

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ШКОЛА ИСКУССТВ ИМ. М. А. БАЛАКИРЕВА
Г. О. ТОЛЬЯТТИ

Рассмотрено

На заседании методического совета

8 сентября 2015г.

«Утверждаю»

Директор МБУ ДО

ШИ им. М. А. Балакирева


О. В. Нуждина



«РИТМИКА»

ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ ОТДЕЛЕНИЯ ПЛАТНЫХ УСЛУГ

(срок обучения 2 года)

составитель: Левкович Оксана Романовна

Пояснительная записка.

Программа «Ритмика и танец» является дополнительной общеобразовательной программой в образовательной области музыкальное искусство. Ритмике и танцу, как учебно-воспитательной дисциплине, должно отводиться значительное место в системе общего музыкального образования.

Ритмика - специальный предмет, музыкально-педагогическая дисциплина, которая имеет целью активизировать музыкальное восприятие детей через движение, привить им навык осознанного отношения к музыке, помочь выявить их музыкальные и творческие способности. Научить ребёнка передавать характер музыкального произведения, его образное содержание через пластику движений под музыку - именно на это направлены занятия ритмикой и танцем, которые необходимо систематически проводить с детьми уже с самого раннего возраста.

Настоящая программа по ритмике и танцу предназначена для подготовительных групп школы раннего развития. Программа рассчитана на 2 года обучения детей от 5 до 7 лет.

Цель программы - приобщить детей к танцевальному искусству, раскрыв перед ними его многообразие и красоту, воспитать эмоциональную отзывчивость, привить основные навыки в умении слушать музыку и передавать её образное содержание. Задачи программы.

1. Образовательные:

- развитие физических данных;
- учить понимать язык музыки и выражать его в танце;
- формирование навыков самостоятельной работы.

2. Воспитательные:

- формирование общей культуры личности ребёнка, способной адаптироваться в современном обществе.
- формирование уверенности в своих силах;
- воспитание культуры движения.

3. Развивающие:

- формирование навыков самостоятельного выражения движений под музыку;
- развитие творческих способностей, выдумки, фантазии.
- развитие образного мышления.

Все эти задачи взаимосвязаны и решаются в комплексе.

Отличительной особенностью данной программы является -организация поиска новых познавательных ориентиров (организация творческой деятельности, самостоятельного добывания знаний.) Путём танцевальной импровизации под понравившуюся музыку у детей развивается способность к самостоятельному творческому самовыражению. Формируется умение формировать услышанный музыкальный образ в рисунке, пластике.

Тематическая направленность программы позволяет наиболее полно реализовать творческий потенциал ребенка, способствует развитию целого комплекса умений,

совершенствованию танцевальных навыков, помогает реализовать потребность в общении.

Актуальность программы связана с ростом числа детских танцевальных коллективов, расширением их концертно-исполнительской деятельности, постановками концертных номеров для детей дошкольного и младшего школьного возраста.

Реализация программы предусматривает перспективное развитие навыков танцевального мастерства, подчинение основному образовательному принципу - от простого к сложному, от знаний к творчеству, к увлекательным делам и танцевальным концертам.

Следует учитывать, что азбука танца, его выразительные средства требуют определенного уровня физической подготовленности. Поэтому в работе с детьми можно использовать только те движения и образы, которые способны заложить основы красоты, здоровья и доброты, и не мешают естественному развитию растущего организма.

Данная программа предназначена для детей дошкольного и младшего школьного возраста. Этот период в жизнедеятельности ребенка не предполагает глубокого проникновения в школу танца. Ему лишь закладываются основы музыкальности, культуры движения и исполнительской выразительности. Поэтому и занятия называются «Ритмика и танец».

В основу обучения детей подготовительных групп необходимо положить игровое начало. Правильно подобранные и организованные в процессе обучения танцы-игры способствуют умению трудиться, вызывают интерес к уроку, к работе. Поэтому нужно тщательно подбирать репертуар для учащихся младшего возраста, постоянно его обновлять, внося с учетом времени и особенностей обучаемых детей определенные коррективы.

Обучение в подготовительных классах позволяет своевременно выявить танцевальные способности учащихся, при этом наиболее одаренные дети должны получить возможность продолжить хореографического образование в специализированных учебных заведениях.

Обучение танцу может стать действенным средством эстетического воспитания только при высоком уровне преподавания хореографических дисциплин и четкой организации учебного процесса.

Работа педагога в подготовительных классах требует учета психологии младшего, дошкольного и школьного возраста, также физиологических особенностей их организма.

У детей младшего, дошкольного и школьного возраста восприятие и мышление носят, в основном, конкретно-образный характер. Ребенок еще не в состоянии со всей полнотой воспринимать выразительные средства каждого из видов искусства. Поэтому на первых порах танец должен быть связан для него не только с музыкой, но и со словами, рисунком, пантомимой.

Например, ритм и темп в музыке рисунок связывает с движением и через него легче их постигает; для выражения своих музыкальных впечатлений он пользуется рисунком; содержание рисунка передает через движение.

Таким образом, один вид искусства помогает постижению другого, а их синтез дает

необходимую полноту восприятия. Эту особенность детского мышления учитывает педагогика искусства.

На уроке учащимся должна предоставляться возможность самостоятельного творчества. Немаловажное значение имеет детское сочинительство, составление детьми учебных, танцевальных комбинаций, простейших композиций, этюдов. Навыки, которые развиваются в процессе таких занятий, способствуют формированию творчески активной личности.

Учебными задачами подготовительного класса являются: овладение основами правильной постановки корпуса (при этом нужно обращать внимание на природные недостатки сложения учеников); общее физическое развитие и укрепление мышечного аппарата (особенно поясницы и брюшного пресса). При этом важно дифференцировать работу различных групп мышц.

Начиная формировать движенческие навыки, необходимо научить ребенка устойчивости, особое внимание следует уделить у детей прыгучести. Учащиеся должны уметь ориентироваться в пространстве, чувствовать ракурс и позу.

Специфика обучения хореографии связана с постоянной физической нагрузкой. Но физическая нагрузка сама по себе не имеет для ребенка воспитательного значения. Она обязательно должна быть совместима с творчеством, с умственным трудом и эмоциональным выражением. Задача педагога-хореографа - воспитать в детях стремление к творческому самовыражению, к грамотному овладению эмоциями, пониманию прекрасного.

Одним из важных факторов работы на начальном этапе обучения -использование минимума танцевальных элементов при максимуме возможности их сочетании, а также правильная постановка корпуса, ног, рук, головы, развитие физических данных, выработка элементарной координации движений.

В процессе обучения следует учитывать физическую нагрузку детей, не допуская перенапряжения, а также учить их правильно дышать при исполнении упражнений и танцев.

Дети возраста пяти-шести лет имеют достаточно разнообразный арсенал выразительных средств, хорошо ориентируются в музыкальных жанрах, имеют хорошую координацию движений, владеют навыками пространственной ориентации. У них появляется уверенная и твёрдая поступь. Движения их становятся более осознанными. Всё это даёт возможность усложнять предлагаемые упражнения и приучать детей к самостоятельному выполнению заданий.

В процессе занятий по ритмике и танцу формируется способность воспринимать музыкально-танцевальный материал по словесному образу (описанию), повышается технический уровень исполнения танцевальных движений, создаются танцы с сюжетно-ролевой основой, с активным привлечением самих детей к творческому процессу.

К семи годам дети почти полностью могут управлять своим телом и способны координировать движения. Чтобы заинтересовать их занятиями ритмикой, способствуя тем самым их дальнейшему физическому и эстетическому развитию, необходимо подбирать более сложные движения и построения, рассчитанные на быструю смену ориентиров.

При работе над танцевальным репертуаром важным моментом является развитие танцевальной выразительности. Однако необходимо отметить, что выразительность исполнения - результат не механического «натаскивания», а систематической работы, когда педагог от более простых заданий, связанных с передачей характера музыки в ритмических упражнениях и музыкальных играх, постепенно переходит к более сложным, связанным с передачей стиля, манеры, характера в народных, балетных и современных танцах. Это, в свою очередь, связано с выработкой чувства позы и ракурса, сценического пространства, ансамбля.

Чем старше становятся дети, тем больше педагог может обращаться к их собственной фантазии и воображению с просьбой представить себе и показать какое-то движение в «образе». Причем, свой вариант движений могут показать несколько детей, а остальные дают оценочное высказывание - чей вариант исполнения оказался лучше. Педагог также делает выбор лучшего варианта и предлагает (на свое усмотрение) либо повторить предлагаемые ребенком движения, либо показывает свой вариант. Подобные показы в ответ на задания педагога всегда самостоятельны и уже носят в себе элементы творчества.

Программа дает возможность раскрыть методику ознакомления дошкольников и младших школьников с историей возникновения и развития танца, вводит в большой и удивительный мир хореографического искусства, посредством игры знакомит с некоторыми жанрами, видами, стилями хореографии. Поможет дошкольникам и младшим школьникам влиться в громадный мир музыки от классики до современных стилей и попытаться проявить себя посредством пластики, близкой детям младшего школьного возраста. Путем танцевальной импровизации под понравившуюся музыку у детей развивается способность к самостоятельному творческому самовыражению. Формируется умение передавать услышанный музыкальный образ в рисунке, пластике.

Основной формой учебной и воспитательной работы в подготовительном классе является урок, проводимый как групповое занятие педагога с учащимися.

Уроки проходят в форме практических занятий. Курс обучения составляет 36 часов. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 30 минут.

Структура программы.

Программа состоит из трёх разделов, соответствующих возрастным группам детей, учитывающим особенности и динамику развития годичного цикла ребёнка. В каждом основном разделе выделены темы:

1. Основные понятия предмета.
2. Танцевальные ритмические упражнения.
3. Самостоятельная работа над созданием музыкально-двигательного образа. Танцы-импровизации.
4. Танцы.
5. Музыкально-танцевальные игры. Первые два раздела преследуют обучающую цель, а один последний - развитие творческих способностей.

Ожидаемые результаты:

Примерный объем навыков и умений к концу 1 года обучения:

1. Знать простейшие музыкальные понятия.
2. Соблюдать правильную постановку корпуса, рук, ног, головы.
3. Знать простейшие шаги, прыжки, бег.
4. Уметь создать заданный образ в танцевальных движениях.
5. Знать простейшие массовые танцы (народные, бальные, современные).

Примерный объем навыков и умений к концу 2 года обучения:

1. Уметь ориентироваться в пространстве (шеренга, колонна, круг, врассыпную).
2. Исполнять танцы-импровизации (изображение предметов, животных, растений, явлений природы).
3. 3. Уметь выразительно исполнять танцевальные комбинации и танцы (в паре и соло).
4. 4. Освоить музыкально-танцевальные игры, тренирующие внимание, быстроту, реакцию и воображение.
5. 5. Уметь образно, актерски выразительно исполнить танец на празднике, концерте, тематическом занятии.

Итогом работы является создание творческих программ, праздников, уроков-концертов, тематических занятий, где дети используют не только полученные двигательные навыки, но демонстрируют способность исполнить движение, танец образно, эмоционально, выразительно в соответствии как с темпом, характером, так и стилем музыкального и танцевального произведения.

Методические рекомендации.

1. Основная установка работы с детьми - не стремиться к высоким исполнительским достижениям, как самоцели, а использовать навыки, знания и умения, полученные на занятиях по ритмике и танцу для раскрытия и развития индивидуальности каждого ребенка в атмосфере доброжелательности, любви и уважения к своим воспитанникам и профессиональному делу.
2. Основными методами в работе с дошкольниками и младшими школьниками являются показ и словесно-образное объяснение, базирующееся на взаимодействии и органическом слиянии музыки и движения.
3. Основными принципами планирования, организации и проведения занятий по ритмике и танцу являются: систематичность, последовательность, доступность, перспективность, повторяемость, заинтересованность.

При проведении танцевальных занятий нужно разумно дозировать нагрузку на организм школьников. В большинстве случаев физическая и эмоциональная нагрузка соответствует времени звучания, темпу и характеру музыкального

сопровождения. Быстрые по темпу и эмоциональные по характеру музыкальные произведения нужно чередовать с более спокойными.

На каждом уроке необходимо умело сочетать материал из всех трёх разделов программы. Все эти разделы должны чередоваться не механически а соединяться органично, быть пронизаны единым педагогическим замыслом урока.8

Учебно-тематический план

№	Вариант I- 1 год обучения (5-6 лет) Наименование разделов	Количество часов
1	Музыкально- ритмическая деятельность	14
2	Танцы и пляски	10
	Творческая деятельность	9
	Общее количество часов	33

№	Вариант I - 2 год обучения (6-7 лет) Наименование разделов	Количество часов
1	Музыкально-ритмическая деятельность	9
2	Танцы и пляски	14
3	Творческая деятельность	10
	Общее количество часов	33

Содержание программы

1 год обучения

Раздел «Музыкально-ритмическая деятельность»

Тема № 1 Знакомство с основными понятиями предмета.

Тема включает в себя понятия: линия танца, интервал, дистанция. Знакомство с точками класса. Знакомство с темпами музыки: медленный, умеренный, быстрый, а также, с характерами музыкальных произведений и динамических оттенков.

Тема №2 Подготовительные упражнения

Комплекс подготовительных упражнений, направленных на работу правильной постановки корпуса, знакомство с исходными положениями ног, позициями рук, также порядковых упражнений.

1. Подготовительные упражнения для постановки корпуса

- основное положение, стоя в свободной позиции
- «Вдох-выдох»
- «Деревянные и тряпочные куклы»
- упражнение «ронять корпус» (расслабление и напряжение мышц корпуса)

2. Подготовительные упражнения для изучения позиций рук (свободная, подготовительная и 1)

- «Большие крылья»
- «Поющие руки»
- «Бабочка»
- упражнение «Твердые и мягкие руки»
- упражнение «Мельница» (круговые движения рук)
- круговые движения кистями рук

3. Подготовительные упражнения для изучения позиций ног (свободная и б)

- упражнение «твердые и мягкие ноги» (напряжение и расслабление тазобедренных и голеностопных мышц)
- «Круговые движения стопами» -полуприседания («напряженное» и «пружинное»)

Тема №3 Танцевальные ритмические упражнения

Комплекс упражнений помогающий развивать музыкальное восприятие, совершенствовать движения, развивать способность творчески воплощать музыкально-двигательный образ.

Упражнение №1

- танцевальный шаг с носка
- шаг с подскоком
- приставной шаг
- шаг с притопом

Упражнение №2

- ходьба под музыку
- ходьба с хлопками
- ходьба с движением рук
- ходьба со сменой мест
- хлопковая комбинация

Упражнение №3

- бег легкий и энергичный
- бег по кругу
- бег на месте с хлопками
- бег со сменой мест

Тема № 4 Самостоятельная работа над созданием музыкально-двигательного образа.

- Танцы- импровизации
- Исполнение учащимися танцевальных движений или комбинаций под музыкальное сопровождение, характер и темп которых может варьироваться.

По данной теме учащимся предлагается:

1. Создать музыкально- двигательный образ на предложенное педагогом музыкальное сопровождение, при этом характер и темп музыки может варьироваться.
2. Показ конкретно заданного образа в импровизированных танцевальных комбинациях учащихся
3. Танцы- импровизации. «Тихий и громкий танец», «Медленный и быстрый», «Большой и маленький»

Раздел « Танцы и пляски»

Тема №5 Изучение танца «Полька»

Тема включает в себя танцевальные комбинации, развивающие у детей умение легко переходить от одного движения к другому в связи с изменением характера музыки. «**Полька**» (музыкальный размер 2/4)

- упражнение с хлопками на сильный удар музыки -подскоки в сочетании с хлопками
- галоп по кругу
- галоп со сменой мест (вправо, влево) -подскоки на месте с хлопками
- выставление ноги на носок в сочетании с приседаниями

«Парная полька»

- положение в паре лицом друг к другу «лодочка»
- комбинация притопов
- галоп со сменой мест
- хлопковые комбинации

Тема №6 Изучение танца «Пляска с притопом»

Тема включает в себя умение танцевать с предметом (платком)

- бег по кругу;
- притопы;
- повороты вокруг себя

Тема № 7 Музыкально- танцевальные игры.

Тема включает в себя разнообразные игры, тренирующие у учащихся устойчивость, внимание, быстроту, реакцию и воображение.

1 Музыкальные игры с элементами хореографии

«Лучше и быстрее», «Попрыгунчики», «Проверь товарища и помоги», «Хлопки», «Переноска мяча», «Круг и кружки», «Передача мяча по кругу»

2.Имитационные игры

«Создай свой образ», «Говорящие руки», «Статуи»

3.Спортивные игры

«Круги и шеренги», «Дракончик», «Эстафета»

2 год обучения

Раздел «Музыкально ритмическая деятельность»

Тема№1 Танцевальные, ритмические упражнения для ориентации в пространстве и развития координации движений

Комплекс упражнений и танцевальных комбинаций включающий в себя элементы разминки и ранее изученных движений. Развивает умение ориентироваться в пространстве, координировать сочетание движений рук, ног, головы.

Упражнения

- прыжки по точкам класса
- подскоки с движением рук
- упражнение «Твист»
- упражнения головы (наклоны, повороты, круги)
- плечи (прямые направления, круги и полукруги, «восьмерка»)
- танцевальный шаг с носка

- ходьба под музыку
- бег легкий и энергичный

Танцевальные комбинации

- танцевальные комбинации со сменой мест и с движениями рук
- танцевальная комбинация «Найди свое место»

Тема № 2 Самостоятельная работа над созданием музыкально-двигательного образа.

Танцы- импровизации

Исполнение учащимися танцевальных движений или комбинаций под музыкальное сопровождение, характер и темп которых может варьироваться. Возможно использование предметов (веер, платок, зонт и др.)

По данной теме учащимся предлагается:

1. Создать музыкально- двигательный образ на предложенное педагогом музыкальное сопровождение, при этом характер и темп музыки может варьироваться.
2. Показ конкретно заданного образа в импровизированных танцевальных комбинациях учащихся.
3. Танцы- импровизации. Изображение предметов, животных, растений.

Танцы «Времена года»

Раздел «Танцы и пляски».

Тема №3 Изучение танца: «Вальс»

Танцевальная комбинация, сочетающая в себе плавные мягкие движения.

- танцевальный шаг «вальсовая дорожка»
- покачивание «качели»
- положение в паре «лодочка»
- свободные вращения

Тема №4 Изучение танца «Чунга-чанга»

Танцевальная комбинация, сочетающая в себе быстрые, ритмические движения. Движения исполняются в умеренном и быстром темпе.

- подскоки
- положение рук вверх
- повороты

- перестроения
- хлопки

Тема №5 Изучение танца «Сударушка»

Танцевальная комбинация, сочетающая в себе чередование элементарных движений руками, ногами, корпусом, головой.

- «ковырялочка»
- повороты
- положение в паре «свечка»
- приставные шаги

Тема №6 Изучение танца «Веселый танец»

Тема включает в себя танцевальную комбинацию, развивающую координацию движений, умение ориентироваться в пространстве, а также умение передавать в движении веселый, оживленный характер украинской музыки.

- легкий бег
- кружения в парах
- подскоки
- воротца
- ковырялочка

Тема №7 Изучение танца «Танец птиц»»

Тема включает в себя танцевальную комбинацию в паре. Танец исполняется энергично, весело.

- шаг галопа и притоп
- повороты в паре
- подскоки

Тема №8 Изучение танца «Аннушка»

Тема включает в себя танцевальную комбинацию в паре развивающую координацию и передачу в движении ритмического рисунка.

- хлопки
- 6 шагов в повороте
- прыжки.

Тема №9 Изучение танца «Танец снежинок»

Тема включает в себя танцевальную комбинацию, сочетающую в себе лёгкий полётный бег, движения руками с лентами, умение двигаться легко и ритмично.

- лёгкий бег
- взмахи руками
- кружение в звёздочках
- перестроение в цепочку

Тема №10 Музыкально-танцевальные игры.

Тема включает в себя разнообразные игры, тренирующие у учащихся устойчивость, внимание, быстроту и воображение.

- музыкальные игры с элементами хореографии: «Круг и кружочки», «Цапля», «Передача мяча по кругу», «Проверь товарища и помоги», «Попрыгунчики».
- имитационные игры: «Создай свой образ», «Говорящие руки», «Статуи».
- спортивные игры: «Круги и шеренги», «Эстафета», «Дракончик».

За период обучения педагог должен:

•научить учащегося самостоятельно, грамотно разучивать и выразительно исполнять предлагаемый хореографический текст;

- давать определенный программный объем знаний, умений и навыков;
- включать в процесс обучения альтернативные и экспериментальные программы (с разрешения администрации)
- способствовать формированию музыкально-эстетических чувств учащихся;

Преподавателю необходимо правильно распределить учебную нагрузку и грамотно спланировать формы работы на уроке, учитывая индивидуальные возможности каждого ученика. Пути развития ребенка определяются в процессе занятий. Применяя дифференцированные методы обучения, можно варьировать программные требования по усмотрению преподавателя.

Методическое обеспечение

Прохождение программы должно опираться на следующие *основные принципы*:

- постепенность в развитии природных данных учеников;
- строгая последовательность в овладении танцевальной лексикой и техническими приемами;
- систематичность и регулярность занятий;
- целенаправленность учебного процесса.

Для эффективности занятий следует постоянно ориентироваться на основные принципы дидактики (сочетания сознательного и эмоционального, теоретического и практического, последовательности, наглядности, творческого подхода к изучаемому материалу). Хореография дает широкий простор для использования в процессе занятий

всех названных принципов обучения и воспитания, и чем гармоничнее они увязаны в материале и разнообразной деятельности учащихся, тем эффективнее будет результат работы с учащимися.

Сочетание эмоционального и логического является непременным условием ведения уроков. Например, разучивание движений закрепляется легче в том случае, когда они от произвольного рефлекса подражания проходят стадии прочувствования и осознания, закрепляясь, таким образом и в мышечном ощущении («отпечатываясь» в качестве стереотипа в коре головного мозга). Выученные таким образом движения надолго остаются в памяти и значительно легче поддаются интерпретации в различном танцевальном образе.

Процесс обучения музыкально- ритмическим движениям можно разделить на 3 этапа:

1. Начальное обучение музыкально ритмическим движениям.
2. Углублённое разучивание движений и усвоение навыков для его качественного исполнения.
3. Повторение и закрепление навыков движения.

Нужно проявлять определённую гибкость в подходе к каждой группе учащихся, творчески решать вопросы, встающие перед педагогом в процессе преподавания. При этом главная задача- поиск методов работы, которые обеспечат в системе дополнительного образования качественное обучение учащихся.

Формы контроля и критерии оценивания учащихся.

В подготовительных классах школы искусств применяется безоценочная система, так как главная цель обучения- способствовать развитию творческих и коммуникативных способностей ребёнка.

Основной критерий оценки качества выполненной работы-выразительное, согласованное исполнение детьми упражнений и танцев, которые в таком законченном варианте могут быть исполнены на вечерах развлечений и праздниках.

Два раза в год для родителей проводятся отчётные концерты. Итоговая аттестация проходит в конце года в виде вступительных экзаменов в школу искусств.

Перечень программно-методического обеспечения

- Просторный кабинет с высокими потолком и зеркальными стенами
- Хореографические станки.
- Помещение для переодевания учащихся.
- Видео и аудиоаппаратура.
- Наглядные пособия,
- Фортепиано.
- Нотная литература.
- Учебная форма учащихся.

Условия эффективности реализации программы:

- наличие у преподавателя специального хореографического образования;
- наличие технического обеспечения;
- гибкость, вариативность программы в зависимости от способности и уровня развития учащихся;
- использование эффективных методик обучения;
- создание психологических условий;
- создание обстановки доверия (ребенок - педагог - родитель);
- учет возрастных и индивидуальных особенностей.

Танцевальный репертуар для детей первого года обучения.

1. Полька круговая.
2. Парная полька.
3. Пляска с притопом.
4. Веселая стирка.
5. Парная пляска.
6. Новогодняя полька.
7. Маленький танец.
8. Танец снежинок.
9. Танец кошек.
10. Танец птиц.
11. Танец бабочек.
12. Парная пляска.
13. Танец клоунов.

Танцевальный репертуар для детей второго года обучения.

1. Веселая зарядка.
2. Вальс с цветами.
3. Светит месяц.
4. Приглашение.
5. Подарки.
6. Леткис.
7. Веселый танец.
8. Зимняя фантазия.
9. Полька-Янка.
10. Солнечные зайчики.
11. Сударушка.
12. Вару-Вару.
13. Чунга-чанга.

Список литературы:

1. А.Е.Чибрикова-Луговская. Ритмика.-Л.,2003 г.
2. Т.В.Пуртова. Учите детей танцевать.-М.,2003 г.
3. М.А.Михайлова. Танцы, игры, упражнения для красивого движения.-Я., 2001г.
4. Г.Франио. Методическое пособие по ритмике.- М., 1995 г.
5. Е.В.Горшкова. От жеста к танцу. М., 2002 г.
6. И.Бурмистрова. Школа танцев для юных.- М., 2003 г.
7. Г.П.Гусев. Методика преподавания народного танца.- М., 2004