

Администрация города Владивостока
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования
«Центр детского творчества Советского района города Владивостока»

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МБОУ ДО «ЦДТ
Советского района
г. Владивостока»

Рогова И. Д. Рогова
«01» сентября 2020 г.
Приказ № 93-9 от 01.09.2020 г.
МС Протокол № 1074/09 2020 г.

Согласовано на МС Протокол № 1 от 08.09.2020 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ХУДОЖЕСТВЕННОГО НАПРАВЛЕНИЯ

«ХОРЕОГРАФИЯ»

Педагог дополнительного образования
Кузина Елена Григорьевна

Возраст детей: 7-18 лет
Срок реализации: 4 года

Владивосток
2020 г.

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Хореография» является программой художественной направленности, в которую входит изучение основ классической хореографии, народно-сценического и характерного танца, приёмов стилизации, элементов других танцевальных стилей, актёрского мастерства, а также музыкальной грамоты, деятельность кружка осуществляется на основании **Федерального закона Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 26 июня 2012 г. № 504 г. Москва «Об утверждении Типового положения об образовательном учреждении дополнительного образования детей».** Кружок «Хореография» создан в сентябре 2017 года на базе МБОУ ДО «ЦДТ Советского района г. Владивостока».

Образовательная программа направлена на вооружение воспитанников знаниями основ хореографического искусства, развитие артистических, исполнительских способностей детей, высокого общефизического, социального, интеллектуального, нравственного уровня.

Актуальность программы

Актуальность данной программы состоит в том, что она представляет собой синтез классической, народной и современной хореографии, то есть широкий спектр хореографического образования. Содержание программы разработано в соответствии с требованиями программ нового поколения, что делает возможным выстроить индивидуальный маршрут развития каждого обучающегося, который будет пронизывать самые разнообразные образовательные области.

Отличительные особенности

Представив хореографию во всем ее многообразии, дав возможность ребенку попробовать себя в различных направлениях, мы тем самым открываем более широкие перспективы для самоопределения и

самореализации. Данная программа развивает художественную одаренность в области хореографического искусства и носит деятельностно-творческий характер. Программа модицифицированная, в её основе лежат программы Г.П.Гусева «Методика преподавания народного танца», Ж.Е.Фирилевой, Е.Р.Сайкиной «СА-ФИ-данс» танцевально-игровая гимнастика для детей; А.Я.Вагановой «Основы классического танца». Предложенная программа является вариативной, комплексной, т.е. при возникновении необходимости допускается корректировка содержания и форм занятий, времени прохождения материала.

Региональный компонент программы направлен на актуализацию интереса подрастающего поколения к отечественной культуре и современным тенденциям в искусстве. Назначение регионального компонента в программе - защита и развитие системой образования национальных культур, региональных культурных традиций и особенностей в условиях многонационального государства; сохранение единого образовательного пространства России.

Адресат программы

Данная программа рассчитана на детей младшего, среднего и старшего школьного возраста (от 7 до 18 лет), т.е. носит разновозрастный характер.

Объем и срок освоения программы

Программа рассчитана на 4 года обучения, 34 учебные недели, 204 часа в год.

Формы обучения

Образовательная деятельность по данной программе осуществляется на русском языке в соответствии со ст. 14 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ). Обучение проводится в очном формате (при необходимости возможно использование дистанционных технологий при изучении отдельных тем).

Основной формой работы в кружке является групповое занятие по расписанию. Также используются индивидуальные занятия, практические занятия (репетиция), творческие занятия (создание творческого продукта: танцевальных постановок, миниатюр, спектаклей, концертных программ и т.п.), мастер-классы, видео-уроки.

Особенности организации образовательного процесса

Учебное занятие – основной элемент образовательного процесса. В системе дополнительного образования существенно меняется форма его организации. Главное – не сообщение знаний, а выявление опыта детей, включение их в сотрудничество, активный поиск знаний и общение. Учебное занятие в рамках программы является моделью деятельности педагога и детского коллектива, предполагающая не только передачу знаний, умений и навыков детям по конкретному предмету и усвоение ими учебного материала, но прежде всего развитие, время, в течение которого учащиеся под руководством педагога занимаются учебной, воспитательной, досуговой деятельностью.

Учащиеся обязательно участвуют в следующих направлениях деятельности:

- в постановке и показе спектаклей, детских концертных программ на основе современных постановочных технологий с участием ведущих хореографов, молодых авторов, креативных специалистов;
- в системе конкурсного движения в контексте непрерывного образования (конкурсы, форумы, творческие поездки, гастроли по России и странам АТР);
- в выездных концертах по г. Владивостоку и Приморскому краю;
- в процессе репетиционной и постановочной работы к конкретному мероприятию.

Режим, периодичность и продолжительность занятий

Занятия проводятся 3-4 раза в неделю в зависимости от учебного плана и предстоящего концертно-конкурсного мероприятия, репетиции, постановки. Продолжительность занятия – 1-2 академических часа (45-90 минут).

Цель программы

Формирование духовно – нравственной личности ребёнка средствами хореографического искусства на основе традиционных ценностей отечественной культуры, развитие индивидуальных возможностей и творческих способностей детей. С помощью искусства танца приобщение учащихся к миру прекрасного, развитие их художественного вкуса.

Задачи программы

развивающие

- развитие физических данных ребенка, улучшение координации движений;
- развитие у детей музыкально-ритмических навыков;
- развитие у детей активности и самостоятельности общения;
- создание базы для творческого мышления детей средствами хореографии;

воспитательные

- формирование общей культуры, системы ценностей, личности ребенка, способной адаптироваться в современном обществе;
- формирование потребности здорового образа жизни;
- воспитание патриотизма;

обучающие

- обучение детей приемам самостоятельной и коллективной работы, самоконтроля и взаимоконтроля;
- обучение детей приемам актерского мастерства;
- обучение навыкам правильного и выразительного движения в области классической, народной и современной хореографии;

Ожидаемые результаты первого года обучения

Личностные

- сформированы основы российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою страну;
- развита самостоятельность и личная ответственность за свои поступки;

- сформировано уважительное отношение к иному мнению, истории и культуре других народов;
- сформирована широкая мотивационная основа учебной деятельности, включающая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы;
- развиты этические чувства, доброжелательность, отзывчивость;

Метапредметные

- сформированы умения планировать, контролировать и оценивать выполнение действий;
- сформированы умения понимать причины успеха/неуспеха деятельности;
- владеет логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, классификации;
- развиты умения ориентации на разнообразие способов решения задач;
- развиты умения определять наиболее эффективные способы достижения результата;

Предметные

- владеет техникой хореографического движения (основные позиции рук и ног, правила выворотности, гибкости корпуса, осанки, ориентироваться в пространстве, двигаться согласно характеру музыки, держать темп);
- знает точки зала, выполняет самостоятельное перестроение в соответствие с заданием, знает примеры детских постановок в рамках хореографического искусства;
- владеет навыками художественной выразительности исполнения танца (раскрытие художественного содержания, правила вхождения в образ, различать различные характеры музыки);
- проявляет интерес к занятиям;
- имеет первоначальные навыки выступления (достаточно уверенно держаться и двигаться на сцене);

- имеет стремление к успешности в процессе обучения хореографии (достижение определенных результатов – участие в конкурсе);

Образовательные

- обучение учащихся технике хореографического движения на основе изучения основных позиций рук, ног и постановки корпуса (физические данные: сила, выносливость, ловкость, гибкость, осанка, рост, выворотность стопы, выразительность телодвижений и поз; музыкальная память: чувство ритма, координация движений, музыкальный слух);
- ознакомление с профессиональной терминологией;

Развивающие

- развитие положительной мотивации учащихся к обучению детской хореографии и успешному освоению программы на примерах высокохудожественных произведений;
- развитие «мышечного чувства» (способности снимать эмоциональное и физическое напряжение);
- развитие музыкально-танцевальных способностей, потребности к творческому самовыражению.
- формирование положительной мотивации учащихся к обучению хореографии и успешному их освоению на примерах высокохудожественных произведений;
- развитие творческого потенциала учащихся, стимулирование нравственно-эстетических переживаний, способности к эмоциональной отзывчивости.
- развитие у учащихся творческих способностей (фантазия, воображение, эмоциональность, сообразительность, артистизм, инициативность, потребность в импровизации);

Воспитательные

- воспитание личности учащихся, ориентированных на успешность (радоваться успехам других и вносить вклад в общее дело);
- обеспечение избавления от стеснительности, зажатости;
- воспитание эмоционально-волевой сферы ребенка, раскрытие преобразующей силы хореографии и ее влияния на нравственные и эстетические идеалы;
- воспитание эстетического восприятия окружающего мира, любви к прекрасному;
- воспитание трудолюбия, самостоятельности, аккуратности, целеустремленности в достижении поставленной цели, умения работать в коллективе и в парах;

Ожидаемые результаты второго года обучения

Личностные

- развита самостоятельность и личная ответственность за свои поступки;
- сформировано уважительное отношение к иному мнению, истории и культуре других народов;
- сформирована широкая мотивационная основа учебной деятельности, включающая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы;
- развиты этические чувства, доброжелательность, отзывчивость;
- сформированы основы российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою страну;
- сформированы эстетические потребности, ценности и чувства;
- развиты навыки взаимодействия и сотрудничества со сверстниками и взрослыми людьми;
- сформированы установки на здоровый образ жизни и начальные навыки адаптации в социуме;

Метапредметные

- сформированы умения планировать, контролировать и оценивать выполнение действий;
- сформированы умения понимать причины успеха/неуспеха деятельности;
- развиты умения ориентации на разнообразие способов решения задач;

Предметные

- владеют навыками детского танцевального исполнительства (правильно исполняет разученные комбинации и танцы, четко определяет на слух начало и окончание музыкальной фразы, управляет координацией движений, владеет чувством ритма и темпа, ориентируется в пространстве);
- знает точки зала, умеет выполнять самостоятельное перестроение в соответствие с заданием;
- владеет навыками художественной выразительности исполнения танца (раскрытие художественного содержания, правила вхождения в образ, различать различные характеры музыки);
- знают и соблюдают основные правила техники безопасности на занятии, поведения за кулисами и около сцены, в ходе конкурсного выступления на сцене, в поездке;

Образовательные

- обучение учащихся системе элементов танца (осанка, апломб, танцевальный шаг, выворотность, прыжок, плие, пластика, гибкость);
- постановкой маленьких танцевальных форм: этюдов, миниатюр;
- обучение учащихся технике хореографического движения (темперамент и моторика: правильное выполнение движений, энергичность, подвижность, жизнерадостность; сценические способности, артистизм, желание успешно выступать на сцене);

Развивающие

- развитие общих физических данных учащихся, улучшение координации движений, ориентации в пространстве, пластиности, хорошей выворотности;
- развитие у учащихся творческих способностей (фантазия, воображение, эмоциональность, сообразительность, артистизм, инициативность, потребность в импровизации);

Воспитательные

- воспитание личности учащегося, ориентированного на успешность (радоваться успехам других и вносить вклад в общее дело);
- обеспечение избавления от стеснительности, зажатости;
- формирование художественного вкуса учащихся;

Ожидаемые результаты третьего года обучения

Личностные

- развиты чувства патриотизма, уважения к Отечеству;
- сформирована готовность и способность к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
- сформировано целостное мировоззрение;
- сформированы ценности здорового и безопасного образа жизни;
- сформированы коммуникативные компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками и взрослыми;
- сформированы основы хореографической культуры и актерского мастерства;

Метапредметные

- развиты умения определять наиболее эффективные способы достижения результата;

- развиты умения и навыки решения проблем творческого и поискового характера;
- развиты умения определять общую цель и пути ее достижения; умения договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности;
- умеют осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- сформировано умение понимать причины успеха/неуспеха деятельности;
- развито умение ориентации на разнообразие способов решения задач;
- развито умение конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов разных сторон;

Предметные

- владеют навыками художественной выразительности исполнения танца (применять пластику для выражения танцевального образа, использование приемов создания художественного образа, первоначальные знания о законах сценического движения, общая хореографическая культура учащихся);
- грамотно используют современные технические средства концертной деятельности (точки сцены, фонограмма, костюм, общий образ исполнителя, связь со зрителем);
- имеют навыки выступления (подготовка к концертной деятельности учащихся, создающих индивидуальный и коллективный репертуары).
- владеют техникой народного танца (знать основные позиции и положения рук и ног, положение головы и корпуса, элементы народного танца, освоение их на «середине», грамотно выполнять экзерсис у станка, знать движения, ходы, проходки, верчения, сценические движения на середине зала, у станка с силовой нагрузкой, в движении по диагонали);

- владеют навыками художественной выразительности (исполнение движений народного танца с сохранением характера музыки, грамотно, выразительно раскрывать художественное содержание, создавать музыкально-хореографический образ);

Образовательные

- формирование специально-хореографического понятийного аппарата учащегося на основе специальных знаний;
- обучение технике хореографического движения эстрадного танца (место движения, правила его исполнения и вариативность);
- формирование представления об основных принципах современных эстрадных направлений (полицентрика, правильное дыхание, навыки сольной и контрактной техники);

Развивающие

- укрепление и развитие мышечного аппарата с помощью комплекса упражнений (шаг, прыжок, гибкость, пластичность, координация, подвижность двигательного аппарата, ритмичность, свобода движения, музыкальность);
- развитие чувства ритма, динамики, выразительности, формы и стиля танца, образного мышления и желания импровизировать;

Воспитательные

- воспитание эстетически-нравственного восприятия окружающего мира, любви к прекрасному, трудолюбия, аккуратности, целеустремленности в достижении поставленной цели, умения работать в коллективе;
- воспитание культуры исполнения хореографического номера;
- воспитание активного, творческого отношения к жизни, самостоятельности и инициативности;

Ожидаемые результаты четвёртого года обучения

Личностные

- сформированы ценности здорового и безопасного образа жизни;
- сформированы нравственные чувства и нравственное поведение, осознанное и ответственное отношение к собственным поступкам;
- сформирован высокий уровень мотивации к успешности (активно участвовать и побеждать в концертной деятельности: индивидуальные и групповые выступления в концертных программах, музыкальных спектаклях, конкурсах, фестивалях);
- сформирована готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию;
- сформировано целостное мировоззрение;
- сформированы собственные предпочтения и художественный вкус;

Метапредметные

- развито умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;
- сформированы навыки познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыки разрешения проблем; способности и готовности к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;
- сформировано умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность со сверстниками; разрешать конфликты;
- развито умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации

планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;

- сформировано и развито художественное мышление, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике;

Предметные

- знают основные позиции и техники контемпорари и модерн-джаз танца, народного, народно-сценического и стилизованного народного танца, классического и эстрадного танца;
- владеют движением изолированных центров, упражнениями stretch-характера, акробатическими элементами (колесо, большой мостик, кувырки, перекаты);
- владеют понятийным словарем по основным темам программы;
- импровизируют 1-2 минуты, используя знания о постановках в рамках хореографического искусства, имеют собственные хореографические предпочтения (оценочное музыкальное мышление на основе элементарных знаний истории хореографического искусства);
- владеют навыками танцевального исполнительства (уметь танцевать в паре, владеть корпусом, движением рук, головы, иметь культуру выразительного исполнения танцев и комбинаций, способность исполнять трюковые движения мужского и женского танца);

Образовательные

- владеют комплексом специальных хореографических упражнений, способствующих развитию допрофессиональных умений и навыков, соблюдения требований к безопасности при выполнении танцевальных движений, навыков музыкально-пластического интонирования, навыков сохранения собственной физической формы;

Развивающие

- развитие чувственного познания (зрительное, слуховое, осязательное);
- развитие творческого потенциала, индивидуальных особенностей (внутренняя свобода, активность, общительность) учащихся средствами танца, предоставление возможности дальнейшей профессиональной самореализации на основе сформированной системы знаний;
- развитие музыкального восприятия произведений, обогащение музыкальных впечатлений на примере разнообразных высокохудожественных произведений и сведений о них;
- развитие у учащихся творческих способностей (фантазия, воображение, эмоциональность, сообразительность, артистизм, инициативность, потребность в импровизации).

Воспитательные

- воспитание эстетически-нравственного восприятия окружающего мира, любви к прекрасному, трудолюбия, аккуратности, целеустремленности в достижении поставленной цели, умения работать в коллективе, бережливого отношения к сценическим костюмам;
- формирование навыков взаимопомощи при выполнении работы, культуры труда;

Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение	Оборудование	Кадровое обеспечение
<ul style="list-style-type: none">- специальный зал, оснащённый зеркалами и тренировочными станками;- комната для переодевания и подготовки учащихся к занятиям;- костюмерная с вешалами;- музыкальный центр;- телевизор;- ноутбук;- видеотека (записи танцев, выступлений, концертов, мастер-классов, семинаров);- фонотека (записи музыки для занятий и фонограммы танцевальных номеров);	<ul style="list-style-type: none">- мобильный хореографический станок;- гимнастические коврики;- атрибуты к танцам: платочки, ленточки, веночки и др.	<ul style="list-style-type: none">- хореограф (педагог дополнительного образования в области хореографии);

Список рекомендуемой литературы детям и родителям

- 1.Антропова Л.В. Развитие выразительности в процессе обучения хореографическому искусству // Образование и общество. - 2011. - №4. - С.121-124.
- 2.Базарова, Н.П. Азбука классического танца. Первые три года обучения: учебное пособие / Н.П. Базарова, В.П. Мей. - СПб.: Лань, 2006. - 240с.
- 3.Барышникова Т. Азбука хореографии. - М.: Айрис-Пресс, 2000. - 263с.
- 4.Белкин А.С. Основы возрастной педагогики: учебное пособие. - М.: Академия, 2000. - 192с.
- 5.Белов В.А. Особенности формирования эстетических эмоций средствами хореографического искусства // Вестник ЧГАКИ. - 2009. - №1. - С.47-50.

6.Бухвостова Л.В. Композиция и постановка танца: учебное пособие / Л.В. Бухвостова, С.А. Щекотихина. - Орел: ОГИИК, 2002. - 160с.

7.Ерошенков И.Н. Культурно-воспитательная деятельность с детьми и подростками [Электронный ресурс]: учебное пособие / И.Н. Ерошенков. - М.: МГУКИ, 2000. - 202с.

8.Ерошенков И.Н. Культурно-воспитательная деятельность среди детей и подростков: учебное пособие. - М.: Владос, 2004. - 221с.

9.Заикин Н.И. Проблемы использования местных особенностей русского народного танца при создании хореографического произведения // Традиции и новации в хореографическом образовании: материалы Международной науч. - практ. конф., г. Орел, 24-28 марта 2009г. - Орел: ОГИИК; ПФ "Оперативная полиграфия", 2009. - С.41-45.

10.Ивашковский А.А. Хореокоррекция: теоретические и практические основы: науч. издание. - Калуга: КГПУ им. К.Э.Циолковского, 2006. - 440с.

11.Игумнова М.А. Роль хореографии в творческом развитии детей [электронный ресурс] / М.А. Игумнова. - Режим доступа: <http://festival.1september.ru/articles/602763> /

12.Кукарин, А.В. Профессиональное мастерство как творческое отношение педагога-хореографа к своей деятельности в учреждениях дополнительного образования детей // Вестник МГУКИ. - 2009. - №1.-С.180-182

13.Богаткова Л. Хоровод друзей.- М., 1957.

14. Колсдницкий Г.Л. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов.- М.: Гном-Пресс, 2000- 64 с.

15. Пасютинская В.Волшебный мир танца. М., 1985г.

16.Приглашаем танцевать. Сборник популярных бальных танцев. Сост. В. Кудряков. М., 1982.

Механизм оценки реализации программы

За период обучения в хореографическом коллективе воспитанники получают определенный объем знаний, умений и навыков, качество которых проверяется диагностикой два раза в год. Для этой цели организован промежуточный контроль – участие в концертах, фестивалях, конкурсов и итоговый контроль.

Ежегодно в танцевальном коллективе проводится творческий отчет работы педагога и детей, проделанной за весь учебный год. Отчет проводится в форме концерта для родителей, учащихся, друзей коллектива. Педагог подводит итог всей учебно-воспитательной работы, делает анализ творческих достижений обучающихся.

Учебный план первого года обучения

4 раза в неделю по 1 часу (45 мин.) – 136 занятий в год (136 часов)

№	Содержание и виды работы	Всего	Теория	Практика	Формы аттестации
1	Организационная работа (введение в курс программы, инструктаж по ТБ)	4	3	1	Опрос, тренировочная эвакуация
2	Учебно-тренировочная работа:	87	15	72	Контрольный урок/зачёт
	1. Азбука музыкального движения:	6	3	3	
	2. Танцевально-ритмическая гимнастика	30	4	26	
	3. Тренаж из элементов классического танца.	25	4	21	
	4. Тренаж из элементов народного танца.	20	2	18	

	5. Тренаж историко-бытовых танцев.	6	2	4	
3	Учебно-творческая работа (постановочная, репетиционная работа).	42	4	38	Формирование хореографического репертуара /репетиция
4	Концертная деятельность	3	-	3	Исполнение танца в концертном выступлении с последующей оценкой руководителей и педагогов в конце первого и второго полугодия.
	ИТОГО	136	22	114	

Содержание учебного плана первого года обучения

1. Организационная работа

1. Формирование коллектива.
2. Формирования целей, задач в новом учебном году
3. Составление расписания работы.
4. Беседа о хореографическом искусстве, просмотр видео материала.
5. Работа с родителями.
6. Изучение правил охраны труда, противопожарной безопасности, дорожного движения.

2. Учебно-тренировочная работа

1. Азбука музыкального движения

Мелодия и движение.

Темп (быстро, медленно, умеренно)

Музыкальные размеры: 2/4, 3/4, 4/4,

Контрастная музыка:

быстрая-медленная, веселая-грустная.

Такт и затакт.

2. Танцевально-ритмическая гимнастика

Экзерсис на середине:

- танцевальные шаги (с носка, с высоким подниманием колена, приставные шаги);
- упражнения для рук (поднимание, опускание, сгибание в локтевом суставе, кисти);
- упражнения для головы и шеи (наклоны-вперед, назад, к плечам, повороты);
- упражнения на координацию движений;
- упражнения на ориентацию в пространстве;
- прыжки;

Партерная гимнастика:

- «тучки и солнышко» (упражнения для голеностопа)
- «Карандаши» (упражнения для силы ног)
- «Угольки» (упражнения для стоп)
- «Идем в гости» (упражнения на растяжение мышц ног)
- «корзиночка» (упражнения для позвоночника)
- «колечко» (упражнения для позвоночника)
- «самолетики» (упражнения для мышц спины)
- «березка» (стойка на лопатках)

3. Тренаж из элементов классического танца. Азбука хореографии

Экзерсис на середине:

- постановка корпуса, апломб
- изучение позиций ног: 1, 2, 3, 6
- изучение позиций рук: постановка рук (надуваем шары) 1, 2, 3
- plie (по 1 и 2 позиции ног)
- battment tandu в сторону по 1 п.н.
- releve по 6 п.н. (подъем на полупальцы)

^ Kross(упражнения по диагонали)

- танцевальный шаг
- танцевальный бег

- боковой галоп
- махи вперед, в стороны
- «ножницы»
- «колесо»
- подскоки
- Grand jete

4. Тренаж из элементов народного танца.

Раскрывание и закрывание рук:

- одной руки
- двух рук
- поочередные раскрывания рук
- переводы рук в различные положения

Поклоны:

- на месте без рук и с руками,
- поклон с продвижением вперед и отходом назад

Притопы:

- одинарные
- тройные

Перетопы тройные.

Простой (бытовой) шаг:

- вперед с каблука,
- с носка.

Простой русский шаг:

- назад через пальцы на всю стопу,
- с притопом и продвижением вперед,
- с притопом и продвижением назад.

Боковой шаг на всей стопе и на полупальцах по прямой позиции.

«Переменный шаг»:

- с притопом и продвижением вперед и назад
- с фиксацией одной ноги около икры другой и продвижением вперед и назад

«Девичий ход» с переступаниями

«Припадание»

- простое

«Гармошка»

«Ёлочка»

Перескоки с ноги на ногу на всю стопу (подготовка к дробям).

Бег на месте с продвижением вперед и назад на полупальцах.

Подскоки на месте, с продвижением вперед, назад и вокруг себя.

5. Тренаж историко-бытовых бальных танцев.

Полька: шассе, галоп в паре, па польки,

Баланс: вперед, назад, в сторону.

3. Учебно-творческая работа. (постановочная, репетиционная работа)

4. Концертная деятельность

Учебный план второго года обучения

Зраза в неделю по 2 часа (90 минут) – 102 занятия (204 часа)

№	Содержание и виды работы	Всего	Теория	Практика	Формы аттестации
1	Организационная работа (введение в курс программы, инструктаж по ТБ)	6	3	3	Опрос, тренировочная эвакуация
2	Учебно-тренировочная работа:	124	16	108	Контрольный урок/зачёт
	1. Азбука музыкального движения:	14	6	8	
	2. Тренаж из элементов классического танца.	45	4	41	
	3. Тренаж из элементов народного танца.	45	4	41	
	4. Тренаж историко-бытовых танцев.	20	2	18	
3	Учебно-творческая работа (постановочная, репетиционная работа).	66	4	62	Формирование хореографического репертуара

					/репетиция
4	Концертная деятельность	8	2	6	Исполнение танца в концертном выступлении с последующей оценкой руководителей и педагогов в конце первого и второго полугодия, а также жюри в рамках конкурсов
	ИТОГО	204	25	179	

Содержание учебного плана второго года обучения

1. Организационная работа

1. Формирование целей и задач в новом учебном году.
2. Составление, обсуждение и плана работы коллектива.
3. Составление расписания работы.
4. Беседа о хореографическом искусстве, просмотр видео материала.
5. Изучение правил охраны труда, противопожарной безопасности, дорожного движения. Учебная эвакуация. Безопасный маршрут.
6. Работа с родителями.

2. Учебно-тренировочная работа

1. Тренаж из элементов классического танца

экзерсис на середине:

- постановка корпуса, апломб.
- изучение позиций ног: 1, 2, 3, 4 и 5 в конце года;
- изучение позиций рук: подготовительное положение, 1,2,3 позиции;
- изучение понятия «поза»; Приступить к их изучению следует после усвоения постановки корпуса, ног, рук и элементарных движений экзерсиса.

Экзерсис у палки:

В начале года лицом к палке, в конце – боком

1. battement tendu в сторону, 1п.н.

2. battement tendu вперед, назад, 1 п.н.
3. Preparation.
4. Demi-plie 1,2,3,5, в конце года по 4 п.н.
5. demi – rond de jambe par terre.
6. Passe par terre.
7. battement tendu из 5 п.н. в сторону, вперед, назад
8. положение ноги на cou-de-pied
9. battement tendu jete из 1 и 5 позиции
 - в сторону
 - вперед
 - назад
10. battement frappe вперед на 45 на один такт 2/4
battement frappe назад на 1/4 такта.
11. Releve подъем на полупальцы
12. Petit battement на cou-de-pied
13. Grand plie .
14. battement fondu – в сторону, вперед, назад на 45
15. battement releve lend на 45 – в сторону, вперед, назад
16. Grand battement jete в сторону, вперед, назад
17. Port de bras – упражнение для рук, корпуса, головы; наклоны корпуса, головы

2. Тренаж из народного танца

Упражнение у станка

1. Пять открытых позиций ног – аналогичны позициям классического танца.
2. Подготовка к началу движения (preparation):
 - движение руки,
 - движение руки и координации с движением ноги.
3. **Demi-plie** (приседания по 1-й, 2-й и 3-й открытым позициям)
музыкальный размер 3/4, 4/4. Grand plie (глубокое приседание).

Приседания по прямым и открытых позициям, с переводом ног указаными приемами (музыкальный размер 3/4, 4/4).

4. **Battements tendus**. Выведение ноги на носок, каблук, носок из 1-й, 3-й и 5-й открытых позиций вперед, в сторону и назад (музыкальный размер 4/4):

- с Demi-plies в исходной позиции.

5. **Battements tendus jetes** (маленькие броски) вперед, в сторону и назад по 1-й, 3-й и 5-й открытых позициям (музыкальный размер 2/4, 6/8):

- с полуприседанием на опорной ноге,

- с двойными бросками.

6. **Подготовка к «веревочке»** (музыкальный размер 2/4, 4/4):

- в открытом положении на всей стопе,

- в открытом положении с проскальзыванием по полу на опорной ноге, на всей стопе и полупальцах.

7. **Battements developpes** (развертывание работающей ноги на 45⁰)

вперед, в сторону и назад, на вытянутой ноге и на полуприседании

(музыкальный размер 4/4).

8. **Flic-flac** (мазки подушечкой стопы по полу от себя и к себе)

музыкальный размер 2/4, 4/4:

- в прямом положении вперед одной ногой,

- двумя ногами поочередно.

9. Опускание на колено на расстояние стопы от опорной ноги

(музыкальный размер 4/4):

- из 1-й прямой позиции,

- с шага, лицом к станку.

10. Растяжка из 1-й прямой позиции в полуприседании и полное

приседание на опорной ноге, стоя лицом к станку (музыкальный размер 3/4, 4/4).

11. **Grand battement jete** (большие броски) по всем позициям.

Элементы русского народного танца

1. Поочередное раскрывание рук (приглашение) (музыкальный размер 2/4, 4/4)
 2. Движение рук с платком из подготовительного положения в 1-е положение и 4-ю и 5-ю позиции
 3. Бытовой шаг с притопом
 4. «Шаркающий шаг»:
 - каблуком по полу
 - полупальцами по полу
 5. Перескоки с ноги на ногу по 3-й свободной позиции и продвижением в сторону
 6. Поочередное выбрасывание ног перед собой или крест- накрест на ребро или носок каблука. На месте и с отходом назад
 7. «Моталочка» в прямом положении на полупальцах и с акцентом на всей стопе
 8. «Веревочка» - простая
 - с двойным ударом полупальцами
 - простая с поочередными переступаниями
 - двойная с поочередными переступаниями
 9. «Ковырялочка» с подскоками
 10. «Ключ» простой на подскоках
 11. Дробные движения
 - простая дробь на месте
 - тройная дробь (поочередные выступивания всей стопой) на месте и с продвижением вперед
 - простая дробь полупальцами на месте
 - дробная дорожка каблуками и полупальцами на месте и с продвижением вперед
 12. Вращения:
 - на середине зала (с припаданием, тур по 6 поз)
 - по диагонали (шене, бегунец)

4. Тренаж историко-бытовых бальных танцев.

Полька: шассе, галоп в паре, па польки,

Балансे вперед, назад, в сторону

Рок – н – ролл – основное движение, разрыв, связка, перемена мест, спин–поворот, «кик», «хлыст»

3.Учебно-творческая работа (постановочная, репетиционная работа)

Законы драматургии. Классические нормы сюжета произведения (экспозиция, завязка, кульминация и развязка). Понятие пролога и эпилога.

4.Концертная деятельность

Участие в концертах, конкурсных программах, фестивалях.

Учебный план третьего года обучения

Зраза в неделю по 2 часа (90 минут) - 102 занятия (204 часа)

№	Содержание и виды работы	Всего	Теория	Практика	Формы аттестации
1	Организационная работа (введение в курс программы, инструктаж по ТБ)	6	3	3	Опрос, тренировочная эвакуация
2	Учебно-тренировочная работа:	106	12	94	Контрольный урок/зачёт
	1.Тренаж из элементов классического танца.	40	4	36	
	2.Тренаж из элементов народного танца.	48	6	42	
	3.Тренаж историко-бытовых танцев.	18	2	16	
3	Учебно-творческая работа (постановочная, репетиционная работа).	72	6	66	Формирование хореографического репертуара /репетиция
4	Концертная деятельность	20	2	18	Исполнение танца в концертном или конкурсном выступлении с последующей оценкой руководителей и

					педагогов или членов жюри.
ИТОГО	204	23	181		

Содержание учебного плана третьего года обучения

1.Организационная работа

1. Формирование целей и задач в новом учебном году.
2. Составление, обсуждение плана работы коллектива.
3. Составление расписания работы.
4. Беседа о хореографическом искусстве, просмотр видео материала.
5. Изучение правил охраны труда, противопожарной безопасности, дорожного движения. Учебная эвакуация.
6. Работа с родителями.

2. Учебно-тренировочная работа

1.Тренаж из элементов классического танца

- Demi plie с включением поворотов и полуповоротов от палки к палке.

Движение подготавливает корпус, ноги, руки к различным поворотам на обеих ногах, к турам на одной ноге, развивает координацию.

- battement tandu, battment tendu jete с добавлением por le pied (double battment tendu)

- Petit battement на cou-de-pied

- Rond de jamb parterre в соединение с grand rondom на 90

- Rond de jamb an leir – на всей стопе

- Battement tendu на 45

- Battement frappe

- Battement devellope passe на 90, то есть переход из одного направления в другое направление, из одной позы, является связующим движением в упражнениях с положением работающей ноги на 90

- Grand Battement jete с добавлением основных поз классического танца ecordee , croise, effosce

2.Тренаж из народного танца:

Экзерсис у станка

1. **Demi end grand plies** (приседания резкие и плавные по 1-й, 2-й и 5-й открытым позициям и 1-й прямой)
2. **Battements tendus** (скольжение стопой по полу, с одновременным опусканием с полупальцев на всю стопу опорной ноги)
3. **Battements tendus jetes** (маленькие броски):
 - с двумя ударами стопой работающей ноги 5-й открытой позиции вперед, в сторону и назад,
 - с одновременным ударом каблуком опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону и назад,
 - сквозные по 1-й открытой позиции (balanouirs) с ударом каблуком опорной ноги в полуприседании.
4. **Rond de jambe end rond de pied** (круговые скольжения по полу):
 - одинарные
 - двойные
5. **Pas tortille** (повороты стопы из открытого в закрытое):
 - одинарные
 - двойные
6. **Battements fondues** (полуприседания на опорной ноге с постепенным поворотом колена работающей ноги из закрытого положения в открытое на 45^0 (Battements fondues)):
 - на всей стопе
 - с подъемом ноги на полупальцы
7. Подготовка к «веревочке» с поворотом колена работающей ноги в закрытое положение и обратно
8. **Battements developpe на 90^0** (развертывание ноги) с одним ударом каблуком опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону и назад
9. **Flic-flac** (подготовка к «чечетке»), в открытом положении вперед, в сторону и назад

10. «Веер» - маленькие броски работающей ноги от щиколотки опорной с вытянутой стопой

11. Повороты:

- плавный на обеих ногах по 5-й открытой позиции в полуприседании и на вытянутых ногах (*Soutenu en tournant*),
- поворот на одной ноге внутрь и наружу (*Pirouette en dedan en dehors*) с другой, согнутой в колене

12. Подготовка к «качалке» и «качалка»

13. Выстукивания поочередные каблуками и полупальцами по 1-й позиции прямой в испанском характере (*zapateado*)

14. Растворка из 1-й прямой позиции с перегибанием корпуса в испанском стиле

15. **Grands battements** (большие броски) с падением на работающую ногу по 5-й открытой позиции вперед, в сторону и назад:

- с одним ударом стопой и полупальцами опорной ноги,
- с двумя ударами стопой и полупальцами опорной ноги.

16. Наклоны и перегибания корпуса по 1-й и 4-й прямым позициям на полупальцах в полуприседании вперед, в сторону и назад

17. Маленькие «голубцы» лицом к станку

18. Присядки:

- на полном приседании по 1-й прямой позиции с поочередным открыванием ног на каблук вперед и по 1-й свободной позиции, открывая ноги в стороны,
- «мяч» лицом к станку

19. Поднимание на полупальцы в сочетании с движением рук.

РУССКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ

(музыкальный размер 2/4, 4/4)

1. Боковые перескоки с ударами полупальцами в пол.
2. Боковые перескоки с ударом каблуком впереди стоящей ноги.
3. «Ключ» с двойной дробью.

4. Дробная «дорожка» с продвижением вперед и с поворотом.
5. Двойная дробь на месте, с поворотом и с продвижением вперед.
6. Дробь на «три ножки».
7. Основной ход танца «Шестера» на месте и с продвижением вперед.
8. «Моталочка»:
 - с задеванием пола каблуком
 - с акцентом на всю стопу
 - с задеванием пола полупальцами
 - с задеванием пола поочередно полупальцами и каблуками
9. «Маятник» в прямом положении
10. Основной русский ход (академический).
11. Подбивка «Голубец»:
 - на месте
 - с двумя переступаниями
12. Быстрый русский бег с продвижением вперед и назад.
13. Вращения:
 - на подскоках с продвижением вперед по диагонали,
 - с движением «моталочки» с откидыванием ног назад.
 - на середине зала (с припаданием, обертас, тур по 6 поз) **3.Элементы современного танца**

Знакомство с движениями и комбинациями на основе новых стилей и направлений. Составление этюдов, изучение пантомимы, игровые этюды.

Знакомство с импровизацией.

- Модерн-джаз танец

Особенность- достаточная свобода педагога в выборе лексического материала, основывающаяся на строгих рамках урока.

- Изучение основных понятий: *поза коллапса, изоляция и полицентрия, полиритмия, мультиплекция, координация, contraction , release, уровни;*
Позиции рук:

- Нейтральное, или подготовительное положение – аналогично подготовительному положению классического танца.
 - Press-position
 - 1, 2, 3; Jerk position
 - Положения: jazz hand,
- Позиции ног:
- 1, 2, 3, 4, 5
 - Prance- это движение служит для развития подвижности стопы и состоит из быстрой смены положений;
 - Kick (пинок)
 - Flat back
 - Deep body bend
 - side stretch
 - Twist или изгиб позвоночника; *curve, arch, twist topca, roll down, roll up.*
 - Bodu roll

Кросс:

- Шаги примитива; flat step, camel walk, latin walk
- Шаги в модерн-джаз манере
- Шаги в рок-манере
- Шаги в мюзикл-комеди-джаз манере

Прыжки:

Прыжки в уроке модерн-джаз танца используются в сочетании с шагами и вращениями.

- с двух ног на две (jump)
- с одной ноги на другую с продвижением (leap)
- с одной ноги на ту же ногу (hop)
- с двух ног на одну.

Исполнение прыжка как с акцентом вверх, так и с акцентом вниз.

3.Учебно-творческая работа (постановочная, репетиционная работа)

Продолжение знакомства с законами драматургии. Самостоятельная работа над образом в танце. Составление композиций и постановка танца.

4. Концертная деятельность

Участие в концертах, конкурсных программах, фестивалях.

Учебный план четвёртого года обучения

Зраза в неделю по 2 часа (90 минут) - 102 занятия (204 часа)

№	Содержание и виды работы	Всего	Теория	Практика	Формы аттестации
1	Организационная работа (введение в курс программы, инструктаж по ТБ)	6	3	3	Опрос, тренировочная эвакуация
2	Учебно-тренировочная работа:	96	12	84	Контрольный урок/зачёт
	1. Тренаж из элементов классического танца	34	4	30	
	2. Тренаж из элементов народного танца	48	6	42	
	3. Тренаж современных танцев	14	2	12	
3	Учебно-творческая работа (постановочная, репетиционная работа)	78	8	70	Формирование хореографического репертуара /репетиция
4	Концертная деятельность	24	2	22	Исполнение танца в концертном или конкурсном выступлении с последующей оценкой руководителей и педагогов или членов жюри.
	ИТОГО	204	25	179	

Содержание учебного плана четвёртого года обучения

1. Организационная работа

1. Формирование коллектива.
2. Формирования целей, задач в новом учебном году
3. Составление расписания работы.
4. Беседа о хореографическом искусстве, просмотр видео материала.
5. Работа с родителями.
6. Изучение правил охраны труда, противопожарной безопасности, дорожного движения. Учебная эвакуация.
7. Моделирование костюмов.

2. Учебно-тренировочная работа

1. Тренаж из элементов классического танца

Экзерсис у палки.

К изученному у станка добавляются туры на 360 градусов (*en dehors, en dedans*).

Упражнения в *Epauletement. Attitude.*

Arabesque на 90 по 1 и 2 позициям.

Pas de bourre.

Allegro.

Double assemble.

Sissonne fermee.

Pas glissade.

Экзерсис на середине зала:

Позы классического танца на 90 градусов. Основные большие позы классического танца исполняют подъемом ноги на 90 градусов.

Для правильного усвоения поз их изучают на середине зала, где их построение более точно, чем у палки.

Croisee на 90.

Ecornee на 90.

2. Тренаж из народного танца

Упражнения у станка:

1. **Demi end grand plies** по 1-й, 2-й, 4-й и 5-й открытым и прямым позициям.
2. **Battements tendus:**
 - с поворотом ноги в закрытое положение в сторону,
 - с поворотом ноги в закрытое положение в сторону с полуприседанием.
3. **Battements tendus jetes** сквозные по 1-й открытой позиции (*balancoirs*) со встречным проскальзыванием на опорной ноге в полуприседании.
4. **Rond de jambe:**
 - ребром каблука около опорной ноги,
 - носком или ребром каблука по полу, в полуприседании на опорной ноге с остановкой в сторону или назад.
5. **Battements fondues:**
 - на всей стопе,
 - с подниманием на полупальцы,
 - с наклоном корпуса в координации с движением руки.
6. Подготовка к «веревочке»:
 - в открытом положении,
 - с поворотом из открытого в закрытое положение и обратно.
7. **Battements developpes** на 90^0 с двойным ударом каблуком опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону и назад:
 - плавное,
 - резкое в координации с движением руки.
8. **Flic-flac** двумя мазками подушечкой работающей стопы с акцентом от себя:
 - в прямом положении,
 - в открытом положении вперед, в сторону и назад.
9. Растяжка из 1-й прямой позиции (лицом к станку):
 - в сторону в прямом положении и полуприседании с наклоном корпуса в координации с рукой,

- в сторону в открытом положении и полуприседании с наклоном корпуса.
10. **Grand battements jeté:**
- с проведением ноги через 1-ю открытую позицию (balancoirs).
11. «Голубец»:
- в сторону на 45^0 в прямом положении лицом к станку,
 - в сторону на 90^0 в прямом положении лицом к станку.

РУССКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ

(музыкальный размер 2/4, 4/4).

1. Перекат – боковой ход с каблука на всю стопу и полупальцы.
2. Переборы (pas bourree).
3. «Ключ» дробный сложный.
4. «Ключ» хлопушечный.
5. «Маятник» в поперечном движении.
6. «Голубцы» поджатыми ногами с переходом на полупальцы.
7. «Веревочка»:
 - простая и двойная с перетопами,
 - простая и двойная с «ковырялочкой»,
 - простая и двойная с подскоками на одной ноге, другая – на щиколотке спереди или сзади,
 - простая и двойная с перескоками с ноги на ногу по 5-й открытой позиции,
 - простая и двойная с поворотом (soutenu) на 360^0 в приседании на полупальцах.
8. Три «веревочки» и подскок с поджатыми ногами.
9. Три дробные дорожки с заключительным ударом.
10. Поочередные выбрасывания ног перед собой и в стороны на каблук или на всю стопу.

3.Элементы современного танца

Продолжаем знакомство с движениями и комбинациями на основе новых стилей и направлений. Составление этюдов, изучаются пантомимные движения, игровые этюды. Знакомство с импровизацией.

- **Модерн-джаз танец:**

- закрепление основных понятий: *поза коллапса, изоляция и полицентрия, полиритмия, мультиплекция, координация, contraction , release, уровни;*
- Prance, это движение служит для развития подвижности стопы и состоит из быстрой смены положений;
- Kick (пинок)
- Flat back
- Deep body bend
- side stretch
- Twist или изгиб позвоночника; *curve, arch, twist topca, roll down, roll up.*
- Bodu roll

Кросс:

- Шаги примитива; flat step, camel walk, latin walk
- Шаги в модерн-джаз манере
- Шаги в рок-манере
- Шаги в мюзикл-комеди-джаз манере

Прыжки:

Прыжки в уроке модерн-джаз танца используются в сочетании с шагами и вращениями.

- с двух ног на две (jump)
- с одной ноги на другую с продвижением (leap)
- с одной ноги на ту же ногу (hop)
- с двух ног на одну.

Вращения:

- Corscrew повороты – повороты, аналогичные *sotenu en tournan*. Зачастую при таком повороте происходит изменение уровня исполнения, т.е. поворот начинается из *demi plie* и заканчивается на полупальцах.

- Top chaine
 - Повороты на одной ноге
 - Повороты по кругу вокруг воображаемой оси
 - Повороты на различных уровнях
- Комбинации или импровизация:
- Комбинации в партере
 - комбинации на основе движений заимствованных из модных стилей бытовой хореографии.

3.Учебно-творческая работа (постановочная, репетиционная работа)

Знакомство с законами драматургии. Зарисовка схем и рисунков на заданную музыкальную тему. Знакомство с костюмами, и их значение в танце

4.Концертная деятельность

Участие в концертах, конкурсных программах, фестивалях.

Методическое обеспечение программы

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

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

Принципы дидактики:

- принцип развивающегося 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, элементов народного танца;

- принцип наглядности, привлечение чувственного восприятия, наблюдения, показа;
- принцип опоры на возрастные и индивидуальные особенности учащихся;
- принцип доступности и посильности;
- принцип прочности обучения как возможность применять полученные знания во внеурочной деятельности, в учебных целях.

Приемы:

- комментирование;
- инструктирование;
- корректирование.

Формы организации занятий и деятельности детей

Основной формой работы в кружке является групповое занятие по расписанию. Расширяя кругозор детей, знания о русском фольклоре и в целом о русской народной и классической культуре используются такие **формы**:

- демонстрация техники исполнения основных движений танца;
- демонстрация вариаций;
- отработка движений;
- постановка танца;
- репетиции;
- знакомство с русским народным костюмом;
- просмотр видеоматериала и прослушивание аудиокассет;
- экскурсии;
- изготовление русских народных костюмов;
- концерты;

Методы организации учебного процесса

Для реализации программы в работе с учащимися применяются следующие методы:

- Объяснительно – иллюстративный
(показ элементов, объяснение, использование фольклора);
- Репродуктивный
(разучивание, закрепление материала)
- Исследовательский
(самостоятельное исполнение, оценка, самооценка)
- Метод побуждения к сопереживанию
(эмоциональная отзывчивость на прекрасное)
- Метод поисковых ситуаций
(побуждение детей к творческой и практической деятельности)
- Метод активного слушания музыки
(проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения – образы)
- Метод использования слова
(раскрытие содержания музыкальных произведений, объяснение элементарных основ музыкальной грамоты, описание техники движения в связи с музыкой, терминология, историческая справка и др.)
- Метод наглядного восприятия
(способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям)
- Метод практического обучения
(освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, поиск художественного и технического решения)

Список литературы

1. Ваганова А.Я. Основы классического танца – 9-е изд., стер. – СПб: Планета музыки, 2007. – 192 с.

2. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала: Учеб. пособие для студ. Вузов культуры и искусств - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. — 208 с: ил.: ноты
3. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца: Упражнение у станка: Учеб. пособие для вузов искусств и культуры. — М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2002. — 208 с: ил.: ноты.
4. Ритмика и танец : Программа спецкурса для учащихся 1-3 классов. Сост. Т. Е. Авинская, Ю.Д. Чурилов,- Ставрополь,1995.
5. Фольклор - музыка - театр: Программы и конспекты занятий для педагогов дополнительного образования, работающих с дошкольниками: Программно-метод. пособие / Под ред. СИ.Мерзляковой. -М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1999. - 216 с: (Воспитание и доп. образование детей).
6. Фирилева Ж.Е.Сайкина Е.Г. СА-ФИ-ДАНСЕ Танцевально – игровая гимнастика для детей: Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. – СПб: Детство-пресс, 2003. – 352 с.