

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ШКОЛА № 156 ИМ. Б.И. РЯБЦЕВА»

Принята на педагогическом совете.

Утверждаю _____

Протокол №1 от 26.08.2021 г.

Директор школы О.Н. Зудихина

Приказ от 01.09.21 № 386

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа

«Хореография»

Программа рассчитана на учащихся с 6,5 лет.

Срок реализации программы 1 год

Автор программы:

Антонова А.С. -

учитель начальных классов, педагог
дополнительного образования

Пояснительная записка.

Направленность дополнительной общеобразовательной программы:
художественная.

1. Назначение. Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность.

При реализации программы необходимо руководствоваться требованиями Конституции Российской Федерации, Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации», постановлением правительства Российской Федерации, приказами Министерства образования РФ.

Настоящая программа предусматривает получение знаний по основным видам и жанрам хореографического искусства, практическим навыкам исполнительского мастерства. Программа по дополнительному образованию способствует правильному физическому развитию и укреплению детского организма, развивает эстетический вкус, культуру поведения и общения, художественно - творческую и танцевальную способности, фантазию, память, обогащает кругозор и расширяет знания о наиболее выдающихся мастерах хореографического искусства, красоте природы и человеческих чувств.

Целью обучения является: приобщение детей к физической культуре, танцевальному искусству, развитие их художественного вкуса и физического совершенствования.

Задачи:

1. Формировать необходимые двигательные навыки, развивать музыкальный слух и чувство ритма.
2. Развить фантазию, воображение, проявляющиеся в творческой деятельности.
3. Создать условия для совершенствования умения работать самостоятельно и в коллективе.
4. Способствовать формированию художественного вкуса и чувства гармонии, интереса к культуре.

Отличительные особенности данной общеобразовательной программы от уже существующих образовательных программ: Программа построена по нескольким принципам:

- принцип формирования у детей художественного восприятия через пластику;
- принцип развития чувства ритма, темпа, музыкальной формы;
- принцип обучения владению культурой движения: гибкость, выворотность, пластичность.
- принцип развивающего и воспитывающего характера обучения;
- принцип систематичности и последовательности в практическом овладении основами хореографического мастерства;
- принцип движения от простого к сложному как постепенное усложнение инструктивного материала, упражнений,
- принцип наглядности, привлечение чувственного восприятия, наблюдения, показа;
- принцип опоры на возрастные и индивидуальные особенности учащихся;
- принцип доступности и посильности;
- принцип прочности обучения как возможность применять полученные знания во внеурочной деятельности, в учебных целях.

Возраст детей, участвующих в реализации данной дополнительной программы: Учащиеся 3-4 х классов (с 10 лет).

Сроки реализации данной образовательной программы: 1 год.

Формы и режим занятий:

- Музыкально-тренировочное занятие;
- Занятие-путешествие;
- Занятие-игра;
- Итоговое занятие
- Участие в конкурсах, концертах.

Занятия проходят два раза в неделю (вторник, четверг).

Ожидаемые результаты и способы их проверки:

1. Воспитание положительных качеств личности, дисциплинированности, художественного вкуса.
2. Изучение хореографического искусства и актерского мастерства.
(результативность участие в конкурсах по данному направлению).
4. Приобретение знаний о выдающихся артистах балета.
5. Участие в конкурсах и концертах школьного, районного и городского уровня.

Формы подведения итогов и способы определения результативности.

1. «Танцевальный марафон».
2. Участие в конкурсах хореографического искусства на уровне школы, района, города.

| № п\п | Наименование темы | Количество часов | Теория | Практика |
|-------|--|------------------|--------|----------|
| 1 | Что такое ритмика. Ритмическое исполнение мелодий (хлопки, выстукивание, притопы). Игра «Найди музыкальную фразу». Понятия о правой и левой руке. | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 2 | Беседа о технике безопасности на уроке, при выполнении упражнений, разучивании танцев. | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 3 | Музыкальные жанры: песня, танец, марш. Характер, темп танцев. Упражнения на ориентацию в пространстве | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 4 | Упражнения на координацию движений. Музыкально-подвижные игры «Запев-припев», «Музыкальное эхо». | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 5 | Паузы в движении. Игра «Сделал – остановись». Понятие «дуэт», «квартет» в танце. | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 6 | Танцевальные шаги (шаг-пружинка, шаг с подскоком, приставной шаг) | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 7 | Точки класса. Игра «Найди свой путь», «Музыкальные змейки». Движения по линии танца. | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 8 | Упражнения на формирование правильной осанки. Ходьба: бодрая, маршеобразная, спокойная; умение пройти под музыку. | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 9 | Общеразвивающие упражнения с предметами (мяч) | 1 | 0,5 | 1,5 |
| 10 | Танцевальные шаги (с носка, с подъёмом ноги, согнутой в колене, на месте и в продвижении, на полупальцах с вытянутыми коленями, со сменой положения рук. | 1 | 0,5 | 1,5 |
| 11 | Что такое ритм и ритмическая фигура. | 1 | 0,5 | 1,5 |
| 12 | Основной (маршевый) шаг. Приставной шаг. | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 13 | Маршевый и приставной шаги вперёд, назад, влево, вправо в различном ритме. | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 14 | Маршевый и приставной шаги по диагонали, змейкой в различном ритме. | 1 | 0,25 | 0,75 |

| | | | | |
|----|---|---|------|------|
| 15 | Общеразвивающие упражнения. Ритмическая композиция «Ладошки» | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 16 | Поза исполнителя. Повороты на месте, в движении, наклоны | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 17 | Позиции рук. Позиции ног. | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 18 | Марш. Ритмический счет. Перестроения из одной колонны в два круга. | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 19 | Ритмические схемы. Игра «Дирежер-оркестр» | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 20 | Ритмические композиции. «Ванька-Встанька». | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 21 | Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, звездочка, воротца, змейка | 1 | 0,5 | 1,5 |
| 22 | Базовые шаги аэробики: “Бейсик”, “Степ-тач”, “Дабл-степ”, “Оупен-степ”, “Ни-ап”. | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 23 | Упражнения для улучшения гибкости (на коврике) Игровой «стретчинг». Упражнения: «змея», «книжка», «маятник», «ходьба», «замочек», «аист», «бабочка». | 1 | 0,5 | 1,5 |
| 24 | Комплекс упражнений на формирование правильной осанки. | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 25 | Синхронность и координация движений под музыку. Ритмическая композиция «Гуси» | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 26 | Общеразвивающие упражнения. Пантомима. Игра «Мы веселые ребята» | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 27 | Ритмическая композиция «Марш с флажками». | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 28 | Ритмическая композиция «Слоник». | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 29 | Бег (легкий, стремительный, широкий). Прыжки. Ритмическая танцевальная композиция «Часики» | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 30 | Пластические этюды на перевоплощение и под чтение стихов | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 31 | Упражнения на растяжку. Игровой «стретчинг»: упражнения «кораблик», «страус», «орешек», «зайчик», «медвежонок», «цапля», «пчелка». | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 32 | Разучивание элементов русского народного танца. | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 33 | Русский народный танец «Хоровод». Характерные особенности, основные движения, исполнение. | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 34 | Базовые шаги аэробики: “Захлест”, “Греп-вайн”, “А-степ”, “Хил-диг”, “Кик” | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 35 | Базовые шаги аэробики: “Ланч”, “Джампинг-джек”, “V-степ”. | 1 | 0,25 | 0,75 |

| | | | | |
|----|--|---|------|------|
| 36 | Аэробика с мячом. | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 37 | Аэробика с мячом. | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 38 | Аэробика со скакалкой. | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 39 | Аэробика со скакалкой. | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 40 | Музыкально-подвижные игры «Карлики и великаны», «Отгадай, чей голосок» | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 41 | Упражнения на ориентировку в пространстве, чувство ритма. Музыкально-подвижные игры “Слушай хлопки”, “Замри”. | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 42 | Упражнения на координацию движений. Ритмическая композиция «Зарядка». | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 43 | Упражнения на ориентировку в пространстве, чувство ритма. Танцевальная композиция «Стирка». | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 44 | Музыкально-подвижные игры «Творческая импровизация», “Запрещенное движение”. | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 45 | Упражнения на ориентировку в пространстве, чувство ритма. Музыкально-подвижные игры “Давай поздороваемся”, “Хвостики”. | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 46 | Общеразвивающие упражнения. Музыкально-подвижные игры “Гусеница”, “Танец в круг”. | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 47 | Упражнения на формирование правильной осанки. Музыкально-подвижные игры “Музыкальные змейки”, “Пятнашки”. | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 48 | Упражнения на ориентировку в пространстве, чувство ритма. Танцевальные игры «Медвежата и зайчата», «Ручеёк». | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 49 | Упражнения на формирование правильной осанки. Танцевальные игры «Эльбрус красавец», «Лесная дискотека». | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 50 | Упражнения на координацию движений. Танцевальные игры. | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 51 | Инсценирование песни «Как на тоненький ледок». | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 52 | Инсценирование песни «Почему медведь зимой спит». | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 53 | Общеразвивающие упражнения. Позиции в паре. Основные правила. | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 54 | Упражнения на формирование правильной осанки. Движения парами. | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 55 | Элементы народной хореографии: ковырялочка, лесенка, елочка. | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 56 | Элементы русской пляски. | 1 | 0,25 | 0,75 |

| | | | | |
|----|--|---|------|------|
| 57 | Элементы русской пляски. | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 58 | Общеразвивающие упражнения. Разучивание танцевальных элементов «Качели», «Мельница». | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 59 | Общеразвивающие упражнения. Основные движения танца «Полька». | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 60 | Танец «Диско». Элементы танца. | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 61 | Танец «Лимбо». Элементы танца. | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 62 | Базовые шаги аэробики, игровой «стретчинг». | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 63 | Базовые шаги аэробики, игровой «стретчинг». | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 64 | Базовые шаги аэробики, игровой «стретчинг». | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 65 | Комплекс танцевальной аэробики. | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 66 | Комплекс танцевальной аэробики. | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 67 | Аэробика со скакалкой. Упражнения на расслабление мышц. | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 68 | Аэробика со скакалкой. Упражнения на расслабление мышц. | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 69 | Аэробика со скакалкой. Упражнения на расслабление мышц. | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 70 | Подготовка к «Танцевальному марафону». | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 71 | Подготовка к «Танцевальному марафону». | 1 | 0,25 | 0,75 |
| 72 | «Танцевальный марафон». | 1 | | 1 |

Содержание

Раздел «Ритмико-гимнастические упражнения»

Общеразвивающие упражнения. Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты). Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). Приседания с опорой и без опоры, с предметами (обруч, палка, флажки, мяч). Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений. Перекрестное поднимание и опускание рук (правая рука вверх, левая вниз). Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх. Выставление левой ноги вперед, правой руки — перед собой; правой ноги — в сторону, левой руки — в сторону и т. д. Изучение

позиций рук: смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; провожать движение руки головой, взглядом.

Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков.

Упражнение на расслабление мышц. Подняв руки в стороны и слегка наклонившись вперед, по сигналу учителя или акценту в музыке уронить руки вниз; быстрым, непрерывным движением предплечья свободно потрясти кистями (имитация отряхивания воды с пальцев); подняв плечи как можно выше, дать им свободно опуститься в нормальное положение. Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник).

Упражнения на ориентировку в пространстве, чувство ритма

Упражнения, помогающие детям ориентироваться в пространстве, чувствовать ритм музыки. Правильное исходное положение. Ходьба: с высоким подниманием бедра, широким шагом, перекатом, приставным шагом, острый шаг, с подниманием прямой ноги вперед и оттягиванием носка. Акцентированная ходьба. Бег: в чередовании с ходьбой, со сменой направления, на носках. Виды ходьбы и бега под музыку: бодрый шаг, спортивный шаг, спокойный шаг, быстрый и медленный бег. Исполнение ритмичных подскоков, приставных шагов в сторону. Перестроение в круг из шеренги. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы. Различие динамики звука “громко — тихо”, “быстро — медленно”. Хлопки в такт музыки. Движения руками в различном темпе. Выполнение упражнений под музыку.

Раздел «Элементы детского фитнеса»

Базовая аэробика

Базовые шаги: “Марш”, “Бейсик”, “Степ-тач”, “Дабл-степ”, “Оупен-степ”, “Стрэдл”, “Нип-ап”, “Захлест”, “Греп-вайн”, “V-степ”, “А-степ”, “Хил-диг”, “Кик”, “Ланч”, “Джампинг-джек”. Шаги выполняются на 4 и 8 счетов.

Методы обучения: целостный и расчлененный. Используется в работе метод “зеркального показа”. Деятельность занимающихся на уроках аэробики может быть организована фронтальным (все занимающиеся одновременно выполняют упражнения) способом.

Содержание занятий:

- разучивание базовых шагов;
- локальные движения частями тела (повороты головы, наклоны, круговые движения плечами, выставление ноги на носок, движение стопой);
- движения для обширных мышечных групп (полуприседы, движения туловищем, варианты шагов на месте и с перемещением в сочетании с движениями рук);
- стретчинг – упражнения на гибкость (растягивание мышц голени, передней и задней поверхности бедра, поясницы, живота, рук);
- упражнения на полу – “калистеника” (на силу и силовую выносливость мышц брюшного пресса спины, рук и плечевого пояса, бедра).

Классическая аэробика с предметами (мяч, скакалка)

Классическая аэробика с мячом. При проведении занятий с детьми 7-8 лет желательно использовать мячи диаметром 18–20 см. Занятие имеет 3 части: подготовительную, основную и заключительную. Подготовительная часть – 8-10 мин. Упражнения без предмета, ходьба в чередовании с бегом, прыжки, упражнения на восстановление дыхания. Основная часть – 28-30 мин. Рекомендуется разделить на работу с предметом и игровую. При проведении занятий с мячом темп музыкального сопровождения должен составлять не ниже 110-120 музыкальных акцентов в минуту. Заключительная часть – 5 мин., упражнения на восстановление дыхания, расслабление, внимание. В аэробике с мячом рекомендуется выполнять следующие упражнения для развития координации движений: передачи из одной руки в другую – перед собой, над головой, за спиной, под ногой, партнеру; броски и ловля после удара о пол; броска вверх, в стену, от партнера; ловля – двумя руками, одной рукой; перекаты по полу, по телу;

Классическая аэробика со скакалкой Прыжки через скакалку являются одной из любимых игр детей. Проведение занятий под музыку значительно повышает их интерес к занятиям. Основным содержанием аэробики со скакалкой являются различного рода скачки, подскоки, прыжки, выполняемые со скакалкой индивидуально. Длина скакалки подбирается следующим образом: нужно встать на скакалку, ноги на ширине плеч, натянуть скакалку вверх. Ручки или узлы должны доставать до плеч. Прыжки через скакалку следует осваивать в следующем порядке:

1. Разучить подскоки, прыжки без скакалки и без музыкального сопровождения.
2. Разучить движения со скакалкой без музыки, затем под музыку.
3. Разучить простейшие комбинации прыжков без музыки, затем под музыку.

Рекомендации:

- избегать травм голеностопных, коленных суставов;
- приземление выполнять мягко на подушечки пальцев;
- избегать прогиба в поясничной части позвоночника;
- выполнять активные движения кистью, чтобы скакалка описывала полный круг.

Виды подскоков и прыжков:

- вращая скакалку вперед;
- вращая скакалку вперед с дополнительным прыжком;
- вращая скакалку назад;
- прыжок с вращением скакалки вперед, 1 круг скакалкой сбоку вперед;
- прыжок с вращением скакалки вперед, 1 круг скакалкой справа и 1 круг слева вперед;
- прыжок с вращением скакалки назад, 1 круг скакалкой сбоку назад;
- скачки с ноги на ногу.

Раздел «Танцевальная азбука»

Знакомство с танцевальными движениями. Танцевальные шаги (шаг-пружинка, шаг с подскоком, приставной шаг, с носка, с подъёмом ноги, согнутой в колене, на месте и в продвижении, на полупальцах с вытянутыми коленями, со сменой положения рук.). Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах. Прямой галоп. Маховые движения рук. Элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбочившись двумя руками (для девочек — движение с платочком); притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку. Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте. Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками.

Изучение и исполнение образно-танцевальных композиций «Ладошки», «Марш с флажками», «Слоник», «Гуси», «Ванька-Встанька», «Зарядка», «Часики».

Изучение и исполнение русского народного танца «Хоровод». Основные движения (переменный и боковой шаг, припадание). Направления танцевального движения в зале: лицом по линии танца по кругу, в центр круга. Движение вперед и назад, движение по спирали.

Раздел «Игры под музыку»

Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами (высокий, низкий). Изменение направления и формы ходьбы, бега, подскоков, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке (легкий, танцевальный бег сменяется стремительным, спортивным; легкое, игривое подпрыгивание — тяжелым, комичным и т. д.). Выполнение имитационных упражнений и игр, построенных на конкретных подражательных образах, хорошо знакомых детям (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека), в соответствии с определенным эмоциональным и динамическим характером музыки. Передача притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов в музыке. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением или речевым сопровождением.

“Запрещенное движение”, “Слушай хлопки”, “Замри”, “Давай поздравываемся”, “Хвостики”, “Гусеница”, “Танец в круг”, “Музыкальные змейки”, “Пятнашки”.

Методическое обеспечение программы.

Для реализации программы в работе с учащимися применяются следующие методы:

1. Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения — образы.
2. Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям.
3. Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения.

Приемы:

- комментирование;
- инструктирование;
- корректирование.

| Январь | | | Февраль | | | | Март | | | | Апрель | | | | | Май | | |
|-----------|-----------|-----------|----------|----------|-----------|-----------|----------|----------|-----------|-----------|----------|----------|-----------|-----------|----------|---------|----------|-----------|
| 10- 16 | 17- 23 | 24- 30 | 31- 6 | 7- 13 | 14- 20 | 21- 27 | 28- 6 | 7- 13 | 14- 20 | 21- 27 | 28- 3 | 4- 10 | 11- 17 | 18- 24 | 25- 1 | 2- 8 | 9- 15 | 16- 22 |
| 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |

Список используемой литературы:

1. Конституция Российской Федерации.
2. Федеральный Закон «Об образовании», 2000
3. Федеральный Закон «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации», 1989
4. «Программа для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ», Министерство просвещения, 1986 г.;
5. «Секрет танца», Т.К. Васильева, 1997 г.;
6. «Свободный час. Разучивание массовых и бальных танцев». Челябинск, 1970 г.;
7. «Народные сюжетные танцы», Изд-во «Советская Россия», М., 1986 г.;
8. Приложение к журналу «Клуб».
9. Андреева М. Дождик песенку поет. – М.: Музыка, 1981.
10. Андреева М., Конорова Е. Первые шаги в музыке. – М.: Музыка, 1979.
11. Бекина С., Ломова Т., Соковина Е. Музыка и движение. – М.: Просвещение, 1984.
12. Бекина С., Ломова Т. Хоровод веселый наш. – М.: Музыка, 1980.
13. Бекина С., Соболева Э., Комальков Ю. Играем и танцуем. – М.: Советский композитор, 1984.
14. Бычаренко Т. С песенкой по лесенке: Методическое пособие для подготовительных классов ДМШ. – М.: Советский композитор, 1984.
15. Волкова Л. Музыкальная шкатулка. Вып. I-III. – М.: Музыка, 1980.
16. Дубянская Е. Нашим детям. – Л.: Музыка, 1971.
17. Дубянская Е. Подарок нашим малышам. – Л.: Музыка, 1975.
18. Зимина А. Музыкальные игры и этюды в детском саду. – М.: Просвещение, 1971.
19. Коза-Дерева: Народные сказки с музыкой. Под ред. Н. Метлова. – М.: Музыка, 1969.

- 20.Медведева М. А мы просо сеяли: Русские народные игры и хороводы для детей младшего возраста. Вып. 3, 4. – М.: Музыка, 1981.
- 21.Метлов Н., Михайлова Л. Мы играем и поем: Музыкальные игры для детей дошкольного и младшего дошкольного возраста. – М.: Советский композитор, 1979.
- 22.Слонов Н. Аленушка и лиса: Русская народная сказка. – В сб.: Гори, гори ясно. – М.: Музыка, 1984.
- 23.Франио Г. Роль ритмики в эстетическом воспитании детей. – М.: Советский композитор, 1989.
- 24.Луговская А. Ритмические упражнения, игры и пляски. – М.: Советский композитор, 1991.