

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**ЮГО-ЗАПАДНОЕ УПРАВЛЕНИЕ МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ**  
**САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ**  
**ГБОУ ООШ с. Романовка**

РАССМОТРЕНО

Руководитель МО

\_\_\_\_\_

Астапова Т.А.

[ ] от «[ ]»  
[ ] [ ] г.

ПРОВЕРЕНО

Зам. директора по УВР

\_\_\_\_\_

Косова Л.И.

[ ] от «[ ]»  
[ ] [ ] г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

\_\_\_\_\_

Российская Т.В.

[ ] от «[ ]»  
[ ] [ ] г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**  
**«Мир танца»**

С. Романовка 2024 г.

## Пояснительная записка

Хореография — искусство танца. Познать, ценить искусство – одна из величайших радостей человека, облагораживающая его духовный мир. Стремление к прекрасному, не всегда даже осознанное, живет в каждом человеке. А вот умению видеть, слышать и вникать в смысл и красоту произведения искусства следует учиться. Как и другие виды искусства, хореография отражает социальные проблемы взаимоотношения людей, формирует целостное восприятие окружающего мира. Специфика её в том, что чувства, переживания человека, она передаёт в пластической образно-художественной форме. Посредством знакомства школьников с искусством хореографии можно осуществить как эстетическое, так и физическое воспитание детей, развить у них художественный вкус, воспитать благородство манер, а танцевальные упражнения и движения укрепляют мышцы тела вырабатывают правильную осанку развивают ловкость, пластику и координацию движения. Благодаря танцам происходит активное общение детей, ведь из всех видов увлечений танец наиболее ярко выражает непосредственность, искренность эмоционального порыва. Присущая молодости спонтанная энергия, направленная в нужное русло, питает эстетический, интеллектуальный и моральный рост ребёнка. И если в системе дошкольного воспитания разработаны специальные программы музыкально — ритмической деятельности детей, направленной на воспитание у каждого ребёнка творческого начала, то в большинстве школ такой предмет как хореография отсутствует. Соответственно нет и образовательных программ по хореографии. Исходя из этого, и была составлена данная программа по предмету хореография. Она предусматривает систематическое и последовательное обучение, ориентирована на работу с детьми независимо от наличия у них специальных физических данных.

### **Цель программы:**

Приобщение школьников к искусству хореографии, развитие их художественного вкуса, потребностей и интересов, имеющих общественно значимый характер.

### **Задачи:**

- воспитание нравственно – эстетических чувств;
- формирование познавательного интереса и любви к прекрасному;
- раскрытие художественно–творческих, музыкально–двигательных способностей;
- творческой активности, самостоятельности, выносливости, упорства и трудолюбия воспитанников;
- знакомство детей с хореографическими терминами, основами классического, народного и бального танца;
- укрепление костно-мышечный аппарат воспитанников.

### **Описание ценностных ориентиров содержания учебного курса**

Содержание курса направлено на воспитание творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в личной, общественной и профессиональной деятельности. В процессе освоения курса у учащихся укрепляется здоровье, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

### **Сроки реализации**

Срок обучения хореографии составляет 4 года (135 ч), по истечении этого времени основной учебный материал программы является освоенным, дети овладевают основными понятиями, терминами, знаниями, умениями, которые образуют прочный фундамент для дальнейшего обучения. По программе для каждого года обучения предусмотрено 1 час в неделю.

## Общая характеристика курса

Программа предназначена для учащихся 1-9 классов и является основой занятий на уроке, она предусматривает систематическое и последовательное обучение. С первых занятий у детей должна активизироваться связь между музыкой и движением, они должны понять и уяснить простые правила, которые необходимы на уроках ритмики и хореографии:

а) музыка – хозяйка на занятиях, она руководит в музыкальных упражнениях и самостоятельной работе;

б) музыку нужно «беречь», во время звучания нельзя шуметь, говорить, без музыки не разрешается двигаться;

в) музыку надо слушать сначала до конца, начинать двигаться с началом музыки и прекращать движение с окончанием звучания.

На каждом уроке проходит слушание музыки, учебно-тренировочная и постановочная работа, импровизация.

Программа сочетает элементы музыкально-ритмического воспитания и методику изучения основ классического, народного и бального танца. Теоретические сведения по музыкальной грамоте даются непосредственно в процессе занятий и в ходе работы над движениями.

Классический танец воспитывает строгий вкус, чувство меры, благородную, сдержанную манеру исполнения. Народный танец является одним из средств выражения самобытности народа, его духа, характера, традиций. Бальный танец играет немаловажную роль в формировании внутренней культуры ребенка освоении норм этикета, развитии чувства коллективизма, ответственности, внимания к окружающим.

## Планируемые результаты освоения курса

### Учащиеся должны знать:

- характер музыки;
- виды темпа;
- музыкальные размеры;
- средства музыкальной выразительности;
- правила построения в шеренгу, колонну, круг;
- позиции ног и рук;
- правила построения корпуса;
- характерные особенности женской и мужской пляски;
- методику исполнения танцевальных комбинаций у станка и на середине зала;
- правила исполнения дробей и вращений;

### Учащиеся должны уметь:

- точно реагировать на изменения темпа;
- уметь вовремя начать и закончить движения в соответствии с музыкой;
- воспроизводить хлопками и притопами ритмические рисунки;
- ориентироваться в танцевальном зале;
- правильно исполнять танцевальные шаги, подскоки, повороты на 1/4, 1/2 круга;
- иметь навык вежливого обращения к партнёру по танцу;
- передавать характер, стиль, художественный образ танца, созданный музыкой;
- выполнять танцевальные ходы и движения русского танца;
- выполнять поклон в народном характере;
- выполнять движения в «зеркальном отражении»;
- самостоятельно исполнять любое движение или танцевальную комбинацию;
- выполнить дробь в такт, соединить их в простую комбинацию;
- исполнить вращение на месте, в продвижении на беге и прыжках (девочки);

### Формы:

- обучающее занятие;
- тренировочное занятие;
- коллективно – творческое занятие;
- индивидуальное занятие;
- беседы по истории танца;

#### **Методы:**

- словесный (объяснение, замечание);
- наглядный (личный показ педагога, видеоматериалы, просмотр выступлений детских танцевальных коллективов);
- практический (объяснение и показ педагогом движений, поз, переходов, рисунков танца с последующим повторением учениками; разучивание по частям; временное упрощение заданий, соединение отдельных комбинаций в фигуры танца).
- игровой (речь идет не о применении игры как средства разрядки и отдыха на уроке, а о том, чтобы пронизывать урок игровым началом, сделать игру его органическим компонентом. Каждая ритмическая игра имеет в своей основе определенную цель, какое-либо задание. В процессе игры дети знакомятся с окружающей жизнью, уточняют и осмысливают свои представления о мире.
- аналогий с животным и растительным миром (образ, поза, двигательная имитация).

### **Содержание курса**

Программа содержит 5-ти уровневую структуру, которая следует принципам системности и последовательности.

#### **Раздел 1. «Ритмика, элементы музыкальной грамоты».**

Музыкально-ритмическая деятельность включает ритмические упражнения, построения и перестроения, музыкальные игры, слушание и разбор танцевальной музыки. В комплекс упражнений партерной гимнастики входит: упражнения для улучшения выворотности, упражнения на развитие гибкости, упражнения на укрепление мышц.

Упражнения этого раздела способствует развитию музыкальности: формируют восприятие музыки, развивают чувства ритма и лада, обогащают музыкально — слуховые представления, способствуют развитию умений координировать движения с музыкой, развивают пластику.

#### **Раздел 2. «Азбука классического танца».**

Этот раздел включает изучение основных позиций и движений классического танца. Упражнения способствуют гармоничному развитию тела, технического мастерства, культуры движений, воспитывают осанку, развивают гибкость и координацию движений, помогают усвоить правила хореографии. Занятиям по классическому танцу придаётся особое значение, т.к. классический танец является основой хореографической подготовки обучающихся. Главная задача педагога: при изучении движений, положения или позы необходимо разложить их на простейшие составные части, а затем в совокупности этих частей воссоздать образ движения и добиваться от детей грамотного и чёткого их выполнения. Здесь используется подражательный вид деятельности учащихся.

#### **Раздел 3. «Народный танец».**

Этот раздел включает изучение народных танцев. Занятия по народному танцу включают в себя изучение простейших элементов русского, украинского танцев, тренировочные упражнения, сценические движения на середине зала и по диагонали, танцевальные композиции. В процессе разучивания танца педагог добивается, чтобы учащиеся исполняли выученные танцы музыкально, выразительно, осмысленно, сохраняя стиль и национальный характер танца.

#### **Раздел 4. «Элементы спортивного бального танца».**

Занятия по спортивному бальному танцу содержат сведения об истории балльных танцев, включает изучение основных элементов танцев европейской и латиноамериканской программы.

### **Раздел 5. «Творческая деятельность».**

Организация творческой деятельности учащихся позволяет педагогу увидеть характер ребёнка, найти индивидуальный подход к нему с учётом пола, возраста, темперамента, его интересов и потребности в данном роде деятельности, выявить и развить его творческий потенциал. В играх детям предоставляется возможность «побыть» животными, актёрами, хореографами, исследователями, наблюдая при этом, насколько больше становятся их творческие возможности, богаче фантазия. При создании творческих ситуаций используется метод моделирования детьми «взрослых отношений», например: «Я — учитель танцев», «Я - художник по костюмам» и др. Одно из направлений творческой деятельности: танцевальная импровизация — сочинение танцевальных движений, комбинаций в процессе исполнения заданий на предложенную тему. В содержание раздела входят задания по развитию ритмо-пластики, упражнения танцевального тренинга, инсценирование стихотворений, песен, пословиц, сказок и т.д.; этюды для развития выразительности движений. Творческие задания включаются в занятия в небольшом объёме или проводятся отдельными уроками по темам.

### **Результаты обучения**

#### **1-2 классы**

##### ***Должны знать:***

- музыкальную грамоту;
- хореографические названия изученных элементов;
- основные позиции рук и ног классического танца;
- основные позиции рук и ног русского сценического танца;
- подготовительные танцевальные движения и рисунки

##### ***Должны уметь:***

- точно воспроизводить, правильно выполнять преподаваемый материал;
- прямо и стройно держаться, свободно двигаться под музыку;
- различать динамические изменения в музыке;
- внимательно слушать музыку;
- корректировать свою деятельность в соответствии с заданиями и замечаниями педагога;
- контролировать собственное исполнение, согласовывая его с коллективным;
- самостоятельно выполнять изученные элементы классического танца.

#### **3-4 классы**

##### ***Должны знать:***

- термины азбуки классического танца;
- основные элементы народного танца;
- основные подготовительные танцевальные рисунки и движения

##### ***Должны уметь:***

- грамотно исполнять элементы классического танца;
- соединять движения;
- правильно владеть приемами музыкального движения;
- прямо и стройно держаться, свободно двигаться под музыку;
- средствами пластики выражать задаваемый образ;
- уметь общаться в коллективе, проявлять творческую инициативу.

#### **5-7 классы**

##### ***Должны знать:***

- названия новых классических хореографических элементов и связок;
- название новых движений народного танца;

- танцевальные рисунки, ориентируются в пространстве

**Должны уметь:**

- двигаются под музыку, соединяя сложные движения, координированы;
- сопереживать и помогать в творческом процессе;
- выполнять движения и комбинации у станка и на середине в ускоренном темпе;
- согласовывать движения корпуса, рук, ног при переходе из позы в позу;
- знать и выполнять правила сценической этики.

**8-9 классы**

**Должны знать:**

- новые обозначения классических элементов;
- движения из танцев других народов;
- основы классического, русского танцев, их особенности, манеру исполнения;
- имеют представление о сюжетной линии танца, о правильности соединения движений

**Должны уметь:**

- владеть танцевальной терминологией;
- свободно исполняют танцевальные композиции;
- владеть корпусом во время поворотов;
- координировать положение рук во время больших прыжков.

**Календарно-тематическое планирование**

**1-2 классы (33 ч)**

№	Содержание и вид работы	Дата
<b>Вводное занятие (1 ч)</b>		
1.	ТБ в зале хореографии. Требования к форме и обуви. Беседа об искусстве. Приветствие. Постановка корпуса. Разучивание разминки.	
<b>Ритмика и музыкальная грамота (7 ч)</b>		
2.	Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп).	
3.	Музыкальный размер. Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса.	
4.	Танцевальная музыка: марши, польки, вальсы. Знакомства с понятиями: шеренга, колонна, интервал, дистанция, изменение направления движения. Построения и перестроения.	
5.	Простейшие танцевальные элементы. Танцевальный шаг, подскоки вперед, назад, галоп. Танцевальный бег (ход на полу пальцах).	
6.	Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, звездочка, воротца, змейка.	
7.	Элементы партерной гимнастики (упражнения для укрепления мышц спины, живота, выворотности ног).	
8.	Элементы партерной гимнастики (упражнения для укрепления мышц спины, живота, выворотности ног).	
<b>Азбука классического танца (7 ч)</b>		
9.	Поклон. Позиции ног – I, II, III, IV	
10.	Позиции рук – подготовительное положение, I, III, II	
11.	«Релеве» - растем! (по 1, 2, 3 позициям)	
12.	«Деми-плие» (во всех позициях)	
13.	«Батман тандю» из 1 позиции в стороны «тик-так»	
14.	Первое «пор-де-бра» - поднимаем и опускаем солнышко	
15.	Соте по 6 позиции.	

### Народный танец (8 ч)

16.	Манера русского танца - плавность, игривость, открытость.	
17.	Позиции и положения рук. Движение кисти.	
18.	Позиции ног. Положение стопы и подъема.	
19.	Танцевальный шаг с носка, переменный шаг. Притопы.	
20.	Ковырялочка без подскоков	
21.	Припадание на месте, с продвижением в сторону	
22.	«Веребочка» простая	
23.	“Маятник”	

### Элементы спортивного бального танца (7 ч.)

24.	Правила поведения в паре. Правила этикета в танце.	
25.	Галоп. Галоп в паре.	
26.	Шаг польки. Шаг польки в паре.	
27.	Подскоки. Подскоки в паре.	
28.	Музыкально-танцевальная импровизация. Полька.	
29.	Музыкально-танцевальная импровизация. «Вару-Вару»	
30.	Музыкально-танцевальная импровизация. «Вару-Вару»	

### Творческая деятельность (3 ч)

31.	Игровые этюды. Имитационные упражнения по заданию учителя с передачей характера героя или действий (хитрый лисенок, ласковый дождь, сильный ветер). Игра “Угадай-ка”	
32.	Игровые этюды. Идёт дождь. Музыкально - танцевальные игры «Танцуем вместе», « Танец утят».	
33.	Игровые этюды. Падают снежинки. Музыкально - танцевальные игры «Ла-ва-та», « Танец утят».	

### 3-4 классы (34 ч)

№	Содержание и вид работы	Дата
<b>Вводное занятие (1ч)</b>		
1.	ТБ в зале хореографии. Требования к форме и обуви. Приветствие. Постановка корпуса. Разминка.	
<b>Ритмика и музыкальная грамота (6ч)</b>		
2.	Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.	
3.	Ориентировка в пространстве зала – периметр, диагонали. Движение по периметру. Проходка по диагонали.	
4.	Линии танца. Квадрат, круг, линия, воротца, змейка, шахматы.	
5.	Прыжки на месте, из стороны в сторону, кенгуру, кенгуру с поджатыми ногами.	
6.	Элементы партерной гимнастики (упражнения для укрепления мышц спины, живота, выворотности ног).	
7.	Элементы партерной гимнастики (упражнения для укрепления мышц спины, живота, выворотности ног).	
<b>Азбука классического танца (7 ч)</b>		
8.	Поклон. Пор-де -бра по 1 позиции	
9.	Плие по 1,2,5 позициям (полуприседания и полные приседания)	
10.	Релеве по 1,2,3 позициям.	
11.	Понятие об опорной рабочей ноге. Уровень подъема рабочей ноги. Батман-тандю из 5 позиции крестом	
12.	Деми ронд де жамб партер (круговые скольжения по полу)	
13.	Соте по 1, 6 позициях.	

14.	Вращения. Поворот головы при вращении.	
<b>Народный танец (10 ч)</b>		
15.	Ковырялочка с притопом	1
16.	«Гармошка», «Елочка».	1
17.	«Веребочка» с переступанием	1
18.	Дробь с подскоком на месте и с продвижением вперед. Дробные выстукивания.	1
19.	«Ключ» простой и дробный	1
20.	Вращение на полупальцах (с продвижением по диагонали), в прыжке	1
21.	Манера и характер танца «Кадриль». Ходы: направление назад, переменный шаг с каблука (с продвижением вперед и назад).	
22.	Ходы:	
23.	Повторение изученных элементов в более быстром темпе и в несколько сложном ритмическом рисунке	
24.	Музыкально-танцевальная импровизация. Кадриль.	
<b>Элементы спортивного бального танца (8 ч.)</b>		
25.	Медленный вальс. История и развитие вальса. Темп. Ритм. Счет.	
26.	Подъем и снижение. Перенос веса тела. Работа ног в европейских танцах.	
27.	Позиция в паре в европейских танцах. Ведение и следование в паре. Линия танца.	
28.	Медленный вальс. Квадрат по одному.	
29.	Медленный вальс. Квадрат в парах.	
30.	Самба. Происхождение и история. Темп. Ритм. Счет. Характер исполнения. Основной ход вперед, назад по одному.	
31.	Самба. Основной ход вперед, назад в парах.	
32.	Самба. Вариации шагов.	
<b>Творческая деятельность (2 ч)</b>		
33.	Постановка танцевальной композиции. Импровизация на тему «Осенние листики». Музыкально - танцевальные игры. Игра «Делай, как я»	
34.	Инсценировка детских песен. Музыкально - танцевальные игры. Игра «Запомни номер движения».	

### 5-7 классы (34 ч)

№	Содержание и вид работы	Дата
<b>Вводное занятие (1ч)</b>		
1.	ТБ в зале хореографии. Требования к форме и обуви. Приветствие. Постановка корпуса. Разминка.	
<b>Ритмика и музыкальная грамота (4 ч)</b>		
2.	Прыжки. Вращения, повороты. Выполнение основных движений под музыку на 2/4 и 4/4.	
3.	Понятие «дистанция», изменение направления движения. Упражнения на развитие координации (усложненные, контрастные по темпу и ритму исполнения, асинхронные).	
4.	Отработка построений «линии», «шахматы», «диагонали», «круг».	
5.	Элементы партерной гимнастики (упражнения для укрепления мышц спины, живота, выворотности ног).	
<b>Азбука классического танца (9 ч)</b>		
6.	Плие по 1,2,5 позициям (полуприседания и полные приседания)	
7.	Батман-тандю из 5 позиции крестом.	
8.	Battements tendus jets (маленькие броски)	
9.	Battement soutenu.	



10.	Rond de jambe en l'air (круговые движения в воздухе)	
11.	Пор де бра (1,2).	
12.	Cote по 1, 6 позициям.	
13.	Échappé (прыжок со сменой позиции ног в воздухе)	
14.	Вращения.	
<b>Народный танец (7 ч)</b>		
15.	«Веребочка с переборами»	
16.	«Веребочка» в сочетании с пристукиванием.	
17.	«Моталочка»	
18.	Вращение по диагонали на подскоках. Вращения - прыжки на двух ногах (по 4 и 8 прыжков с поджатыми ногами).	
19.	Дробные ходы.	
20.	Движения из украинского танца «Бегунец», «Медленный женский ход»	
21.	Движения из украинского танца «Бегунец», «Медленный женский ход»	
<b>Элементы спортивного бального танца (11 ч.)</b>		
22.	Медленный вальс. Квадрат в парах.	
23.	Медленный вальс. Правый поворот по одному.	
24.	Медленный вальс. Правый поворот в парах.	
25.	Медленный вальс. Закрытые перемены по одному, в парах.	
26.	Медленный вальс. Разучивание вариаций в парах.	
27.	Самба-ход.	
28.	Самба. Соло поворот дамы под рукой.	
29.	Самба. Разучивание вариации.	
30.	Ча-ча-ча. Происхождение и история. Темп. Ритм. Счет. Характер исполнения. Основной ход вперед.	
31.	Ча-ча-ча. Основное движение в парах.	
32.	Ча-ча-ча. Основное движение в парах.	
<b>Творческая деятельность (2 ч)</b>		
33.	Постановка танцевальной композиции. Импровизация на тему «Сбор ягод». Музыкально - танцевальные игры. «Веселый скульптор».	
34.	Инсценировка детских песен. Музыкально - танцевальные игры. Игра «Волшебник».	

### 8-9 классы (34 ч)

№	Содержание и вид работы	Дата
<b>Вводное занятие (1ч)</b>		
1.	ТБ в зале хореографии. Требования к форме и обуви. Приветствие. Разминка.	
<b>Ритмика и музыкальная грамота (4ч)</b>		
2.	Определение музыкального размера.	
3.	Основные танцевальные точки, шаги. Диагональ, середина.	
4.	Передвижения, диагонали, прыжки, вращения.	
5.	Перестроения для танцев. Рисунок танца.	
<b>Азбука классического танца (9 ч)</b>		
6.	Пять открытых позиций ног. Подготовка к началу движения (preparation) - движение руки.	
7.	Движение руки в координации с движением ноги в demi- plie (полуприседе)	
8.	Движение руки в координации с движением ноги в battements tendus.	
9.	Маленькие броски (battements tendus jetes) с быстрым многократным касание носком пола (picce).	
10.	Выведение ноги на носок по 1-й и 3-й открытым позициям вперед, в сторону и	

	назад с полуприседанием на опорной ноге	
11.	Круговое скольжение по полу (rond de jambe par terre) с носком с остановкой в сторону или назад.	
12.	Grand battements jets (большие броски)	
13.	Вращения и повороты	
14.	Прыжковые упражнения	
<b>Народный танец (9 ч)</b>		
15.	“Подбивка”	
16.	“Голубец”	
17.	Дробная « дорожка» с продвижением вперед и с поворотом.	
18.	Положения рук в парах: под крендель, накрест. Движение в украинском танце «Бегунец»	
19.	Положения рук в парах: для поворота в положении окошечко, правая рука мальчика на талии, а левая за кисть руки девочки впереди, так же за локоть. Движение в украинском танце «Тынок»	
20.	Тройной притоп. Вращения на месте.	
21.	Движение «Выхлясник». Вращения по диагонали, по кругу	
22.	Боковой ход в украинском танце	
23.	Танцевальные комбинации	
<b>Элементы спортивного бального танца (9 ч.)</b>		
24.	Медленный вальс. Отработка техники исполнения движений	
25.	Самба. Отработка техники исполнения движений.	
26.	Ча-ча-ча. Основное движение в парах.	
27.	Ча-ча-ча. Поворот дамы под рукой.	
28.	Ча-ча-ча. Движение «плечо к плечу».	
29.	Ча-ча-ча. «Спот-поворот».	
30.	Ча-ча-ча. Разучивание вариации.	
31.	Ча-ча-ча. Отработка вариации по одному.	
32.	Ча-ча-ча. Отработка вариации в парах.	
<b>Творческая деятельность (2 ч)</b>		
33.	“Веселый концерт” - пластическое изображение на заданную музыку героев любимых мультфильмов (Чебурашка, Карлсон, Винни-Пух и т.п.), Музыкально - танцевальные игры. "Буги-вуги", « Если весело живется, делай так...»	
34.	Создание пластических импровизаций на заданную учителем тему, основанную на классической музыке (индивидуальная и массовая импровизация). Музыкально - танцевальные игры. "Буги-вуги", « Если весело живется, делай так...»	

## Учебно-методическое обеспечение

1. Барышникова Т. «Азбука хореографии» (М.: Айрис Пресс, 1999)
2. Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. «Игры, которые лечат». (М.: ТЦ Сфера, 2009)
3. Ваганова А. Я. «Основы классического танца» (С.-П., 2000)
4. Васильева Т. К. «Секрет танца» (С.-П.: Диамант, 1997)
5. Воронина И. «Историко-бытовой танец» (М.: Искусство, 1980)
6. Дереклеева Н.И. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы». (М.: ВАКО, 2007)
7. «Игровые и рифмованные формы физических упражнений». Автор-составитель С.А. Авилова, Т.В. Калинина. (Волгоград: Учитель, 2008)
8. Климов А. «Основы русского народного танца» (-М.: Искусство, 1981)
9. Ковалько В.И. «Школа физкультминуток: 1-4 классы». (-М.: ВАКО, 2009)
10. Петрусинский В.В. «Обучение, тренинг, досуг» (М.: Новая школа, 1998)
11. Ротерс Т.Т. «Музыкально-ритмическое воспитание» (-М.: Просвещение, 1989)
12. Шершнева В.Г. «От ритмики к танцу». (-М., 2008)
13. Алекс Мур, «Пересмотренная техника европейских танцев», Москва, Санкт-Петербург, 2009 г.
14. Имперское общество учителей танцев, «Пересмотренная техника латиноамериканских танцев», Москва, Санкт-Петербург, 2002г.
15. Кауль Н., «Как научиться танцевать. Спортивные бальные танцы», Ростов-на-Дону, 2010г.