

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ № 3» ГОРОДА ТОМСКА
МАОУДО «ДШИ № 3»**

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
В ОБЛАСТИ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА**

**«Обучение на специальных КХЭН: студия эстрадного
танца»**

**Возраст обучающихся: 8-11 лет
Срок реализации - 1 год**

**ТОМСК
2025 г.**

Разработчики:

Бугрова Елена Валерьевна – преподаватель по классу хореографии

Пояснительная записка

Образовательная программа «Обучение на специальных КХЭН: Студия эстрадного танца» создана в соответствии с Приказом Минкультуры России от 02.06.2021 №754 «Об утверждении Порядка осуществления образовательной деятельности образовательными организациями дополнительного образования детей со специальными наименованиями, «Детская школа искусств», «Детская музыкальная школа», «Детская хоровая школа», «Детская художественная школа» и т.д. (зарегистрировано в Минюсте России 06.07.2021 №64126),

Программа составлена с учётом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся и направлена на:

- создание условий для художественного образования, эстетического воспитания, духовно-нравственного развития детей;
- приобретение детьми опыта творческой деятельности;
- формирование у детей комплекса знаний, умений, навыков.

Цель образовательной программы:

- создание условий для творческого развития личности обучающегося средствами изучения техники теории различных направлений современного танца.

Задачи образовательной программы:

- освоить комплексы современных хореографических упражнений различных стилей и направлений, способствующих развитию необходимых физических качеств;
- сформировать двигательные навыки и умения, развить физические данные;
- развить координацию движения, пластичность, хореографическую память, выносливость;
- развить выразительность и осмысленность исполнения танцевальных движений;
- воспитать умение работать в коллективе;
- развить музыкально-ритмические способности детей, творческое мышление, воображение, фантазию;
- развить внимание, память, пространственное мышление;
- развития способности к творческой импровизации в области хореографии.

Актуальность программы обусловлена возрастающей потребностью современных детей в получении дополнительного художественного образования, способствующего развитию и творческому самовыражению личности.

Возраст обучающихся: 8-11 лет

Срок реализации образовательной программы: 1 год (учебный год)

Объем времени, предусмотренный учебным планом на реализацию образовательной программы: 72 часа.

Форма проведения аудиторных учебных занятий групповая (от 12 до 15 человек). Продолжительность занятия – 2 урока по 40 минут.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ОБУЧАЮЩИМИСЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Освоение образовательной программы «Обучение на специальных КХЭН: студия эстрадного танца» направлено на приобретение обучающимися следующих знаний, умений, навыков:

знать:

- основы различных стилей современного танца;
- профессиональную терминологию;
- основы работы мышц и правильного дыхания.

уметь:

- исполнять изученные комбинации;
- соблюдать требования к безопасности при выполнении танцевальных движений;
- ориентироваться в современных танцевальных и музыкальных направлениях.

владеть:

- техникой исполнения различных стилей современного танца;
- навыком ансамблевого исполнения. Сценической практики.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Наименование предметов	Количество недель аудиторных занятий	Недельная нагрузка в часах	Аудиторные групповые занятия	Промежуточная аттестация (в конце учебного года)
Студия эстрадного танца	36	2	72	1 (итоговый урок)

Освоение учебного материала происходит посредством последовательного освоения курсов программы:

№	Наименование курса	Количество часов в неделю	Кол-во учебных недель
1	курс «Стретчинг»	2	Сентябрь, Октябрь, Ноябрь (12 недель)
2	курс «Основы эстрадного танца»	2	Декабрь, Январь, Февраль (12 недель)
3	курс «Основы джаз-танца»	2	Март, Апрель, Май (12 недель)

ГРАФИК УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

Сентябрь				Октябрь				Ноябрь				Декабрь				Январь				Февраль				Март				Апрель				Май				Сводные данные по времени в год	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	36	

СОДЕРЖАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Учебно-тематический план

Освоение учебного материала происходит посредством последовательного освоения трёх тематических блоков программы (модулей):

№	Наименование темы	Количество аудиторных часов
курс «Стретчинг»		
1.	Вводное занятие: диагностика уровня физического развития детей, знакомство с правилами поведения в танцевальном зале.	1
2.	Ходьба: шаг с высоким подниманием колена, ходьба на пятках и носках.	2
3.	Наклоны: боковые, перегибы корпуса впереди и назад.	1
4.	Партерная гимнастика: упражнения для стоп, на развитие выворотности.	2
5.	Упражнения на силу рук.	1
6.	Партерная гимнастика: упражнения на развитие выворотности	1
7.	Упражнения для головы	1
8.	Партерная гимнастика: упражнения на гибкость позвоночника	2
9.	Полуприседания, полные приседания.	1
10.	Бег: свободный бег, бег коленями наверх.	1
11.	Упражнения для плеч.	2
12.	Партерная гимнастика: упражнения на растяжку.	2
13.	Прыжки на месте.	1
14.	Партерная гимнастика: упражнения на пресс.	1
15.	Упражнения на расслабление мышц.	1
16.	Ходьба в разных направлениях.	1
17.	Элементы растяжки возле станка.	1
18.	Упражнения на равновесие	2
Итого		24 ч.
курс «Основы эстрадного танца»		
1.	Вводное занятие: диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года. Культура поведения на занятиях хореографией.	1
2.	Упражнения на ориентировку в пространстве: прямо (анфас), полуоборот, профиль. Положение рук на поясе, позиция ног (I свободная).	1
3.	Вступление в музыку, счет музыки.	1
4.	Реверанс для девочек	1
5.	Различение динамики звука «громко-тихо», музыкально-ритмические игры.	1
6.	Упражнения на ориентировку в пространстве: свободное размещение в зале, шахматный порядок.	1
7.	Хлопки простые	1
8.	Выставление ноги на носок, пятку в разных направлениях (танцевальная композиция)	1
9.	Простой шаг в разном темпе и характере.	1
10.	Упражнения на ориентировку в пространстве (круг, перестроение в круг, шеренга, колонна).	1
11.	Бег легкий, на полу пальцах и ходьба на пяточках.	1
12.	Упражнения на переход от умеренного к быстрому или медленному	1

	темпу.	
13.	Приставной шаг с приседанием, полуприседанием, с выставлением ноги на пятку.	2
14.	Упражнения на смену движений со сменой частей, музыкальных фраз.	1
15.	Упражнения с предметами (мяч, цветок, платок, зонтик и др.), согласовывая их с характером музыки.	1
16.	Творческое использование знакомых движений в импровизациях, играх.	1
17.	Хлопки в ритмическом рисунке (танцевальная композиция).	1
18.	Упражнения на выделения сильной доли в такте, музыкально-ритмические игры.	2
19.	Танцевальные движения по диагонали.	1
20.	Прыжки на одной и двух ногах на месте и с продвижением вперед.	3
Итого		24 ч.
курс «Основы джаз-танца»		
1.	Вводное занятие.	1
2.	Набор танцевальных элементов.	1
3.	Шаг с высоким подниманием колена	1
4.	Шаг с высоким подниманием ноги (battement), приставной шаг.	1
5.	Подскоки.	1
7.	Боковой галоп.	1
8.	Образно-игровые упражнения для развития мимики и пантомимики.	1
9.	Упражнение с предметом.	2
10.	Разучивание танцевальной композиции «Хлопотушки»	1
11.	Элементы классического танца.	1
12.	Упражнения на развитие импровизации.	1
13.	Танцевальный этюд «Веселая детвора».	1
14.	Разучивание комбинаций к танцевальной композиции «Маленькие Амазонки».	1
15.	Разучивание танцевальной композиции «Маленькие Амазонки».	1
16.	Танцевальные упражнения в парах.	1
17.	Движения по диагонали.	1
18.	Импровизация на заданную тему.	1
19.	Танцевальный этюд «Весенний лес».	2
20.	Простейшие элементы джаз-танца.	3
21.	Итоговый урок	1
Итого		24 ч.
Итого по программе		72 ч.

Содержание учебного предмета

Программа «Обучение на специальных КХЭН: Студия эстрадного танца», обеспечивает целостное художественно-эстетическое развитие личности и приобретение ею в процессе освоения образовательной программы знаний, умений и навыков. К концу учебного года ребенок должен **уметь**:

- исполнять простые танцевальные этюды и танцы;
- ориентироваться в танцевальном зале: самостоятельно находить место, перестраиваться в круг, становиться в пары, строиться в шеренгу и колонну;
- владеть первоначальными навыками постановки корпуса, ног, рук, головы;
- передавать в мимике и пантомиме образы знакомых персонажей и животных;
- находить свои оригинальные движения для выражения характера музыки, игрового образа;
- самостоятельно начинать и заканчивать движение в соответствии с началом и концом музыки;
- передавать в пластике разнообразный характер музыки, различные оттенки настроения;

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

- правила поведения в танцевальном зале;
- основные танцевальные позиции и положения ног и рук;
- понятия: круг; шеренг; линия; колонна.
- основные гимнастические элементы.

Курс «Стретчинг»

1 тема. Диагностика уровня физической подготовки детей. Повторение за педагогом элементарных гимнастических упражнений : «бабочка», «лягушка», «складочка», прыжки на месте. Знакомство детей с правилами техники безопасности во время исполнения гимнастических упражнений.

2 тема. Виды ходьбы: шаг с высоким подниманием колена; ходьба на пятках, ходьба на носках. Закрепление видов ходьбы.

3 тема. Наклоны. Боковые наклоны (руки на поясе); перегибы корпуса вперед и назад; Развороты корпуса вправо и влево (в положении наклона, в положении без наклона).

4 тема. Упражнения на развитие стоп. Стоя попеременно выгибать стопы на полупальцы и на пальцы. Сидя на полу, ноги вместе. Сокращение стоп на себя и обратно, поочередно (руки на полу, вытянуты в стороны, на поясе).

5 тема. Упражнения на силу рук. а) Сидя, руки на полу, ноги согнуты в коленях, таз поднимается вверх - опускается в низ;

б) Сидя, руки на полу, ноги согнуты в коленях, таз поднят вверх. В таком положении осуществляется передвижение;

в) В положении руки на полу, ноги вытянуты назад – передвижение по залу;

г) Из исходного положения стоя, руки на поясе опускаемся в приседание (руки на полу), ноги назад, в положение отжима. Затем возвращаемся обратно в приседание и исходное положение.

6 тема. Упражнения на развитие выворотности

а) Вытянуть ноги, развернуть их внутренней стороной наружу (выворотно), а пятками прикоснуться друг к другу носки натянуть. Сократить подъем ног, чтобы пятки коснулись друг друга и вместе с подошвами и носками образовали прямую линию, а мизинцы коснулись пола.

б) Лежа на спине, развернуть ноги внутренней стороной наружу. Медленно поднимать ноги поочередно, то вытягивая, то сокращая их в I позицию.

в) Сидя на полу с опорой на руки сзади – приподнять выпрямленную ногу и вращать стопой вовнутрь (правая и левая нога поочередно).

7 тема. Упражнения для головы. Наклоны головой вправо и влево. Повороты головой вправо и влево. Вытягивание шеи вперед: «Жираф».

8 тема. Упражнения на гибкость позвоночника. Подъем на руках и прогиб из положения сидя на полу, ноги вытянуты вперед. Подъем на руках и прогиб из положения лежа на животе. Лежа на животе, взяться руками за щиколотки ног и вытянуться вверх («Корзиночка»). Подъем корпуса и ног из положения лежа на животе. Наклон корпуса вперед из положения, сидя на полу ноги вытянуты вперед «Книжка». Лежа на спине, руки вытянуты вдоль тела – ноги поставить на пол за голову и вернуться в исходное положение.

9 тема. Полуприседания, полные приседания. Полные приседания. Движения по диагонали в приседании.

10 тема. Бег. Свободный бег. Бег коленями вверх. Бег на полу-пальцах.

11 тема. Упражнения для плеч. Подъем двух плеч. Подъем плеч по очереди. Сведение плеч вперед и назад. Круговые движения плечами вперед и назад.

12 тема. Упражнения на растяжку. «Книжечка» (с «вытянутыми» и «сокращенными» стопами). «Складка» ноги врозь (вправо, влево и вперед). «Бабочка», «Веребочка». Лежа на животе – бедра отвести, колени согнуть, стопы касаются друг друга подошвенной частью (стараться удержать стопы и бедра на полу). шпагаты.

13 тема. Прыжки: невысокие, высокие (по VI позиции, ноги на ширине плеч). «Трамплины», «Разножка».

14 тема. Упражнения на пресс. «Велосипед», подъем ног на 10-15 градусов, «Березка», «Ножницы»

15 тема. Упражнения на расслабление мышц («Кошка», «Поза ребенка»)

16 тема. Ходьба. Свободный шаг, шаг с носка, шаг с носка с работой рук.

17 тема. Элементы растяжки возле станка. Нога ставится на нижнюю перекладину станка согнутая в колене, колено прижимается к груди – опорная нога выпрямлена (ноги чередуются). Нога ставится на нижнюю перекладину станка согнутая в колене, колено выпрямляется, корпус к ноге – опорная нога выпрямлена (ноги чередуются).

18 тема. Упражнения на равновесие. Подъемы ног из положения, сидя, ноги согнуты в коленях и прижаты к себе, руки обхватывают ноги.

19 тема. Открытый урок для родителей.

Курс «Основы эстрадного танца»

1 тема. Вводное занятие. Культура поведения на занятиях хореографией. Игра: «Кораблик в океане».

2 тема. Упражнения на ориентировку в пространстве. Закрепление понятий – прямо, полуоборот, профиль в игровой форме.

3 тема. Вступление в музыку. Прослушивание вступлений к различным музыкальным произведениям, обучение началу движения после вступления. Счет вслух музыкального отрывка, понятие музыкальная фраза.

4 тема. Разучивание простого реверанса для девочек и поклона для мальчиков из I свободной позиции.

5 тема. Различение динамики звука «громко – тихо». Музыкально-ритмические игры «Танец океана».

6 тема. Упражнения на ориентировку в пространстве: свободное размещение в зале, шахматный порядок. Музыкально-ритмические игры: «Командир».

7 тема. Хлопки простые (со счетом). Хлопаем и считаем музыку разного темпа и характера. Выделяем хлопком первую долю, хлопаем с паузами (4 счета хлопаем, 4 счета пауза и наоборот). Танцевальная композиция с элементами хлопков.

8 тема. Танцевальный этюд с элементами выставления ноги на носок и пятку в разных направлениях.

9 тема. Простой шаг в разном темпе и характере под разные музыкальные произведения.

10 тема. Упражнения на ориентировку в пространстве (круг, перестроение в круг, шеренга, колонна). Выполнение перестроения по команде педагога в процессе «свободного танца».

11 тема. Бег легкий, на полу пальцах, ходьба на пяточках по диагонали.

12 тема. Упражнения на переход от умеренного к быстрому или медленному темпу. Игра: «Кораблик в океане».

13 тема. Приставной шаг с приседанием, полуприседанием.

14 тема. Упражнения на смену движений со сменой частей, музыкальных фраз.

15 тема. Упражнения с предметами, согласовывая их с характером музыки.

16 тема. Творческое использование знакомых движений в импровизациях, играх (Свободный танец).

17 тема. Хлопки в ритмическом рисунке. Танцевальная композиция.

18 тема. Упражнения на выделения сильной доли в такте, музыкально-ритмические игры.

19 тема. Танцевальные движения по диагонали. Подскоки, подскоки в сочетании с хлопками, галоп, композиция – *battement tendu* с *plie*.

20 тема. Прыжки на одной и двух ногах на месте и с продвижением вперед (Танцевальный этюд)

21 тема. Подготовка к открытому уроку. Повторение изученного материала, устраивание урока - концерта.

22 тема. Открытый урок – концерт для родителей.

Курс «Основы джаз-танца»

1 тема. Вводное занятие.

2 тема. Набор танцевальных элементов. Прямой галопов. Повороты.

3 тема. Шаг с высоким подниманием колена по диагонали, по одному, в парах (композиция - шаг с высоким подниманием колена в чередовании с *grand battement*).

4 тема. Шаг с высоким подниманием ноги (композиция - шаг с высоким подниманием колена в чередовании с *grand battement*), приставной шаг (продвижение приставным шагом с выставлением ноги на пятку (Танцевальный этюд).

5 тема. Подскоки. Подскоки с руками на поясе. Подскоки с руками в движении.

7 тема. Боковой галоп.

8 тема. Образно-игровые упражнения для развития мимики и пантомимики (изображаем настроение в сочетании с музыкальным произведением).

9 тема. Упражнение с предметом.

10 тема. Разучивание танцевальной композиции «Хлопотушки».

11 тема. Элементы классического танца (изучение позиций рук – подготовительная, первая, вторая, третья; изучение позиций ног – первая, вторая, третья).

12 тема. Упражнения на развитие импровизации (импровизация на тему – «Африка»)

13 тема. Танцевальный этюд «Веселая детвора».

14 тема. Разучивание комбинаций к танцевальной композиции «Маленькие Амазонки».

- 15 тема. Разучивание танцевальной композиции «Маленькие Амазонки». Подготовка детей к выступлению на сценической площадке.
- 16 тема. Танцевальные упражнения в парах.
- 17 тема. Движения по диагонали.
- 18 тема. Импровизация на заданную тему. «Танец стихий», «Танец природы».
- 19 тема. Танцевальный этюд «Весенний лес».
- 20 тема. Простейшие элементы джаз-танца.
- 21 тема. Подготовка к открытому уроку. Повторение изученного материала.
- 22 тема. Открытый урок – концерт.

Методические рекомендации

На протяжении всего обучения по каждому курсу особое внимание уделяется развитию творческих способностей обучающихся, интереса к современному хореографическому искусству. В процессе занятий с обучающимися проводится воспитательная работа: вырабатываются правила поведения в хореографическом зале, на сцене, соблюдение требований к безопасности при выполнении танцевальных движений; осуществление самостоятельного контроля за учебной деятельностью, умение давать объективную оценку своему труду, уважительное отношение к иному мнению и художественно – эстетическим взглядам.

Урок выстраивается по следующей развёрнутой схеме занятий: экзерсис на полу, на середине, растяжки, прыжки, танцевальные комбинации. Схема может меняться каждое занятие, по мере необходимости может использоваться экзерсис у станка. Большое внимание уделяется растяжкам. Танцевальные комбинации и схемы даются в упрощённом виде и меняются тогда, когда будет достигнут определённый уровень их исполнения. Поскольку преподавание – это творчество, то материал предлагается в интерпретации преподавателя: усложняется или упрощается координация, разные части упражнения соединяются в одну, к основе упражнения добавляется танцевальная часть, из этого соединения получается танцевальная схема.

Урок делится на три части: подготовительную (разогрев), основную (изучение и отработка движений) и заключительную часть (релаксация) от урока. Однако это не ограничивает вариативности проведения занятий. Они могут отличаться дозировкой частей урока и движений, амплитудой и темпом исполнения движений.

Подготовительная часть урока (разогрев):

Задача этой части занятия привести двигательный аппарат в рабочее состояние, разогреть все мышцы для дальнейших нагрузок, необходимых для выполнения поставленных задач.

Основными средствами подготовительной части являются: упражнения для разогрева стопы и голеностопа, перегибы и наклоны корпуса, спирали и изгибы торса, упражнения на расслабление и напряжение, упражнения для разогрева позвоночника, несложные прыжки, короткие танцевальные комбинации.

Темп разогрева также может быть различен: упражнения в медленном темпе, построенные на статическом напряжении, или упражнения, выполняемые в быстром темпе. Продолжительность подготовительной части определяется задачами и содержанием занятия, составом группы и уровнем подготовки.

Основная часть урока:

Задачами основной части являются: развитие и совершенствование основных физических качеств; формирование правильной осанки; музыкально-ритмическая деятельность; развитие творческой активности; изучение, и совершенствование танцевальных движений; работа над танцевальными композициями.

Основными средствами основной части урока являются: Силовые упражнения; хореографические упражнения; упражнения на передвижение в пространстве (шаги, прыжки и др.) по заданной схеме, что позволяет развить танцевальность, музыкальность

(умение слушать музыку) и приобрести манеру и стиль исполнения; танцевальные комбинации; постановочная работа.

Порядок основной части урока строится исходя из работоспособности детей. Разучивание и корректировка новых движений происходит в начале основной части, в конце – отработка знакомого материала.

Заключительная часть урока:

Задачами заключительной части урока являются: постепенное снижение нагрузки; краткий анализ работы, подведение итогов.

Основными средствами являются: упражнения на расслабление; плавные движения руками; импровизация под музыку без привязки к теме (в выборе музыкальных композиций идет ориентация на спокойные и расслабляющие). Анализ урока, включающий в себя поощрение, советы, замечания создает у учащихся чувство удовлетворения, вызывает желание совершенствоваться, позволяет обратить внимание на недостаточно освоенные движения и уделить им особое внимание на следующем занятии.

Представленная выше структура урока не ограничивает вариативности проведения занятий.

Каждый урок начинается и заканчивается поклоном.

Для достижения цели, задач и содержания программы необходимо опираться в процессе обучения на следующие **хореографические принципы**:

- принцип формирования у детей художественного восприятия через пластику;
- принцип развития чувства ритма, темпа, музыкальной формы;
- принцип обучения владению культурой движения: гибкость, выворотность, пластичность

Принципы дидактики:

- 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, танцевальных элементов;
- принцип наглядности, наблюдения, показа;
- принцип опоры на возрастные и индивидуальные особенности обучающихся;
- принцип доступности.

Для реализации программы в работе с обучающимися применяются следующие **методы**

1. Метод слушания музыки - импровизация, создание образа через движение;
2. Словесный метод, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология;
3. Метод наглядности - способствует быстрому, глубокому усвоению программы, повышает интерес к знаниям;
4. Практический метод, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков.

Приёмы: комментирование, инструктирование, корректирование.

На уроках не следует давать сложных движений. Придя в школу, дети имеют разную двигательную подготовку, далеко не все умеют согласовывать движения с музыкой, а также ориентироваться в коллективе и пространстве. Занятия следует строить, учитывая возрастные особенности обучающихся, их быструю утомляемость и неустойчивое внимание, преподаватель должен чередовать различные виды деятельности, активизируя внимание детей и поддерживая их заинтересованность.

Методическое обеспечение учебного процесса

Учебная и методическая литература:

1. «Азбука хореографии». Методические указания в помощь учащимся и педагогам детских хореографических коллективов, балетных школ и студей. Т. Барышникова, «Респекс» «Люкси», СПб, 1996.
2. Гимнастика и хореография, составитель Т.С. Лисицкая, Москва, из-во «Физкультура и спорт», 1984.
3. Гимнастика. Примерная программа для ДШИ, составитель С.Г.Федотова, ЦНМК, Москва, 2003.
4. Джазовые танцы./ Авт.-сост. Е.В. Диниц, Москва: АСТ, 2002.
5. «Домашняя гимнастика», составитель Л.А.Козлова, Ленинград, из-во ТАСС, 1991.
6. «Искусство грации», составитель Г.А.Боброва, Ленинград, из-во «Детская литература», 1986.
7. Методическая рекомендация по современному танцу. Валькова Р.А., Курган, 1997.
8. Музыкальное развитие ребенка. Н.А. Ветлугина, М.Просвещение 2006.
9. «Ритмическая гимнастика для школьников», составитель М.А. Матова, И.Н. Шарбарова, М., изд-во «Знание», 1989.
10. Развитие пластики в хореографии. Методическая разработка. И.Н. Лисенкова. ЦНМК, Москва, 1980.
11. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. А.И.Буренина, СПб.,2000.
12. Ваганова А. Основы классического танца СПб.,2002.
13. Горшкова Е. «От жеста к танцу». Методика и конспекты занятий по развитию у детей 5 – 7 лет творчества в танце. Москва, из-во «Гном и Д», 2002.
14. Ерохина О.В. Школа танцев для детей. Ростов на Дону: Феникс, 2003.
15. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. Москва, Гном-Пресс, 2000.
16. Прутова Т.В., Беликова А.М., Кветная О.В. Учите детей танцевать. Москва.,2003.
17. Полетков С.С. Основы современного танца, Ростов- на - Дону, 2005.

Необходимое техническое оснащение занятий.

Хореографический класс, оборудованный станками, музыкальный инструмент (фортепиано или рояль), аудио- и видеоаппаратура, наличие специальной формы для занятий (тренировочный купальник, трико-лосины, мягкая танцевальная обувь).