

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА МОСКВЫ
«ГИМНАЗИЯ №201 ОРДЕНА ТРУДОВОГО КРАСНОГО ЗНАМЕНИ ИМЕНИ
ГЕРОЕВ СОВЕТСКОГО СОЮЗА ЗОИ И АЛЕКСАНДРА КОСМОДЕМЬЯНСКИХ»

«Утверждаю»
Директор ГБОУ «Гимназии №201
Подольская Е.В.
Протокол педагогического совета
№ 1 от 29 августа 2016 г.
Приказ № 27/1
от 1 сентября 2016 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
"ПОЗНАНИЕ СВОЕГО ТЕЛА
ЧЕРЕЗ ОВЛАДЕНИЕ РИТМОПЛАСТИКОЙ"**

(третья редакция)

Возраст обучающихся: 3 - 8 лет
Срок реализации программы: 3 года

Педагог дополнительного образования:
Голубева Наталья Сергеевна

МОСКВА 2016

1. Пояснительная записка

Программа имеет **социально-педагогическую направленность**.

Актуальность программы состоит в том, что она позволяет творчески реализовать потребность ребенка в движении, развить чувство ритма, укрепить скелет и мускулатуру. Кроме того, занятия ритмикой стимулируют память, внимание, мышление и воображение ребенка. Приобретая опыт пластической интерпретации музыки, ребенок овладевает опытом творческого осмысления музыки, ее эмоционально-телесного выражения. Именно этот опыт и умения помогут ребенку в дальнейшем успешно осваивать и другие виды художественно-творческих и спортивных видов деятельности: это может быть последующее обучение хореографии, гимнастике, а также занятия в музыкальных школах, секциях, театральных студиях и т.д. Музыкально-ритмические движения выполняют релаксационную функцию, помогают добиться эмоциональной разрядки, снять умственные перегрузки и утомления. Ритм, который музыка диктует головному мозгу, снимает нервное напряжение.

Занятия ритмикой способствуют физическому развитию детей: совершенствуется координация движений, улучшается осанка, повышается жизненный тонус, что создает у ребенка бодрое, радостное настроение и благоприятно сказывается на состоянии организма в целом. Под влиянием музыкальной ритмической деятельности развиваются музыкально-эстетические чувства, познавательный интерес, творческое воображение, память, устойчивость произвольного внимания. Все это возможно только при правильной организации этого процесса, умелом планировании и целесообразном выборе художественного, доступного и педагогически оправданного репертуара.

Новизна данной программы заключается в комплексном решении проблем воспитания, развития и образования детей, в *отличие от существующих программ*, где основное внимание уделяется только обучению танцам.

Цель программы – содействие гармоничному развитию личности ребенка средствами танцевально-игровой гимнастики.

На занятиях по ритмике работа с детьми ведется по следующим направлениям, которые решают следующие **задачи**:

Развитие музыкальности.

- Развитие способности воспринимать музыку, чувствовать её настроение и характер, понимать ее содержание;

- Развитие музыкальных способностей (музыкального слуха, чувства ритма);
- Развитие музыкальной памяти.

Развитие двигательных качеств и умений:

- Развитие ловкости, точности, координации движений;
- Развитие гибкости и пластичности;
- Формирование правильной осанки, красивой походки;
- Воспитание выносливости, развитие силы;
- Развитие умения ориентироваться в пространстве;
- Обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений;

Развитие творческих способностей, потребности самовыражения в движении под музыку:

- Развитие творческого воображения и фантазии;
- Развитие способности к импровизации в движении.

Развитие и тренировка психических процессов:

- Развитие эмоциональной сферы и умения выражать эмоции в мимике и пантомимике;
- Тренировка подвижности нервных процессов;
- Развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления.

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.

Программа рассчитана на **3 года**, возраст детей **3-8 лет**. Программа разработана в соответствии с СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций». Программой предусмотрена **групповая форма** проведения занятий (наполняемость групп – 12-15 человек). Занятия проводятся **2 раза в неделю по 30 минут** (для групп 3-4 лет занятие делится на 20-минутную обучающую часть и 10 минутную физкультминутку; для групп 5-6 лет – 25-минутную обучающую часть и 5-минутную физкультминутку). В объединение принимаются все желающие, склонные к танцевальной деятельности и не имеющие противопоказаний к физическим нагрузкам.

Данная программа реализуется по 3-видам деятельности:

-образовательная, включает в себя:

- партерную гимнастику
- основы акробатики
- элементы классического танца
- коллективные развивающие игры и этюды

-сценическая практика, включает в себя:

- постановочную работу
- репетиционную работу
- уроки актерского мастерства и импровизации

-воспитательно-познавательная работа, включает в себя:

- проведение тематических бесед про мир музыки и хореографии
- участие в праздниках

В воспитательном отношении в ребенке закладывается тактичное отношение к окружающим, уважение к преподавателю, радость от выполняемой работы, ответственность за нее.

Организация занятий:

На занятиях всегда соблюдается последовательность разделов.

1. Приветствие – поклон;
2. Разминка – разогрев;
3. Партерная гимнастика и элементы класс. танца;
4. Элементы эстрадного танца на середине и по кругу. Виды движений.
5. Связки из пройденных элементов;
6. Образные этюды, игры; Импровизация.
7. Прощание – поклон.

Всю программу объединяет концепция: «от простого к сложному», т.е.:

- увеличение физической нагрузки;
- усложнение элементов танцев;

Прогнозируемые результаты и способы их проверки.

Особое внимание при изучении материала уделяется:

- развитию ритмичности, музыкальности;
- образности в танцевальных движениях;
- освоению необходимых движений, связок в танце;
- расширению кругозора детей (беседы о танцевальном искусстве, музыке).

К концу первого учебного года ребенок должен уметь:

- Передавать в пластике разнообразный характер музыки, различные оттенки настроения;
- Передавать основные средства музыкальной выразительности;
- Различать жанр произведения и выражать это самостоятельно в соответствующих движениях и в слове;
- Передавать в пластике музыкальный образ, используя гимнастические, имитационные, общеразвивающие и танцевальные виды движений;

- Ориентироваться в пространстве: самостоятельно находить место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, строиться в шеренгу и колонну, в несколько кругов;

- Исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях, под другую музыку;
- Самостоятельно начинать и заканчивать движение в соответствии с началом и концом музыки;

- Передавать в мимике и пантомиме образы знакомых животных и персонажей;
- Выразить свое восприятие в движениях, а также в рисунках и в словесном описании;
- Выполнять изучаемые в течение года ритмические композиции и танцы-игры;
- Находить свои оригинальные движения для выражения характера музыки, игрового образа выразительными жестами;

Дети, прошедшие обучение по данной программе, должны **знать**:

- Назначение танцевального зала и правила поведения в нём;
- Правила подвижных игр.
- Основные танцевальные позиции рук и ног;
- Понятия: круг, шеренга, колонна.

В ребенке будет **развито**:

- интерес к занятиям и желание продолжать обучение.

К концу второго учебного года ребенок должен уметь:

- выразительно, легко и точно исполнять движения под музыку;
- уметь самостоятельно отображать в движении основные средства музыкальной выразительности, правильно называть их;

- освоить большой объем разнообразных композиций и отдельных видов движений, разных по стилю и характеру;

- быть способным к импровизации с использованием оригинальных и разнообразных движений;

- держать правильную осанку, координировать движения рук и ног;

Знать:

- Правила подвижных игр.
- Основные танцевальные позиции рук и ног;
- Понятия: круг, шеренга, колонна.

В ребенке будет **развито**:

- пластичность;
- интерес к занятиям и желание продолжать обучение;
- чувство «коллектива».

В ученике на *протяжении всего* обучения **воспитывается**:

- благородное, вежливое отношение к партнеру и окружающим
- любовь и интерес к танцу
- уверенность в себе
- стремление к преодолению трудностей, умение ставить цели и достигать их

К концу третьего учебного года ребенок должен уметь:

- исполнять пройденный материал;
- чувствовать характер музыки;
- исполнять этюды.

В конце третьего года обучения, ребенок будет **знать**:

- необходимую терминологию;
- правильное исполнение пройденных движений;

В ребенке будет **развито**:

- пластичность;
- интерес к занятиям и желание продолжать обучение;
- чувство «коллектива» и синхронности.

Формы подведения итогов реализации программы.

Программой предусмотрено проведение первичного мониторинга, промежуточной и итоговой аттестаций. *Перевод на следующий год* обучения осуществляется после итоговой аттестации, которая включает в себя:

- проведение зачетного урока;
- показательные выступления.

На зачетном уроке проверяется усвоение обучающимися соответствующей программы обучения.

Критериями оценки служат:

1. ритмичность;
2. правильность исполнения;
3. артистичность.

Если ребенок не справляется с программой, ему предлагается повторить тот же этап обучения с вновь поступившими детьми.

Данная программа призвана раскрыть творческий потенциал каждого ребенка, развить художественно-эстетический вкус.

2. Учебно-тематический план

	Раздел\Тема	1 год обучения			2 год обучения			3 год обучения		
		Всего	Теория	Практика	Всего	Теория	Практика	Всего	Теория	Практика
1.	Вводное занятие	0,5ч	0,5ч	-	0,5ч	0,5ч	-	0,5ч	0,5ч	-
2.	Разминочный комплекс упражнений	4ч	1ч	3ч	11 ч	2ч	9ч	10 ч	2ч	8ч
3.	Партерная гимнастика	9 ч	1ч	8ч	10 ч	2ч	8ч	8 ч	1ч	7ч
3.1.	Элементы классического танца	-	-	-	-	-	-	3ч	1ч	2ч
4.	Музыка и виды движений	9ч	2ч	7ч	4ч	1ч	3ч	4ч	1ч	3ч
5.	Импровизация	5ч	2ч	3ч	3ч	1ч	2ч	3ч	1ч	2ч
	Коллективные музыкальные игры и этюды	5ч	2ч	3ч	4ч	1ч	3ч	4ч	1ч	3ч
6.	Эстетическое развитие	2,5ч	2ч	0.5ч	2,5ч	2ч	0.5ч	2,5ч	2ч	0.5ч
7.	Итоговые занятия	1ч	-	1ч	1ч	-	1ч	1ч	-	1ч
	Итого	36ч	10,5ч	25,5ч	36ч	9,5ч	26,5ч	36ч	9,5ч	26,5ч

3. Содержание программы

1 год обучения

1. Вводное занятие.

Теория: Правила ТБ. Знакомство с миром танца. Беседа о «живой музыке».

Проверка практических навыков.

2. Разминочный комплекс упражнений.

Направлен на:

- разогрев мышц и подготовку к более сложным элементам
- развитие координации, изоляции, ритмических навыков.

Теория: Правила выполнения упражнений, танцевальная стойка, готовность к движению.

Практика: Выполнение упражнений для разогрева мышц. Знакомство с комплексом упражнений:

- незнайка, кукушка, почемучка, ракета, дворники, колесики, печенье, мороженное, цапля, варим кашу, забиваем гвоздики, часики, кошка выпускает когти.

3. Партерная гимнастика

Партерная гимнастика позволяет подготовить ученика к дальнейшей работе у станка и на середине.

Теория: Правильное положение корпуса лежа, сидя, на четвереньках.

Практика: Выполнение комплекса упражнений партерной гимнастики в различных положениях корпуса относительно пола. Чередование активных и активно-пассивных упражнений, что невозможно при занятиях в вертикальном положении.

Проработка партерной гимнастики (перечислены лишь некоторые виды):

а. На развитие выворотности - бабочка, часики, веер, лягушка

б. Постановку корпуса.

в. укрепление мышц спины, живота - столики, корзинка, ножницы

г. упражнения на растяжение мышц - большой ротик, подготовка к шпагатам, складка, разножка,

д. на развитие гибкости - колечко, улитка, кошка,

Составляется комплекс на проработку всех групп мышц. Далее по усвоению материала добавляется по одному новому движению, более сложному (взамен более простого - на одну, какую-либо группу мышц).

4. Музыка и виды движений.

Теория: Знакомство с различными видами ритма. Музыкальный размер. Виды движений: маховые, скользящие, пружинные. Осмысление мелодии и движения. Понятие рисунка в танце. Развитие музыкальности на различных ритмах.

Практика: Проработка упражнений на развитие музыкальности, «пространственные комбинации. Протанцовывание различных ритмов телом (голова, плечи, руки ноги, стопы). Пластическая ритмика.

5. Импровизация.

Теория: Знакомство с образностью в танце. Импровизация.

Обсуждение всевозможных образов.

Практика. Танцевальные шаги в образе (птиц, животных, различных предметов). Сочинение композиции образа.

6. Коллективные музыкальные игры и этюды.

Теория: Постановка этюдов из проработанных движений.

Практика: Демонстрация «усвоенного» материала. Дети привыкают к «постороннему» глазу.

Выявление уровня знания обучаемых навыков после каждого года обучения.

Участие в концертных мероприятиях.

Игры: хоровод, часики, рыбалка, цвета.

Этюды: сиртаки, Буратино, гномики.

7. Эстетическое развитие.

Теория: Рассказ о мире танца и музыки. Знакомство с этикетом в танце.

Практика: Беседы, игровые занятия на изучение танцевальной истории. Знакомство с этикетом в танце. Обучение работе в паре.

8. Итоговые занятия.

Открытые занятия по полугодиям, для родителей и администрации.

2 год обучения

1. Вводное занятие.

Теория: Правила ТБ. Повторение пройденного материала.

2. Разминочный комплекс упражнений.

Направлен на:

- разогрев мышц и подготовку к более сложным элементам
- развитие координации, изоляции, ритмических навыков.

Теория: Правила выполнения упражнений, танцевальная стойка, готовность к движению.

Практика: Выполнение упражнений для разогрева мышц: незнайка, кукушка, почемучка, ракета, дворники, колесики, печенье, мороженное, цапля, варим кашу, забиваем гвоздики, часики, кошка выпускает когти.

3. Партерная гимнастика.

Теория: Правильное положение корпуса лежа, сидя, на четвереньках.

Практика: Выполнение комплекса упражнений партерной гимнастики в различных положениях корпуса относительно пола. Чередование активных и активно-пассивных упражнений, что невозможно при занятиях в вертикальном положении.

Проработка партерной гимнастики (перечислены лишь некоторые виды):

а. На развитие выворотности - бабочка, часики, веер, лягушка

б. Постановку корпуса.

в. укрепление мышц спины, живота - столики, корзинка, ножницы

г. упражнения на растяжение мышц - большой ротик, подготовка к шпагатам, складка, разножка,

д. на развитие гибкости- колечко, улитка, кошка,

Составляется комплекс на проработку всех групп мышц. Далее по усвоению материала добавляется по одному новому движению, более сложному (взамен более простого - на одну, какую-либо группу мышц).

4. Музыка и виды движений.

Теория: Знакомство с различными видами ритма. Музыкальный размер. Виды движений: маховые, скользящие, пружинные. Осмысление мелодии и движения. Понятие рисунка в танце. Развитие музыкальности на различных ритмах.

Практика: Проработка упражнений на развитие музыкальности, «пространственные комбинации. Протанцовывание различных ритмов телом (голова, плечи, руки ноги, стопы). Пластическая ритмика.

Движения на середине: галоп, подскоки, полька, топотушки.

5. Импровизация.

Теория: Знакомство с образностью в танце. Импровизация.

Обсуждение всевозможных образов.

Практика. Танцевальные шаги в образе (птиц, животных, различных предметов).

Сочинение композиции образа.

6. Коллективные музыкальные игры и этюды.

Теория: Постановка этюдов из проработанных движений.

Практика: Демонстрация «усвоенного» материала. Дети привыкают к «постороннему» глазу.

Выявление уровня знания обучаемых навыков после каждого года обучения.

Участие в концертных мероприятиях.

Игры: хоровод, часики, рыбалка, цвета.

Этюды: сиртаки, Буратино, гномики.

7. Эстетическое развитие.

Теория: Рассказ о мире танца и музыки. Знакомство с этикетом в танце.

Практика: Беседы, игровые занятия на изучение танцевальной истории. Знакомство с этикетом в танце.

8. Итоговые занятия.

Открытые занятия по полугодиям, для родителей и администрации.

3 год обучения

1. Вводное занятие.

Теория: Правила ТБ. Повторение пройденного материала.

2. Разминочный комплекс упражнений.

Направлен на:

- разогрев мышц и подготовку к более сложным элементам
- развитие координации, изоляции, ритмических навыков.

Теория: Правила выполнения упражнений, танцевальная стойка, готовность к движению.

Практика: Выполнение упражнений для разогрева мышц: незнайка, кукушка, почемучка, ракета, дворники, колесики, печенье, мороженное, цапля, варим кашу, забиваем гвоздики, часики, кошка выпускает когти.

3. Партерная гимнастика

Теория: Правильное положение корпуса лежа, сидя, на четвереньках.

Практика: Выполнение комплекса упражнений партерной гимнастики в различных положениях корпуса относительно пола. Чередование активных и активно-пассивных упражнений, что невозможно при занятиях в вертикальном положении.

Проработка партерной гимнастики (перечислены лишь некоторые виды):

а. На развитие выворотности - бабочка, часики, веер, лягушка

б. Постановку корпуса.

в. укрепление мышц спины, живота - столики, корзинка, ножницы

г. упражнения на растяжение мышц - большой ротик, подготовка к шпагатам, складка, разножка,

д. на развитие гибкости- колечко, улитка, кошка,

Составляется комплекс на проработку всех групп мышц. Далее по усвоению материала добавляется по одному новому движению, более сложному (взамен более простого- на одну, какую-либо группу мышц).

3.1. Элементы классического танца.

Теория: Знакомство с основными позициями в классическом танце. Понятие выворотности.

Понятие прыжка. Постановка корпуса. Позиции рук и ног в хореографии. Положение стоп при неполной выворотности. Освоение точек пространства. Способы построения и перестроения.

Практика: Выполнение упражнений элементов классического танца.

Позиции ног и рук 1,2,3,6. Прыжки бабочка, разножка, звездочка, соте по 6 поз.

Понятие: «по линии танца»: спиной, лицом. Построенное в колонну, по парам, и т. д.

4. Музыка и виды движений.

Теория: Знакомство с различными видами ритма. Музыкальный размер. Виды движений: маховые, скользящие, пружинные. Осмысление мелодии и движения. Понятие рисунка в танце. Развитие музыкальности на различных ритмах.

Практика: Проработка упражнений на развитие музыкальности, «пространственные комбинации. Протанцовывание различных ритмов телом (голова, плечи, руки ноги, стопы). Пластическая ритмика.

Движения на середине: галоп, подскоки, полька, топотушки.

5. Импровизация.

Теория: Знакомство с образностью в танце. Импровизация.

Обсуждение всевозможных образов.

Практика. Танцевальные шаги в образе (птиц, животных, различных предметов).

Сочинение композиции образа.

6. Коллективные музыкальные игры и этюды.

Теория: Постановка этюдов из проработанных движений.

Практика: Демонстрация «усвоенного» материала. Дети привыкают к «постороннему» глазу.

Выявление уровня знания обучаемых навыков после каждого года обучения.

Участие в концертных мероприятиях.

Игры: хоровод, часики, рыбалка, цвета.

Этюды: сиртаки, буратино, гномики.

7. Эстетическое развитие.

Теория: Рассказ о мире танца и музыки. Знакомство с этикетом в танце.

Практика: Беседы, игровые занятия на изучение танцевальной истории. Знакомство с этикетом в танце. Обучение работе в паре. Путешествие в сказку. (П.И.Чайковский, «Щелкунчик»)

8. Итоговые занятия.

Открытые занятия по полугодиям, для родителей и администрации.

4. Методическое обеспечение

Формы и методы обучения

Методика обучения должна быть доступной для всех детей, так как дети приходят с совершенно различными физическими данными и способностями.

На первом году обучения дети знакомятся с основными музыкальными ритмами: марш, вальс, приобретают элементарные двигательные навыки; учатся вставать в пары - исполнять движения синхронно; учатся правильно строиться в линиях, делать поклон.

На втором году обучения происходит закрепление приобретенных ранее навыков; усложняются движения. Особое внимание уделяется развитию координации, чувства равновесия. Дети учатся ориентироваться в пространстве, приобретают навык общения в группе танцевальных навыков. Как правило, дети даже не занимающиеся хореографией, на просьбу потанцевать, подвигаться под музыку откликаются тем, что начинают подыскивать знакомые им движения, компоновать различные, кажущиеся им красивыми позы. И здесь очень важно объяснить детям, что главное в танце – не позы, а выражение своего переживания.

Каждый урок начинается с работы над развитием мышц ребенка. Для того, чтобы дети выполняли упражнения радостно и с удовольствием, эти движения должны совпадать с собственными желаниями учеников, что достигается игровыми приемами.

Прежде, чем приступить к основной части занятия, нужно подготовиться к движению. Готовность к движению – психофизиологическое состояние несколько повышенного эмоционально-моторного тонуса, внутренней двигательной активности, которое предшествует началу движения и созвучно ожидаемой музыке.

Важно, чтобы дети освоили основные виды движений:

1. плавные;
2. маховые;
3. пружинные.

Это позволит им сознательно использовать силу тяготения и правильного дыхания.

Дети 3-8 лет очень подвижны, быстро устают от однообразия движений, для них крайне утомительно сохранять статические положения. В этом возрасте движения детей еще плохо координированы, невелик запас двигательных навыков, что несомненно учитывается при работе с дошкольниками.

Подчеркну, что на этом этапе обучения детей особенно важна доступность. Ребенок должен почувствовать уверенность в себе, чтобы у него появился интерес к танцам, желание научиться танцевать.

Репертуар танцев (этюды) должна удовлетворять главному требованию: физической и интеллектуальной готовности ребенка для восприятия данного этюда.

На первых занятиях ребенку еще трудно воплощать сложные, емкие образы, поэтому поначалу наиболее целесообразно работа в этюдах и образных упражнениях, которая заключается в изображении или подражании животным, птицам, а позже – явлениям природы.

Коллективная игра, где появляется сюжет, позволяет развить у ребенка умение слушать не только себя, но и умение действовать сообща.

Наиболее важная работа, которая собственно и является результатом обучения – самостоятельная работа с музыкой, когда звучит новая мелодия, и каждый получает возможность совершенно свободно выразить свое отношение к ней.

Условия реализации программы

1. Материально-технические условия:

- ☞ паркетный зал с зеркалами, наличие станков;
- ☞ наличие концертмейстера (фортепиано, аккордеон);
- ☞ форма у детей;
- ☞ концертмейстер;
- ☞ музыкальный центр (AUDI, CD, MP3)

2. Методические условия:

- ☞ тематическая литература;

☞ наличие необходимых музыкальных произведений

3. Внешние условия:

☞ творческие встречи с другими коллективами;

☞ активная концертная деятельность, участие в различных конкурсах.

5. Список литературы

1. А.И.Буренина «Ритмическая мозаика». СПб., 2000г.
2. Н.В.Воронина «Танцы, игры. Упражнения для красивого движения». СПб., 1996г.
3. Т.И.Васильева «Тем, кто хочет учиться балету». М., 1994г.
4. Г.А.Колодницкий «Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей». М., 2000г.
5. Г.П.Гусев «Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала». М., 2003г.
6. Н.П.Базарова, В.П.Мей «Азбука классического танца». СПб., 2006г.
7. Фимичевский «Раннее музыкальное развитие детей» издательство «Гном-Пресс» 2000 г.
8. О.Н. Громова , «Ритмика. Пособия для детского сада» Санкт-Петербург. 2000 г.
9. Т. Барышникова, «Азбука хореографии» Москва Айрис-Пресс., 1999 г.
10. Е.Е. Пинаева, «Познай себя», Издательство «Просвещение» 1990 г.
11. А.Г. Мотович, «Песенка по лесенке», издательство «Просвещение», 1983 г.
12. . Дитмар З. Педагогика и психология танца. Заметки хореографа. М., 2012.
13. Никитин В.Ю. Мастерство хореографа в современном танце. ГИТИС, 2013 г.
14. Суворова Т. Танцевальная ритмика для детей. Москва 2014 г.
15. Гнесина Н. Ритм и его воспитательное значение для жизни и для искусства. Москва, 2013 г.