Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Детский оздоровительно-образовательный центр города Ельца»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| «Рассмотрено»  Руководитель МО  /\_\_\_\_\_\_\_\_/ Т.С. Боева  Протокол №1 от  «25» августа 2017 г. | «Согласовано»  Заместитель директора  /\_\_\_\_\_\_\_\_\_/Л.А. Зайцева  «25» августа 2017 г. | «Утверждаю»  Директор МБУДО «Детский оздоровительно-образовательный центр города Ельца»  /\_\_\_\_\_\_\_\_\_/ Р.А. Фролов  Приказ №31 от «25» августа 2017 г. |

**Дополнительная (общеразвивающая) образовательная программа**

хореографического объединения

**«Ритмика»**

Возраст детей 5-8 лет.

Направленность: художественная.

Срок реализации программы – 1 год.

Автор программы:

Шилова Оксана Саатовна,

педагог дополнительного образования.

г. Елец

2017 год

**Пояснительная записка**

Занятия хореографией оказывают разностороннее комплексное влияние на развитие ребёнка и формирование его как эстетически и духовно развитой личности. Они дают детям то, чего не хватает в современном процессе обучения и воспитания - попытаться уравновесить, гармонизировать интеллектуальное развитие ребёнка с физическим, нравственным, духовным и эмоциональным. Танец вводит детей в мир волнующих перевоплощений, радостных переживаний, открывает путь эстетического восприятия и освоения жизни в рамках, доступных их возрасту.

Дополнительная (общеразвивающая) образовательная программа хореографического объединения «Ритмика» ориентирована на работу с детьми независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца. Программа предполагает освоение азов ритмики, азбуки классического танца, изучение танцевальных элементов, исполнение детских бальных и народных танцев и воспитание способности к танцевально-музыкальной импровизации.

**Актуальность** данной программы определяется социальным заказом современного общества на личность, обладающую определенным уровнем художественно-эстетического воспитания, а также потребностью в разработке методических рекомендаций по преподаванию хореографии детям дошкольного, школьного возраста.

В основе программы лежит обучение музыкально-ритмическим движениям простыми, но вместе с тем разнообразными способами (имитационные, танцевальные, общеразвивающие и т.д.), использование креативных методик (игропластика) и инновационных направлений (пальчиковая гимнастика, самомассаж).

Большое воспитательное значение имеет проведение танцевальных вечеров, показательных выступлений, конкурсов и смотров с применением словесных и наглядно-образных методов.

**Новизна** программы заключается в том, что обучение хореографии наначальном этапе начинается с пятилетнего возраста с постепенным усложнением содержания, значительно превышающим базовую программу. Программа направлена на совершенствование традиционной практики по хореографическому и музыкально-ритмическому обучению детей дошкольного, школьного возраста.

Данная программа составлена на 2017-2018 учебный год и разработана в соответствии с типовым положением об образовательном учреждении дополнительного образования (Приказ № 504 от 26.06.2012 года), приказом Минобрнауки РФ от 17.12.2010 года, № 1897«Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта», основной общеобразовательной программой муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Детский оздоровительно-образовательный центр города Ельца».

Работа по данной программе формирует у детей навыки танцевальной техники, превышающие базовую образовательную программу, а также нравственно-волевые качества личности: настойчивость в достижении результата, выдержку, умение контролировать свои движения, действовать в коллективе. Программа обеспечивает укрепление физического, психического и психологического здоровья детей.

**Цели и задачи программы**

**Цель** данной программы – физическое развитие, развитие эмоциональной сферы, эстетических и нравственных понятий через приобщение детей к искусству хореографии.

**Задачи**:

      1. Развивающие задачи:

 - укреплять опорно – мышечный аппарат, формировать правильную осанку;

- развивать двигательную и музыкально – ритмическую координацию;

- развивать внимание, слуховую, зрительную, двигательную память;

- развивать эмоциональное восприятие, эмоциональную отзывчивость, фантазию.

      2. Обучающие задачи:

  - осваивать простейшие танцевальные движения;

  - осваивать комбинации, рисунки, перестроения, хореографические композиции на базе проученных движений;

  - приобретать навык эмоционального и образного исполнения хореографических композиций (танцев).

      3. Воспитательные задачи:

        - формировать художественный вкус;

 - воспитывать понятие эстетики отношений в паре (мальчик - девочка);

 - воспитывать трудолюбие, упорство, настойчивость, умение добиваться поставленной цели;

 - формировать интерес к хореографическому искусству;

 - воспитывать патриотические чувства, знакомить с элементами различных национальных культур.

В основу данной программы положен  богатейший опыт великих мастеров танца, теоретиков, педагогов – практиков – А.Я.Ваганова, Т.А.Устиновой, Т.С.Ткаченко и др.

Общие задачи хореографического воспитания обучающихся 5 -6 лет

* Сохранять и укреплять здоровье детей, формировать у них привычку к здоровому образу жизни.
* Развивать способность воспринимать музыку, то есть чувствовать ее настроение и характер, понимать ее содержание.
* Развивать музыкальную память. Развивать ловкость, точность, координацию движений.
* Формировать правильную осанку, красивую походку.
* Развивать умение ориентироваться в пространстве.
* Обогащать двигательный опыт разнообразными видами движений.
* Развивать эмоциональную сферу.

Общие задачи хореографического воспитания обучающихся 6 -8 лет

* Развивать восприятие музыки, музыкальную память; способность чувствовать характер и содержание музыкального произведения.
* Обучать постановке корпуса, ног, рук, головы в процессе изучения движений на середине зала.
* Развивать выворотность в ногах.
* Познакомить с основными терминами и понятиями (формирование знаний о графическом рисунке танца, движении по линии, против линии танца, геометрической точности рисунка, роли центра и интервалов).
* Познакомить с элементами партерного комплекса упражнений, танцевальными элементами.
* Разучить некоторые элементы экзерсиса у станка и на середине зала в медленном темпе.
* Формировать пластическую выразительность и танцевальность.
* Научить простейшие танцевальные элементы соединять в танцевальные комбинации, затем в композиции и в танцевальные этюды.
* Познакомить с элементами народно-сценического, основами классического, историко-бытового и бального танцев. Во втором полугодии ввести элементы танца модерн.
* Развивать эмоциональную сферу: эмоционально-образное восприятие, способность выражать эмоции в движениях.

**Принципы и подходы к формированию программы**

**Принцип доступности и индивидуализации**, предусматривающий учет

возрастных особенностей и возможностей ребенка и определение посильных для него заданий. Содержание  программы обеспечивает преемственность и постепенность усложнения заданий. Предлагаемые задания предполагают успешное преодоление трудностей путем физических и психических усилий занимающихся. Например, ходьба на каждый счет, хлопки через счет способствуют исполнению в дальнейшем более сложных сочетаний ритмического рисунка. Шаг на месте, переступание способствуют овладению танцевальными шагами.  
Индивидуализация обучения заключается в учете индивидуальных особенностей ребенка. Так, например, детям робким, застенчивым  предлагается показать какое-либо упражнение остальным детям, в игре предлагаются ведущие роли, что способствует освобождению детей от застенчивости и повышению интереса к занятиям.  
 **Принцип постепенного повышения требований** заключается в постановке перед ребенком и выполнении им все более трудных новых заданий, в постепенном увеличении объема и интенсивности нагрузок.   
 **Принцип систематичности** – непрерывность и регулярность занятий. Систематические занятия способствуют не только достижению эффективности обучения, но и дисциплинируют детей, приучают их к методичной регулярной работе и доведению до конца начатого дела.  
 **Принцип сознательности и активности** предполагает обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение воспитанника к своим действиям. Для этого необходимо четко объяснять ребенку, что и как нужно выполнить, и почему именно так, а не иначе.  
 **Принцип повторяемости материала** заключается в многократном повторении вырабатываемых двигательных навыков. Программным материалом предусмотрено многократное повторение упражнений, способствующих образованию двигательного стереотипа. Для поддержания интереса и привлечения внимания детей к занятиям необходимо вносить в повторяющиеся упражнения некоторые изменения, или предлагать разнообразные методы и приемы их выполнения.  
 **Принцип гуманности**  выражается в безусловной вере в доброе начало, заложенное в природе каждого ребенка, отсутствие давления на волю ребенка; глубокое знание и понимание физических, эмоциональных и интеллектуальных потребностей детей; создание условий для максимального раскрытия индивидуальности каждого ребенка, его самореализации и самоутверждения;  
 **Принцип демократизма** основывается на признании равных прав и обязанностей взрослых и ребенка, на создании эмоционально-комфортного климата в детском коллективе.  
 **Принцип наглядности.** На начальной стадии разучивания упражнения главенствует зрительный анализатор, поэтому очень важен высококачественный практический показ движений педагогом в сочетании с образным словом. После того, как разученное движение переросло в навык, образное слово будет вызывать необходимые двигательные представления.

**Формы обучения, используемые в образовательной деятельности**

*По составу обучающихся:*

-        фронтальные;

-        групповые;

-        индивидуальные.

*По способу организации учебно-воспитательной деятельности:*

-        учебное занятие;

-        репетиционная деятельность;

-        концертная деятельность;

-        работа с родителями;

-        досуговые.

Первые несколько занятий посвящаются знакомству педагога с детьми; проведению экспресс - диагностики с целью выявления уровня развития детей, их способностей и возможностей. Для этого подбирается несколько специальных упражнений.

Хореографическое объединение формируется из 2-х групп детей. Первая группа 5-7 лет занимается 2 раза в неделю по 1 академическому часу (72 часа в год). Длительность одного занятия для детей 5–7 лет составляет 30 мин.

Вторая группа 6-8 лет – 3 раза в неделю по 1 часу (108 часов в год).

Длительность одного занятия составляет 45 мин.

Общее количество часов в год – 180 часов.

**Планируемые результаты освоения детьми образовательной программы:**  
1. Уметь двигаться в соответствии с характером музыки.  
2. Согласовывать движения с эмоциональным содержанием музыки.  
3. Уметь реагировать на начало и окончание музыки.  
4. Переходить от одного движения к другому.  
5. Самостоятельно ориентироваться в пространстве.  
6. Передавать хлопками динамический и ритмический рисунок музыки.  
7. Уметь изменять движения с изменением характера музыки.  
8. Уметь создавать музыкально – двигательный образ.  
9. Исполнять плясовые движения, действовать с воображаемыми предметами.  
10.Выполнять движения с предметами.  
11.Уметь выполнять пространственные задания по замыслу.  
12.Уметь выполнять роль ведущего по замыслу.   
13. Уметь видоизменять одно и тоже движение в зависимости от характера музыки.  
14. Уметь изменять направление движения в соответствии с характером музыки.

**Прогнозируемые результаты работы с детьми 5 -6лет.**

**Дети должны знать:**

* Понятия и термины простейших движений (поклон, приседание, подскоки, повороты и т.д.);
* Правила исполнения движений (красивая, ровная осанка, легкость, музыкальность);
* Понятие о пространстве зала (где зрители, центр зала, линии танца; самостоятельно находить свободное место в зале).

**Дети должны уметь:**

* Соблюдать позиции ног (I, II, VI невыворотные позиции);
* Различать музыкальный размер, темп;
* Воспринимать задания и замечания педагога;
* Запоминать последовательность движений в композиции;
* Запоминать последовательность танцевальных движений.

**Прогнозируемые результаты работы с детьми 6-8 лет.**

**Дети должны знать:**

* Понятия и термины программных движений;
* Правила исполнения движений;
* Понятия о пространстве зала (точки зала - по методике А.Я.Вагановой);
* Правила ориентации в пространстве: построение квадрата, круга, диагонали в зале.

**Дети должны уметь:**

* Соблюдать позиции ног (I, II, III), направление ног (вперед, в сторону, назад);
* Различать музыкальный размер, темп;
* Ориентироваться в пространстве зала (знать точки зала);
* Воспринимать задания и замечания педагога;
* Запоминать последовательность танцевальных движений в композиции;
* Различать размер, темп, соблюдать целостность музыкальной фразы;
* Согласовывать одновременно работу всех частей тела - корпуса,

ног рук, головы.

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

(на 72 часа обучения первой группы)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Тема | Теор. | Практ. | Всего |
| 1. | Вводное занятие. | 2 | - | 2 |
| 2. | Партерная гимнастика. | 2 | 6 | 8 |
| 3. | Упражнения на ориентировку в пространстве | 1 | 6 | 7 |
| 4. | Упражнения для разминки. | 1 | 6 | 7 |
| 5. | Народный танец. | 2 | 8 | 10 |
| 6. | Классический танец | 2 | 9 | 11 |
| 7. | Бальный танец. | 2 | 8 | 10 |
| 8. | Танцевальные этюды, танцы. | 1 | 8 | 9 |
| 9. | Итоговое контрольное занятие. | - | 4 | 4 |
| 10. | Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей дошкольного возраста. | 2 | - | 2 |
| 11. | Заключительное занятие. | 2 |  | 2 |
|  | ИТОГО | 17 | 55 | 72 |

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

(на 108 часов обучения второй группы)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Тема | Теор. | Практ. | Всего |
| 1. | Вводное занятие. | 2 | - | 2 |
| 2. | Партерная гимнастика. | 4 | 6 | 10 |
| 3. | Упражнения на ориентировку в пространстве | 4 | 6 | 10 |
| 4. | Упражнения для разминки. | 2 | 8 | 10 |
| 5. | Народный танец. | 2 | 8 | 10 |
| 6. | Классический танец | 2 | 8 | 10 |
| 7. | Бальный танец. | 4 | 16 | 20 |
| 8. | Танцевальные этюды, танцы. | 3 | 20 | 23 |
| 9. | Итоговое контрольное занятие. | - | 4 | 4 |
| 10. | Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей | 2 | 4 | 6 |
| 11. | Заключительное занятие. | 3 |  | 3 |
|  | ИТОГО | 28 | 80 | 108 |

**Содержание программы**

**1. Вводное занятие.**

На данном занятии дети узнают, что такое танец. Узнают о том, как зародился танец, какие бывают танцы, в чем их отличие. Знакомятся с тем, что необходимо для занятий танцем (танцевальная форма, обувь). Чем дети будут заниматься на протяжении трех учебных лет.

**2. Партерная гимнастика.**

Партерная гимнастика или партерный экзерсис. Экзерсис в хореографии является фундаментом танца.

**Упражнения:**

- упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стоп;

- упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага;

- упражнения для улучшения гибкости позвоночника;

- упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра;

- упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава;

- упражнения для исправления осанки;

- упражнения на укрепление мышц брюшного пресса.

**3. Упражнения на ориентировку в пространстве.**

Данная тема позволит детям познакомиться с элементарными перестроениями и построениями (такими как: круг, колонна, линия, диагональ, полукруг и др.),научит детей четко ориентироваться в танцевальном зале и находить свое место. В дальнейшем, повторяя и закрепляя этот раздел, дети научатся в хореографических этюдах сменять один рисунок на другой:

-  игра «Найди свое место»;

- простейшие построения: линия колонка;

- простейшие перестроения: круг;

- сужение круга, расширение круга;

 - интервал;

- различие правой, левой руки, ноги, плеча;

- повороты вправо, влево;

- пространственное ощущение точек зала (1,3,5,7);

- движение по линии танца, против линии танца.

**4.Упражнения для разминки.**

- повороты головы направо, налево;

- наклоны головы вверх, вниз, направо, налево, круговое движение головой, «Уточка»;

- наклоны корпуса назад, вперед,  в сторону;

- движения плеч: подъем, опускание плеч по очереди, одновременно, круговые движения плечами «Паровозик», «Незнайка»;

- повороты плеч, выводя правое или левое плечо вперед;

- повороты плеч с одновременным полуприседанием;

-движения руками: руки свободно опущены в низ, подняты вперед, руки в стороны, руки вверх;

- «Качели» (плавный перекат с полупальцев на пятки);

-  чередование шагов на полупальцах и пяточках;

- прыжки поочередно на правой и левой ноге;

- простой бег (ноги забрасываются назад);

- «Цапельки» (шаги с высоким подниманием бедра);

- «Лошадки» (бег с высоким подниманием бедра);

- «Ножницы» (легкий бег с поочередным выносом прямых ног вперед);

- прыжки (из 1 прямой во вторую прямую) с работой рук и без;

- бег на месте и с продвижением вперед и назад.

Данный раздел поможет детям подготовиться к началу занятия, разовьет у ребенка чувство ритма, умение двигаться под музыку. Послужит основой для освоения детьми различных видов движений, обеспечивающих эффективное формирование умений и навыков, необходимых при дальнейшей работе по данной программе.

**5. Народный танец.**

В данном разделе дети будут знакомиться с элементами народного танца: позициями и положениями рук и ног, с различными танцевальными движениями, познакомятся с танцевальными перестроениями.

***Положения и движения рук:***

- подготовка к началу движения (ладошка на талии);

- хлопки в ладоши;

- взмахи платочком (дев.), взмах кистью (мал.);

- положение «полочка» (руки перед грудью);

- положение «лодочка».

- переводы рук из одного положения в другое;

- скользящий хлопок в ладоши,  «тарелочки»;

- скользящий хлопок по бедру по голени (мальчики);

- взмахи платочком (девочки);

- положение на поясе – кулачком;

- смена ладошки на кулачок;

- переводы рук из одного положения в другое (в характере рус.танца);

- хлопки в ладоши – двойные, тройные;

- руки перед грудью – «полочка»;

- «приглашение».

***Движения в паре:***

- соскок на две ноги лицом друг к другу;

- пружинящий шаг под руку (в повороте);

- «лодочка» (поворот под руку);

- «под руки» (лицом вперед);

- «под руки» (лицом друг к другу);

- сзади за талию ( по парам, по тройкам).

***Положения и движения ног:***

- позиции ног (1-3 свободные, 6-ая, 2-ая закрытая, прямая);

-простой бытовой шаг;

- « Пружинка»-маленькое тройное приседание ( по 6 позиции);

- «Пружинка» с одновременным поворотом корпуса;

- battementtendu вперед, в сторону  на носок, с переводом на каблук в русском характере;

- battementtendu вперед  на носок, с переводом на каблук в русском характере и одновременным приседанием;

- притоп простой, двойной, тройной;  
- ритмическое сочетание хлопков в ладоши с притопами;

- простой приставной шаг на всей стопе и на полупальцах по 1 прямой позиции;

- простой приставной шаг с притопом;

-поднимание и опускание ноги согнутой в колене, вперед (с фиксацией и без);

- приставной шаг с приседанием;

- приставной шаг с приседанием  и одновременной работой рук (положение рук «полочка», наклон по ходу движения);

- приседание на двух ногах с поворотом корпуса и выносом ноги на каблук в сторону поворота;

- приставной шаг с приседанием и выносом ноги в сторону на каблук (против хода движения);

- приставные шаги по парам , лицом друг к другу (положение рук «лодочка»);

- «елочка»;

- «ковырялочка»;

- поклон в русском характере (без рук).

- поклон в русском характере;

- кадрильный шаг с каблука;

- шаркающий шаг (каблуком, полупальцами по полу);

- пружинящий шаг;

- хороводный шаг;

- хороводный шаг с остановкой ноги сзади;

- хороводный шаг с выносом ноги вперед на носок;

- переменный ход вперед, назад;

- «ковырялочка» (с притопом, с приседанием, с открыванием рук);

- ковырялочка с подскоком;

- боковое «припадание» по 3 поз.;

- «припадание» в повороте;

- перескоки с ноги на ногу по 3 свободной позиции на месте и с продвижением в сторону;

- поочередное выбрасывание ног перд собой или крест на крест на носок или ребро каблука (на месте или с отходом назад);

- подготовка к «веревочке»;

- «веревочка»;

- прыжок с поджатыми;

(девочки):

- вращение на полупальцах;

(мальчики):

 - присядка «мячик» (руки на поясе – кулачком, руки перед грудью «полочка»);

- присядка по 6 поз с выносом ноги вперед на всю стопу;

- присядка по 1 свободной позиции с выносом ноги на носок или каблук;

- скользящий хлопок по бедру, по голени;

-одинарные удары по внешней и внутренней стороне голени с продвижением вперед и назад;

- «гусиный шаг»;

- шаг с каблука в народном характере;

- простой шаг с притопом;

- простой переменный шаг  с выносом ноги на каблук в сторону (в конце музыкального такта);

- простой переменный шаг с выносом ноги на пятку в сторону и одновременным открыванием рук в стороны (в заниженную 2 позицию);

- battementtendu вперед и в сторону на носок (каблук) по 1 свободной поз., в сочетании с demi-plie;

- battementtendu вперед, в сторону  на носок с переводом на каблук по 1 свободной поз., в сочетании с притопом;

- притоп простой, двойной, тройной;

- простой русский шаг назад через полупальцы на всю стопу;

- простой шаг с притопом с продвижением вперед, назад;

-простой дробный ход (с работой рук и без);

- танцевальный шаг по парам (на последнюю долю приседание и поворот корпуса в сторону друг друга);

- простой бытовой шаг по парам под ручку вперед , назад;

- простой бытовой шаг по парам в повороте, взявшись под руку противоположными руками;

- танцевальный шаг по парам, тройками (положение рук сзади за талию);

- прыжки с поджатыми ногами;

- «шаркающий шаг»;

- «елочка»;

- «гармошка»;

- поклон на месте с руками;

- поклон с продвижением вперед и отходом назад;

- боковые перескоки с ноги на ногу по 1 прямой позиции;

- «ковырялочка» с двойным и тройным притопом;

- «припадание» вперед и назад по 1 прямой позиции.

(мальчики)

- подготовка к присядке (плавное и резкое опускание вниз по 1 прямой и свободной позиции);

- подскоки на двух ногах (1 прямая, свободная позиция).

 (девочки)

- простой бег с открыванием рук в подготовительную позицию ( вверху, между 2 и 3  позициями)

- маленькое приседание (с наклоном корпуса), руки перед грудью «полочка»;

- бег со сгибанием ног назад по диагонали, руки перед грудью «полочка».

***Упражнения на ориентировку в пространстве:***

- диагональ;

- простейшие перестроения: колонна по одному, по парам, тройкам, по четыре;

- «звездочка»;

- «корзиночка»;

- «ручеек»;

- «змейка»;

- «воротца»;

- «карусель».

***Танцевальные комбинации.***

**6. Классический танец.**

Классический танец – основа всей хореографии. Он поможет детям познать свое тело, научиться грамотно владеть руками и ногами, исполняя тот или иной танцевальный элемент. На занятиях классическим танцем, дети познакомятся с основными позициями рук и ног, различными классическими движениями (battementtendu, demiplie и др.), познакомятся с квадратом А.Я.Вагановой.

**1. *Постановка корпуса.***

**2.*Положения и движения рук:***

- подготовительная позиция;

- позиции рук (1,2,3);

- постановка кисти;

- отличие 2 позиции классического танца от 2 позиции народного танца;

- раскрывание и закрывание рук, подготовка к движению;

- перевод рук из одного положения в другое.

**3. *Положения и движения ног:***

- позиции ног (выворотные 1,2,3);

- demiplie (по 1 позиции);

- releve( по 6 позиции);

- saute( по 6 позиции);

- легкий бег на полупальцах;

- танцевальный шаг;

- танцевальный шаг по парам ( руки в основной позиции);

- перенос корпуса с одной ноги на другую (через battementtendu);

- реверанс для девочек, поклон для мальчиков.

- позиции ног (выворотные);

- шаги на полупальцах с продвижением вперед и назад;

- танцевальный шаг назад в медленном темпе;

- шаги с высоким подниманием ноги, согнутой в колени вперед и на полупальцах (вперед, назад).

- releve по 1,2,3 позициям (муз.раз. 1/2 ,1/4, 1/8);

- demi-plie по 1,2,3 поз.;

- demi-plie c с одновременной работой рук;

- сочетание полуприседания и подъема на полупальцы;

- saute  по 1,2,6 поз.;

- saute  в повороте (по точкам зала).

**4.** ***Танцевальные комбинации.***

***5. Упражнения на ориентировку в пространстве:***

- положение прямо (анфас), полуоборот;

- свободное размещение по залу, пары, тройки;

- квадрат А.Я.Вагановой.

**7. Бальный танец .**

В раздел «бальный танец» включены такие танцевальные элементы как: подскоки, par польки, элементы вальса, полонеза, менуэта, танго, рок-н-ролла. Дети научаться держать корпус и руки согласно тому времени, к которому относятся исполняемые танцевальные движения, постараются перенять манеру исполнения танцев того времени. Во время занятий бальным танцем большое внимание будет уделяться работе в паре, что имеет большое воспитательное значение.

 Также как и после знакомства с предыдущими разделами детям предлагается изучить и исполнить этюды « Полька», «Вальс»,  «Танго», «Рок-н-ролл» «Полонез», «Менуэт».

***Положения и движения ног:***

***Полька:***

- par польки (по одному, по парам);

- par польки в сочетании с подскоками;

- «пике» с одинарным и двойным ударом о пол (с продвижением назад);

-  прыжок из 6 во 2 позицию на одну ногу;

- «подскоки» в повороте (по одному и по парам).

***Вальс:***

- par вальса (по одному, по парам);

- parbalance (на месте, с продвижением вперед, назад).

***Полонез:***

- par полонеза;

- par полонеза в парах по кругу.

***Рок-н-ролл:***

- основное движение – «рок-н-ролла»;

- открывание ноги с точкой вперед, в сторону, с продвижением вперед, назад, с поворотом;

- пружинящий шаг с открыванием рук в стороны.

***Движения в паре:***

- легкий бег на полупальцах по парам лицом и спиной вперед с поворотом через середину;

- легкий бег по парам на полупальцах по кругу (девочка исполняет поворот под руку на сильную долю такта).

***Танцевальные комбинации.***

**8. Танцевальные этюды, танцы**- сюжетные танцы к праздничным утренникам.

**9. Итоговое занятие –** концерты конкурсы

**10. Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей дошкольного возраста.**

**11. Заключительное занятие.**

**Методическое обеспечение программы**

|  |  |
| --- | --- |
| **Образовательная область** | **Содержание** |
| ПОЗНАНИЕ | * Ознакомление дошкольников с организмом человека, его функциями, способами заботы о нем. * Упражнение в счете, ориентировке в пространстве. * Развитие умения ориентироваться на плоскости. |
| СОЦИАЛЬНО-КОММУНИКАТИВНАЯ | * Развитие умения общаться со взрослыми, сверстниками. * Умение действовать в окружающем социуме, подчиняться общим правилам поведения. |
| РАЗВИТИЕ РЕЧИ | * Развитие умения слушать, выполнять словесную инструкцию. * Развитие дыхательной системы. * Обогащение словарного запаса. |
| ХУДОЖЕСТВЕННО-ЭСТЕТИЧЕСКОЕ  РАЗВИТИЕ | * Развитие умения согласовывать движения с музыкой. * Умение различать характер музыкальных произведений. * Развитие чувства ритма, тембрового слуха. * Развитие мелкой моторики для работы с художественными материалами. |
| ФИЗИЧЕСКОЕ  РАЗВИТИЕ | * Развитие физических качеств личности (гибкость, выносливость и координация) * Накопление и обогащение двигательного опыта детей. * Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности, в ЗОЖ. * Укрепление крупной мускулатуры для статических занятий. |

**Содержание хореографической работы**

Содержание образовательной деятельности по художественно-эстетическому

развитию детей:

* развитие предпосылок ценностно-смыслового восприятия и понимания произведений искусства (словесного, музыкального, хореографического, изобразительного), мира природы;
* становление эстетического отношения к окружающему миру;
* формирование элементарных представлений о видах искусства;
* восприятие музыки, танца, художественной литературы, фольклора;
* стимулирование сопереживания персонажам художественных произведений;
* реализация самостоятельной творческой деятельности детей (изобразительной, конструктивно-модельной, музыкальной, танцевальной и др.).

**Основные цели и задачи:**

* Формирование интереса к эстетической стороне окружающей действительности,эстетического отношения к предметам и явлениям окружающего мира, произведениям искусства; воспитание интереса к художественно-творческой деятельности.
* Развитие эстетических чувств детей, художественного восприятия, образных представлений, воображения, художественно-творческих способностей.
* Развитие детского художественного творчества, интереса к самостоятельной творческой деятельности (изобразительной, конструктивно-модельной, музыкальной, танцевальной и др.); удовлетворение потребности детей в самовыражении.

*Приобщение к искусству.*

Развитие эмоциональной восприимчивости,эмоциональногоотклика на литературные и музыкальные произведения, красоту окружающего мира, произведения искусства.

* Приобщение детей к народному и профессиональному искусству (словесному, музыкальному, изобразительному, театральному, хореографическому, к архитектуре)через ознакомление с лучшими образцами отечественного и мирового искусства;
* воспитание умения понимать содержание произведений искусства.
* Формирование элементарных представлений о видах и жанрах искусства, средствах выразительности в различных видах искусства.

*Музыкально-художественная деятельность.*

* Приобщение к музыкальному искусству;
* формирование основ музыкальной культуры, ознакомление с элементарными музыкальными понятиями, жанрами; воспитание эмоциональной отзывчивости при восприятии музыкальных произведений.
* Развитие музыкальных способностей: поэтического и музыкального слуха, чувства ритма,музыкальной памяти; формирование песенного, музыкального вкуса.
* Воспитание интереса к музыкально-художественной деятельности, совершенствование умений в этом виде деятельности.

 Основные методы обучения.

Если цели и задачи обучения как бы задают общее направление деятельности, то методы призваны обеспечивать достижение поставленных целей и решение намеченных задач.

*Метод использования слова* — универсальный метод обучения. С его помощью решаются различные задачи: раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой и др. Это определяет разнообразие методических приёмов использования слова в обучении:

* рассказ,
* беседа,
* обсуждение,
* объяснение,
* словесное сопровождение движений под музыку и т.д.

*Метод танцевального показа* – это такой способ обучения, при котором педагог демонстрирует танцевальную композицию или элементы и анализирует их.

*Метод устного изложения учебного материала* – с его помощью педагог сообщает детям знания об истории и современном состоянии хореографии. Ритмики. Рассказывает об отдельных танцах и танцевальной музыке. Показывая и разъясняя, те или иные танцевальные композиции педагог помогает ребенку понять характер ритмической, танцевальной лексики и особенности танцевальной музыки.

*Методы танцевально-практических действий.*

*Методы познавательной деятельности детей:*

* иллюстративно-объяснительный метод
* репродуктивный метод.

*Методы наглядного восприятия* - способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению учащимися программы курса обучения, повышения интереса к изучаемым упражнениям.

К этим методам можно отнести:

* показ упражнений, демонстрацию плакатов, рисунков, видеозаписей, прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков.

Всё это способствует воспитанию музыкальной памяти, формированию двигательного навыка, закрепляет привычку двигаться ритмично.

*При репродуктивном методе* дети сами воспроизводят известный им по прошлому опыту материал.

Этот метод позволяет педагогу в процессе обучения осуществить контроль затем, как дети усваивают знания, овладевают танцевальными умениями и навыками.

*Методы воспитания*

*Метод внушения*, то есть способ воздействия, при котором педагог стремится передать ребенку своё отношение к определённому материалу – танцевальной лексике, музыке, характеру исполнения движения, чувству ритма и т. п., а также своё (или других) мнение, настроение, оценку.

*Метод убеждения* – это способ воздействия, с помощью которого педагог обоснованно доказывает ребенку определённые положения, эстетические представления и оценки. Метод убеждения адресуется к разуму дошкольника.

*Метод целостного освоения упражнений и движений* объясняется относительной доступностью упражнений. Однако использование данного метода подразумевает наличие двигательной базы, полученной ранее. В эту базу входят двигательные элементы и связки, позволяющие на их основе осваивать в дальнейшем более сложные движения.

*Ступенчатый метод* широко используется для освоения самых разных упражнений и танцевальных движений. Практически каждое упражнение можно приостановить для уточнения двигательного движения, улучшение выразительности движения и т.п. Этот метод может также применяться при изучении сложных движений.

*Игровой метод* используется при проведении музыкально — ритмических игр. Этот метод основан на элементах соперничества учащихся между собой и повышении ответственности каждого за достижение определённого результата. Такие условия повышают эмоциональность обучения.

*Педагогические игры* – метод с использованием игровых приёмов и ситуаций.

*Коллективно-творческое дело* – метод применяется на такой стадии развития детского коллектива, когда воспитанники овладели определёнными навыками самостоятельной, практической и творческой деятельности.

Музыкально-хореографические занятия в организации образовательного процесса

Основная форма образовательной работы с детьми: музыкально-хореографические занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого ребенка.

Занятия включают чередование различных видов деятельности: музыкально-ритмические упражнения и игры, слушание музыки, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и движения, творческие задания. Программой предусмотрены занятия теоретической дисциплиной: беседы о хореографическом искусстве, о дыхании в хореографии, об актёрском мастерстве и о танцевальных жанрах.

Организация игровых ситуаций помогает усвоению программного содержания, приобретению опыта взаимодействия, принятию решений.

Беседы, проводимые на занятиях, соответствуют возрасту и степени развития детей. На начальном этапе беседы краткие. С детьми проводятся беседы — диалоги, обсуждения, рассказы, беседы, объяснения, которые помогают развитию способности логически мыслить. На этих занятиях дети получают информацию о хореографическом искусстве, его истории развития и традициях. 

*Этапы работы.*

I этап – подготовительный (1квартал: сентябрь – октябрь - ноябрь)

II этап – основной (2 квартал: декабрь – январь - февраль)

III этап – этап совершенствования (3 квартал: март – апрель - май)

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

В совершенстве овладеть огромным разнообразием движений, комбинаций и целых комплексов упражнений, входящих в программу, возможно лишь при условии правильной методики обучения.

Целостный процесс обучения можно условно разделить на три этапа:

1. Начальный этап – обучение упражнению *(отдельному движению)*;
2. Этап углубленного разучивания упражнений;
3. Этап закрепления и совершенствования упражнения.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Начальный** **этап** | **Этап углубленного разучивания** | **Этап закрепления и совершенствования** |
| * название упражнения; * показ; * объяснение техники; * опробования упражнений. | - уточнение двигательных действий;  - понимание закономерностей движения;  - усовершенствование ритма;  -свободное и слитное выполнение упражнения. | - закрепление двигательного навыка;  - выполнение упражнений более высокого уровня;  - использование упр. в комбинации с другими упражнениями;  - формирование индивидуального стиля. |

***Структура занятий включает в себя три основные части:***

***подготовительную, основную, заключительную.***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Основные части | Основные задачи | Основные средства | Методические особенности |
| *Подготовительная* | Организация группы; повышение внимания и эмоционального состояния; умеренное разогревание организма | Строевые упражнения; различные формы ходьбы и бега; несложные прыжки;  короткие танцевальные комбинации, состоящие из освоенных ранее элементов; упражнения на связь с музыкой и др. | Продолжительность подготовительной части определяется задачами и содержанием занятия, составом занимающихся и уровнем их подготовки. На эту часть отводится примерно 10-15% общего времени занятия. |
| *Основная* | Развитие и совершенствование основных физических качеств; формирование правильной осанки; воспитание творческой активности; изучение, и совершенствование движений танцев и его элементов; отработка композиций | Упражнения на силу, растягивание и расслабление; хореографические упражнения; элементы современного ритмического танца; танцевальные композиции; постановочная работа. | На данную часть занятия отводится примерно 75-85% общего времени. Порядок решения двигательных задач в этой части строится с учетом динамики работоспособности детей. Разучивание и корректировка новых движений происходит в начале основной части, в конце – отработка знакомого материала. |
| *Заключительная* | Постепенное снижение нагрузки; краткий анализ работы, подведение итогов. | Спокойные танцевальные шаги и движения; упражнения на расслабление; плавные движения руками; знакомые танцы, исполнение которых доставляет детям радость. | На эту часть отводится 5-10% общего времени. Проводится краткий анализ достигнутых на занятии успехов в выполнении движений, что создает у детей чувство удовлетворения и вызывает желание совершенствоваться  Советы по поводу недостаточно освоенных движений помогает сосредоточить на них внимание на следующем занятии. |

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

1. Обучающие занятия. На обучающих занятиях детально разбирается движение. Обучение начинается с раскладки и разучивания упражнений, танцевального па в медленном темпе. Объясняется прием его исполнения.
2. Закрепляющие занятия. Предлагают повтор движений или комбинаций не менее 2-4 раз. Первые повторы исполняются вместе с педагогом. Затем идет повтор движения каждым ребенком, по очереди (диагональ), начинают дети, выполняющие движения правильно.
3. Итоговые занятия. Дети практически самостоятельно, без подсказки, должны уметь выполнять все заученные ими движения и танцевальные композиции.
4. Постановочные занятия. На занятии разучивается рисунок танца, дети учатся эмоционально передавать характер танца.
5. Импровизационные занятия. На этих занятиях дети танцуют придуманные ими вариации или сочиняют танец на тему, данную им педагогом. Такие задания развивают фантазию. Ребенок через пластику своего тела пытается показать, изобразить, передать свое видение образа.

Для всех видов занятий обязательными являются вышеперечисленные структурные части занятия.

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

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

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

**Ритмика, элементы музыкальной грамоты.**

Связь музыки и движения.

Понятие «мелодия».

Характер мелодии: веселая, грустная, торжественная.

Зависимость движения от характера мелодии.

Темп музыки.

Ускорение и замедление.

Музыкальное вступление.

Музыкальная фраза.

Начало и конец музыкальной фразы.

Ритм музыки.

Характеристика музыкальных образов.

Подбор выразительных движений для создания образа.

Самостоятельное использование музыкально-двигательной деятельности в импровизациях.

**Упражнения, развивающие музыкальные чувство:**

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

**Танцевальные этюды.**

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

**Постановка:**

* знакомство с музыкальным материалом постановки;
* изучение танцевальных движений;
* соединение движений в танцевальные композиции;
* разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах.

**Репетиция:**

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

Хореографическая деятельность включает выполнение следующих заданий:

 1. *Коллективно-порядковые навыки и умения:*

-        строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно, под музыку;

-        приветствовать педагога;

-        занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, не сутулиться, без лишнего напряжения в коленях и плечах);

-        равняться в шеренге, в колонне;

-        ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;

-        выполнять навыки основных движений ходьбы «торжественная», «спокойная», «таинственная»;

-        выполнять бег: легкий и стремительный;

-        ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линий;

-        ориентироваться в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, их круга.

2. *Музыкально-ритмические навыки и умения:*

-        упражнять в умении самостоятельно различать темповые изменения в музыке, отвечать на них движением;

-        передавать в хлопках более сложный ритмический рисунок, чем в начале года;

-        передавать в движениях смену частей музыкального произведения, чередования музыкальных фраз;

-        самостоятельно начинать движения после вступления;

-        менять движения со сменой частей, музыкальных фраз;

-        выразительно, ритмично передавать движения с предметами (ложки, палочки), согласовывая их с характером музыки.

3. *Навыки и умения выразительного движения:*

-        творчески использовать знакомые движения в свободных плясках, импровизациях, играх;

-        бегать с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка;

-        двигаться в парах по кругу, сохраняя расстояние между парами;

-        бегать на полупальцах;

-        внимательно слушать танцевальную мелодию, чувствовать ее характер, выражать свои чувства словами, рисунками, движением;

-        узнавать плясовые движения по мелодии;

-        выполнять движения, отвечающие характеру музыки, самостоятельно меняя их в соответствии с двухчастной формой музыкального произведения;

-        выполнять танцевальные движения: прямой галоп, пружинка, подскоки, движение парами по кругу, кружение по одному и в парах, мальчики – присядки (русские), хлопушки;

-        ставить ногу на носок и на пятку, ритмично хлопать в ладоши, выполнять навыки движения из круга врассыпную и обратно, подскоки;

-        выполнять элементы классического и народно-сценического урока;

-        выполнять элементы польки, русской пляски;

-        русский народный танец «У завалинки»; «Полька»;

-        хореографические композиции: «Птичий двор», «Зимняя сказка», «Буратино».

-        выполнять движения с предметами (с куклами, игрушками, ленточками, шляпами, цветами);

-        инсценировать хороводы;

-        приветствовать педагога и друг друга («Поклон – приветствие»).

**Требования к музыкальному сопровождению на занятиях хореографией**

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

**Техническое обеспечение:**

- просторное  помещение для занятий;

- зеркала, хореографический станок;

- CD , DVD;

- реквизиты  к  танцевальным  постановкам.

**Оборудование, используемое при проведении занятий:**

* музыкальный центр, с записями ритмичной музыки для сопровождения занятий;
* видеозаписи разнообразных танцевальных движений;
* диапроектор, экран.

**Список литературы**

1. Программа воспитания и обучения в детском саду «Детство» (Т.И. Бабаева, А. Г., Гогоберидзе, О.В. Солнцева и др. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2014.-352 с.
2. Программа по хореографии «Хореографическая мозаика» Танцевальная мозаика /хореография в детском саду/ С.Л. Слуцкая. – М.: Линка-Пресс,2006;
3. Ветлугина Н.А. Эстетическое воспитание в детском саду, Москва, 1985.
4. Буренина А.И. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста, СПб, 1997, «Ритмическая мозаика».
5. Музыкально-двигательные упражнениявдетскомсаду. Москва, Просвещение, 1991
6. Костровицкая В. Сто уроков классического танца, СПб. 1999.
7. Урунтаева Г. Дошкольная психология, Москва, 1996 .
8. Ветлугина Н.А. Эстетическое воспитание в детском саду, Москва, 1985.
9. «Ритмика длядетей: учебно-методическое пособие, Москва, Владос, 2008)
10. Фирилева, Ж.Е., Сайкина, Е.Г. Са-фи-дансе. Танцевально-игровая гимнастика для детей: учебно-методическое пособие, СПб, Детство-пресс, 2001.
11. Барышникова Т. Азбука хореографии, Москва: Айрис Пресс, 1999.