

Принято

на заседании Педагогического совета
МБДОУ № 50 «Малыш»
Протокол № 1
«02» сентября 2022 г.

Утверждаю

И.о.заведующего
МБДОУ №50 «Малыш»
г.Симферополя
_____ В.А.Волохова
Приказ № 81
«02» сентября 2022 г.

**Программа дополнительного образования
«Танцевальная мозаика»**

Направленность – художественно-хореографическая

Срок реализации программы – 1 год

Тип программы – общеразвивающая

Вид программы – модифицированная

Уровень программы – стартовый

Возраст воспитанников – 6-7 лет

Составитель – Алёшина Елена

Алексеевна,

педагог дополнительного образования

г.Симферополь, 2022г.

СОДЕРЖАНИЕ

1.	Целевой раздел
1.1	Пояснительная записка
1.2	Основные принципы, цели, задачи программы.
1.3	Структура и форма занятия
1.4	Этапы обучения программы
1.5	Планируемые результаты
2.	Содержательный раздел
2.1	Возрастные особенности детей четвертого года обучения 6 – 7
2.2.	лет;
2.3	Виды деятельности первого года обучения
2.4	Ожидаемые результаты
2.5	Проектирование образовательной деятельности. Танцевальный репертуар для детей 6 – 7 лет
3.	Организационный раздел
3.1	Особенности организации образовательной деятельности
3.2	Организация развивающей среды
4.	Список литературы

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1 Пояснительная записка

Дошкольный возраст — один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого человека. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного и физического развития ребенка, формируется личность человека.

В период от трех до семи лет ребенок интенсивно растет и развивается, движения становятся его потребностью, поэтому физическое воспитание особенно важно в этот возрастной период.

Ритмика - один из видов музыкальной деятельности, в котором содержание музыки, ее характер, образы передаются в движениях. Основой является музыка, а разнообразные физические упражнения, танцы, сюжетно-образные движения используются как средства более глубокого ее восприятия и понимания. Движения под музыку издавна применялись в воспитании детей (Древняя Индия, Китай, Греция). Но впервые рассмотрел ритмику и обосновал ее в качестве метода музыкального воспитания швейцарский педагог и композитор Эмиль Жак Далькроз (1865-1950). Перед ритмикой он, прежде всего, ставил задачу развития музыкальных способностей, а также пластичности и выразительности движений.

Доступность этого вида основывается на простых общеразвивающих упражнениях. Эффективность — в ее разностороннем воздействии на опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую, дыхательную и нервную системы человека. Эмоциональность достигается не только музыкальным сопровождением и элементами танца, входящими в упражнения танцевально-ритмической гимнастики, но и образными упражнениями, сюжетными композициями, которые отвечают возрастным особенностям дошкольников, склонных к подражанию, копированию действий человека и животных. Возможности применения упражнений танцевально-ритмической гимнастики довольно широки и под умелым руководством педагога могут быть

использованы в дошкольных учреждениях. В настоящее время существует множество программ по хореографии, однако они в основном рассчитаны на длительное и глубокое освоение программного материала. В основу дополнительной образовательной программы «Танцевальная мозаика» легла программа «Ритмическая мозаика» А. И. Бурениной рекомендованная Министерством образования Российской Федерации в качестве программы воспитания, обучения и развития детей дошкольного и младшего школьного возраста.

Программа разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:

1. Закона Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29 декабря 2012 года, дополнения и изменения ФЗ № 313 от 03.06.2016г.

2. СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях».

3. Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;

4. Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. №1155). (С изменениями и дополнениями от 21.01.2019г. № 31).

5. Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013г. №1014 «Об утверждении Порядка и осуществления образовательной деятельности по основным образовательным программам дошкольного образования».

1.2 Основные принципы, цели, задачи программы

Воспитание ребенка средствами хореографического и музыкального искусств должно осуществляться на основе специально разработанной программе, которая опирается на следующие **принципы**.

– Принцип наглядности. Помогает создать представление о темпе, ритме, амплитуде движений; повышает интерес к более глубокому и прочному усвоению танцевальных движений.

– Принцип системности и последовательности. Предусматривает построение образовательного процесса таким образом, чтобы учебная деятельность связывалась со всеми сторонами воспитательной работы, а овладение новыми знаниями, умениями и навыками опиралось на то, что уже усвоено; позволяет ребенку овладеть навыками ритмических движений от простого к сложному, от репродуктивного к творческому.

– Принцип индивидуальности. Необходимо не только учитывать индивидуальные особенности ребенка, но и способствовать их дальнейшему развитию. Каждый воспитанник должен быть (стать) самим собой, обрести (постичь) свой образ.

– Принцип доступности. Требуется постановки перед учащимися задач, соответствующих их силам, постепенного повышения трудности осваиваемого учебного материала по дидактическому правилу: от известного к не известному, от легкого к трудному, от простого к сложному.

– Принцип сознательности. Предусматривает заинтересованное, а не механическое усвоение детьми необходимых знаний и умений.

– Принцип творчества и успеха. Индивидуальная и коллективная деятельность позволяет определять и развивать индивидуальные особенности воспитанников и уникальность целой группы. Достижение успеха в том или ином виде деятельности способствует формированию позитивной личности, стимулирует осуществление ребенком дальнейшей работы по саморазвитию и самосовершенствованию своего «я».

– Принцип дифференциации. Согласно этому принципу педагог учитывает типологические особенности учащихся (их интересы, творческие способности, облученность, обучаемость, работоспособность и т.д.), в соответствии, с которыми отбираются и дифференцируются цели, содержание образования, формы и методы обучения.

Методические приемы:

Игровой метод - как наиболее близкий детям в силу их возрастных особенностей, помогает в достижении ряда музыкально-двигательных задач.

Игра вызывает интерес у детей к выполнению задания, позволяет педагогу несколько раз повторить одно и то же задание с целью усвоения какого-либо двигательного навыка и согласовать движение с музыкой. Дети приобретают двигательные навыки, главным образом, в процессе самих музыкально-ритмических игр и поэтому их движение становится выразительнее, а музыкальное восприятие тоньше. В процессе игры дети знакомятся с окружающей жизнью, уточняют и осмысливают свои представления о мире.

Наглядный метод – прежде всего постоянное сочетание наглядно-слухового и наглядно-зрительного приёмов. Исполнение музыки каждый раз должно сопровождаться показом. Это сочетание должно быть настолько художественным и ярким, чтобы обучение ритмике было интересным. Показ движения нужно заранее хорошо продумать: легко показать действия отдельных персонажей (зайца, мишки, лисы). Педагог может использовать и тактильно-мышечную наглядность, т.е. прикосновение к ребёнку, чтобы уточнить положение головы, отдельных частей туловища, выпрямить осанку и т. д. Этот приём характерен для раннего и младшего дошкольного возраста, а в средней и старшей группах, как правило, достаточно объяснения.

Словесный метод. прежде всего беседа о характере музыки и движений, о средствах выразительности, объяснение, рассказ о образах, и т. д. Словесные методы обращены к сознанию детей, они помогают добиться поставленной задачи и сознательно выполнить упражнение. Формирование двигательных

навыков у детей зависит от степени осознанности ими, содержания и структуры движения.

Практический метод заключается в многократном выполнении конкретного музыкально-ритмического движения, комбинации.

Цель программы: развитие артистичности, внутренней свободы, раскрытие творческого потенциала детей младшего и среднего дошкольного возраста средствами музыкально-ритмических и танцевальных движений.

Исходя из цели программы предусматривается решение следующих **основных задач:**

1. Обучающие:

- расширять знания дошкольников в области ритмического искусства;
- формировать музыкально-ритмические навыки, умения выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений и танцев, навыки правильной осанки;
- совершенствовать основные двигательные качества и навыки, необходимые для занятий танцем;

2. Развивающие:

- развивать мышление, воображение, находчивость и познавательную активность, расширять кругозор;
- содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой;
- способствовать развитию раскрепощенности и проявлению творчества в движениях;
 - содействовать развитию и функциональному совершенствованию организма ребенка;
- развивать интерес к хореографическому искусству.

3. Воспитательные:

- содействовать гармоничному развитию творческой личности ребенка;

- воспитывать инициативу, чувство товарищества, взаимопомощи и трудолюбия;
- воспитывать интерес и любовь к музыке и танцам любой национальности.

1.3 Структура и форма занятий

Структура занятия по хореографии – общепринятая. Каждое занятие состоит из трёх частей: подготовительной, основной и заключительной. Каждое занятие – это единое целое, где все элементы тесно взаимосвязаны друг с другом.

- I. Подготовительная часть занятия занимает 5-15% общего времени. Задачи этой части сводятся к тому, чтобы подготовить организм ребёнка к работе, создать психологический и эмоциональный настрой. В нее входят: гимнастика (строевые, общеразвивающие упражнения); ритмика; музыкально – подвижные игры; танцы (танцевальные шаги, элементы хореографии, ритмические танцы); музыкально-ритмическая композиция.
- II. Основная часть занимает 70-85% от общего времени. В этой части решаются основные задачи, идёт основная работа над развитием двигательных способностей. В этой части даётся большой объём знаний, развивающих творческие способности детей. В нее входит: работа с детьми над танцевальными композициями.
- III. Заключительная часть занятия длится от 3 до 7 % общего времени. Здесь используются упражнения на расслабление мышц, и снимается излишняя напряженность и эмоциональность. В конце занятия подводится итог, и дети возвращаются в группу.

Занятия по ритмике и танцу могут иметь различную организационную **форму** и быть групповыми, мелкогрупповыми, индивидуальными, а также проводиться отдельно с мальчиками и девочками.

Особенностью обучения детей хореографии является постоянное звучание музыки. Она создает определенный эмоциональный фон, способствует лучшему усвоению учебно-танцевальных элементов.

1.4 Этапы обучения

1 этап Цель: ознакомить детей с новым упражнением, создать целостное впечатление о движении и сопровождающей музыке, начать разучивание упражнения.

Методика проведения: педагог показывает какое-либо движение, раскрывает его характер и значение, сопоставляет движение и соответствующее музыкальное сопровождение, выявляет специфику музыки и ее влияние на характер движения, стремясь пробудить в детях желание разучить движение (показ должен быть правильным, эмоциональным и целостным). Затем педагог поясняет содержание, элементы изучаемого движения, при необходимости показывает каждый отдельно и даже может предложить детям выполнить их. Элементы хорошо знакомы (не представляют собой трудности), то педагог может вместе с детьми в медленном темпе выполнить движение для более точного выполнения задания. Важнейшее значение на 1 этапе (как и в дальнейшем) имеет объективная и тактичная оценка педагогом действий каждого ребенка, чтобы сохранить эмоционально положительное отношение детей к занятиям.

2 этап Цель: углубленное разучивание движений, уточнение его элементов и создание целостного образа и настроения движения.

Методика обучения: состоит в многократном повторении, как движения или задания в целом, так и его элементов. Педагог дает необходимые разъяснения, напоминает последовательность действий, своевременно корректирует и доброжелательно оценивает достижения детей. Если появляются затруднения, педагогу следует вновь обратиться к музыке, ее

выразительными средствами, наглядному показу движения (с соответствующими пояснениями). На данном этапе необходимо стремиться к тому, чтобы дети осознанно выполняли движения и задания. Для проверки усвоения материала и выстраивания обратной связи с учащимися педагог задает вопросы о характере музыки и движений, предлагает вкратце пересказать порядок выполнения движения или задания. Подробные опросы и беседы помогают детям глубже чувствовать музыку и характер движений, запоминать последовательность выполнения движений, найти соответствующий образ.

3 этап Цель: закрепление представления о музыке и движения, поощряя детей самостоятельно выполнить разученные движения, а в дальнейшем применять их в танцах.

Методика закрепления и совершенствования музыкально-ритмических движений нацелена на работу его качества. Педагог, напоминая последовательность, используя образные сравнения, отмечая удачное исполнение, создает условия для эмоционального, четкого и уверенного выполнения детьми музыкально ритмических движений.

Данная программа рассчитана на 1 год обучения детей дошкольного возраста основам музыкального движения и танца. Занятия по предмету строятся в зависимости от возраста.

Количество часов в неделю на группу – 2 часа

Общее количество часов в год –62

Младшая группа – дети от 3-4 лет;

Средняя группа – дети от 4-5 лет;

Старшая группа – дети от 5-6 лет;

Подготовительная группа – дети от 6-7 лет;

Занятия в кружке проводятся два раза в неделю. Структура всех занятий имеет единую форму.

Продолжительность занятия составляет:

для детей 3-4 лет – 15 – 20 минут;

для детей 4-5 лет – 20 – 25 минут;

для детей 5-6 лет – 25 – 30 минут;

для детей 6-7 лет – 30 – 35 минут.

1.5 Планируемые результаты

Обучаясь по этой программе, дети научатся чувствовать ритм, слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения. Одновременно смогут развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия ритмикой помогут сформировать правильную осанку, научат основам этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дадут представление об актерском мастерстве.

Параллельно с развитием музыкальности, пластичности и другими танцевальными качествами, на занятиях по ритмике дети научатся чувствовать себя более раскрепощенными, смогут развивать индивидуальные качества личности, воспитать в себе трудолюбие и терпение.

1. Развитие, укрепление здоровья и физический данных детей обусловлены следующим комплексом движений:

Основные:

– ходьба — вперед и назад (спиной), бодрая, спокойная, на полупальцах, на пятках, пружинящим, топающим шагом, «с каблучка», с высоким подниманием колена (высокий шаг), ходьба на четвереньках, «гусиным» шагом, с ускорением и замедлением;

– бег — легкий, ритмичный, передающий различный образ, а также высокий, пружинящий бег, бег с изменением направления,

– прыжковые движения — на одной, на двух ногах на месте и с различными вариациями, с продвижением вперед;

- различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп), поскок «не высокий» и «высокий» и др.

Общеразвивающие упражнения:

- на различные группы мышц и различный характер, способ движения (упражнения на плавность движений, махи, пружинность);
- упражнения на развитие гибкости и пластичности, точности и ловкости движений, координации рук и ног.

Имитационные движения:

- различные образно-игровые движения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние, динамику настроений, а также ощущения тяжести или легкости, разной среды — «в воде», «в воздухе» и т.д.).

движения и элементы пляски:

- элементы народных плясок и детского бального танца, доступные по координации, танцевальные упражнения, включающие асимметрию из современных ритмических танцев, а также разнонаправленные движения для рук и ног,

- сложные циклические виды движений: шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом и др.

2. Социально-коммуникативное развитие личности:

- воспитание умения сочувствовать, сопереживать, воспринимая музыкальный образ, настроение, объясняя свои чувства словами и выражая их в пластике;

- формирование чувства такта (например, не танцевать и не шуметь в помещении, если кто-то отдыхает или занимается, сочувствовать, если кто-то упал или что-то уронил во время движения);

- воспитание культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми, привычки выполнять необходимые правила самостоятельно: пропускать старших впереди себя, мальчикам уметь пригласить девочку на танец и затем проводить ее на место, извиниться, если произошло нечаянное столкновение и т.д.

3. Художественно-эстетическое развитие:

- воспитание интереса и любви к музыке, потребности слушать знакомые и новые музыкальные произведения, двигаться под музыку, узнавать, что это за произведения и кто их написал;

- обогащение слушательского опыта разнообразными по стилю и жанру музыкальными сочинениями;

- развитие умения выражать в движении характер музыки и ее настроение, передавая как контрасты, так и оттенки настроений в звучании;

- развитие умения передавать основные средства музыкальной выразительности: темп — разнообразный, а также ускорения и замедления; динамику (усиление и уменьшение звучания, разнообразие динамических оттенков); регистр (высокий, средний, низкий); метроритм (разнообразный, в том числе и синкопы); различать 2 – 3 частную форму произведения (с малокоонтрастными по характеру частями), а также вариации, рондо;

- развитие способности различать жанр произведения — плясовая (вальс, полька, старинный и современный танец); песня (песня-марш, песня-танец и др.), марш, разный по характеру, и выражать это в соответствующих движениях;

- развитие умений сочинять несложные плясовые движения и их комбинации;

- формирование умений исполнять знакомые движения в игровых ситуациях, под другую музыку, импровизировать в драматизации, самостоятельно создавая пластический образ;

- развитие воображения, фантазии, умения находить свои, оригинальные движения для выражения характера музыки, умение оценивать свои творческие проявления и давать оценку другим детям.

4. Развитие и тренировка психических процессов:

- тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов — умение изменять движения в соответствии с различным темпом, ритмом и формой музыкального произведения — по фразам;

– развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления — на основе усложнения заданий (увеличение объема движений, продолжительности звучания музыки, разнообразия сочетаний упражнений ит.д.);

– развитие умения выражать различные эмоции в мимике и пантомимике: радость, грусть, страх, тревога, и т.д., разнообразные по характеру настроения, например: «Рыбки легко и свободно резвятся в воде», «Кукла не хочет быть марионеткой, она мечтает стать настоящей балериной».

5. Развитие умений ориентироваться в пространстве:

– кругом, в несколько кругов (рядом, круг в круге), в шеренги, колонны, самостоятельно выполнять перестроения на основе танцевальных композиций («змейка», «воротца», «улитка» и др.).

По окончании первого года обучения важным показателем является интерес к самому процессу движения под музыку, выразительность движений и умение передавать в пластике характер музыки, игровой образ. Выразительность пластики детей выявляет творческую одаренность, музыкальность. Разнообразие выполняемых движений, соответствие их темпу, ритму, форме музыкального произведения свидетельствует о высоком уровне музыкального и двигательного развития ребенка.

После второго года обучения занимающиеся дети знают о назначении отдельных упражнений хореографии. Умеют выполнять простейшие построения и перестроения, ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок. Исполняют ритмические, бальные танцы и комплексы упражнений второго года обучения под музыку. Способны запоминать и исполнять танцевальные композиции самостоятельно. Знают основные танцевальные позиции рук и ног. Умеют выполнять простейшие двигательные задания (творческие игры, специальные задания) используют разнообразные движения в импровизации под музыку этого года обучения.

По окончании третьего года обучения занимающиеся дети знают правила безопасности при занятиях физическими упражнениями с предметами

и без предметов. Владеют навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определённый «запас» движений в общеобразовательных и танцевальных упражнениях. Могут передавать характер музыкального произведения в движении. Владеют основными хореографическими упражнениями по программе этого года обучения. Умеют исполнять ритмические танцы и комплексы упражнений под музыку этого года обучения.

После четвертого года обучения занимающиеся дети могут хорошо ориентироваться в зале при проведении музыкально – подвижных игр. Умеют выполнять самостоятельно специальные упражнения для согласования движения с музыкой, владеют основами хореографических упражнений этого года обучения. Умеют исполнять ритмические танцы, танцы и комплексы упражнений под музыку. Выразительно исполняют движения под музыку, могут передать свой опыт младшим детям, организовать игровое общение с другими детьми. Способны к импровизации с использованием оригинальных и разнообразных движений.

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1 Возрастные особенности детей третьего года обучения 6 – 7 лет.

Возрастные особенности детей позволяют осваивать сложные по координации движения, понимать сложные перестроения, чувствовать партнера и взаимодействовать друг с другом, при этом контролировать качество исполнения движения. Психологические особенности позволяют самостоятельно придумывать новые образы, интерпретировать знакомые образы, передавать их взаимодействие. Дети подготовительной группы способны к самостоятельному сочинению небольших танцевальных композиций с перестроением и комбинацией танцевальных движений.

Задачей педагога на данном этапе остается формирование способов отношений между партнерами, восприятия и передачи музыкальных образов с оттенками их настроения и характера, образно-пластического взаимодействия между несколькими партнерами. На данном этапе педагог создает детям как можно больше условий для самостоятельного творчества.

Интенсивность нагрузки зависит от темпа музыкального произведения и от подбора движений.

Определение сложности и доступности музыкально-ритмических композиций для детей, безусловно, относительно. Необходимо соотносить все характеристики с индивидуальными возможностями конкретного ребёнка. Но важно также ориентироваться на средние показатели уровня развития детей в группе.

Данная программа предназначена для обучения детей 6 – 7 лет и рассчитана на 1 учебный год.

Длительность занятий в средней группе – 30 - 35 минут;

Численность группы не более 16 человек.

Перерыв между занятиями составляет 5-10 минут.

2.2 Виды деятельности четвертого года обучения

Знакомство с миром танцевального искусства: занятие-знакомство с основными изучаемыми предметами – хореография, ритмика и детско-эстрадная хореография, классический танец, народно-сценический танец. Эстрадная разминка под фонограмму. Импровизация учащихся вместе с педагогом на предлагаемую музыку. Показ заданных хореографических имитаций (кваканье лягушки, мяуканье кошки, цоканье копыт лошадки и т. д.). Показ танцевальных комбинаций индивидуально.

Азбука музыкально-ритмических движений. Основные понятия и термины: темп движений, характер и динамика движений, мелодия, характер и динамика движений, мелодия, ритм, звук, акцент, звук, ритмический рисунок, такт, пауза, форма и фразировка: анализ музыкальных форм. Значение слов: лексика, образ, импровизация, стилизация, танец, понятие танцевальной комбинации.

Практика: устойчивость в темпе (марш по кругу, бытовой и танцевальный шаги, ходьба на полупальцах и на пяточках, легкий бег вперед и назад, галоп, подскоки и полька). Переключение с одного темпа на другой: марш – полька – вальс; постепенное ускорение и замедление темпа: быстро – умеренно – медленно. Отражение в движении характера музыки. Передача ритмического рисунка хлопками, шагами, бегом, подскоками, галопом и др. Использование знания при исполнении ритмического рисунка в простейшей танцевальной комбинации.

Ориентация, координация в сценическом пространстве. Основные 8 точек сценического пространства (план учебно-танцевального класса) план сцены: центр, середина, зритель. Основные понятия и термины: анфас (прямо), *çoisse* (наискосок), линия, две линии, колонна, диагональ круг (лицом, спиной по линии танца), два круга «змейка», «воротца» «улитка» «паровозик», «спираль» графическая запись танца. Понятие «интервал».

Методика перестроения из одного рисунка в другой рисунок сценического пространства. Практика: комплекс игр и упражнений на

определение основных точек класса, на ориентацию в пространстве, на определение центра, середины, задника, авансцены и кулис сцены. Танцевально-игровые занятия, задания на перестроение. Умение разворачиваться и перестраиваться по команде. Умение перестраиваться из линии в две и в колонну. Задание на построение фигур: круг, обход, змейка, диагональ, ходьба «паровозиком» и по спирали. Простой и сложный рисунок. Исполнение музыкальнопространственных композиций. Основные танцевальные элементы. Основные понятия и термины: расслабление и напряжение корпуса, танцевальный шаг.

Основные танцевальные элементы: марш, бег, ходьба на полупальцах и пятках; подскоки по диагонали, на месте вокруг себя; приставной шаг (вперед, назад, в сторону). Положение рук на поясе, сзади; наклоны и поворот головы, корпуса, поворот на месте на полупальцах галоп по диагонали и по кругу, движения кистей рук, работа плечами.

Игра на определение мелодии: при звучании вальса все дети строятся в круг; при звучании польки – в шеренгу; при звучании марша – в колонну. Правила и логика пространственных перестроений по отношению к зрителю. Контроль за грамотным выполнением танцевальных элементов.

Творческая импровизация и танцевальные игры. Практика: игры превращения «Деревянные и тряпичные куклы», «Воробьи и журавушки», «Мельница», «Паровозики». Игры-превращения «Кошка выпускает когти», «Песик». Игры-имитации. Игровой стендинг «Сказка о карандаше и резинке». Выполнение упражнений «Волшебные палочки», «Мягкие и твердые карандаши», «Рыбка», «Змейка», «ящерица», «Кошечка», «Летучая мышь», «Носорог» и др. Разучивание игр-танцев «Полька с куклой», «На лошадках скачем». Танцевально-игровое занятие «Лабиринт», игра «Веселый автобус». Выполнение заданий: досочинить элементарную музыкальную фразу, передать характер и настроение, изобразить животных, насекомых, зверей под соответствующую музыку (передать характер, образ).

Постановочная и репетиционная работа. Основные понятия: репетиция номера, утренник, номер (из чего состоит), ответственность, дисциплинированность, чувство ансамбля, костюм, артист, чувство сплочённости и др. Основные понятия организации сценического пространства.

Терминология и техника исполнения Работа в ансамбле, работа в паре. Организация и динамика сценического пространства. Простой и сложный рисунок концертного номера. Практика: грамотное выполнение танцевальных элементов, перестроений, отработка танцевальных номеров.

2.3. Ожидаемые результаты

После четвертого года обучения занимающиеся дети могут хорошо ориентироваться в зале при проведении музыкально – подвижных игр. Умеют выполнять самостоятельно специальные упражнения для согласования движения с музыкой, владеют основами хореографических упражнений этого года обучения. Умеют исполнять ритмические, народные и классические танцы, а так же комплексы упражнений под музыку.

Выполняют танцевальные движения: шаг с притопом, приставной шаг с приседанием, пружинящий шаг, боковой галоп, переменный шаг; выразительно и ритмично исполняют танцы, движения с предметами (шарами, обручами, цветами). Выразительно исполняют движения под музыку, могут передать свой опыт младшим детям, организовать игровое общение с другими детьми. Способны к импровизации с использованием оригинальных и разнообразных движений.

В этом возрасте ребенок-дошкольник достигает кульминации в развитии движений, которая выражается в особой грации, легкости и изяществе. У детей резко возрастает способность к исполнению разнообразных и сложных по координации движений – из области хореографии, гимнастики. Это дает возможность подбирать для работы с детьми более сложный репертуар, в основе которого не только народная современная и танцевальная музыка, но и некоторые классические произведения.

Приоритетные задачи:

– развитие способности к выразительному, одухотворенному исполнению движений умение импровизировать под незнакомую музыку, формирование адекватной оценки и самооценки.

2.4. Проектирование образовательной деятельности

При разработке программы педагог по хореографии придерживается принципов тематического планирования работы.

Календарно-тематический план

Октябрь 2022 г.					
	Предполагаемая дата	Фактическая дата	Тема занятия	Цель занятия	Краткое содержание занятия
Занятие № 1			«До свидания лето, Здравствуй детский сад!»	Повторение изученного материала 1-го года обучения. Знакомство с видами хореографии. Развитие хореографических способностей детей: техники, образа.	1. Разминка в эстрадном стиле. 2. Растяжка в классическом танце. 3. Партерный тренаж с включением элементов характерного танца. 4. Музыкально-ритмическая игра «Найди пару», Музыкально-образная игра «Угадай кто?!».
Занятие № 2			«Танцевальные искры»	Знакомство с классическим танцем. Развитие гибкости, танцевального шага, опорно-двигательного аппарата, выворотности и т.д..	1. Разминка, растяжка в классическом танце. 2. Партерный тренаж с включением элементов характерного танца. 3. Музыкально ритмическая игра «Спящая красавица». 4. Изучение движений, поз, классического танца.
Занятие № 3			«Знакомство с современным танцем»	Знакомство с современным (эстрадным) танцем. Развитие гибкости, танцевального шага, опорно-двигательного аппарата и т.д.	1. Разминка, растяжка в эстрадном стиле. 2. Партерный тренаж с включением элементов современного танца. 3. Музыкально ритмическая игра «Роботы» на середине зала работа в уровнях. 4. Изучение движений современного (детского эстрадного) танца.
Занятие № 4			«Народы России»	Знакомство с народным (характерным) танцем. Развитие гибкости, танцевального шага, опорно-двигательного аппарата, выворотности и т.д.	1. Разминка, растяжка в народном танце. 2. Партерный тренаж с включением элементов народного танца. 3. Музыкально ритмическая игра « Мы все друзья». Изучение движений, поз, основных ходов народного танца (по выбору педагога).

Занятие № 5			Детские танцы «Буги Вуги», «Чародей» Знакомство с танцем	Развитие способности выразительно двигаться в соответствии темпом музыки.	1. Изучения движений танца (выход, основной ход основные движения). Исполнение движений под счет, под музыку.
Занятие № 6			Детские танцы «Буги Вуги», «Чародей»	Разучивание переходов из рисунка в рисунок. Развитие танцевальных навыков в соответствии с характером музыки.	1. Разминка, растяжка. Изучения рисунка танца. 2. Изучение движений, перемещение по рисунку танца, определенным движением (под счет, под музыку). В танце «Буги Вуги » 3. Работа с исполнителями над образом в танце «Буги Вуги»
Занятие № 7				Развитие способности выразительно двигаться в соответствии с ритмом и темпом музыки.	1. Разминка, растяжка. Изучения движений танца Работа в парах изучение основных движений танцевального номера «Чародей»
Занятие № 8				Закрепление знаний предыдущего занятия, продолжение разучивание передвижений и переходов танцующих по площадке. развитие внимания, памяти и длительной концентрации.	1. Разминка, растяжка. Изучения перестроения и движений танца, работа над выразительностью танцевальных движений. «Буги Вуги » Работа над номерами «Чародей»
Занятие № 9					Развитие способности выразительно

				двигаться в соответствии с характером музыки.	расстановкой детей на места разучивание перемещений по линии танца в двух номерах.
Ноябрь 2022г.					
Занятие № 1			Детские танцы «Буги Вуги», «Чародей» .	Закрепление знаний предыдущего занятия. Работа над танцем, обогащение и развитие танцевальных навыков, и умений	1. Разминка. Проучивание освоенных движений танца. под музыку. «Буги Вуги» 2.Разучивание основных рисунков танцев «Чародей»
Занятие № 2				Развитие способности выразительно двигаться в соответствии с характером музыки.	1. Разминка. 2.Изучение движений, перемещение в фигуру определенным движением (под счет, под музыку).в танце «Буги Вуги» 3. Работа исполнителей над образом в танце «Чародей».
Занятие № 3				Закрепление знаний предыдущего занятия. Работа в вертикальном пространстве: разучивание переходов из фигуры в фигуру танца. развитие внимания, памяти и длительной концентрации.	1. Разминка. 2. Изучения движений танца «Буги Вуги », работа в паре.
Занятие № 4			«Ну что потанцуем?»	Повторение понятия «образ» в танце, развитие актерских	1. Рассказ ребятам , что такое «образ» разминка, растяжка. 2. Освоение новых движений танца

				навыков детей.	«Чародей» 3. Соединение изученных частей танца «Буги Вуги» под счет и под музыку.
Занятие № 5				Развитие танцевальных способностей детей. Знакомство с русским танцем (видами), музыкой, культурой.	1. Разминка, растяжка в народном танце. 2. Партерный тренаж с включением элементов народного танца. 3. Изучение движений русского народного танца: ковырялочка, качалочка, веревочка, выстукивания.
Занятие № 6				Закрепление понятия «образ» в танце. Закрепление понятия танцевальный уровень Развитие актерских навыков детей. Закрепление изученного материала.	Генеральная репетиция танца «Буги вуги ». и «Чародей» в костюмах и с реквизитами
Занятие № 7			«Осенний праздник»	Развитие актерских способностей детей, знакомство со сценой, зрителем.	1. Демонстрация изученного материала (танец «Буги Вуги », «Чародей») в рамках мероприятия «Осенний праздник» в саду.
Занятие № 8			«Зимняя сказка» Знакомство детей с танцами «Новогодние чудеса», «Елочные игрушки»	Развитие хореографических данных и способностей. Развитие актёрского мастерства.	1. Разминка, растяжка в классическом и эстрадном танце. 2. Партерный тренаж. 3. Изучение движений танцев «Новогодние чудеса», «Елочные игрушки».
Занятие № 9					1. Разминка, растяжка в классическом и эстрадном танце. 2. Партерный тренаж.

					3. Освоение движений танцев «Новогодние чудеса», «Елочные игрушки».
Декабрь 2022 г.					
Занятие № 1			«Зимняя сказка» Танцы «Новогодние чудеса», «Елочные игрушки»	Развитие хореографических данных и способностей. Развитие актёрского мастерства. Способствовать желанию к импровизации. Познакомить с «рисунком» танцев. Учить взаимодействовать в коллективе (ансамбле). Работать над качественным исполнением движений.	1. Разминка, растяжка в классическом и эстрадном танце. 2. Партерный тренаж. 3. Изучение движений танцев «Новогодние чудеса», «Елочные игрушки».
Занятие № 2					1. Разминка, растяжка в классическом и эстрадном танце. 2. Партерный тренаж. 3. Освоение движений танцев «Новогодние чудеса», «Елочные игрушки».
Занятие № 3					1. Разминка, растяжка в классическом и эстрадном танце. 2. Партерный тренаж. 3. Освоение рисунков и перестроений танцев «Новогодние чудеса», «Елочные игрушки».
Занятие № 4					1. Разминка, растяжка в классическом и эстрадном танце. 2. Разучивание (репетиции) танцев «Новогодние чудеса», «Елочные игрушки».
Занятие № 5					Повторение пройденного материала. 2. Изучение новых движений. 3. Изучение перестроений из рисунка в рисунок. 4. Закрепление под счет и под музыку всего танца.
Занятие № 6					1. Репетиция танца эстрадных танцев «Елочные игрушки», «Новогодние чудеса» под музыку.

Занятие № 7					1. Генеральные репетиции разученных танцев.
Занятие № 8			Промежуточное итоговое занятие «Новый год»	Развитие актерских способностей детей, приучение к сцене, зрителю.	1. Демонстрация изученного материала (танец «Елочные игрушки», «Новогодние чудеса») в рамках мероприятия «Новогодний утренник» в саду.
Занятие № 9			«Парад наций»	Знакомство с народным (характерным) танцем. Развитие гибкости, танцевального шага, опорно-двигательного аппарата, выворотности и т.д.	1. Разминка, растяжка в народном танце. 2. Партерный тренаж с включением элементов народного танца. 3. Музыкально ритмическая игра «Хоровод, пляска, кадрили». Изучение движений, поз, основных ходов народного танца (по выбору педагога).
Январь 2023 г.					
Занятие № 1			Обще развивающие упражнения на развитие фантазии и ассоциативного мышления «Жила-была сказка»	Закрепление знаний предыдущего занятия. Развитие танцевально-музыкальных навыков детей: координация движений, чувство ритма, темпа.	1. повторение пройденного материала. 2. Музыкально танцевальная игра «Сказка начинается». Совместная работа с детьми по созданию движений, характеризующих героев сказки (наполнение зависит от фантазии детей).
Занятие № 2			«Парад звезд»	Изучение основ классического танца. Развитие гибкости, танцевального шага, опорно-двигательного аппарата, выворотности и т.д.	1. Разминка, растяжка в классическом танце. 2. Партерный тренаж с включением элементов классического танца. 3. Музыкально ритмическая игра «Виват Балет!». 4. Изучение движений, поз, упражнений, ходов классического танца.
Занятие № 3			«Арабеск»	Развитие танцевальных способностей детей. Знакомство с русским танцем (видами), музыкой, культурой.	1. Разминка, растяжка в классическом танце. 2. Партерный тренаж. 3. Изучение движений классического танца: работа стоп (целая стопа, полупалец, вытянутый подъем); - plie и releve по 6, 1 (носки врозь) позиции; наклоны корпуса

					<p>вперед, в стороны и назад. 1 port de bras; battement tendu в направлении вперед и всторну на 1 позиции;</p> <p>- battement tendu jeté направлении всторону по 1 позиции; - pique;</p> <p>- degage.</p> <p>Прыжки классического танца. - sauté по 1, 2 и позиции; - pas échappé;</p>
Занятие № 4			«Снежная королева»	<p>Развивать творческую активность детей в танцевальной игре.</p> <p>Выявить уровень продуктивного компонента у детей.</p>	<p>1.повторение пройденного материала</p> <p>2.Размика, растяжка</p> <p>3.Танцевально – подвижная игра «Снежная королева»</p>
Занятие № 5			«Зимнее утро»	<p>Развивать творческую активность детей в танцевальной игре.</p> <p>Выявить уровень продуктивного компонента у детей.</p>	<p>1.Повторение пройденного материала. Разминка, изучение прыжков (на двух ногах вместе, с продвижением вперед, прямой галоп «лошадки».)</p> <p>2. Музыкально танцевальная игра «Мороз-Красный нос»</p>
Занятие № 6			«Мы вместе»	<p>Совершенствование знаний, развитие музыкально хореографических способностей детей.</p>	<p>1.Танцевальная разминка.</p> <p>2.Растяжка. Продолжать развивать танцевально-исполнительские навыки детей</p> <p>3.Продолжать работу над улучшением танцевальной осанки, правильных позиций рук и ног;</p> <p>4.Воспитывать танцевальную культуру, взаимопомощь, доброту, чувство ансамбля, устойчивое желание заниматься танцевальной деятельностью;</p> <p>5.Учить культуре общения с партнером;</p> <p>6.Выучить основные положения в паре,</p>
Занятие № 7					

работать над техникой движений в паре.

Февраль 2023 г.

Занятие № 1			Скоро весна: Праздника солнца, цветов и улыбок!;	Развитие хореографических данных и способностей. Развитие актёрского мастерства. Способствовать желанию к импровизации.	1. Разминка, растяжка в классическом и эстрадном танце. 2. Партерный тренаж. 3. Знакомство с танцами «Моя весна», «Любимой маме».
Занятие № 2			Танцы «Моя весна», «Любимой маме»	Познакомить с «рисунком» танцев. Учить взаимодействовать в коллективе (ансамбле). Работать над качественным исполнением движений.	1. Разминка, растяжка в народном и эстрадном танце. 2. Партерный тренаж. 3. Освоение движений танцев «Моя весна», «Любимой маме».
Занятие № 3					1. Разминка, растяжка в классическом и народном танце. 2. Партерный тренаж. 3. Освоение рисунков и перестроений танцев «Моя весна», «Любимой маме». 4. Работа с реквизитами (цветочки)
Занятие № 4					1. Разминка, растяжка в классическом и эстрадном танце.
Занятие № 5					2. Разучивание (репетиции) танцев «Моя весна», «Любимой маме», работа с реквизитами.
Занятие № 6					1. Разминка, растяжка.
					2. Репетиция танцевальных этюдов «Моя весна», «Любимой маме».

Занятие № 7					Тщательное прорабатывание этюда, работа с реквизитом и отработка танцевальных движений.
Занятие № 8					Генеральная репетиция танцевального этюда «Моя весна», «Любимой маме».
Март 2023 г.					
Занятие № 1			Промежуточное итоговое занятие « Поздравляем с 8 марта»	Демонстрация развития танцевальных и актёрских способностей детей.	1. Демонстрация изученного материала (танец «Моя весна», «Любимой маме» в рамках мероприятия «8 марта» в саду.
Занятие № 2			Обще развивающие упражнения на развитие фантазии и ассоциативного мышления	Занятие-знакомство с разными видами танца. Иметь представление о видах танца.	1. Разминка, растяжка, партерный тренаж. 2. Танцевальная игра-импровизация «Магазин игрушек», «Морские жители», «В горах, пустыне». 3. Повторение известных рисунков танца. Работа в паре. Изучение комбинаций.
Занятие № 3			«Знакомство с танцем «Яблочко»	Развитие координации в сценическом пространстве, в паре, тройке. Развитие танцевальных способностей детей.	1. Разминка, растяжка. 2. Танцевально-ритмическая игра - «Море волнуется раз». 3. Изучение основных движений танца «Яблочко».
Занятие № 4				Развитие музыкально-ритмической координации движений. освоение фигур танца народного танца.	1. Разминка, растяжка. 2. Танцевально-ритмическая игра - «Морской царь». 3. Изучение основных движений народного танца «Яблочко».

Занятие № 5				Развитие способностей танцевать в различных уровнях.	1. Разминка, растяжка. 2. Изучение основных статических рисунков и динамических передвижений танца «Яблочко».
Занятие № 6				Развитие технических способностей и ориентации в сценическом пространстве.	1. Разминка, растяжка. 2. Изучение основных комбинаций танца «Яблочко».
Занятие № 7				Развитие способностей танцевать в различных уровнях.	1. Разминка, растяжка. 2. Изучение основных статических рисунков и динамических передвижений танца «Яблочко».
Занятие № 8					3.Разучивание основных рисунков танца.
Апрель 2023 г.					
Занятие № 1 -2			«Мой прекрасный первый вальс»	Знакомство с танцем «Первый вальс». Развитие координации в сценическом пространстве, в паре. Развитие танцевальных способностей детей.	1.разминка, растяжка, партер 2.Разучиваие основного хода вальса. Работа в паре. .
Занятие № 3-4				Развитие музыкально-ритмической координации движений. Развитие танцевальных способностей детей.	1.Разминка, партер, растяжка. 2.Изучение нового материала. Изучение движений и рисунков танца «Первый вальс». 3.Работа в паре лицом к зрителю, лицом друг к другу.

				развитие актерских способностей детей, приучение к сцене, зрителю.	4.Работа над образом.
Занятие № 4-5				Развитие музыкально-ритмической координации движений. развитие внимания, памяти и длительной концентрации	1.Разминка, растяжка. 2. Повторение пройденного материала. 3.Изучение нового материала, основных перемещений в парах. 4.Работа над образом.
Занятие № 7-8				Развитие музыкально-ритмической координации движений. развитие внимания, памяти и длительной концентрации	1.Повторение пройденного материала 2. Разминка растяжка, партер. 3.Изучение нового материала. Изучение движений и рисунков танца «Первый вальс». 4.Работа в паре лицом к зрителю, лицом друг к другу. 5.Работа над образом
Занятие № 9				Развитие двигательных и актерских способностей детей.	1.Разминка растяжка, повтор танца «Яблочко» Работа над образом в танце «Первый вальс» 3.Работа с партнером .

Май 2023г.

Занятие № 1			«До свидания детский сад»	Развитие музыкально-ритмической координации движений. Развитие танцевальных способностей детей. развитие актерских способностей детей, приучение к сцене,	1. Разминка, партер, растяжка. 2. Повторение пройденного материала. Отработка движений в парах и рисунков танца «Первый вальс». 3. Работа над образом. 4. Приучение детей к концертной форме выступления (время на готовность, своевременный выход на сцену, синхронность ухода, актёрское мастерство).
Занятие № 2					
Занятие № 3					
Занятие № 4					

Занятие № 5				зрителю.	
Занятие № 6					
Занятие № 7			Промежуточное итоговое занятие «До свидания детский сад!»	1. Диагностика развития танцевальных способностей (уровня) детей по итогам года.	1. Демонстрация изученного материала (танец «Первый вальс») в рамках мероприятия «Выпускной» в саду.

2.5 Танцевальный репертуар на год для детей 6 – 7 лет

Танец является незаменимым средством для развития двигательных и музыкальных способностей детей. Танцуя, наши воспитанники раскрывают свой творческий потенциал, развиваются эмоционально. Танцы являются необходимым элементом формирования у дошкольников правильной осанки, красивых манер и эстетического вкуса. Также во время изучения танцев у детей вырабатывается чувство ритма, темпа, формируются исполнительские и коммуникативные навыки.

Практический материал:

Танцевальные этюды: «Чародей », «Буги Вуги», «Моя весна», «Любимой маме», «Яблочко», «Первый вальс»

3. Организационный раздел

3.1 Особенности организации образовательной деятельности

Воспитательно-образовательный процесс рассматривается нами сегодня как системный, целостный, развивающийся во времени и в рамках определенной системы, целенаправленный процесс взаимодействия взрослых и детей, носящий личностно-ориентированный характер, направленный на достижение социально-значимых результатов, призванный привести к преобразованию личностных свойств и качеств воспитанников. Образовательный процесс обеспечивает каждой отдельной личности возможность удовлетворять свои потребности в развитии, развивать свои потенциальные способности, сохранить свою индивидуальность, возможность самореализоваться.

В образовательном процессе необходимо: сочетание принципов научной обоснованности и практической применимости; соответствие критериям полноты, необходимости и достаточности; Обеспечение единства воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей (данное триединство было всегда в дошкольной педагогике и не является новым). Образовательный процесс обязательно должен включать в себя совокупность образовательных областей, которые обеспечивают разностороннее развитие детей с учетом их возрастных особенностей по основным направлениям ФГОС — физическому, социально-личностному, познавательно-речевому, художественно-эстетическому, в которых сочетаются следующие функции: воспитательная — развитие ценностных отношений — развитие основ мировоззрения, формирование нравственности; образовательная (познавательная) — воспитание интереса к получению знаний, умений и навыков, которые будут выступать в качестве средств, способствующих развитию ребенка, т. е. способствующих развитию его новых качеств; развивающая — развитие познавательных и психических процессов и свойств личности; социализирующая — овладение детьми системой общественных отношений и социально приемлемого поведения; оздоровительно-

профилактическая (валеологическая) — приоритет культуры здоровья в соответствии с валеологическими критериями и нормами.

3.2 Организация развивающей среды

Большое влияние на развитие детей в музыкально-ритмической деятельности оказывает созданная в детском саду развивающая среда. Для данного вида активности первостепенное значение имеет и пространственно-предметное окружение, и музыка которая звучит и сопровождает движение ребенка, и, безусловно, готовность педагога к активному взаимодействию с ребенком в процессе музыкального движения, способность взрослых быть примером, выразительно двигаться, тонко передавая музыкальный образ.

Место проведения занятий: в первую очередь, важно иметь удобное, просторное пространство для движения. Это музыкальный зал с зеркальной стенкой. Пол в зале должен быть гладким, но не скользким, удобным для влажной уборки.

Реквизит: различные атрибуты для танцев и ритмических композиций, а именно:

- ленточки короткие (30-40 см) и длинные – на палочках (100-120 см);
- обручи цветные пластмассовые (по 1 шт. на каждого ребенка);
- шарфики газовые разных цветов;
- султанчики разных цветов;
- платочки танцевальные разных цветов;
- цветы искусственные (разные);
- листья осенние разные;
- веточки с зелеными листьями;
- звездочки на палочках разных цветов;
- барабаны детские (4-10 шт.);
- колокольчики и бубенцы (по 2 на каждого ребенка);
- деревянные ложки (по 2 на каждого ребенка);
- кастаньеты и другие шумовые инструменты (на каждого ребенка);
- костюмы танцевальные;

- корзиночки (с цветами, грибочками) – 4-8 шт.;
- мячи разных размеров (по количеству детей);
- скакалки (по количеству детей);
- шапочки маски животных, сказочных персонажей.
- коврики для занятий в партере;

Технические средства: музыкальный центр, усилительные колонки, компьютер, USB флешки, экран, микрофон и другое мультимедийное оборудование.

Фонограммы разнообразные, необходимые для того или иного рода занятия.

Фильмы с известными постановками, детскими сказками, спектаклями,

Музыкальные инструменты: фортепиано

4.Список литературы

1. Боголюбская, М. С. Учебно-воспитательная работа в детских самодеятельных хореографических коллективах / М. С. Боголюбская. – М., 1982.
2. Бриске, И. Э. Мир танца для детей / И. Э. Бриске. – Челябинск, 2005. – 64 с.
3. Буренина, А. И. Ритмическая мозаика / А. И. Буренина. – СПб., 2000.
4. Ваганова, А. Я. Основы классического танца: учебник / А. Я. Ваганова. – 5-е изд. – Л.: Искусство, 1980. – 192 с
5. Луговская, А. В. Ритмические упражнения, игры и пляски / А. В. Луговская. – М., 1991.6.
6. Основы подготовки специалистов-хореографов. Хореографическая педагогика: учеб. пособие. – СПб.: СПбГУП, 2006. – 632 с. – (Б-ка Гуманитар. ун-та; Вып. 28).
7. Пуртова, Т. В. Учите детей танцевать: учеб. пособие для студентов учреждений сред. проф. образования / Т. В. Пуртова, А. Н. Беликова, О. В. Кветная. – М.: Век информации, 2009. – 284 с., ил.
8. Пензулаева Л.И. «Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 3-7 лет». М, Мозаика-Синтез, 2013
9. Радынова, О. П. Музыкальное воспитание дошкольников / О. П. Радынова, А. И. Катинене, М. Л. Паландишвили. – М.: Просве-, 1994. – 223 с.
10. Суворова Т.И. «Танцевальная ритмика для детей» вып. 4