнение ритмической композиции от начала до конца самостоятельно;

3-4 балла – выполнение учащимся композиции с некоторыми подсказками;

1-2 балла – большие затруднения в исполнении композиции из-за рассеянности внимания.

Музыкально-ритмические движения – способность запоминать, улавливать настроение музыки, воспринимать и передавать в движении различные средства музыкальной выразительности: темп, его ускорение и замедление, динамику – усиление и ослабление звучности; характер мелодии, строение произведения.

5 баллов – запоминание учащимся последовательности движений по показу с 3-5 исполнений;

3-4 балла – запоминание учащимся последовательности движений с 6-8 исполнений;

1-2 балла – неспособность запомнить последовательность движений или потребность в большем количестве повторений (более 10 раз).

Танцевальное творчество - повышенная двигательная активность учащегося, стремление к овладению сложно координированными движениями. Умение точно различать движения по пространственным, силовым и временным параметрам, воспринимать и создавать новые на основе двигательного воображения;

5 баллов – учащийся становится инициатором двигательной активности, имеет собственную позицию в её построении, выполняет ритмическую композицию от начала до конца самостоятельно;

3-4 балла – выполнение учащимся композиции с некоторыми подсказками;

1- 2 балла – большие затруднения в исполнении композиции из-за рассеянности внимания.

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Методическое обеспечение программы

- Для реализации программы используются: дидактический материал: иллюстрации по темам занятий, аудио-видеоматериалы с записью популярных исполнителей современных танцев, демонстрационный материал, таблицы и плакаты, видеофильмы по темам занятий.

Материально-техническое условия

Танцевальный класс с зеркалами и 2-х уровневый станком, с палубным полом, хорошо освещенный и проветриваемый. Раздевалки для учащихся.

- музыкальный центр, магнитофон, мультимедийное оборудование, видеокамера, фотоаппарат, баяны, фортепьяно;
- сценическая площадка для репетиций;
- обувь для сцены (каблучная) и для занятий;
- реквизит;
- спортивный инвентарь: гимнастические палки, мячи, скакалки, обручи, коврики и др.;
- нотный материал.

Информационное обеспечение

- интернет- ресурсы:
- <http://www.horeograf.com>
- <http://www.perluna-detyam.com.ua/forum/vse-dlya-khoreografa.html>
- <http://secret-terpsihor.com.ua/2012-02-26-12-13-44.html>
- <http://nsportal.ru/stupnikova-svetlana-aleksandrovna>
- <http://welovedance.ru/?to1024=1>

Кадровое обеспечение

- педагог, волонтеры из числа родителей.

ВОСПИТЫВАЮЩАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

Приоритетной задачей в сфере воспитания учащихся является воспитание гармонично развитой и социально ответственной личности на основе духовно-нравственных ценностей народов Российской Федерации, исторических и национально-культурных традиций.

Общая цель воспитания - личностное развитие учащихся, проявляющееся:

- 1) в усвоении ими знаний основных норм, которые общество выработало на основе общественных ценностей;
- 2) в развитии их позитивных отношений к этим общественным ценностям;
- 3) в приобретении ими соответствующего этим ценностям опыта поведения, опыта применения сформированных знаний и отношений на практике.

Воспитывающая деятельность в рамках программы «Театр танца» реализуется в соответствии с календарным планом воспитывающей деятельности, разработанным на основе программы воспитания МБОУ СОШ №36 г. Пензы, которая включает следующие направления - модули:

Модуль «Традиционные дела» - воспитательные дела Центра, интересные и значимые для учащихся, которые планируются, готовятся, проводятся и анализируются совместно педагогами и детьми, объединяя их в единый коллектив.

Модуль «Профорентация» - совместная деятельность педагога и учащегося с целью подготовки учащихся к осознанному выбору своей будущей профессиональной деятельности.

Модуль «Профилактическая работа по безопасности учащихся» - деятельность, направленная на формирование представлений о здоровом образе жизни и безопасности учащихся в триединстве физического, психического и нравственного развития.

Модуль «Социально-значимая деятельность» - совокупность действий (благотворительность, гражданственность, патриотизм, волонтерская деятельность), направленных на реализацию социальных преобразований, способствующих позитивным изменениям в самом человеке и во внешней социальной среде.

В соответствии с воспитательными задачами программы, программой воспитания МБОУ СОШ №36 г. Пензы разработана Рабочая программа воспитания

Рабочая программа воспитания

Цель:

Формирование творческой личности, умеющей проецировать полученные в ходе освоения программы знания и умения на деятельность, преобразующую окружающую действительность.

Задачи:

- воспитать навыки коллективного взаимодействия, сотрудничества и сотворчества;
- способствовать активной жизненной позиции;
- сформировать устойчивую потребность к физическим нагрузкам и здоровому образу жизни;
- воспитать трудолюбие, ответственность.

Формы и методы

Формами воспитательной работы в хореографическом ансамбле являются: беседы, КТД, семейные праздники, театрализованные представления, флешмобы, культпоходы, экскурсии, поездки на конкурсы, фестивали в другие города, активный отдых. Успешной социализации учащихся способствует социально - значимая деятельность – участие в областных, городских, районных праздниках: День города, День защитника Отечества, 9 мая, концерты для ветеранов войны и труда, организаций города. Выступления перед зрителями приносят учащимся моральное удовлетворение, создаются условия для реализации творческого потенциала, воспитываются ответственность, дружба, товарищество.

В коллективе создана система взаимодействия с родителями.

Литература для учащихся

1. Андреева М. Дождик песенку поет. – М.: Музыка, 1981.
2. Андреева М., Конорова Е. Первые шаги в музыке. – М.: Музыка, 1979.
3. Бекина С., Ломова Т., Соковина Е. Музыка и движение. – М.: Просвещение, 1984.
4. Бекина С., Ломова Т. Хоровод веселый наш. – М.: Музыка, 1980.
5. Бекина С., Соболева Э., Комальков Ю. Играем и танцуем. – М.: Советский композитор, 1984.
6. Бычаренко Т. С песенкой по лесенке: Методическое пособие для подготовительных классов ДМШ. – М.: Советский композитор, 1984.
7. Волкова Л. Музыкальная шкатулка. Вып. I-III. – М.: Музыка, 1980.
8. Луговская А. Ритмические упражнения, игры и пляски. – М.: Советский композитор, 1991.

Литература для педагогов

1. Барышникова Т. «Азбука хореографии» – М.: Айрис-Пресс, 1999.
2. Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. «Игры, которые лечат». – М.: ТЦ Сфера, 2009.
3. Ваганова А.Я. «Основы классического танца» – С-Пб., 2000.
4. Васильева Т.К. «Секрет танца» – С-Пб.: Диамант, 1997.
5. Воронина И. «Историко-бытовой танец» – М.: Искусство, 1980.
6. Дереклеева Н.И. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы». – М.: ВАКО, 2007.
7. «Игровые и рифмованные формы физических упражнений». Автор-составитель С.А. Авилова, Т.В. Калинина. – Волгоград: Учитель, 2008.
8. Климов А. «Основы русского народного танца» – М.: Искусство, 1981.
9. Ковалько В.И. «Школа физкультминуток: 1-4 классы». – М.: ВАКО, 2009.
10. Петрусинский В.В. «Обучение, тренинг, досуг» – М.: Новая школа, 1998.
11. Ротерс Т.Т. «Музыкально-ритмическое воспитание» – М.: Просвещение, 1989.
12. Шершнева В.Г. «От ритмики к танцу». – М., 2008.
13. Бондаренко Л. «Методика хореографической работы в школе и внешкольных учреждениях». – Киев: Музична Україна, 1985.
14. Добовчук С.В. «Ритмическая гимнастика: учебное пособие». – М.: МГИУ, 2008.
15. Т. А. Затыкина, Л. В. Стрепетова «Музыкальная ритмика: учебно-методическое пособие». – М.: Издательство «Глобус», 2009.
16. Пустовойтова М.Б. «Ритмика для детей: учебно-методическое пособие». – М.: ВЛАДОС, 2008.
17. Фирилева, Ж.Е., Сайкина, Е.Г. Са-фи-дансе. «Танцевально-игровая гимнастика для детей: учебно-методическое пособие». – СПб.: Детство-пресс, 2001.