



ДОНЕЦКАЯ НАРОДНАЯ РЕСПУБЛИКА
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
РЕСПУБЛИКАНСКОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ШКОЛА № 4 - КАДЕТСКИЙ КОРПУС ИМ. А.В. ЗАХАРЧЕНКО»

ул.Таврическая, 4В, Донецк, 83017 тел.: (062)3127869, e-mail: rou4kadety@bk.ru

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

О.С. Целиковская

(приказ № 193 от 30.08.2023)

Общеразвивающая программа дополнительного образования
«Хореография»
для 1-11 классов РБОУ «Школа №4 – Кадетский корпус им. А.В. Захарченко»
(с изменениями и дополнениями)

Рассмотрена на педагогическом совете
Протокол № 1 от 30.08. 2023 года

Донецк 2023

Дополнительная общеразвивающая программа «Хореография» относится к программам художественно-эстетической и спортивно-общекультурной направленностей и составлена на основе следующих нормативно-правовых документов:

1. Федерального закона от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании Российской Федерации» (с изм., внесенными Федеральными законами от 04.06.2014 г. №145-ФЗ, от 06.04.2015 г. №68 – ФЗ, от 19.12.2016 г. от 26.07.2019 г. N 232-ФЗ).

2. Распоряжения Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 г. № 1726-р « Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей».

3. Плана реализации концепции развития дополнительного образования детей.

4. Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010 N 189 (ред. от 22.05.2019) «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10» Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (вместе с «СанПиН 2.4.2.2821-10. Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных организациях. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы») (Зарегистрировано в Минюсте России 03.03.2011 N 19993).

5. Письма МОиН РФ от 14.12.2015 N 09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ».

6. Приказа МОиН РФ «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» от 9.10 2018 г. № 196.

7. «Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ» (Москва, 2015 г.).

8. Приказа Министерства труда и социальной защиты РФ от 5 мая 2018 г. № 298н «Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

9. Устава РБОУ «Школа №4 – Кадетский корпус им. А.В. Захарченко» .

10. Положения о дополнительном образовании обучающихся РБОУ «Школа №4 – Кадетский корпус им. А.В. Захарченко».

Дополнительная общеразвивающая программа «Хореография» (далее – программа) для обучающихся 1-11 классов РБОУ «Школа №4 – Кадетский корпус им. А.В. Захарченко» является адаптацией программы факультативного курса «Хореография» для 1-11 классов МБОУ города Горловки «Школа-интернат ДО» (автор Ходарева С.В.), реализуется преемственно Общеразвивающей программы дополнительного образования «Хореография», утвержденной приказом № ___ от _____.

Содержание программы

1	Пояснительная записка.....	3
2.	1 класс.....	8
3.	2 класс	10
4.	3 класс.....	11
5.	4 класс	12
6.	5 класс	18
7.	6 класс	20
8.	7 класс	24
9.	8 класс.....	27
10.	9 класс.....	30
11.	10 класс	33
12.	11 класс	34
13.	Требования к подготовке обучающихся.	37
14.	Форма контроля	38
15.	Методическое обеспечение программы	39
16.	Литература.....	40

Пояснительная записка

Программа «Хореография» рассчитана на обучающихся 1-11 классов РБОУ «Школа №4 – Кадетский корпус им. А.В. Захарченко». Благодаря систематическому образованию и воспитанию обучающиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию профессионального хореографического искусства, способствует развитию общекультурного кругозора, формирует определенные эстетические принципы и ценности, а также позитивные физиологические показатели ученика: физическое здоровье и выносливость, гармоничное телосложение. Программа предполагает определенный объем материала, который может быть использован или изменён с учётом состава класса, физических данных и возможностей каждого обучающегося, а также с учетом особенностей организации учебного процесса.

Программа включает в себя разные направления танца.

Классический танец – это главная система выразительных средств балетного искусства, выработанная великим педагогом классического танца А. Вагановой. Предмет «классический танец» является фундаментом всего комплекса танцевальных дисциплин, источником высокой исполнительской культуры. В процессе обучения развиваются физические данные обучающихся, формируются необходимые технические навыки, накапливается определенный запас лексики. Занятия классическим танцем оказывают также воспитательное воздействие: у детей вырабатываются такие качества, как трудолюбие, целеустремленность, творческая дисциплина, аккуратность.

Народный танец – родоначальник всех видов хореографического искусства и профессиональной хореографии. Народно-сценический танец знакомит с сокровищницей народного танцевального искусства, учит пользоваться ею и прививает любовь к этому виду танца, а также предполагает большую работу над характером танца. Система тренажа народно-сценического танца построена на методике преподавания И.Моисеева.

Современная хореография – динамично развивающаяся система, включающая в себя технику джаз-модерн и такие новые направления как contemporary и street dance. Она предоставляет достаточную свободу в выборе лексического материала, именно эта особенность позволяет создать свой выразительный язык движений. Занятия джаз-модерн танцем способствуют не только физическому развитию детей, но и создают возможность для творческой самореализации личности, так как танец позволяет создавать свою собственную философию, даёт возможность представить свой взгляд на мир. В связи с тем, что в современной хореографии нет достаточно выработанной обучающей программы, за основу взята методика преподавания известного педагога модерн-джаз танца В.Никитина и информация, полученная на мастер-классах.

Бальный танец. Возрастающая популярность бальных танцев определяется тем высоким уровнем физического совершенства вместе с яркими эмоциями. Бальные танцы – это удивительное гармоничное сочетание искусства и спорта, которое оказывает самое благоприятное воздействие на подростка:

- обогащает знаниями о спорте и спортивном отдыхе;
- прививает собранность и уверенность в себе;
- улучшает телосложение;
- формирует стройность и подтянутость;
- тренирует мышцы;
- укрепляет сердечно – сосудистую и дыхательную системы.

Кроме этих основных разделов программа включает в себя такие разделы как: «Ритмика», «Постановочная и индивидуальная работа», «История танца» (выбор тем на усмотрение педагога), «Искусство балетмейстера» (на усмотрение педагога), разделы являются дополнительными в случае, если класс имеет соответствующую подготовку.

Направленность программы факультативного курса: имеет художественно – эстетическую направленность. Искусство танца – это средство воспитания и развития личности ребёнка, которое способно создать благотворную почву для раскрытия потенциальных возможностей ещё маленького человека. Гармоничное соединение движения, музыки, игры формирует атмосферу положительных эмоций, которые в свою очередь раскрепощают ребёнка, делают его поведение естественным и красивым.

Актуальность данной программы обусловлена тем, она представляет собой синтез классической, народной и современной хореографии, то есть широкий спектр хореографического образования. Содержание программы разработано в соответствии с требованиями программ нового поколения, что делает возможным выстроить индивидуальный маршрут развития каждого обучающегося. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественное «я», развивает ребенка всесторонне.

Данная программа актуальна в связи с тем, что модернизация российского образования предусматривает широкое распространение в общеобразовательной школе занятий по хореографии в форме дополнительного обучения. Бальные танцы обязательно входят в воспитательную программу для кадетских классов.

Историко-бытовые и бальные танцы играют немаловажную роль в воспитании детей.

Одной из задач программы является подготовка детей к «Кадетскому балу».

Цели курса:

- эстетическое воспитание обучающихся;
- формирование и развитие художественно – творческих способностей обучающихся в области хореографического искусства;
- привитие любви к танцу, воспитание исполнительской культуры обучающихся с учетом возрастных особенностей и закономерностей физического развития.

Задачи курса:

- обучать основам хореографического мастерства;
- формировать интерес к хореографическому искусству;
- развивать творческие способности ребенка, образное мышление, внимание, двигательную память, ассоциативную фантазию, произвольное воображение;
- формировать чувство прекрасного, личностные качества - ответственность, отзывчивость, доброту, чуткость, дружбу и взаимопонимание.

Организация процесса обучения

Программа рассчитана на 11 лет:

- I год обучения – 1 класс, 2 часа в неделю (70 ч. в год);
- II год обучения – 2 класс, 2 часа в неделю (70 ч. в год);
- III год обучения – 3 класс, 2 часа в неделю (70 ч. в год);
- IV год обучения – 4 класс, 2 часа в неделю (70 ч. в год);
- V год обучения – 5 класс, 2 часа в неделю (70 ч. в год);
- VI год обучения – 6 класс, 2 часа в неделю (70 ч. в год);
- VII год обучения – 7 класс, 2 часа в неделю (70 ч. в год);
- VIII год обучения – 8 класс, 2 часа в неделю (70 ч. в год);
- IX год обучения – 9 класс, 2 часа в неделю (70 ч. в год);
- X год обучения – 10 класс, 2 часа в неделю (70 ч. в год);
- XI год обучения – 11 класс, 2 часа в неделю (70 ч. в год);

Практический курс

Каждый год обучения включает обязательные компоненты:

- 1 класс – Ритмика. Танец.

- 2 класс – Экзерсис на середине зала. Классический и народный танец.
- 3 класс – Партер. Классический танец и народный танец.
- 4 класс – Экзерсис у станка и на середине зала. Народный танец. Тарантелла.
- 5 класс – Экзерсис у станка и на середине зала. Народный танец. Основные движения народных танцев (вращения, присядки, дробы).
- 6 класс – Экзерсис у станка и на середине зала. Историко-бытовой танец.
- 7 класс – Экзерсис у станка Современный танец.
- 8 класс – Экзерсис у станка. Бальный танец.
- 9 класс – «Разогрев» и «Изоляция» Бальный танец
- 10 класс – «Разогрев» и «Изоляция» Современный танец. Джаз модери. Бальный танец
- 11 класс – «Разогрев» и «Изоляция» Современный танец. Контемп. Бальный танец

Теоретический курс

Хореографическая терминология. Тематические рассказы (история хореографии), просмотр видеоматериалов.

Творческая работа: концертная деятельность, выступления на конкурсах, мероприятиях и концертах, Кадетский бал.

Принципы:

- строгая логика в построении учебного процесса в целом и урока в частности;
- постепенность и четкая последовательность в нарастании физических нагрузок и технических трудностей;
- обязательная систематичность и регулярность занятий;
- постепенность в развитии природных данных и способностей обучающегося;
- принцип: наглядности, активности, доступности, прочности усвоения знаний;
- связь теории с практикой;
- гуманизация и единство воспитательных воздействий.

Приемы и методы организации учебно-воспитательного процесса:

- словесный;
- игровой;
- наглядный;
- практический;
- метод контроля;
- творческий.

Ожидаемые результаты

В результате обучения по программе обучающиеся:

- будут иметь представление о хореографическом искусстве;
- овладеют практическими умениями и навыками, теоретическими знаниями в объёме данной программы;
- научатся чувствовать собственное тело, как в физических аспектах, так и в духовных его проявлениях;
- приобретут навыки общей эстетической и танцевальной культуры;
- научатся самостоятельно использовать полученные практические и теоретические знания (эти результаты будут отслеживаться в процессе концертных выступлений и зачетных формах подведения итогов обучения);
- социально адаптируются, приобретут навыки, которые помогут им преодолевать сложные жизненные ситуации;
- укрепят здоровье и физическую выносливость.

Формы подведения итогов реализации программы факультативного курса предполагают:

- открытые уроки, зачёты, контрольные уроки, участие в различных концертных программах, конкурсах, фестивалях, бале.

Реализация этой программы возможна на основе следующих принципов:

- целенаправленность учебного процесса;
- систематичность и регулярность занятий;
- постепенность развития природных данных обучающихся;
- строгая последовательность в овладении лексикой и техническими приёмами танца;
- доступность учебного материала;
- учёт возрастных физических и технологических возможностей детей;
- результативность обучения;
- индивидуальный подход в обучении;
- учёт специфических особенностей региональной культуры;
- комфортная эмоциональная среда.

Содержание программы I год обучения (1 класс)

Задачи:

1. Профессионально – хореографические:
 - формировать навыки координации движений;
 - исправлять природные недостатки;
 - формировать знания о пространстве класса, сцены.
2. Музыкальные:
 - развивать навыки координации движений, музыкальный слух.
3. Психолого – педагогические:
 - научить ребенка на начальной ступени обучения контролировать собственное исполнение;
 - развивать двигательную память.

Учебно-тематический план

№ п/п	Тема занятия	Теория	Практика	Всего
1.	Музыкально – ритмические занятия	6	10	16
2.	Музыкально – игровые занятия	4	4	8
3.	Постановка танцевальных этюдов	10	6	16
4.	Мероприятия учебно-воспитательного характера	4	10	14
5.	Концертно – сценическая деятельность	6	10	16
		30	40	70

1. Музыкально – ритмические занятия

Основные движения на середине зала:

- поклон, марширование, наклоны головы, повороты, круговые движения головой;
- упражнения для плеч, сочетающиеся с наклонами, приседаниями;
- упражнения для кистей рук, пальцев, локтей;
- упражнения на полу (партер): "велосипед"; упражнения для стопы, грудной клетки, поясницы, "улитка", "кольцо", упражнения на "растяжку", "кораблик", "лягушка";
- упражнения на середине зала: прыжки.

2. Музыкально – игровые занятия

Ролевые игры на основе танцевальных движений и музыки: "Птичий двор", "Два утенка", "Обезьянки", "Зайчики", "Кошечки", "Печем пироги", "Стирка".

3. Постановка танцевальных этюдов

Массовые, легкие в техническом исполнении танцевальные этюды, четкие по ритму, на основе детского музыкального материала.

4. Мероприятия учебно-воспитательного характера

Просмотр и обсуждение видеоматериалов с концертов детских хореографических коллективов, собственных выступлений.

Должны знать	Должны уметь	Формы контроля
<p>Понятия о пространстве класса. Понятия: линия, ряд, шеренга, круг. Позиции ног: VI, I, III. Подготовительную позицию рук. Музыкальные размеры: 2/4 (полька), 3/4 (вальс), 4/4 (марш).</p>	<p>Ориентироваться в пространстве класса, воспринимать задания и замечания педагога, направлять свои усилия в русло правильной мышечной работы, точно и правильно выполнять позиции ног, рук, заданные движения. Различать музыкальный размер, темп музыки.</p>	<p>Итоговые занятия, открытый урок, отчетный урок-концерт.</p>

II год обучения (2 класс)

Задачи:

1. Теоретические:

– обучить терминологии классического танца.

2. Профессионально – педагогические:

– развивать выворотность ног;

– формировать постановку корпуса, ног, рук, головы;

– добиваться выразительного и музыкального исполнения танца;

– научить отличать национальные особенности (в народном танце) в танцевальных комбинациях.

3. Музыкальные:

– развивать навыки координации движений и музыкальный слух.

4. Психолого – педагогические:

– научить контролировать свое собственное исполнение;

– научить сочетанию исполнения движения со звучанием речи педагога;

– воспитывать коллективные качества – ответственность, отзывчивость, доброту, чуткость, дружбу и взаимопонимание.

Учебно-тематический план

№ п/п	Тема занятия	Теория	Практика	Всего
1.	Exsersis на основе классического танца	6	14	20
2.	Exsersis на основе народного танца	4	16	20
3.	Постановка танцевальных номеров	4	6	10
4.	Мероприятия учебно-воспитательного характера	2	8	10
5.	Концертно – сценическая деятельность	4	6	10
		20	50	70

1. Exsersis на основе классического танца

Понятийно – терминологический аппарат классического танца. Постановка корпуса рук, ног, головы у станка и на середине зала. Изучение движений групп: battement tondu, ronds, plie, allegro.

2. Exsersis на основе народного танца

Постановка корпуса рук, ног, головы у станка и на середине зала в характере народно-сценического танца. Изучение движений групп: battement tondu, ronds, plie, allegro в характере народного танца; вращения, дробные выстукивания. Разучивание танцевальных комбинаций на основе материала народных танцев.

3. Постановка танцевальных номеров на основе движений классического танца, польки, детских движений современного танца.

4. Мероприятия учебно-воспитательного характера Просмотр видеозаписей классического и народного хореографического искусства ведущих российских и зарубежных коллективов. Посещение конкурсов детского танцевального творчества.

5. Концертно – сценическая деятельность. Концертно – сценическая практика, участие в районных хореографических конкурсах.

Должны знать	Должны уметь	Формы контроля
<p>Понятия и термины программных движений.</p> <p>Правила исполнения изучаемых движений в народном и классическом танце.</p> <p>Строение музыкальной фразы.</p> <p>Понятия: слабая, сильная доля, затакт, акцент.</p>	<p>Контролировать работу всех частей тела и согласовывать одновременную работу этих частей (координация).</p> <p>Распределять и переключать свое внимание между замечаниями педагога с собственной работой и музыкальным сопровождением.</p> <p>Различать музыкальный размер, темп</p>	<p>Итоговые занятия, открытый урок, отчетный урок-концерт.</p>

III год обучения (3 класс)

Задачи:

1. Профессионально – хореографические:

- повторить и закрепить изученный хореографический материал с увеличением силовой нагрузки;
- развивать технику исполнения упражнений в более быстром темпе;
- развивать умение выразительно и музыкально исполнять элементы и движения классического, народного, современного танцев;
- научить передавать особенности национального характера, манеру;

2. Психолого – педагогические:

- контролировать собственное исполнение, развивать зрительную память;
- научить направлять свои усилия в русло правильной мышечной работы.

Учебно-тематический план

№ п/п	Тема занятия	Теория	Практика	Всего
1.	Exsersis на основе классического и народного танца	6	14	20
2.	Народный танец. Элементы движений русского танца	4	16	20
3.	Постановка танцевальных номеров.	4	6	10
4.	Мероприятия учебно-воспитательного характера	2	8	10
5.	Концертно – сценическая деятельность	2	8	10
		18	52	70

1. Exsersis на основе классического и народного танца

Классический танец. Изучение групп: позы, прыжки, повороты, связующие и вспомогательные движения.

2. Народный танец

Изучение разделов урока:

- разогрев (характерные движения, заимствованные из народного танца (разогрев ног); упражнения свингового характера);
- изоляция: движение изолированных центров (голова, плечи, грудная клетка, руки, ноги); координация двух изолированных центров;
- упражнения для позвоночника: наклоны торса, твист торса, спирали, body roll contraction, release, tilt;
- уровни: стоя, сидя (изоляция в уровнях);
- кросс: передвижение в пространстве – шаги, прыжки, вращения.

3. Постановка танцевальных номеров

Массовые, сольные номера, построенные на основе изученного материала русских, украинских и белорусских танцев.

4. Мероприятия учебно-воспитательного характера.

Просмотр видеоматериалов занятий современным танцем, записей концертов, фестивалей, балетов профессиональных и самодеятельных российских и зарубежных коллективов современного танца.

5. Концертно – сценическая деятельность. Концертно – сценическая практика, участие в районных, областных, городских хореографических конкурсах, фестивалях.

Должны знать	Должны уметь	Формы конт.
Историю русского танца. Понятия и термины программных движений. Правила исполнения изучаемых движений и техники в народном танце.	Точно и правильно исполнять движения русского народного танца, передавать его характер. Согласовывать работу самых разнообразных групп мышц, участвующих в движениях современного танца.	Итоговые занятия, открытый урок, отчетный урок-концерт.

IV год обучения (4 класс)

Освоение движений народного танца.

Задачи:

1. Профессионально – хореографические:
 - повторить и закрепить изученный хореографический материал с увеличением силовой нагрузки;
 - вырабатывать правильность и чистоту исполнения движений народного танца;
 - развивать и повышать уровень танцевальной техники.
2. Музыкальные:
 - прививать любовь к народной музыке;
 - усложнять музыкальное сопровождение.
3. Психолого – педагогические:
 - контролировать собственное исполнение, развивать зрительную память;
 - научить направлять свои усилия в русло правильной мышечной работы;
 - научить мысленно представлять движения.

Учебно-тематический план

№ п/п	Тема занятия	Теория	Практика	Всего
1.	Exsersis на основе классического и народного танца у станка и середине	4	16	20
2.	История танца Тарантелла	2	4	6
	Основные движения танца Тарантелла	2	12	14
3.	Постановка танца Тарантелла	2	8	10
4.	Импровизация	2	8	10
5.	Мероприятия учебно-воспитательного характера.	4	6	10

		16	54	70

1. Повторение ранее изученного экзерсиса:

- упражнения свингового характера: (у станка, на середине, в партере);
- изоляция: движение изолированных центров (голова, плечи, грудная клетка, руки, ноги); координация двух, трех изолированных центров;
- упражнения для позвоночника: наклоны торса, твист торса, спирали, body roll contraction, relese, tilt (стоя, сидя, в партере);
- уровни: стоя, сидя, лежа (на коленях), переходы из уровня в уровень, движения изолированных центров в уровнях;
- кросс: передвижение в пространстве – шаги, прыжки, вращения на месте;
- комбинация, импровизация: с перемещением в пространстве, с использованием смены уровней, различных способов вращения и прыжков.

2. Танец Тарантелла исполняют массово и парно.

Некоторые фигуры танца похожи на хоровод, когда люди взявшись за руки, идут друг за другом под увеличивающийся темп музыки.

3. Основные движения танца Тарантелла:

- скольжение ноги на носок вперед,
- маленькие броски вперед (battements jetes):
- а) pas pique с шагом,
- б) pas pique с подскоком, -бег,
- pas balance,
- pas echarpe,
- подскоки по 3-й и 5-й свободным позициям,
- pas ballonne,
- pas de basque,
- повороты en dedans и en dehors,
- glissade-jete,
- прыжки по 5-й открытой позиции с поджатыми ногами.
- тройные перескоки с ноги на ногу;
- соскок во 2-ой позиции;
- тройная дробь с остановкой на присогнутую ногу;
- повороты внутрь и наружу;
- подскоки на одной ноге в позе I arabesque;
- выбрасывание ноги с каблука на носок;
- pas de basque;
- pas ballone;
- pas amboite.

4. Мероприятия учебно- воспитательного характера

Просмотр видеоматериалов занятий народным танцем, записей концертов, фестивалей, профессиональных и самодеятельных российских и зарубежных коллективов народного танца.

Должны знать	Должны уметь	Формы контроля
Понятия и термины классического и народного танцев. Правила исполнения изучаемых движений и техники в танце. Историю танца Тарантелла.	Ориентироваться в пространстве и разных построениях; двигаться в различных музыкальных темпах; определять характер музыки; начинать и заканчивать	Итоговые занятия, открытый урок, отчетный урок-концерт.

	движения вместе с началом и окончанием звучания музыки; свободно перемещаться по залу	
--	---	--

V год обучения (5 класс)

Освоение понятий и терминов народного танца.

Задачи:

1. Профессионально – педагогические:

- развивать выносливость, силу и устойчивость за счет ускорения темпа, увеличения количества движений в упражнениях;
- развивать исполнительскую виртуозность и артистичность;
- развивать навыки самостоятельной работы обучающимися;
- научить визуально определять характер и особенности мышечных усилий, их распределение во времени и в пространстве при показе и во время исполнения другими участниками;
- познакомить с культурой и традициями разных народов.

Учебно – тематический план

№ п/п	Тема занятия	Теория	Практика	Всего
1.	Экзерсис у станка и на середине	2	12	14
2.	История народного танца	4	8	12
3.	Элементы русского, украинского, белорусского танцев	4	16	20
4.	Постановка танцевальных номеров.	2	12	14
5.	Мероприятия учебно-воспитательного характера.	2	8	10
		14	56	70

1. Техника исполнения ранее изученного экзерсиса у станка и на середине.

2. Народный танец. Упражнения на середине: дробные выстукивания, элементы ("молоточки", "веревочки", подбивки, припадания, основные ходы, вращения в характере русского, украинского, белорусского).

3. Элементы народного танца.

1. Положение ног, рук, позы.
2. Поклоны.
3. Ходы: бытовой с притопом, переменный, девичий плавный ход, дробный ход, шаркающий шаг.
4. Припадание.
5. Ковырялочки.
6. Металочки.
7. Дробные ходы.
8. Вращения.
9. Присядки: на каблук по II позиции, «мяч», «ползунок».
10. Хлопушки.
11. Лёгкий бег.
12. Шаги с подскоками.
13. Варианты польки.

Упражнения лицом к станку:

13. Подготовка к «голубцу».
14. Подготовка к «штопору» и «штопор».

15. Подготовка к «качалочке» и «качалочка».

16. Releve на полупальцах.

4. Мероприятия учебно- воспитательного характера

Просмотр видеоматериалов занятий народным танцем, записей концертов, фестивалей, профессиональных и самодеятельных российских и зарубежных коллективов народного танца.

Должны знать	Должны уметь	Формы контроля
Историю народных танцев. Правила исполнения изучаемых движений и техники в народном танце. Правильно распределять двигательные усилия, двигаться в определенном ритмическом рисунке, сохранять темпоритм без музыкального сопровождения,	Исполнять основные движения, характерные для русского, украинского, белорусских танцев; умеет выполнять основные движения, сложные движения. Повороты на припадании, туры с подогнутыми ногами, русский поворот, белорусский поворот; для мальчиков: «голубец», «большой плетень	Итоговые занятия, открытый урок, отчетный урок-концерт.

VI год обучения (6 класс)

Обучение в шестом классе включает изучение исторических и народно-сценических танцев. Наиболее подходящий материал по возможности выбирается в зависимости от конкретных условий.

Задачи:

- сформировать знания о стилевых особенностях бытовых танцев прошлых эпох;
- овладеть практическими навыками и методикой исполнения танцевально-пластического и хореографического текста исторической бытовой хореографии;
- освоить методику традиционных форм построения композиций историко-бытового танца;
- изучить особенности быта, костюма, этикета и его влияния на характер и манеру исполнения танцевальных композиций историко-бытового танца;
- совершенствовать технику исполнения движений, умение передать национальные особенности, характер и манеру исполнения того или иного танца народов мира.

В процессе разучивания танцевального материала педагог добивается, чтобы обучающиеся исполняли выученный материал музыкально, выразительно, осмысленно, сохраняя стиль эпохи и национальный характер танца.

Занятия историко-бытовым и бальным танцем органически связано с усвоением норм этики, выработки высокой культуры общения между людьми.

В программный материал по изучению историко-бытового танца входит:

- усвоение тренировочных упражнений на середине зала;
- разучивание танцевальных композиций.

Учебно – тематический план

№ п/п	Тема занятий	Теория	Практика	Всего
1.	Экзерсис у станка и на середине	2	14	16
2.	Мероприятия учебно-воспитательного характера	2	2	4
3.	Паховые и боковые растяжки	2	6	8
4.	Народно-сценический танец	2	10	12
5.	Историко-бытовой танец	4	12	16
6.	Этюдно - постановочная работа	2	12	14
		14	56	70

1. Экзерсис у станка

1. Battements tendus:
 - а) в маленьких позах на $\frac{1}{4}$ и затакт;
 - б) battements sotenus в сторону, вперёд, назад с подъемом на п/п носком в пол на 1 т. 4/4.
2. Battements tendus jetes(на $\frac{1}{4}$ и затакт):
 - а) balancoir;
 - б) в маленьких позах.
3. Demi rond de jambe et demi rond de jambe на 45 градусов en dehors en dedans на всей стопе.
4. Battements fondus (сначала на 1 т. 4/4, позднее на 1 т. 2/4):
 - а) на п/п;
 - б) с pile – releve.
5. Battements frappes и doubles frappes – чередование на всей стопе и на п/п на 1 т. 2/4.
6. Rond de jambe en lier en dehors en dedans на п/п, на 1 т. 2/4.
I и III port de bras как заключение к различным упражнениям; позже, изученные port de bras могут исполняться с ногой, вытянутой на носок в сторону, вперёд и назад; III port de bras с demi – plie на опорной ноге.
7. Releve на п/п в IV позиции.
8. Полуповороты на п/п en dehors en dedans на двух ногах.

2. Экзерсис на середине

Упражнения исполняются en face на всей стопе, с постепенным введением поз.

1. Battements tendus в маленьких позах.
2. Battements tendus jetes в маленьких позах.
3. Rond de jambe par terre en dehors en dedans на demi – plie.
4. Battements fondus носком в пол, позже на 45 градусов в маленькие позы.
5. Battements frappes и double frappes носком в пол, позже на 45 градусов в маленькие позы.
6. Battements releves lents en face и в позах: crouse, efface, ecarte; attitude crouse и efface на 45 градусов.
7. Battements developpes en face вперёд и назад.
8. Grand battements jetes в больших позах.
9. Port de bras:
 - а) с наклоном корпуса;
 - б) с наклоном и перегибом корпуса, с ногой, вытянутой на носок вперёд и назад.
10. IV port de bras в V позиции.
11. I, II, III arabesques носком в пол.
12. Releve на п/п, работающая нога в положении sur le cou – de – pied или поднято в любом направлении на 45 градусов.

Выстукивания:

- поочередные удары всей стопой;
 - двойные удары;
 - двойные с подскоком;
 - с переносом Р.Н. из положения III позиции спереди в положение III позиции сзади и с разворотом в невыворотное положение;
 - «русский ключ» – простой.
15. Battements fondus – основной вид.

3. Паховые и боковые растяжки.

4. **Народно-сценический танец** является одним из основных предметов специального цикла хореографических дисциплин, неотъемлемой частью начального образования. Он всегда имеет ясно выраженную тему и идею –содержателен.

5. **Историко-бытовые танцы** в полной мере отражают исторические особенности той местности, в которой они возникали. Это связано с культурой породивших их народов: музыке, одежде танцующих, религиозными обрядами, играми и трудовыми процессами.

Влияние бытового танца на современную сценическую хореографию огромно. Всестороннее исследование этого вопроса поможет более глубоко разобраться в стилевых особенностях спектаклей различных эпох, даст возможность более конкретно говорить о происхождении лексики сценического танца.

Должны знать	Должны уметь	Формы контроля
Наиболее важные достижения хореографической культуры народов мира, в том числе народов Донбасса; распознавать народные танцы по характерным признакам	Уметь передать образ народа в танце и его характер. Согласовывать одновременную работу самых разнообразных групп мышц, участвующих в движениях историко-бытового танца.	Итоговые занятия, открытый урок, отчетный урок-концерт.

VII год обучения (7 класс)

Задачи:

- ознакомить с основными видами бальных танцев;
- формировать исполнительские умения и навыки, необходимые для точного и выразительного исполнения бальных танцев;
- формировать умения самостоятельно создавать композиции из базовых фигур;
- развивать воображения и через особые формы двигательной активности (изучение простейших танцевальных движений, составляющих основу бальных танцев.

Учебно-тематический план

№ п/п	Тема занятий	Теория	Практика	Всего
1.	Экзерсис у станка	4	10	14
2.	История танца вальс и полонез	2	6	8
3.	Основы музыкальной грамотности; музыкально-ритмическая характеристика танца	2	4	6
4.	Ориентирование в пространстве:	2	4	6
5.	- знакомство с направлениями движений в танце	2	4	6
6.	Изучение основ танца «медленный вальс»	2	14	16
7.	Изучение основ танца «полонез»	2	12	14
		16	54	70

1. Экзерсис у станка

1. Grand plie по IV позиции.
2. Battements tendus:
 - а) в позе epaulement et efface;
 - б) с demi – plie с переходом по IV позиции вперед и назад, в сторону по II позиции.
 - в) battements soutenus в сторону, вперед, назад носком в пол.
3. Battements tendus jetes в сторону, вперед, назад:

- а) с demi – plie;
 - б) в позе epaulement et efface.
4. Rond de jambe par terre en dehors en dedans:
- а) слитно на 1 т. 2/4;
 - б) rond de jambe par terre на plie.
5. Demi rond de jambe на 45 градусов en dehors en dedans на всей стопе (по усмотрению педагога).
6. Battements fondus с pile – releve в сторону, вперед, назад на всей стопе (по усмотрению педагога).
7. Grand battements jetes pointes (по усмотрению педагога).
- Перегибы корпуса назад и в сторону лицом к станку.

2. Основы танца полонез

- «Реверанс»;
- «Шене»;
- «Променад»;
- «Фонтан»;
- «Веер»;
- «Обходка»
- «Балансе вперед»
- «Поворот партнерши под рукой».

Тема: Постановка танцевальной композиции:

- постановка танца полонез.

3. Медленный вальс:

Изучение основ танца:

- 1) стоя в шестой позиции, опускаться и подниматься;
 - 2) шаг вперед с правой ноги, подтягивая левую ногу, шаг назад с левой ноги, подтягивая правую ногу (опускаясь на 1, поднимаясь на 2,3, в конце – снижения);
 - 3) тоже с левой ноги;
- «маятник»; шаг в сторону с правой ноги, подтягивая левую ногу, с опусканием и подъемом;
- тоже с Л.Н.;
- «Перемена вперед, назад»;
 - «Закрытая перемена»;
 - «Проходящая (внешняя) перемена»;
 - «Прогрессивный шаг вперед»;
 - «Боковая дорожка»;
 - «Променадная позиция»;
 - «Плетение»;
 - «Малый квадрат»;
 - «Большой квадрат (четвертной поворот)».
- Тема: Постановка танцевальной композиции:
- постановка танца «медленный вальс»

Должны знать	Должны уметь	Формы контроля
--------------	--------------	----------------

<p>Понятия и термины программных движений.</p> <p>Правила исполнения изучаемых движений и техники в бальном танце.</p>	<p>Согласовывать свои движения с движениями партнера, использовать различные ракурсы и повороты корпуса, держать равновесие, правильно распределять центр массы во время выполнения упражнений. Уметь держать правильную осанку корпуса и положение рук в танце «вальс» и «полонез».</p> <p>Передать характер танца.</p>	<p>Итоговые занятия, открытый урок, отчетный урок-концерт.</p>
--	--	--

VIII год обучения (8 класс)

На восьмом году обучения обучающиеся познают особенности направления «современный танец». Больше внимание на занятии уделяется импровизации, как мгновенному воплощению музыкального ритма средствами пластики тела, мимики и эмоциональной окраски. Привлекательность этого направления для детей в том, что отсутствует дистанция между замыслом и воплощением

Задачи:

- развивать выносливость, силу и устойчивость за счет ускорения темпа, увеличения количества движений в упражнениях;
- развивать исполнительскую виртуозность и артистичность;
- развивать навыки самостоятельной работы участников коллектива.

Учебно – тематический план

№ п/п	Тема занятий	Теория	Практика	Всего
1.	Экзерсис у станка и на середине зала	4	16	20
2.	Элементы современного танца	2	8	10
3.	Шаги с использованием падений и перекатов на полу	2	6	8
4.	Значение современного танца. «Contraction»	2	20	22
5.	Беседы творческого и воспитательного характера	4	2	6
6.	Учебные экскурсии		4	4
		14	56	70

1. Экзерсис у станка

Demi и grand plie по I, II, III, V позициям:

а) с акцентом вниз;

б) с акцентом вверх.

1. Battements tendus.

2. Battements tendus jetes:

а) основной вид;

б) с demi-plie в момент броска;

в) с demi-plie в момент возвращения Р.Н. в III позицию;

г) с подъёмом пятки опорной ноги

Каблучные упражнения:

а) основной вид;

б) с разворотом бедра и удара подушечкой Р.Н.;

в) бросок прямой ногой с сокращенной стопой.

Подготовка к *flie – flac*:

а) основной вид;

б) с ударом подушечкой опорной ноги. в III позицию;

в) с переступанием.

Характерный *ronde de jambe* и *ronde de pied*:

а) до стороны;

б) полный *ronde*;

в) с *plie*.

2. Понятия «contraction» – сжатие и «*release*» – расширение как основы движения техники М. Грэхем. Движение за счет падения и подъема тяжести корпуса, его построение по синусоиде: движение-задержка в кульминационной точке (*suspend*) и обратный возврат (*recovery*) – техника Д. Хамфри и Х. Лимона. Развивается творческое мышление средством свободной импровизации, формируется творческий интерес и эстетический вкус

Приемы импровизации: физическое воплощение образа, чувства, настроения под музыкальное сопровождение, предложенное педагогом. Тренинг актерского мастерства на развитие воображения и фантазии: «Придумай себе дело», «Здравствуйте, я ...!», «Снимаем-одеваем», «Я – не я»

Должны знать	Должны уметь	Формы контроля
Понятия и термины программных движений. Правила исполнения изучаемых движений и техники в современном танце.	Точно и правильно исполнять движения как классического, народного, так и современного танца направления « <i>contraction</i> ». Передавать настроение музыки движениями .	Итоговые занятия, открытый урок, отчетный урок-концерт.

IX год обучения (9 класс)

Задачи:

- приобретение системы знаний, умений и навыков методики исполнения бальных танцев латиноамериканской программы;
- освоение разнообразных стилей, манеры и техники исполнения бальных танцев латиноамериканской программы;
- развитие координации движения и актерской выразительности;
- изучение теоретических основ становления и развития новых форм современного бального танца;
- воспитание хореографического мышления на основе стилистических и пластических особенностей бальных танцев латиноамериканской программы.

На этом уровне вводятся новые технические понятия:

1. Разогрев с использованием уровней.
2. Комплексы изоляций.
3. Сочетания различных ритмов во время движения.
4. Комбинации, состоящие из спиралей, твистов и *contraction* в положении “стоя” и “сидя”.
5. Упражнения *стрэч* - характера во всех положениях: “сидя”, “лёжа”, “стоя у станка”.
6. Комбинации шагов в различных направлениях, координация шагов и движений изолированных центров.
7. Вращения на двух ногах и повороты на одной ноге на 360 градусов.

8. Танцевальные этюды, возможно, сюжетного характера.

Учебно – тематический план

№ п/п	Тема занятий	Теория	Практика	Всего
1.	«Разогрев» и «Изоляция»	2	10	12
2.	История латино-американских танцев	2	2	4
3.	История танца самбо и ча-ча-ча	2	2	4
4.	Основы музыкальной грамотности; музыкально-ритмическая характеристика танца	2	4	6
5.	Ориентирование в пространстве: - знакомство с направлениями движений в танце. Изучение основ танца ча-ча-ча	2	6	8
6	Изучение основ танца самба	4	12	16
7	Подготовка к балу	4	12	16
8	Учебные экскурсии	2	2	4
		20	50	70

1. «Разогрев»:

1. Смена нескольких положений исполнителя во время разогрева (у станка, на середине, в партере.)

2. Разогрев в положении “сидя” и “лёжа”, используя упражнения стрэч -характера, наклоны и твисты торса.

3. Соединения разогрева в единую комбинацию из нескольких движений.

2. «Изоляция»:

1. Комплексы изоляций.

2. Голова: комбинация из движений и геометрических фигур, разученных ранее, sundari-квадрат и sundari-круг. Соединение движений головы с движениями других центров.

3. Плечи: комбинации из движений, разученных ранее, разноритмические комбинации, соединения с движениями других центров.

4. Грудная клетка: круги и полукруги в горизонтальной и вертикальной плоскости, соединение и комбинации движений, изученных ранее, разноритмические комбинации.

5. Пелвис: соединение в комбинации изученных движений, hip lift, полукруги и круги одним бедром.

3. Основы танца Ча-ча-ча:

1. Основы движения в открытой и закрытой позициях.

2. Поворот на месте (поворот переключатель влево и вправо).

3. Поворот под рукой влево и вправо.

4. Три ча-ча-ча.

5. Ча-ча-ча шассе.

6. Лок вперед с ПН с ЛП.

7. Лок назад с ЛП с ПН.

8. Тайм степ – как основа движения в сторону.

4. Основы танца Самба

1. Виски (Самбо Виски влево и вправо).

2. Променальный самбо ход.

3. Самбо ход на месте.

4. Сольная вольта на месте.

5. Самба ход в сторону.

6. Бота фога в продвижении вперед и назад.
7. Бота фога в променад контр променат (променадные бота фога).
8. Крисс кросс бота фога (теневые бота фога)

X год обучения (10 класс)

Задачи:

- ознакомить учащихся с терминологией современного танца, научить использовать её в работе;
- научить выполнять движения одновременно с показом педагога, сохраняя при этом правильное положение корпуса, ног и головы в пространстве. (формирование двигательных навыков)
- научить самостоятельно отрабатывать отдельные движения и комбинации;
- научить работать импровизированно;
- развивать воображение, умение передать музыку и содержание образа движения;
- воспитание художественного вкуса.

В десятом классе ученики знакомятся с новым направлением "Contemporary dance"

Учебно – тематический план

№ п/п	Тема занятий	Теория	Практика	Всего
1.	«Разогрев» и «Изоляция»	2	12	14
2.	Трехшаговый поворот с пируэтом по прямой	2	4	6
3.	Трехшаговый поворот с пируэтом по диагонали	2	4	6
4.	Flat step в сочетании с работой плеч	2	4	6
5.	Направление "Contemporary dance"	4	16	20
6.	Составление танцевальных номеров	4	10	14
7.	Подготовка к балу	4	4	8
		20	50	70

"Contemporary dance" переводится как современный танец. В бытовом значении этот перевод применяют как "танец души". Состоит из всевозможных техник современного танца. До сих пор однозначного ответа нет, в какой же стране зародился данный стиль. По сути контемп - эмоциональный и чувственный танец. Сравнить его можно с маленьким рассказом о любви. Этот стиль популярен по всему миру. Обычно этот стиль выбирают те танцоры, которые хотят раскрыть и показать свою душу.

Должны знать	Должны уметь	Формы контроля
<p>Понятия и термины и правила исполнения "Contemporary dance".</p> <p>Техники в современном танце.</p>	<p>Точно и правильно исполнять движения "Contemporary dance".</p> <p>Согласовывать одновременную работу самых разнообразных групп мышц, участвующих в движениях современного танца.</p>	<p>Итоговые занятия, открытый урок, отчетный урок-концерт.</p>

XI год обучения (11 класс)

Задачи:

- овладение определённым запасом знаний, умение навыков джазового танца;
- познакомить с танцевальной техникой мадерн-джаз танцев.
- соблюдать системность в процессе обучения(от простого к сложному)

- развивать общий эмоциональный фон обучающихся, свободное общение, уверенность, силу духа.

Одиннадцатый год обучения посвящен, в основном, глубокому изучению джаз-модерн танца. Поскольку модерн это особая философия (не просто мышечная работа, а синтез энергии мысли, чувств и движения), то изучение такого направления современной хореографии целесообразно именно на этом этапе обучения. К этому моменту воспитанники уже физически развиты, максимально владеют собственным телом, что является кульминацией танцевального мастерства и завершающим этапом изучения предмета «Современный танец».

Учитывая особенности кризисного возраста подростков, кроме танцевальной подготовки с ними проводятся беседы, направленные на воспитание у них внутренней культуры, умения избирательно относиться к людям, событиям и явлениям, объяснять свои взгляды, выражать личное мнение, управлять своими эмоциями, контролировать свое поведение, оценивать свои поступки и прогнозировать их возможные последствия.

Актуальность программы для одиннадцатого класса заключается в том, что современные танцы имеют большое значение для физического развития человека, что немало важно в современном мире компьютерных технологий.

Учебно – тематический план

№ п/п	Тема занятия	Теория	Практика	Всего
1	«Разогрев» и «Изоляция»	4	10	14
2	Zundari (смещение шейных позвонков) по направлениям: вперед-назад, из стороны в сторону. Пелвис (бедро) Hip lift - подъем бедра вверх	4	12	16
3	Занятия по направлению Джаз модерн	2	10	12
4	Мероприятия учебно-воспитательного характера	2	10	12
5	Подготовка к балу	2	6	8
6	Концертно – сценическая деятельность	2	6	8
		16	54	70

1. Занятия в направлении Джаз-модерн

Современный танец на основе соединения множества стилей, направлений, техник. Импровизация.

2. Мероприятия учебно-воспитательного характера

Просмотр видеоматериалов занятий современным танцем, записей концертов, фестивалей, балетов профессиональных и самодеятельных российских и зарубежных коллективов современного танца.

3. Постановка танцевальных номеров

Массовые, сольные номера, построенные на основе изученного материала джаз-модерн танца.

4. Концертно – сценическая деятельность

Концертно – сценическая практика, участие в районных, областных, городских хореографических конкурсах, фестивалях.

Должны знать	Должны уметь	Формы контроля
Понятия направления Джаз-модерн.	Точно и правильно исполнять движения джаз-модерн танца.	Итоговые занятия, открытый урок, отчетный
Правила исполнения изучаемых	Передавать характер музыки.	

движений и техники направления Джаз-модерн	Согласовывать одновременную работу самых разнообразных групп мышц, участвующих в движениях современного танца.	урок-концерт.
---	--	---------------

Требования к уровню подготовки обучающихся.

Уровень подготовки обучающихся является результатом освоения программы факультативного курса «Хореография», который определяется формированием комплекса знаний, умений и навыков, таких, как:

- знание истории развития всех направлений танца;
- знание основного понятийного терминологического аппарата по дисциплине;
- знание основных техник классического, народного и современного танцев;
- умение выстроить связь между исполнением движений и внутренним состоянием;
- умение правильно и грамотно исполнять основные элементы классического, народного, бального, contemporary dance и модерн-джаз танца;
- умение анализировать свои ошибки и ошибки других;
- умение распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок танца;
- умение преодолевать технические трудности при разучивании хореографического произведения;
- умение выполнять комплексы специальных хореографических упражнений, способствующих развитию профессионально необходимых физических качеств;
- умение соблюдать требования к безопасности при выполнении танцевальных движений;
- навыки выразительного исполнения современного танца;
- навыки сохранения и поддержки собственной физической формы;
- навыки публичных выступлений.

По итогам исполнения программы на контрольном уроке выставляется оценка по пятибалльной шкале:

Критерии оценивания

(«отлично»)

технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения;

(«хорошо»)

отметка отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами (как в техническом плане, так и в художественном);

(«удовлетворительно»)

исполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно и невыразительно выполненное движение, слабая техническая подготовка, неумение анализировать свое исполнение, незнание методики исполнения изученных движений и т.д.;

(«неудовлетворительно»)

комплекс недостатков, являющийся следствием нерегулярных занятий, невыполнение программы учебного предмета;

Оценки выставляются по окончании каждой четверти и полугодий учебного года.

Формы контроля

1. Наблюдение и сравнение педагогом в процессе урока.
2. Проведение открытых занятий для других классов, для родителей, педагогов.
3. Участие в концертах, мероприятиях.

4. Участие в районных, городских, республиканских смотрах, конкурсах, фестивалях хореографического творчества.
5. Просмотр видеозаписей уроков, занятий, репетиций, выступлений. Анализ этих выступлений.
6. Творческий отчет, отчет о работе за год – отчетный урок-концерт для родителей.

Обеспечение программы

I. Методическое обеспечение:

1. Использование методических рекомендаций для педагогов танцевальных коллективов по проведению:

- уроков классического танца;
- уроков народного танца;
- уроков ритмики;
- уроков современного танца.

2. Проведение и посещение семинаров, открытых уроков, занятий с целью повышения квалификации обмена опытом.

3. Разработка конспектов открытых занятий.

4. Комплектование фонотеки (видео-, аудиозаписей).

II. Материально – техническое обеспечение:

- зеркала;
- станки;
- спецобувь, концертные костюмы;
- магнитофон, аудиокассеты, CD-диски,

Литература

1. Андреев В.И. Педагогика творческого саморазвития. Инновационный курс. Книга 1. Казань, 1996.
2. Гиглаури В.Т. Программа по искусству движения для детей, занимающихся хореографией, танцем или другими видами и направлениями движеческого и пластического искусства.
3. Доронин А.М., «Современная хореография и новые направления».
4. Классический танец. Программа (проект) для хореографических отделений музыкальных школ искусств. М.1987 г.
5. Методическая разработка к программе “Народно-сценический танец” для хореографических отделений ДМШ и школ искусств (3 класс, 2 год обучения), М., 1985г.
6. Народно-сценический танец. Методическая разработка для хореографических отделений ДМШ и ДШИ (4 класс 3 год обучения). М. 1987 г.
7. Никитин В.Ю. Композиция урока и методика преподавания Модерн-Джаз Танца. – М.: Издательский дом «Один из лучших», 2006.
8. Пинаева Е.А. Ритмика и танец. Примерная программа для детских хореографических школ и хореографических отделений детских школ искусств (подготовительные классы). – Москва, 2006.
9. Р.Захаров.Сочинение танца. Страницы педагогического опыта. М.“Искусство”, 1989 г.
10. Шершнева В.Г. От ритмики к танцу. Развитие художественно-творческих способностей детей 4-7 лет средствами ритмики и хореографии. Программа для образования Издательский дом «Один из лучших», 2008.