

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад комбинированного вида «Солнышко» п. Тикси
Муниципального района «Булунский улус» Республики Саха (Якутия)

«Согласовано»
Педагогическим советом
Протокол №
от «01» сентября 2023 г.

Утверждено»
Заведующая
МБДОУ «Солнышко»
_____/Скрыбыкина Т.Г.
от «____» сентября 2023 г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности
«Веселая хореография»**

Срок реализации 2 года

1 год обучения – дети 4-5 лет,
2 год обучения – дети 5-6 лет.

Музыкальный руководитель:
Ермакова О.В.

п.Тикси, 2023-2024 уч.год

Содержание

№п/п	Основные разделы программы	Стр.
1.	Целевой раздел программы	
1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Актуальность и методологическая основа	4
1.3.	Цель и задачи реализации программы	5
2.	Содержательный раздел	6
2.1.	Особенности возрастной группы детей 4 - 5 лет	6
2.2.	Особенности возрастной группы детей 5 - 6 лет	8
2.3.	Рекомендуемый репертуар (из «Ритмической мозаики»)	10
2.4.	Ожидаемые результаты	12
2.5.	Мониторинг	13
2.6.	Формы промежуточной аттестации воспитанников	14
3.	Организационный раздел	25
3.1.	Формы организации деятельности	25
3.2.	Режим занятий	25
3.3.	Учебно – тематический план	26
3.4.	Календарный учебный график	28
3.5.	Материально- техническое оснащение занятий	30
3.6.	Список литературы	31

1.Целевой раздел программы

1.1 Пояснительная записка

Дошкольный возраст - один из наиболее важных периодов в жизни каждого человека. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного и физического развития ребенка, формируется личность человека. В период от трех до семи лет ребенок интенсивно растет и развивается. Двигательная активность и игра как ведущий вид деятельности особенно важны в этом возрастном периоде, поэтому физическому воспитанию должно уделяться как можно больше времени и внимания.

Программа разработана в соответствии с Федеральной образовательной программой, ориентирована на работу с детьми дошкольного возраста, независимо от наличия у них специальных физических данных. Программа призвана воспитывать хореографическую культуру и прививать начальные навыки в искусстве танца, за основу взята программа по ритмической пластике для детей «Ритмическая мозаика» А.И. Бурениной.

Программа предполагает освоение азов ритмики, азбуки классического танца, изучение танцевальных элементов, исполнение детских балетных и народных танцев. Воспитание способности к танцевально-музыкальной импровизации.

Новизна программы основана на использовании нетрадиционных видов упражнений: игропластики, пальчиковой гимнастики, игрового самомассажа, музыкально-подвижными играми и играми-путешествиями.

Опыт использования этой технологии показал, что ее привлекательность – в доступности материала для детей разного возраста (и с различными способностями), а также в гибкости и универсальности самой системы работы, способствующей укреплению физического и психического здоровья, гармоничному развитию тела и духа, возможности использовать различные вариативные игровые формы организации педагогического процесса. Эти особенности программы «Ритмическая мозаика» свидетельствуют о ее универсальности, возможности интеграции с другими программно-методическими комплектами, разработанными в соответствии с ФГОС ДО и ФОП. Предлагаемый музыкально-ритмический

репертуар может быть использован в самых разнообразных формах творческого взаимодействия с детьми.

К программе прилагаются методические рекомендации, раскрывающие путь развития детей - от подражания к самостоятельности и к творчеству, а также разработанный автором практический материал - 100 разнообразных музыкально-ритмических композиций, апробированных в опыте работы педагогов Ленинградской области, С.Петербурга, Москвы и других регионов России.

Данная программа разработана на основе нормативно-правовых документов, регламентирующих организацию деятельности дошкольных образовательных организаций:

- Федеральный закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. и плана мероприятий по ее реализации»
- Федеральная образовательная программа дошкольного образования (утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации №1028 от 25 ноября 2022 г.
- «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования» (приказ Министерства просвещения РФ № 373 от 31 июля 2020 г.)
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 15 мая 2013г. № 26 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (СанПин 2.4.1.3049-13)
- Федеральный закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ. № 09–3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013г. № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

1.2.Актуальность и методологическая основа

Программа характеризуется тем, что в настоящее время со стороны родителей и детей растет спрос на образовательные услуги в области хореографии. В «век гиподинамии» хореография является дополнительным резервом двигательной активности детей, источником их здоровья, радости, повышения работоспособности, разрядки умственного и психического напряжения, а, следовательно, одним из условий их успешной подготовки к учебной и трудовой деятельности.

Программа ориентирует детей на приобщение к танцевально-музыкальной культуре. Движение и музыка, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, музыкальность и артистичность, воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную память. Основная направленность предлагаемой технологии «Ритмическая мозаика» - психологическое раскрепощение ребенка через освоение своего собственного тела как выразительного («музыкального») инструмента.

Еще одной особенностью данной программы является акцентирование внимания педагогов не столько на внешней стороне обучения детей музыкально-ритмическим движениям (то есть формировании двигательных умений), сколько на анализе тех внутренних процессов, которые являются регулирующей основой движения под музыку. Это, прежде всего, сенсорные, мыслительные, эмоциональные процессы, а также их подвижность.

1.3. Цель и задачи реализации программы

Цель программы: развитие ребенка, формирование средствами музыки и ритмических движений разнообразных умений, способностей, качеств личности. Технология нацелена на общее, психическое, духовное и физическое развитие детей от трех до шести лет.

Задачи:

1. Развитие музыкальности:

- ☐ развитие способности воспринимать музыку, то есть чувствовать ее настроение и характер, понимать ее содержание;
- ☐ развитие специальных музыкальных способностей: музыкального слуха (мелодического, гармонического, тембрового), чувства ритма;
- ☐ развитие музыкального кругозора и познавательного интереса к искусству звуков;
развитие музыкальной памяти.

2. Развитие двигательных качеств и умений:

- ☐ развитие ловкости, точности, координации движений;
- ☐ развитие гибкости и пластичности;
- ☐ воспитание выносливости, развитие силы;
- ☐ формирование правильной осанки, красивой походки;
- ☐ развитие умения ориентироваться в пространстве;
- ☐ обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений.

3. Развитие творческих способностей, потребности самовыражения в движении под музыку:

- ☐ развитие творческого воображения и фантазии;
- ☐ развитие способности к импровизации: в движении, в изобразительной деятельности, в слове.

4. Развитие и тренировка психических процессов:

- ☐ развитие эмоциональной сферы и умения выражать эмоции в мимике и пантомимике;
- ☐ тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов;
- ☐ развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления.

5. Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:

- ☐ воспитание умения сопереживать другим людям и животным;
- ☐ воспитание умения вести себя в группе во время движения, формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми.

Конкретизируя содержание каждого направления, выделим самое основное в каждом из них по возрастным группам.

2 Содержательный раздел

2.1. Особенности возрастной группы детей 4 - 5 лет

В этом возрасте у детей появляется возможность выполнять более сложные по координации движения; возрастает способность к восприятию тонких оттенков музыкального образа, средств музыкальной выразительности.

Приоритетные задачи: развитие гибкости, пластичности, мягкости движений, а также воспитание самостоятельности в исполнении, побуждение детей к творчеству.

Основное содержание:

1. Развитие музыкальности:

-воспитание интереса и любви к музыке, потребности в ее слушании, движении под музыку в свободных играх;

- обогащение слушательского опыта - включение разнообразных произведений для ритмических движений: народных, современных детских песен и некоторых доступных произведений изобразительного характера композиторов-классиков, (например, из «Детского альбома» П.Чайковского: «Баба Яга», «Новая кукла», «Марш деревянных солдатиков» или из «Бирюлек» М.Майкапара: «Мотылек», «В садике» и др.);

- развитие умения передавать в пластике разнообразный характер музыки, различные оттенки настроения (веселое - грустное, шаловливое - спокойное, радостное, торжественное, шуточное, беспокойное и т.д.).

2. Развитие двигательных качеств и умений

Развитие способности передавать в пластике музыкальный образ, используя перечисленные ниже виды движений.

Основные:

ходьба - бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, топающим шагом, вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг) в разном темпе и ритме, ходьба на четвереньках;

бег - легкий, ритмичный, передающий различный образ («бабочки», «птички», «ручейки» и т.д.), широкий («волк»), острый (бежим по «горячему песку»);

прыжковые движения - на двух ногах на месте, с продвижением вперед, прямой галоп – «лошадки», легкие поскоки;

общеразвивающие упражнения на различные группы мышц и различный характер, способ движения (упражнения на плавность движений, махи, пружинность); упражнения на гибкость, плавность движений;

имитационные движения - разнообразные образно-игровые движения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние («веселый» или «трусливый зайчик», «хитрая лиса», «усталая старушка», «бравый солдат» и т.д.). Уметь передавать динамику настроения, например, «обида - прощение - радость»;

плясовые движения - элементы народных плясок, доступных по координации - например, поочередное выставление ноги на пятку, притоптывание одной ногой, «выбрасывание» ног, полуприседания и полуприсядка для мальчиков и др. Упражнения, включающие одновременные движения рук и ног (однонаправленные и симметричные).

3. Развитие умений ориентироваться в пространстве: самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, строиться в шеренгу и колонну, в несколько кругов.

4. Развитие творческих способностей:

- воспитание потребности к самовыражению в движении под музыку;

- формирование умений исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях, под другую музыку;

- развитие воображения, фантазии, умения самостоятельно находить свои, оригинальные движения, подбирать слова, характеризующие музыку и пластический образ.

5. Развитие и тренировка психических процессов:

- развитие умения самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой - развитие слухового внимания, способность координировать слуховое представление и двигательную реакцию;

- развитие умения выражать эмоции в мимике и пантомимике - радость, грусть, страх, удивление, обида и т.д., т.е. разнообразные по характеру настроения, например: «Кошка обиделась», «Девочка удивляется» и др.;

- тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов на основе движения в различных темпах и ритмах;

- развитие восприятия, произвольного внимания, воли, всех видов памяти (слуховой, зрительной, двигательной), мышления, речи - в умении выразить свое восприятие в движениях, а также в рисунках и в словесном описании.

6. Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:

- воспитание умения сочувствовать, сопереживать, воспринимая музыкальный образ, настроение, объясняя свои чувства словами и выражая их в пластике;

- формирование чувства такта (например, не танцевать и не шуметь в помещении, если кто-то отдыхает или занимается, сочувствовать, если кто-то упал или что-то уронил во время движения);

- воспитание культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми, привычки выполнять необходимые правила самостоятельно: пропускать старших впереди себя, мальчикам уметь пригласить девочку на танец и затем проводить ее на место, извиниться, если произошло нечаянное столкновение и т.д.

Рекомендуемый репертуар (из «Ритмической мозаики»):

1-е полугодие: повторение репертуара предыдущего года, а также разучивание новых композиций: «Марш», «Кораблики», «Красная Шапочка», «Кот Леопольд», «Поросята».

2-е полугодие: «Антошка», «Волшебный цветок», «Мячик», «Кошка и девочка», «Веселая пастушка», «Песенка о лете» и др. (а также повторение всех ранее разученных композиций).

Показателем уровня развития является не только выразительность и непосредственность движений под музыку, но и умение точно координировать движения с основными средствами музыкальной выразительности, способность к запоминанию и самостоятельному исполнению композиций, использование разнообразных видов движений в импровизации под музыку.

2.2. Особенности возрастной группы детей 5 - 6 лет

В этом возрасте ребенок-дошкольник достигает кульминации в развитии движений, которая выражается в особой грации, легкости и изяществе. У детей резко возрастает способность к исполнению разнообразных и сложных по

координации движений - из области хореографии, гимнастики. Это дает возможность подбирать для работы с детьми более сложный репертуар, в основе которого не только народная музыка, детские песни, но и некоторые классические произведения.

Приоритетные задачи: развитие способности к выразительному, одухотворенному исполнению движений, умения импровизировать под незнакомую музыку, формирование адекватной оценки и самооценки.

Основное содержание.

1. Развитие музыкальности:

- воспитание интереса и любви к музыке, потребности слушать знакомые и новые музыкальные произведения, двигаться под музыку, узнавать, что это за произведения и кто их написал;

- обогащение слушательского опыта разнообразными по стилю и жанру музыкальными сочинениями;

- развитие умения выражать в движении характер музыки и ее настроение, передавая как контрасты, так и оттенки настроений в звучании;

- развитие умения передавать основные средства музыкальной выразительности: темп - разнообразный, а также ускорения и замедления; динамику (усиление и уменьшение звучания, разнообразие динамических оттенков); регистр (высокий, средний, низкий); метроритм (разнообразный, в том числе и синкопы); различать 2-3-частную форму произведения (с малоконтрастными по характеру частями), а также вариации, рондо;

- развитие способности различать жанр произведения - плясовая (вальс, полька, старинный и современный танец); песня (песня-марш, песня-танец и др.), марш, разный по характеру, и выразить это в соответствующих движениях.

2. Развитие двигательных качеств и умений:

Развитие способности передавать в пластике музыкальный образ, используя перечисленные ниже виды движений.

Основные:

- ходьба - бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, на пятках, пружинящим, топающим шагом, «с каблучка», вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг), ходьба на четвереньках, «гусиным» шагом, с ускорением и замедлением;

- бег - легкий, ритмичный, передающий различный образ, а также высокий, широкий, острый, пружинящий бег;

- прыжковые движения - на одной, на двух ногах на месте и с различными вариациями, с продвижением вперед, различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп), поскок «легкий» и «сильный» и др.;

общеразвивающие упражнения - на различные группы мышц и различный характер, способ движения (упражнения на плавность движений, махи, пружинность); упражнения на развитие гибкости и пластичности, точности и ловкости движений, координации рук и ног;

имитационные движения - различные образно-игровые движения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние, динамику настроений, а также ощущения тяжести или легкости, разной среды – «в воде», «в воздухе» и т.д.);

плясовые движения - элементы народных плясок и детского бального танца, доступные по координации, танцевальные упражнения, включающие асимметрию из современных ритмических танцев, а также разнонаправленные движения для рук и ног, сложные циклические виды движений: шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом и др.

3. Развитие умений ориентироваться в пространстве:

самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, в несколько кругов, в шеренги, колонны, самостоятельно выполнять перестроения на основе танцевальных композиций («змейка», «воротики», «спираль» и др.).

4. Развитие творческих способностей:

- развитие умений сочинять несложные плясовые движения и их комбинации;
- формирование умений исполнять знакомые движения в игровых ситуациях, под другую музыку, импровизировать в драматизации, самостоятельно создавая пластический образ;
- развитие воображения, фантазии, умения находить свои, оригинальные движения для выражения характера музыки, умение оценивать свои творческие проявления и давать оценку другим детям.

5. Развитие и тренировка психических процессов:

- тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов - умение изменять движения в соответствии с различным темпом, ритмом и формой музыкального произведения - по фразам;
- развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления - на основе усложнения заданий (увеличение объема движений, продолжительности звучания музыки, разнообразия сочетаний упражнений и т.д.);
- развитие умения выражать различные эмоции в мимике и пантомимике: радость, грусть, страх, тревога, и т.д., разнообразные по характеру настроения, например: «Рыбки легко и свободно резвятся в воде», «Кукла не хочет быть марионеткой, она мечтает стать настоящей балериной» и др.

6. Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:

- воспитание умения сочувствовать, сопереживать другим людям и животным, игровым персонажам (например, радоваться успеху других детей и переживать, если кто-то упал или уронил предмет, головной убор во время движения);

- воспитание потребности научить младших детей тем упражнениям, которые уже освоены; умение проводить совместные игры-занятия с младшими детьми;

- воспитание чувства такта, умения вести себя в группе во время занятий (находить себе место, не толкаясь; не шуметь в помещении во время самостоятельных игр - например, если кто-то отдыхает или работает, не танцевать, не проявлять бурно радость, если у кого-то горе и т.д.);

- воспитание культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми, выполнять все правила без подсказки взрослых: пропускать старших впереди себя, мальчикам уметь пригласить девочку на танец и затем проводить ее на место, извиниться, если произошло нечаянное столкновение и т.д.

2.3. Рекомендуемый репертуар (из «Ритмической мозаики»):

1-е полугодие: повторение репертуара, разученного в младших группах; новый репертуар - по выбору педагога (2-й и 3-й уровни сложности):

«Упражнения с осенними листьями», «Три поросенка», «Упражнение с обручами», «Светит месяц», «Танцуйте сидя», «Крокодил Гена» и др.

2-е полугодие: «Красный сарафан», «Месяц и звезды», «Два Барана», «Птичка польку танцевала», «Птичий двор», «Цирковые лошадки», «Голубая вода», «Мельница» и др.

Сюжетные танцы: «Куклы», «Танец Гномиков». Старинные бальные танцы: «Полонез», «Менуэт», «Старинная полька» и др.

Описание порядка использования (алгоритм применения) программы в практической профессиональной деятельности:

1. Разработано перспективное планирование. Подобрана методическая литература. Изготовлены и приобретены атрибуты (ленточки, флажки, платочки, листочки, цветы и др.).

2. Подготовлены сообщения для родителей по развитию музыкальных способностей детей. Написан ряд сценариев занятий по музыкально – ритмическим движениям. Использую на занятиях, досугах, праздниках, утренниках.

3. Разработана программа по кружку дополнительного образования «Веселая хореография».

4. Для реализации раздела базисной программы «музыкально-ритмические движения» использованы элементы системы разработанной А.И. Бурениной, которая условно разделена на 3 этапа:

1этап (внедрен в основные занятия музыкальной деятельности) – основан на подражании, основными методами этого этапа являются: вовлекающий показ, зеркальный показ, словесные указания;

2этап – развитие у детей самостоятельно выполнять ранее разученные упражнения, композиции. Основными методами этого этапа являются: зрительный показ, словесные указания, «провокация»;

3этап – развитие способности к самовыражению под музыку – умение самостоятельно подбирать и комбинировать знакомые движения и придумывать собственные оригинальные упражнения.

4-5 лет

Период прохождения материала	Репертуар	Программное содержание
Сентябрь-октябрь	Какой чудесный день Виноватая тучка	- умение двигаться в соответствии с характером и настроением музыки; -выразительность танцевальных движений
Ноябрь-декабрь	Танец медведей Игра «Птички и ворона» Новогодние искорки Вход на елку	Развитие быстроты реакции, памяти, умения сочетать движения с музыкой и словом
Январь-февраль	Марш с флажками Самолетик	Развитие выразительности пластики, точности и ловкости движений, музыкального слуха
Март-апрель	Чик и Брик Мяч	Развивать умение замедлять и ускорять движение, обогащать двигательный опыт
Май-июнь	Светит солнышко Дождик Полька	Воспитывать положительное отношение к передаваемому образу, развивать образное восприятие музыки

5-6 лет

Период прохождения материала	Репертуар	Программное содержание
Сентябрь-октябрь	Танец листочков и цветов с.12 к 4 Танец с зонтиками	Развивать: - ритмический слух, - ориентировку в пространстве, формировать:- координацию движений,- творческие способности Развитие быстроты реакции, памяти, выразительности движений

Ноябрь-декабрь	Буги-вуги с.10 к 4 Вместе весело шагать Музыкальный Дед Мороз Карнавальное шествие	Развитие быстроты реакции, памяти, умения сочетать движения с музыкой и словом
Январь-февраль	Игра в снежки Конькобежцы Марш деревянных солдатилов	Развитие выразительности пластики, точности и ловкости движений, музыкального слуха
Март-апрель	Упр. на выворачивание круга с.35 к.3 Хоровод	Развитие чувства ритма, выразительной пластики, образного мышления
Май-июнь	Всё мы делим пополам Игра «Делай, как я» Марш –перестроение Солнышко Дорога не тропинка Вальс (элементы) Калинка Д1	Воспитывать положительное отношение к передаваемому образу, самостоятельно придумывать движения, отражающие содержание песни Освоение элементов русской пляски, развитие артистичности

2.4. Ожидаемые результаты.

4-5 лет

У детей этого возрастного периода показателем успешности музыкально-ритмической деятельности являются не только выразительность и непосредственность движений под музыку, но и умение точно координировать движения с основными средствами музыкальной выразительности, способность к запоминанию и самостоятельному исполнению композиций, исполнение разнообразных видов движений в импровизации под музыку.

5-6 лет

- ✓ У детей этого возрастного периода целевыми ориентирами развития в музыкально-ритмической деятельности являются следующие показатели:
- ✓ выразительность исполнения движений под музыку;
умение самостоятельно отображать в движении основные средства музыкальной выразительности;
- ✓ освоение большого объема разнообразных композиций и отдельных видов движений;
умение передавать свой опыт младшим, организовать игровое общение с другими детьми;

способность к импровизации с использованием оригинальных и разнообразных движений;

- ✓ точность и правильность исполнения движений в танцевальных и гимнастических композициях.

Работа по технологии «Ритмическая мозаика» позволяет добиваться следующих результатов:

- Укрепления здоровья;
- Развития музыкальности;
- Развития двигательных качеств и умений;
- Развития творческих и созидательных способностей;
- Развития и тренировки психических процессов;
- Развития нравственно-коммуникативных качеств личности.

2.5. Мониторинг

Диагностическая карта развития творческих способностей детей
в музыкально-ритмическом воспитании

	Фамилия, имя ребенка	Чувств о ритма			Пластика			Выразительнос ть			Импровизация			Активност ь		
		в	с	н	в	с	н	в	с	н	в	с	н	в	с	н

2.6. Формы промежуточной аттестации воспитанников

Продуктивные формы: открытые занятия

Документальные формы: карты оценки результатов освоения программы

Промежуточная аттестация воспитанников проводится 1 раз в год (в мае) в форме открытого занятия для родителей.

Первый год обучения

ТЕМА «Вводное занятие»

1. Вспомнить с детьми правила поведения на занятиях, правила проведения занятия (поклон).
2. Познакомить с требованиями к внешнему виду.
3. Разговор о технике безопасности на занятиях.
4. Провести начальную диагностику на элементарных движениях.

ТЕМА « Знакомство с танцем»

Задачи:

1. Познакомить детей с различными видами танцев: народными, классическими, современными, бальными.
2. Рассказать о танцах народов различных стран и познакомить с их характерными особенностями.
3. Рассказать о пользе танца для здоровья детей.
4. Беседа о любимых танцах.

ТЕМА «Музыкальная грамота» «Игроритмика»

Задачи:

1. Закрепить знания, умения и навыки, полученные ранее.
2. Расширить представления о танцевальной музыке
3. Учить детей сознательно подбирать нужные сложные характеристики к музыкальным образам.
4. Развивать умение двигаться в соответствии с характером музыки.

Содержание:

1. Задания на анализ музыкальных произведений (темп, характер, динамика, ритмический рисунок, регистр, строение).
2. Такт, размер 2/4, 4/4.
3. Умение выделять сильные и слабые доли на слух (хлопками, шагом, движением, предметом).
 - творческая задача: поочередное вступление (каноном) на 2/4, 4/4. Дети начинают делать движение по очереди на каждый следующий такт;
 - выделять сильную долю, слышать слабую долю;
 - игра: «Вопрос – ответ», «Эхо», «Повтори-ка»
 - прохлопывать заданный ритмический рисунок.
4. Музыкальный жанр
 - полька, марш, вальс (устно определить жанр)

— игра: «Марш – полька – вальс»

5. Слушать музыку a'capella, уметь двигаться под нее.

ТЕМА «Элементы классического танца»

Задачи:

1. Развивать мускулатуру ног, рук, спины.
2. Формировать правильную осанку и координацию движений.
3. Подготовить детей к изучению более сложных элементов.

Содержание:

Выполнение упражнений на середине (отработка положений и позиций рук и ног):

- постановка корпуса (ноги в свободном положении);
- понятия рабочая нога и опорная нога;
- позиции ног;
- постановка корпуса на полупальцы;
- чередование позиций
- легкие прыжки;
- позиции рук: подготовительная, I-я, II-я, III-я;
- перевод рук из позиции в позицию;

ТЕМА «Танцевальные игры» (комплексы ритмопластики)

Задачи:

1. Развивать внимание, память, координацию движений.
2. Подготовить организм ребенка к выполнению более сложных элементов.
3. Двигаться в соответствии с характером музыки.
4. Учить через движения передавать эмоциональный настрой произведения.

Содержание:

«Разноцветная игра», «Красная шапочка», «Любитель-рыболов», «Кошки-мышки», «Танцуем, сидя», «Стирка», «Голубая вода», «Буратино».

Танцевальные этюды на современном материале.

ТЕМА «Рисунок танца»

Задачи:

1. Приобрести навыки свободного перемещения в пространстве.
2. Изучить простые рисунки танца для использования их в концертных номерах.
3. Привить навык держать равнение в рисунке, соблюдать интервалы.

Содержание:

1. Движение по линии танца.
2. Рисунок танца «Круг»:
 - замкнутый круг;
 - раскрытый круг (полукруг);
 - круг в круге;
 - сплетенный круг (корзиночка);
 - лицом в круг, лицом из круга;
 - круг парами,
 - круг противоходом.

Научить перестраиваться из одного вида в другой.

2. Рисунок танца «Колонна», «Линия»:
 - перестроения из круга в колонну, в линию, (на задний, передний план);
 - перестроения из нескольких кругов (самостоятельно, выбрав ведущих).
3. Понятие «Диагональ»:
 - перестроение из круга в диагональ;
 - перестроение из маленьких кружков в диагональ (самостоятельно указав ведущих).
4. Рисунок танца «Спираль».
 - Игра «Клубок ниток».
5. Рисунок танца «Змейка»:
 - горизонтальная.

Перестроение из «круга» в «змейку» (самостоятельно, выбрав ведущего).

ТЕМА «Народный танец»

Задачи:

1. Познакомить детей с историей русского танца, его особенностями, формами.
2. Рассказать об отличительных особенностях характера, манер исполнения.
3. Научить основам русского танца.

Содержание:

1. Введение в предмет «Русский танец»;
2. Постановка корпуса;
3. Изучение основ русского народного танца:

- развитие подвижности стоп на основе элементов «елочка», «гармошка», ковырялочка;
- работа рук в русском танце;
- навыки работы с платочком;
- русский поклон;
- подскоки;
- тройные прыжки
- бег с вытянутыми носочками
- боковой галоп
- шаг с вытянутыми носочками (хороводный)
- хлопки
- движение с выставлением ноги на носок;
- «ковырялочка» вперед и в сторону;
- пружинка с поворотом;
- приставные шаги в сторону;
 - Ходы:
 - простой, на полупальцах,
 - боковой, приставной,
 - боковой ход «припадание» по VI позиции,
 - беговой шаг с отбрасыванием согнутых ног назад.
 - Подготовка к «дробям»:
 - притопы,
 - удары полупальцами,
 - удары каблуком;
 - Хлопки и хлопушки для мальчиков:
 - одинарные по бедру и голенищу.
 - каблучные упражнения – вынесение рабочей ноги на каблук во все направления;
 - присядка с выставлением ноги на пятки

ТЕМА «Бальный танец»

Задачи:

1. Познакомить детей с историей бального танца.
2. Научить основам танца «Полька».
3. Разучить основные элементы танца «Вальс».

Содержание:

1. Введение в предмет
2. Изучение основ танца «Полька»:
 - подскоки, галоп;
 - комбинирование изученных элементов;
 - положения в паре:
 - «лодочка»,
 - руки «крест-накрест»,
 - мальчик держит девочку за талию, девочка кладет руки мальчику на плечи.
3. Изучение основ танца «Вальс»:
 - основные элементы:
 - «качели»,
 - «вальсовая дорожка»,
 - «перемена»;
 - valance (покачивание в разные стороны)
 - работа в паре:
 - положение рук в паре,
 - вращение «звездочка»;
 - простые танцевальные комбинации.

ТЕМА «Танцевальная мозаика» (репетиционно-постановочная работа)

Задачи:

1. Научить детей самостоятельно двигаться под музыку.
2. Подготовить к показательным выступлениям.
3. Учить выражать через движения заданный образ.

Содержание:

Хороводные танцы: «Россия-матушка», «Красный сарафан»

Сюжетные танцы: «Ходики», «Аквариум», «Лягушки и цапля»

Детские танцы «Барбарики», Танец гномиков, «Раз, ладошка», «Зажигай!», «Танец с лентами», «Вальс знакомств», «Весенняя фантазия».

Танцы народов других стран: «Украинская полечка» «Сиртаки», «Русские узоры», «Казачата», «Веселый рок-н-рол»,

Образные танцы «Пингвины», «Снеговики», «Бабочки», «Стирка», «Моряки»

Второй год обучения

В этом возрасте ребенок-дошкольник достигает кульминации в развитии движений, которая выражается в особой грации, легкости и изяществе. У детей резко возрастает способность к исполнению разнообразных и сложных по координации движений – из области хореографии, гимнастики. Это дает возможность подбирать для работы с детьми более сложный репертуар, в основе которого не только народная современная и танцевальная музыка, но и некоторые классические произведения.

Приоритетные задачи:

— развитие способности к выразительному, одухотворенному исполнению движений умение импровизировать под незнакомую музыку, формирование адекватной оценки и самооценки.

ТЕМА « Знакомство с танцем» (Введение в предмет)

Задачи:

1. Познакомить детей с историей рождения танца, жанрами танцевального искусства.
2. Рассказать о пользе занятий танцами.
3. Познакомить детей с разновидностями балльных танцев.
4. Беседа о стилях и направлениях.

ТЕМА « Музыкальная грамота» «Игритмика»

Задачи:

1. Закрепить знания, навыки, полученные ранее.
2. Уметь анализировать музыкальное произведение, двигаться в соответствии с музыкой.

Содержание:

1. Задания на анализ музыкальных произведений (темпа, характера, динамика, ритмический рисунок, регистр, строение).
2. Умение выделять сильные и слабые доли на слух (хлопками, шагом, движением, предметом).
3. Такт, затакт, размер 2/4, 3/4, 4/4.
 - уметь выделять сильную долю;
 - уметь начинать движение с затакта;
 - творческая задача: поочередное вступление (канон) на 2/4, 3/4, 4/4. Дети начинают делать движение по очереди на каждый следующий такт;
 - игра: «Вопрос – ответ», «Эхо», «Повтори-ка»
4. Музыкальный жанр

— полька, марш, вальс, полонез, галоп (устно определить жанр)

— игра: «Марш – полька – вальс»

5. Слушать музыку а'capella, уметь двигаться под нее.

ТЕМА «Элементы классического танца»

Задачи:

4. Развивать мускулатуру ног, рук, спины.
5. Формировать правильную осанку и координацию движений.
6. Подготовить детей к изучению более сложных элементов.

Содержание:

1. Экзерсис на середине:
 - постановка корпуса (ноги в свободном положении);
 - понятия рабочая нога и опорная нога;
 - позиции ног ;
 - постановка корпуса в I – II – III позиции;
 - постановка корпуса на полупальцы;
 - чередование положений;
 - легкие прыжки;
 - перегиб корпуса вперед и в сторону.
 - позиции рук: подготовительная, I-я, II-я, III-я;
 - перевод рук из позиции в позицию;
 - повороты головы на 1/2; 1/4.

ТЕМА «Танцевальные игры» (комплексы ритмопластики)

Задачи:

1. Развивать внимание, память, координацию движений.
2. Подготовить организм ребенка к выполнению более сложных элементов.
3. Двигаться в соответствии с характером музыки.
4. Учить через движения передавать эмоциональный настрой произведения.

Содержание:

«Разноцветная игра», «Любитель-рыболов», «Кошки-мышки», «Танцуем, сидя», «Стирка», «Ни кола, ни двора», «Кукляндия», «Звериная аэробика»

Танцевальные этюды на современном материале.

ТЕМА «Рисунок танца»

Задачи:

1. Приобрести навыки свободного перемещения в пространстве.

2. Изучить простые рисунки танца для использования их в концертных номерах.
3. Привить навык держать равнение в рисунке, соблюдать интервалы.

Содержание:

3. Движение по линии танца.
4. Рисунок танца «Круг» (рассказ из истории):
 - замкнутый круг;
 - раскрытый круг (полукруг);
 - круг в круге;
 - сплетенный круг (корзиночка);
 - лицом в круг, лицом из круга;
 - круг парами.

Научить перестраиваться из одного вида в другой.

2. Рисунок танца «Колонна», «Линия»:
 - перестроения из круга в колонну, в линию, (на задний план, передний план);
 - перестроения из нескольких кругов (самостоятельно, выбрав ведущих).
3. Понятие «Диагональ»:
 - перестроение из круга в диагональ;
 - перестроение из маленьких кружков в диагональ (самостоятельно указав ведущих).
4. Рисунок танца «Спираль».
 - Игра «Клубок ниток».
5. Рисунок танца «Змейка»:
 - горизонтальная;
 - вертикальная.

Перестроение из «круга» в «змейку» (самостоятельно, выбрав ведущего).

6. Рисунок танца «Воротца»: Русский танец «Воротца».

Игра – танец «Бесконечный».

ТЕМА «Народный танец»

Задачи:

4. Познакомить детей с историей русского танца, его особенностями, формами.
5. Рассказать об отличительных особенностях характера, манер исполнения.
6. Научить основам русского танца.

Содержание:

3. Введение в предмет «Русский танец»;

4. Постановка корпуса;

3. Изучение основ русского народного танца:

— развитие подвижности стоп на основе элементов «елочка», «гармошка», ковырялочка;

— работа рук в русском танце;

— навыки работы с платочком;

— русский поклон;

— подскоки;

— припадания;

— тройные прыжки

— бег с вытянутыми носочками

— боковой галоп

— шаг с вытянутыми носочками (хороводный)

— хлопки

— движение с выставлением ноги на носок;

— движение «ключик»

— «ковырялочка» вперед и назад

— пружинка с поворотом

— приставные шаги в сторону

- Ходы:

— простой, на полупальцах,

— боковой, приставной,

— боковой ход «припадание» по VI позиции,

— беговой шаг с отбрасыванием согнутых ног назад.

- Подготовка к «дробям»:

— притопы,

— удары полупальцами,

удары каблуком;

- Хлопки и хлопучки для мальчиков:

— одинарные по бедру и голенищу.

— каблучные упражнения – вынесение рабочей ноги на каблук во все направления.

ТЕМА «Бальный танец»

Задачи:

4. Познакомить детей с историей бального танца.

5. Научить основам танца «Полька».
6. Разучить основные элементы танца «Вальс».
7. Разучить основные движения танца «Вару-вару»

Содержание:

4. Введение в предмет
5. Изучение основ танца «Полька»:
 - подскоки, шаг польки, галоп;
 - комбинирование изученных элементов;
 - положения в паре:
 - «лодочка»,
 - руки «крест-накрест»,
 - мальчик держит девочку за талию, девочка кладет руки мальчику на плечи.
6. Изучение основ танца «Вальс»:
 - основные элементы:
 - «качели»,
 - «квадрат»,
 - «ромб»,
 - «вальсовая дорожка»,
 - «перемена»;
 - valance (покачивание в разные стороны)
 - работа в паре:
 - положение рук в паре,
 - «ромб» в паре,
 - вращение «звездочка»;
 - простые танцевальные комбинации.
7. Изучение основ танца «Вару-вару»
 - выброс ног поочередно в прыжке вперед;
 - выброс ног поочередно в прыжке в разные стороны;
 - комбинированные изучение основных элементов;
 - рисунок танца:
 - положение an face;
 - положение «лицом друг к другу»
 - работа в паре:

- положение рук в паре;
- положение ног в паре;
- вращение в паре «волчок»;
- работа над ритмом:
- похлопывание основного ритма танца;
- работа над ритмом в движении.

ТЕМА «Танцевальная мозаика» (репетиционно-постановочная работа)

Задачи:

4. Научить детей самостоятельно двигаться под музыку.
5. Подготовить к показательным выступлениям.
6. Учить выражать через движения заданный образ.

Содержание:

Хороводные танцы: «Аленушки», «Василек», «Родные просторы».

Сюжетные танцы: «У самовара», «Отдых летом», «На птичьем дворе»

Детские танцы «Барбарики», «Пробуждальный» танец, «Веселые квадраты», «Зажигай!», «Десантники», «Анастасия», «Весенняя фантазия», «Танец с обручами».

Танцы народов мира: «Восточный танец», «Сиртаки», «Русский перепляс», «Кадриль», «Еврейский танец», «Казачата», «Ковбои», «Аргентинское танго», «Танец с тросточками», «Веселый рок-н-рол», «Кармен» (испанский танец), «Цыганский танец».

Образные танцы «Пингвины», «Снеговики», «Гномики», «Бабочки».

Методы и приемы обучения

- игровой. У детей игровой рефлекс доминирует, они лучше все воспринимают через игру. На музыкально-ритмических занятиях у них формируются знания, умения и навыки в различных видах деятельности, связанных с музыкой: восприятие музыки, музыкально-ритмические движения (танцевальные и гимнастические движения, несложные их композиции под музыку);
- демонстрационный (метод показа). Разучивание нового движения, позы руководитель предваряет точным показом. Это необходимо и потому, что в исполнении педагога движение предстает в законченном варианте;
- метод творческого взаимодействия;
- метод наблюдения и подражания. Этот метод включает в себя слуховую наглядность (слушание музыки во время исполнения танцев), зрительное и тактильное проявление наглядности, которые сочетаются со слуховыми впечатлениями (показ певческих приемов, движений, картинок, игрушек и др.);

- метод упражнений;
- метод внутреннего слушания.

Структура игровых занятий

1. Аутогенная тренировка – вхождение (погружение) в занятие:
 - экспресс-диагностика эмоционального состояния каждого ребенка (цвет)
 - блок релаксационных упражнений
 - косвенное внушение
 - мобилизация детей на интересную работу
2. Основная часть: создание и обсуждение проблемной ситуации, азбука выражения эмоций, обучение языку тела, обучение навыкам самопомощи в напряженных ситуациях
3. Формирование волевой регуляции поведения: подвижные игры, активные действия.
4. Аутогенная тренировка – выход из игры (релаксационные упражнения).

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на 2 года обучения:

1 год – дети 4-5 лет

2 год – дети 5-6 лет

Наполняемость группы 10-15 детей.

3.Организационный раздел

3.1.Формы организации деятельности

1. Образовательная деятельность:

- групповая

- индивидуальная

2. Свободная деятельность

Игровая деятельность: сюжетные игры, создание игровых ситуаций по режимным моментам, игры с речевым сопровождением, пальчиковые игры, театрализованные игры.

Коммуникативная деятельность: беседа, ситуативный разговор, игровые ситуации.

Трудовая деятельность: коллективные задания.

3.2.Режим занятий

Занятия проходят 2 раза в неделю, во вторую половину дня.

Продолжительность занятия 25 - 30 минут.

3.3. Учебно-тематический план

к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
художественной направленности «ХОРЕОГРАФИЯ »

1 год обучения

№ п/п	Наименование темы	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Знакомство с правилами поведения на занятиях.	1	1	-	
2.	Знакомство с танцем. Познакомить детей с различными видами танцев: народными, классическими, современными, балльными.	6	2	4	Диагностическая карта
3.	Музыкальная грамота. Расширить представления о танцевальной музыке.	6	2	4	Диагностическая карта
4.	Элементы классического танца. Познакомить детей с элементами классического танца.	10	2	8	Диагностическая карта
5.	Танцевальные игры. Познакомить с разнообразием игр.	6	2	4	Диагностическая карта
6.	Рисунок танца. Приобрести навыки свободного перемещения в пространстве.	6	2	4	Диагностическая карта
7.	Народный танец	10	2	8	Диагностическая карта

	Познакомить детей с историей русского танца, его особенностями, формами.				
8.	Бальный танец. Познакомить детей с историей бального танца.	10	2	8	Диагностическая карта
9.	Танцевальная мозаика (репетиционно-постановочная работа). Научить детей самостоятельно двигаться под музыку.	17	-	17	Диагностическая карта
	ВСЕГО	72	15	57	

2 год обучения

№ п/п	Наименование темы	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Знакомство с правилами поведения на занятиях.	1	1	-	
2.	Знакомство с танцем. Познакомить детей с различными видами танцев: народными, классическими, современными, бальными.	6	2	4	Диагностическая карта
3.	Музыкальная грамота. Расширить представления о танцевальной музыке.	6	2	4	Диагностическая карта
4.	Элементы классического танца. Познакомить детей с элементами классического танца.	10	2	8	Диагностическая карта
5.	Танцевальные игры. Познакомить с разнообразием игр.	6	2	4	Диагностическая карта
6.	Рисунок танца.	6	2	4	Диагностическая карта

	Приобрести навыки свободного перемещения в пространстве.				
7.	Народный танец Познакомить детей с историей русского танца, его особенностями, формами.	10	2	8	Диагностическая карта
8.	Бальный танец. Познакомить детей с историей бального танца.	10	2	8	Диагностическая карта
9.	Танцевальная мозаика (репетиционно-постановочная работа). Научить детей самостоятельно двигаться под музыку.	17	-	17	Диагностическая карта
	ВСЕГО	72	15	57	

3.4.Календарный учебный график
к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
художественной направленности «Хореография»

№ п/п	Месяц	День недели	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во занятий в месяц	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	Сентябрь	Понедельник, четверг (Сред. группа) Вторник, пятница (Старш. группа)	15.30 – 15.50	Групповое, игровое	8	№1 «Вводное занятие» №2 «Рисунок танца» №3 «Элементы народного танца» №4 «Элементы классического танца» №5 «Элементы бального танца» №6 «Танцевальные этюды и танцы» №7 «Танцевальные игры» №8 «Игроритмика»	Музыкальный зал	Оперативный контроль зам. зав. по ВМР

2.	Октябрь Сентябрь Октябрь	Понедельник, четверг (Сред. группа) Вторник, пятница (Старшая группа)	15.30 – 15.50	Групповое, игровое	8	№1 «Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений» №2 «Рисунок танца» №3 «Элементы народного танца» №4 «Элементы классического танца» №5 «Элементы бального танца» №6 «Танцевальные этюды и танцы» №7 «Танцевальные игры» №8 «Игроритмика»	Музыкальный зал	Оперативный контроль зам. зав. по ВМР
3.	Ноябрь	Понедельник, четверг (Сред. группа) Вторник, пятница (Старшая группа)	15.30 – 15.50	Групповое, игровое	8	№1 «Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений» №2 «Рисунок танца» №3 «Элементы народного танца» №4 «Элементы классического танца» №5 «Элементы бального танца» №6 «Танцевальные этюды и танцы» №7 «Танцевальные игры» №8 «Игроритмика»	Музыкальный зал	Оперативный контроль зам. зав. по ВМР

4.	Декабрь	Понедельник, четверг (Сред. группа) Вторник, пятница (Старш. группа)	15.30 – 15.50	Групповое, игровое	8	№1 «Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений» №2 «Рисунок танца» №3 «Элементы народного танца» №4 «Элементы классического танца» №5 «Элементы бального танца» №6 «Танцевальные этюды и танцы» №7 «Танцевальные игры» №8 «Игроритмика»	Музыкальный зал	Оперативный контроль зам. зав. по ВМР
5.	Январь	Понедельник, четверг (Сред. группа) Вторник, пятница (Старш. группа)	15.30 – 15.50	Групповое, игровое	8	№1 «Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений» №2 «Рисунок танца» №3 «Элементы народного танца» №4 «Элементы классического танца» №5 «Элементы бального танца» №6 «Танцевальные этюды и танцы» №7 «Танцевальные игры» №8 «Игроритмика»	Музыкальный зал	Оперативный контроль зам. зав. по ВМР

6.	Февраль	Понедельник, четверг (Сред. группа) Вторник, пятница (Старш. группа)	15.30 – 15.50	Групповое, игровое	8	№1 «Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений» №2 «Рисунок танца» №3 «Элементы народного танца» №4 «Элементы классического танца» №5 «Элементы бального танца» №6 «Танцевальные этюды и танцы» №7 «Музыкальные игры» №8 «Игроритмика»	Музыкальный зал	Оперативный контроль зам. зав. по ВМР
7.	Март	Понедельник, четверг (Сред. группа) Вторник, пятница (Старш. группа)	15.30 – 15.50	Групповое, игровое	8	№1 «Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений» №2 «Рисунок танца» №3 «Элементы народного танца» №4 «Элементы классического танца» №5 «Элементы бального танца» №6 «Танцевальные этюды и танцы» №7 «Танцевальные игры» №8 «Игроритмика»	Музыкальный зал	Оперативный контроль зам. зав. по ВМР

8.	Апрел ь	Понед ельни к, четвер г (Сред. группа) Вто рни к, пят ниц а (Ст арш .гру ппа)	15.30 – 15.50	Группов ое, игровое	8	№1 «Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений» №2 «Рисунок танца» №3 «Элементы народного танца» №4 «Элементы классического танца» №5 «Элементы бального танца» №6 «Танцевальные этюды и танцы» №7 «Танцевальные игры» №8 «Игроритмика»	Музыка льный зал	Операти вный контрол ь зам. зав. по ВМР
9.	Май	Понед ельни к, четвер г (Сред. группа) Вто рни к, пят ниц а (Ст арш .гру ппа)	15.30 – 15.50	Группов ое, игровое	8	№1 «Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений» №2 «Рисунок танца» №3 «Элементы народного танца» №4 «Элементы классического танца» №5 «Элементы бального танца» №6 «Танцевальные этюды и танцы» №7 «Танцевальные игры» №8 «Итоговое занятие»	Музыка льный зал	Операт ивный контро ль зам. зав. по ВМР

3.5. Материально-техническое оснащение занятий

1. Музыкальный проигрыватель для CD-дисков;
2. Ноутбук;
3. CD-диски с музыкальным сопровождением;
4. Индивидуальные коврики для занятий;

5. Гимнастические атрибуты (мячи, ленты, флажки, палочки 35 см. и 106 см.)

3.6. Список литературы

1. Бернштейн Н.А. Очерки по физиологии движения и физиологии активности -М.,2010.
2. Ветлугина Н.А Музыкальное развитие ребенка. - М.: Просвещение, 2009. – 56с.
2. Волкова Г.А Логопедическая ритмика. - М.: Просвещение, 2012.- 105 с.
3. Далькроз Э.Ж. Ритм. Его воспитательное значение для жизни и искусства. 6-я лекция. СПб - 2010.- 58с.
4. Ильина Г.А.Особенности развития музыкального ритма у детей // Вопросы психологии. - 2009. -27с.
5. Лифиц И.В. Ритмика: Учебное пособие. - М.: Академия, 2012.- 46 с.
6. Ротэрс Т.Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика. - М.: Просвещение, 2013.- 87 с.
7. Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду.М.:ЛИНКА-ПРЕСС, 2006.-272с.+вкл.
7. Фильденкрайз М. Осознавание через движение. - М., 2015. – 39 с.