

муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
«Детско- юношеский центр «Подросток»
городского округа Самара



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУ ДО
ДЮЦ «Подросток» г.о. Самара
Миронова Е.Л.
«12» августа 2024 г.
Программа принята на основании
решения методического совета
протокол № 1
от «12» августа 2024 г.
Введена в действие Приказом
от «12» августа 2024 г. № 65

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Калейдоскоп»**

Вид - модульная

Направленность - художественная

Возраст обучающихся: 3-5 лет

Срок реализации – 1 год

Авторы - составители:
Серебрякова Юлия Владимировна,
педагог дополнительного образования,
Антропова Диана Вадимовна
педагог дополнительного образования

г. Самара

Содержание

1.Пояснительная записка.....	3
2.Модуль «Её величество-музыка».....	6
3.Модуль «Игровая гимнастика».....	9
4.Модуль «Азбука танца».....	12
5.Ожидаемые результаты освоения программы.....	15
6.Методическое обеспечение.....	17
7.Список литературы.....	17

Пояснительная записка

В основу данной программы положены следующие нормативные документы, регламентирующие деятельность ОУ в сфере дополнительного образования:

1. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993, с изменениями, одобренными общероссийского голосования 01.07.2020);
2. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
3. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р);
4. Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;
5. Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
6. Федеральный закон «О российском движении детей и молодежи» от 14.07.2022г. № 261-ФЗ;
7. Концепция развития дополнительного образования до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р);
8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
9. Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
10. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
11. Стратегия социально-экономического развития Самарской области на период до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Самарской области от 12.07.2017 № 441);
12. Письмо министерства образования и науки Самарской области от 12.09.2022 № МО/1141-ТУ (с «Методическими рекомендациями по разработке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (новая редакция)»);
13. Письмо Министерства просвещения РФ от 02.05.2023 № АБ-1965/06 (с «Методическими рекомендациями по вопросам подготовки и проведения летней оздоровительной кампании 2023 года, включая вопросы обеспечения безопасности детей в период организованного отдыха, а

также об организации учета медицинского стажа медицинских работников в организациях отдыха детей и их оздоровления).

14. Устав МБУ ДО ДЮЦ «Подросток» г.о. Самара.

Направленность программы по содержанию является художественно-эстетической; по функциональному предназначению—досуговой, учебно-познавательной и общекультурной.

Особенность программы состоит в том, что большая часть урока, на первом году обучения, опирается на партерный экзерсис и также предусмотрен отдельный блок сценическое движение, в котором расположены блоки: актерское мастерство и творческая деятельность. Рабочая программа описывает первый год обучения. Этот период можно определить, как первый этап в освоении азов ритмики, азбуки классического, и современного танцев.

Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям. Укрепление психического и физического здоровья. Получение общего эстетического, морального и физического развития.

Педагогическая целесообразность программы объясняется основными принципами, на которых основывается вся программа, это – принцип взаимосвязи обучения и развития; принцип взаимосвязи эстетического воспитания с хореографической и физической подготовкой, что способствует развитию творческой активности детей, дает детям возможность участвовать в постановочной и концертной деятельности. Эстетическое воспитание помогает становлению основных качеств личности: активности, самостоятельности, трудолюбия. Программный материал нацелен на развитие ребенка, на приобщение его к здоровому образу жизни в результате разностороннего воспитания (развитие разнообразных движений, укрепление мышц; понимание детьми связи красоты движений с правильным выполнением физических упражнений и др.).

Ожидаемый результат: овладение детьми первичными навыками искусства танца.

Цель программы:

1. Обучить детей основам хореографии.
2. Сформировать навыки выполнения танцевальных упражнений.
3. Воспитывать чувство коллективизма, способность к продуктивному творческому общению.

Задачи:

- Развивать двигательную активность и координацию движений.
- Формировать правильную осанку.
- Формировать умение выразительно двигаться в танце.

-Формировать восприятие музыкальных образов и выражать их в движении, согласовывая движения с характером музыки;

-Развивать творческие способности: рефлексия собственных движений, придумывать «свой» игровой образ и «свой» танец.

Сформировать танцевальные знания, умения и навыки на основе овладения и освоения программного материала.

Воспитать музыкальный вкус и любовь к искусству танца.

При создании творческих или проблемных ситуаций широко используется метод моделирования детьми «взрослых отношений». Как известно, дети очень любят играть во «взрослых». И познание материального и духовного мира у них в основном происходит через подражательные игры.

Творческие ситуации разыгрываются как при индивидуальной, так и при коллективной работе.

Ребенок должен не только грамотно и убедительно решать каждую из возникающих по ходу его работы творческих задач, но и осознавать саму логику их следования. Поэтому важным методом обучения танцам является разъяснение ребенку последовательности действий в постановочной работе.

Прохождение каждой новой темы предполагает постоянное повторение пройденных тем, обращение к которым диктует практика. Такие методы как «возвращение к пройденному», «играем во взрослых» придают объемность линейному и последовательному освоению материала в данной программе.

Новизна данной дополнительной образовательной программы заключается в том, что по форме организации образовательного процесса она является модульной.

Срок реализации: 1 год. Программа рассчитана для обучающихся в возрасте **от 3 до 5 лет**. Объем программы **-144 часа**. Режим занятий – **2 раза в неделю**, при наполняемости – **15 человек в группе**.

Цель, задачи, способы определения результативности, а также формы итогов реализации дополнительной образовательной программы представлены в каждом модуле.

Делается акцент на партерном экзерсисе. Педагогу необходимо проявлять особую чуткость и внимание к ребятам, заинтересовать их искусством хореографии и пониманием необходимости приложения труда для освоения основ танцевальной деятельности.

Основное содержание цикла занятий рассчитано на три этапа, содержание и задачи каждого из них взаимосвязаны, этапа соответствуют группам начального звена обучения, и от этапа к этапу идет усложнение. Программа для младшей группы содержит минимум

тренировочных упражнений и танцевальных движений – азбука классического, народно-сценического и эстрадного танца, что способствует гармоничному развитию танцевальных способностей учащихся. Теоретические сведения по музыкальной грамоте даются непосредственно в процессе занятия и в ходе работы над постановками.

Программа разделена на 3 модуля и отдельные тематические часы. Работа строится таким образом, чтобы не нарушать целостный педагогический процесс, учитывая тренировочные цели, задачи эстетического воспитания и конкретные перспективы коллектива.

К концу первого года обучения дети должны знать:

1. Как правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку.
2. Иметь навык легкого шага с носка на пятку.
3. Приобрести пластику.

Учебный план ДОП «Калейдоскоп»

№ п/п	Наименование модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	«Её величество-музыка»	30	8	22
2	«Игровая гимнастика». Промежуточная аттестация.	58	12	46
3	«Азбука танца». Итоговая аттестация.	48	12	36
	Итого:	144	32	112

1.Модуль «Её величество-музыка»

Цель модуля - Ознакомление с элементарными музыкальными понятиями и создание условий для воспитания творчески развитой личности ребёнка средствами музыки и движения, развитие его художественного вкуса, музыкального чувства ритма, интереса.

Задачи:

- Формировать умение слушать музыку.
- Формировать умение воспринимать и оценивать музыку.

-Развивать умение организовать свои действия под музыку.

**Учебно-тематический план модуля
«Её величество-музыка»**

№ п/п	Наименование темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Вводное занятие	1	1	
2	Связь музыки и движения	10	1	9
3	Темп музыки	9	1	8
4	Характер музыкального произведения	10	2	8
	Итого:	30	5	25

Содержание модуля.

Тема 1. Связь музыки и движения

Взаимосвязь танцевального движения с музыкой. Понятие о строении музыкальной и танцевальной речи (мотив, фраза, предложение). Законченность мелодии и танцевального движения. Понятие о музыкальном вступлении и исходном положении танцующего. Начало исполнения движения после музыкального вступления. Отражение в движениях построения музыкального произведения. Понятие о трех музыкальных жанрах: марш - танец - песня. Знакомство с двухчастным и трехчастным построением музыкального произведения.

Игра «Тихо и громко».

- Ритмический рисунок.
- Воспроизведение хлопками и притопыванием ритмического рисунка.
- Комбинация с хлопками: перед собой, по коленям, над головой, по бедрам.
- Строение музыкального произведения (вступление, часть).
- Учить обучающихся менять движение в соответствии с двухчастной формой музыкального произведения.

Тема 2. Темп музыки

Понятие о музыкальных темпах: Классификация музыкальных темпов: медленный, быстрый, умеренный (изучается последним). Выполнение движений в различных темпах переход из одного темпа в другой, ускорение и замедление заданного темпа, сохранение заданного темпа после прекращения звучания музыки.

Игра «Жуки и бабочки».

- Темпы музыкальных произведений (быстрый, медленный, умеренный).
- Слушая музыку, определить ее темп (устно).

Игра «Кукла танцует»

- Развитие чувства музыкального темпа,
- Координация темпа движения рук с темпом музыки и движений куклы.

Тема 3. Характер музыкального произведения

- Использование языка жеста и мимики в передаче характера музыкального образа;
- Импровизация на заданный музыкальный образ с использованием разнообразных движений по характеру музыки;
- Изменение характера движения в соответствии с изменением темповых и динамических показателей музыки.

2.Модуль «Игровая гимнастика»

Цель модуля - содействие всестороннему развитию личности обучающегося, средствами танцевально-игровой гимнастики.

Задачи:

- Развивать и тренировать суставно-связочный аппарат.
- Улучшать эластичность мышц и связок.
- Развивать ловкость, силу, апломб (устойчивость), вестибулярный аппарат.
- Подготовить детей к исполнению более сложных элементов.

Учебно-тематический план модуля «Игровая гимнастика»

№ п/п	Наименование темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Упражнения для развития гибкости, силы ног, рук	20	6	14
2	Упражнения для развития координации	26	8	18

3	Упражнения для развития осанки	12	2	10
	Итого:	58	16	42

Содержание программы.

Тема 1. Упражнения для развития гибкости, силы ног, рук

1. Упражнение для подъема стопы. Сидя на полу, ноги вытянуты вперед, спина прямая, стараемся коснуться большим пальцем пола.

2. Упражнение для выворотности стопы. Сидя на полу, ноги вытянуты вперед, спина прямая, разворачиваем стопы так, чтобы коснуться мизинцами пола.

3. «Буратино» - ноги на полу на ширине 90°, руки раскрыты в стороны, наклон корпуса к правой ноге, корпус вытянуть вдоль ноги, руками коснуться носка; вернуться в исходное положение.

5. «Складочка»

6. «Бабочка» - ноги на полу подтянуты к себе, колени раскрыть в стороны, руки на коленях. Стараемся коленями достать до пола «развернуть у бабочки крылья».

7. «Лодочка» – лежа на животе, ноги прямые, руки вытянуты вперед. Поочередно поднимаем ноги и руки, изображая качающуюся лодочку.

8. «Рыбка» – лежа на животе, ноги вместе, стопы раскрыты в стороны, пятки прижаты к полу, руки вдоль корпуса.

11. «Ушастый зайчик» – упражнение для мышц спины. Руки вдоль корпуса, поднять прямые ноги вверх и опустить их вниз за голову, достать носками до пола. Зафиксировать это положение, вернуться в исходное положение.

13. «Дощечка» – упражнение для укрепления мышц живота. Стоя на коленях, руки прижаты к корпусу. Исполняются покачивания корпуса вперед-назад, не садясь на ноги.

Тема 2. Упражнения для развития координации

«Карусель» – Сесть на пол, поднять прямые ноги вверх. Опираясь руками о пол, начать поворачиваться вокруг себя с помощью рук.

Ритмический танец «Русский». Промежуточная аттестация.

1. Стоя, руки на поясе. Развести руки в стороны.
2. То же исх. положение. Развести руки в стороны, поочередно, ставить ногу на пятку.
3. Стоя, руки согнутые в локтях, лежат друг на друге перед грудью (полочкой). Полуприседание с подъемом локтей поочередно.
4. Сидя, ноги согнуты в коленях, ладони на полу. Поочередно поднимать ноги вверх.
5. Исх. пол. То же. Положить ноги на пол: вправо-влево.

6. Стоя, руки внизу, ладони поднять горизонтально. «Топотушки» – повороты вокруг себя на месте с притопами.
7. Стоя, руки перед грудью. Шаг влево, хлопок около левого уха. То же вправо.
8. Стоя, руки вверх. Топнуть 6 раз левой ногой, то же правой.
9. «Присядка». Стоя, руки на поясе. Присесть, вставая – поставить левую ногу на пятку. То же правой ногой.
10. Стоя, руки в стороны. Покружиться в одну сторону, потом в другую.
11. «Ковырялочка». Стоя, руки на поясе. Ногу на пятку, на носок, потопать.
12. Стоя, руки внизу. Поднять руки вверх, топнуть одной ногой 6 раз, потом – другой.
13. «Молоточки». Стоя, руки внизу. Ударять сзади пальцами ног, а впереди – пяткой.
14. «Карусель». Сидя, ноги согнуть. Повороты на месте, помогая руками на полу.
15. Стоя, руки на поясе. Раскрываем руки с поворотом в стороны.

Хлопки и притопы на каждый счёт, через счёт, только на первый счёт

Акцентированная ходьба

Выполнение движений руками в различном темпе

Сочетание ходьбы на каждый счёт с хлопками через счёт и наоборот

Выполнение упражнений (ходьба, бег, танцевальные шаги) в различном темпе, включая одновременные движения рук и ног, с хлопками

Выполнение упражнений на различие разнообразных динамических оттенков музыки (тихо, громко) с различной силой, амплитудой

Выполнение упражнений на различие регистра (высоко – низко)

Выполнение разнообразных ритмических рисунков на хлопках и шагах

Тема 3. Упражнения для развития осанки

- 1.«Солнышко» – ноги на полу на ширине 90°, руки раскрыты в стороны.

наклон корпуса к правой ноге, корпус вытянуть вдоль ноги, левой рукой коснуться носка правой ноги, правой рукой дотронуться до левой ноги.

2.«Корзиночка» – упражнение для мышц спины. Лечь на живот, руками взяться за щиколотки с внешней стороны, ноги потянуть вверх. Слегка покачаться на животе, голова поднята вверх.

3.«Колечко» – упражнение для мышц спины. Лечь на живот, опереться впереди на руки, прогнуть корпус назад так, чтобы достать головой носки согнутых назад ног. Зафиксировать это положение, вернуться в исходное положение.

4. «Вытяжение» – Партнер берет исполнителя за кисти, или запястья (которые сильно вытянуты) и поднимает вверх. Прогнуться в поясничном отделе, лопатки тянуть к бедрам, плечи опускать. Партнер должен увеличивать подъем, пружиня, под контролем педагога, т.к. нельзя делать резко. Подъем, удержание, медленно опускание, пауза.

5. «Самолёт» – лежа на животе, руки отведены в стороны, ноги вытянуты в коленях по команде педагога одновременно поднять ноги, руки, грудную клетку, удерживать до следующей команды педагога.

6. «Помоги соседу» – сидеть спиной друг к другу, ноги вытянуть вперед. Исполнитель опускает руки вдоль тела, слегка согнутые в локтях. Партнер – помощник берет своими руками исполнителя сверху под локти и тянет на себя, стараясь активно прогнуть исполнителя в грудном отделе позвоночника.

Модуль 3. Азбука танца

Цель модуля: Содействовать всестороннему развитию детей (формирование знаний, умений, навыков, способностей и качеств личности) средствами музыки и танца.

Задачи модуля:

- Развивать творческие способности воспитанников.
- Развивать двигательные качества и умения: гибкость, пластичность, ловкость, координацию движений, силу, выносливость.
- Развивать танцевальные способности.
- Развивать потребности самовыражения в движении под музыку.
- Подготовить детей к изучению более сложных элементов, этюдов, танцев.

Учебно-тематический план модуля «Азбука танца»

№ п/п	Наименование темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Танцевальные шаги	12	2	10
2	Постановка корпуса, элементы классического танца	20	2	18
3	Элементы современного танца	16	2	14
	Итого:	48	6	42

Содержание модуля.

Тема 1. Танцевальные шаги

- Шаг с носка,
- На носках,
- Полуприсед на одной ноге, другую вперед на пятку.
- Пружинные полуприседы.
- Приставной шаг в сторону.
- Шаг с небольшим подскоком.
- Шаг галопа вперед и в сторону.
- Шаг польки.
- Пружинные движения ногами на полуприседах, кик-движение.
- Шаг с подскоком.
- Русский попеременный шаг.
- Шаг с притопом.
- Русский шаг-при падание.
- Комбинации из изученных танцевальных шагов

Тема 2. Постановка корпуса, элементы классического танца

1. Позиции ног: I-я, VI-я
2. Подготовка к началу движения — Preparation:
 - движение рук;
 - движение руки в координации с движением ноги.
3. Танцевальные положения рук:
 - на поясе,
 - за юбочку,
 - за спиной,
 - на поясе в кулачках.
4. Полуприседания (demi plie) по VI позиции, I позиции
5. Выдвижение ноги (battement - tendu):
 - вперед по VI позиции,
 - в сторону по I позиции.
6. Подъем на полупальцы (releve) по VI позиции
7. То же в сочетании с п/приседаниями
8. Прыжки (allegro)
9. Saute по VI позиции

Тема 3. Элементы современного танца

Разогрев. Начало работы на уроке начинается с партерной комбинации, где задействованы различные части тела. Работа спины – скручивания позвоночника, медленные прогибы – “Собака мордой вверх”, различные перекаты и вытяжения, что подготавливает спину к дальнейшей работе. В комбинацию включены различные глубокие выпады для четырёхглавых мышц бедра, ягодичных мышц, а также подколенных сухожилий. Для качественной проработки мышц и связок задней поверхности ног и развития гибкости позвоночника используется упражнение из йоги “Собака мордой вниз”. Все упражнения усложняются координационными движениями, основными базовыми элементами современного танца.

Изоляция. Изоляция – основной прием техники джаз-танца. Изолированные центры и ареалы центров (части центров). Положение коллапса (свободное держание тела) во время изоляции.

Упражнения для позвоночника.

Roll down/up – постепенное скручивание позвоночника вниз/ вверх.

Flat back – наклон торса на 90 ° в котором спина, голова и руки составляют одну прямую линию.

Deep body bend-глубокий наклон вперед, ниже, чем на 90°. При этом наклоне спина, голова и руки находятся также на одной прямой линии, но торс наклоняется как можно ниже,

Curve- Загиб верхней части позвоночника вперед или в сторону. Начинается от головы и выполняется до точки, расположенной в “солнечном сплетении”. Поясница в этом движении участия не принимает.

Twist торса- Движение, начинающееся с закручивания плеч, за которыми поворачивается торс, изменяя плоскость своего расположения.

Ожидаемые результаты освоения программы

В ходе занятий обучающиеся научатся основным танцевальным элементам, станут увереннее в себе, заинтересуются танцами.

Сформированность внутренней позиции учащегося, которая находит отражение в эмоционально-положительном отношении к образовательному учреждению через интерес к ритмико-танцевальным, гимнастическим упражнениям.

Наличие эмоционально-ценностного отношения к искусству, физическим упражнениям.

Развитие эстетического вкуса, культуры поведения, общения, художественно-творческой и танцевальной способности.

Способность учащегося понимать и принимать учебную цель и задачи.

Умение в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи.

Накопление представлений о ритме, синхронном движении.

Формирование навыка умения учиться: решение творческих задач, поиск, анализ и интерпретация информации с помощью учителя.

Ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу.

Ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линии.

Ритмично выполнять несложные движения руками и ногами.

Соотносить темп движений с темпом музыкального произведения.

Выполнять игровые и плясовые движения.

Выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя.

Начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

Умение координировать свои усилия с усилиями других.

Умение задавать вопросы, работать в парах, коллективе, не создавая проблемных ситуаций

Исполнять основные движения различных видов танцев;

Принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;

Танцевать индивидуально и в коллективе, соблюдая ритм, темп и музыкальные фразы;

Уметь воспринимать и передавать в движении образ;

Понимать и чувствовать ответственность за правильное исполнение танца на выступлениях.

Методическое обеспечение.

1. Материально – техническое обеспечение.

А. Пианино.

Б. Магнитофон.

В. Flash-накопитель

Г. SD диски

Д. Костюмы для танцев.

Ж. Нотный материал по классическому танцу.

3. Реквизит (венки из искусственных цветов, букеты цветов из искусственных цветов)

И. Гимнастические ковры для занятия

2. Кадровое обеспечение.

а. Педагог-хореограф.

б. Аккомпаниатор.

Кадровое обеспечение:

Для реализации данной программы педагогу дополнительного образования необходимо владеть основами педагогики, , возрастной психологией ,методике преподавания: классического, народно- сценического и современного танца.

Список литературы.

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. – СПб: Просвещение, 1996.
2. Бриске И.Э. Мир танца для детей. – Челябинск, 2005.
3. Ваганова А.Я. Основы классического танца. - Л.: Просвещение, 1980.
4. Захаров В.М. Радуга русского танца. – М.: Вита, 1986.
5. Константинова А.И. Игровой стретчинг. – СПб.: Вита, 1993.
6. Константинова Л.Э. Сюжетно-ролевые игры для дошкольников. – СПб: Просвещение, 1994.
7. Макарова Е.П. Ритмическая гимнастика и игровой танец в занятиях стретчингом. – СПб: Искусство, 1993.
8. Слуцкая С.Л. «Танцевальная мозаика». - М.: Линка – Пресс, 2006.
9. Уральская В.И. Рождение танца. – М.: Варгус, 1982.
10. Усова О.В. Театр танца О.Усовой. Методическое пособие. – Шадринск: Изд-во ПО «Исеть», 2002 – 175 с
11. Белкина С.И. и др. Музыка и движение: Упражнения, игры и пляски для детей 6-7 лет. – М.: Просвещение, 1984.
12. Пуртова Т. В. и др. Учите детей танцевать: Учебное пособие – М.: Владос, 2003.
13. Фирилева Ж. Е., Сайкина Е.Г. «Са-фи-дансе»: Танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: «Детство - пресс», 2000.
14. Труль О. В. Учебная программа пластического танца «Классика-Модерн».
15. Пуртова Т. В., Беликова А. Н., Кветная О. В. «Учите детей танцевать».- М.: Владос, 2003г
16. Никитин В. Ю. «Композиция урока и методика преподавания модерн-джаз танца».- М.: Один из лучших, 2006г.
17. Слуцкая С. Л. «Танцевальная мозаика» - М.: Линка – Пресс.
18. Пинаева Е. А. «Ритмика. Часть 1» - Пермь, 1997.
19. Пинаева Е. А. «Ритмика. Часть 2» - Пермь, 1997.
20. Александрова Н. А, Голубева В. А. «Танец модерн. Пособие для начинающих» - М. Лань.
21. Александрова Н. Танец модерн.- М.: Лань,
22. Горшкова Е. В. «От жеста к танцу. Методика и конспекты занятий по развитию у детей 5-7 лет творчества в танце». М.: «Гном».
23. Горшкова Е. В. «От жеста к танцу. Словарь пантомимических и танцевальных движений». М.: «Гном»