

РАССМОТРЕНО
Педагогическим советом
ЧОУ «ЦО «Венда»
Протокол № 1 от 01.10.2019

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы ЧОУ «ЦО «Венда»
И.Н. Лаврова
«01» октября 2019г.



Рабочая программа внеурочной деятельности

Хореография (общекультурное направление)

1-4 классы

срок реализации: 4 года

Автор-составитель: Сазонова Е.В.,
педагог-хореограф

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности по общекультурному направлению «Хореография» (студия танца для учащихся 1-4 классов) подготовлена в соответствии с требованиями ФГОС ООО «ЦО «Венда» на 2019-2020 учебный год.

Настоящая программа внеурочной деятельности определяет цели и задачи курса, место в учебном плане, особенности реализации, содержание и требования к результатам освоения обучающимися программы внеурочной деятельности.

Программа внеурочной деятельности «Хореография» предназначена для обучающихся 1-4 классов. Принадлежность к внеурочной деятельности определяет режим проведения занятий (все занятия по внеурочной деятельности проводятся после всех уроков основного расписания, продолжительность соответствует рекомендациям СанПин, т.е. 35-40 минут). Группы укомплектованы учащимися в количестве не более 10 человек. Реализация программы «Хореография» осуществляется в основном помещении ЧОУ «ЦО «Венда» в специально отведённом помещении.

Практическая значимость курса внеурочной деятельности «Хореография»

Данная программа носит художественно-эстетическую направленность и относится к общекультурному направлению. Программа нацелена на формирование художественного и эстетического вкуса воспитанников. Программа курса по хореографии способствует популяризации хореографического искусства среди детей, которое учит детей красоте и выразительности движений, а также формирует фигуру, развивает их физическую силу.

Данная программа разработана на основе программы «Классический танец» для хореографических отделений ДШИ 1981г., составленная В.П.

Сердюковым., примерной программы «Народно-сценический танец» для хореографических отделений ДШИ (г. Москва- 1987 г.), примерной программы «Историко-бытовой и современный бальный танец» для хореографических отделений ДШИ (г. Москва- 1983 г.)

Танец – это музыкально-пластическое искусство. Как всякий вид искусства, он отражает окружающую жизнь в художественных образах. Выразительный язык танца – движения и положения человеческого тела. Танцу присущи образность, сюжетность, игровые ситуации. Этот вид искусства оптимален для формирования и развития детского творчества.

Педагогическая целесообразность и актуальность настоящего курса «Хореография» проявляется в воспитании внимания, трудолюбия, собранности, дисциплинированности у детей. Благодаря систематическим занятиям хореографией, воспитанники приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию профессионального хореографического искусства.

Новизна программы в том, что наряду с традиционными методами и средствами обучения танцевальному искусству на занятиях используются специальные упражнения, развивающие эмоциональность и артистизм, творческую активность, а также общеукрепляющие упражнения, развивающие физически, и влияющие на формирование хорошей осанки.

Отличительной особенностью программы является то, что на занятиях используются различные танцевальные средства, а именно: основные движения классического танца, народно-сценического танца, историко-бытового танца, партерной гимнастики, ритмических игр, позволяющие развить координацию движений, развить и укрепить мышцы тела, сформировать хорошую осанку, выработать технику исполнения танцевальных движений.

Цель программы – приобщение детей ко всем видам хореографического искусства через овладение и исполнение ими различных танцевальных элементов, комбинаций, композиций, хореографических постановок.

Для реализации поставленной цели необходимо решить следующие задачи:

Образовательные:

- формирование у детей музыкально-ритмических навыков;
- Формирование умения передавать образное содержание музыки в движениях;
- Формирование способности к творчеству в танце, развитие воображения;
- Формирование умения ориентироваться в пространстве;
- изучение основ классической, народной, историко-бытовой и современной хореографии;
- обучение детей сценическому мастерству.

Развивающие:

- развитие музыкальных способностей, памяти и внимания;
- развитие гибкости, пластичности и выносливости;
- развитие координации движений;
- развитие и укрепление мышцы тела;
- развитие выразительности и осмысленности исполнения хореографических движений;
- развитие творческих способностей;
- развитие эмоциональности и артистизма.

Воспитательные:

- формирование привычки к здоровому образу жизни;
- воспитание культуры поведения и общения;
- воспитание умения работы в коллективе;
- воспитание доброго отношения к окружающим и друг к другу;

- формирование потребности слушать классическую и народную музыку.

Место курса «Хореография» учебном плане ЧОУ «ЦО «Венда» определено в 1-4 классах в соответствии со следующей таблицей:

Класс	Количество часов в плане внеурочной деятельности	
	в неделю	за год
1	0,5	17
2	0,5	17
3	0,5	17
4	0,5	17
Итого:		68

Условия реализации программы:

Данная программа предназначена для детей 1-4 класса и рассчитана на 4 года обучения - 17 часов в год (0,5 часа в неделю). Занятия проводятся 1 раз в неделю.

Заниматься могут все желающие на основе заявления.

Наполнение групп – от 2 до 15 человек.

Основные формы организации занятий: Занятие-игра, репетиции, концерты, конкурсы, праздники, фестивали.

Планируемые результаты освоения программы курса:

Ученики должны знать:

- элементы классического танца,
- элементы народного танца.
- Элементы историко-бытового танца

Ученики должны уметь:

- двигаться под музыку, ориентироваться в пространстве,

- исполнять несложные танцевальные этюды, комбинации и композиции.

Ученики должны владеть:

- специальной терминологией, обозначающей те или иные движения.

Содержание:

Первый год обучения (1 класс)

Тема 1. Вводное занятие (1 час)

Знакомство с планами и задачами на учебный год. Расписание занятий. Форма для занятий хореографией. Основные правила техники безопасности, противопожарной защиты, санитарии и гигиены.

Тема 2. Азбука музыкального движения. (2 часа)

Теория: Мелодия и движение. Темп (быстро, медленно, умеренно). Музыкальные размеры 4/4, 2/4. Контрастная музыка: быстрая – медленная, веселая – грустная.

Практика: Музыкально-пространственные упражнения: маршировка в темпе и ритме музыки; шаг на месте, вокруг себя, вправо, влево. Пространственные музыкальные упражнения: повороты на месте (строевые), продвижение на углах, с прыжком (вправо, влево). Фигурная маршировка с перестроениями: из одного круга в два и обратно. Танцевальные шаги (с носка на пятку) с фигурной маршировкой.

Тема 3. Элементы классического танца (3 часа)

Теория: Понятие экзерсиса у станка. Основные позиции рук и ног. Правила выполнения каждого движения. Информация о том, что развивает данное упражнение, какие группы мышц работают во время исполнения.

Практика: Упражнения у станка. Постановка корпуса. Позиции ног – 1, 2, 3. Постановка рук – 1, 2, 3. *Battement tendu* по точкам с паузами. *Demi plie* по 1, 2, 3 позициям. *Demi rond de jambe par terre* изучается лицом к станку с 1-й позиции по точкам – вперед в сторону, в сторону вперед.

Тема 4. Элементы народного танца (2 часа)

Теория: Положение корпуса в русском народном танце. Правила выполнения каждого нового упражнения, положение стопы, движение кисти, поворот головы.

Практика: Русский танец. Позиция рук – 1, 2, 3 на талии. Шаги танцевальные с носки: простой шаг вперед, переменный шаг вперед. Притоп – удар всей стопой; Выведение ноги на каблук из свободной 1-й позиции, затем приведение ее в исходную позицию.

Тема 5. Элементы историко-бытового танца. (2 часа)

Теория: Основные отличия и сходства историко-бытового и классического танца. Манера исполнения элементов историко-бытового танца.

Практика: Поклоны и реверанс XVIII века (показ учителя). Простейшая композиция гавота (па де грас). Поклоны – для девочек, шаг с приставкой и наклон головы - для мальчиков. Па галопа (боковые) по 6-й позиции.

Тема 6. Ритмические игры (2 часа)

Теория: Правила игр, назначение.

Практика: Движения в характере и в темпе музыки (быстро, медленно). Начало и конец движений одновременно с началом и окончанием музыкальной фразы. Элементарное ознакомление с длительностями - половинными, четвертными.

Музыкальные игры организующего характера с элементами соревнования.

Тема 7. Партерная гимнастика (1 час)

Теория: Объяснение назначения того или иного упражнения на полу

Практика: Упражнения выполняются на полу для растяжки и эластичности мышц ног, спины, живота. Упражнение для подъема стопы. Упражнения для развития «выворотности» ног и танцевального шага. Упражнения на исправление осанки.

Тема 8. Постановочная работа. (3 часа)

Практика: Хореографические постановки в классическом, историко-бытовом и народном танце.

Тема 9. Итоговое занятие. (1 час)

Отчётный концерт

Второй год обучения (2 класс)

Тема 1. Вводное занятие (1 час)

Знакомство с планами и задачами на учебный год. Расписание занятий. Форма для занятий хореографией. Основные правила техники безопасности, противопожарной защиты, санитарии и гигиены.

Тема 2. Азбука музыкального движения. (2 часа)

Теория: Мелодия и движение. Темп (быстро, медленно, умеренно). Музыкальные размеры 4/4, 2/4, 3/4. Контрастная музыка: быстрая – медленная, веселая – грустная. Правила перестроений из одних рисунков в другие, логика поворотов вправо и влево. Соотнесение пространственных построений с музыкой. Такт и затакт.

Практика: Музыкально-пространственные упражнения: маршировка в темпе и ритме музыки; шаг на месте, вокруг себя, вправо, влево. Пространственные музыкальные упражнения: повороты на месте (строевые), продвижение на углах, с прыжком (вправо, влево). Фигурная маршировка с перестроениями: из одного круга в два и обратно; продвижения по кругу (внешнему и внутреннему), звездочка. Танцевальные шаги (с носка на пятку) с фигурной маршировкой. Танцевальные шаги в образах, например: оленя, журавля, лисы, кошки, мышки, медведя, птички и т. д.

Тема 3. Элементы классического танца (3 часа)

Теория: Понятие экзерсиса у станка. Основные позиции рук и ног. Правила выполнения каждого движения. Информация о том, что развивает данное упражнение, какие группы мышц работают во время исполнения.

Практика: Упражнения у станка. Постановка корпуса. Позиции ног – 1, 2, 3. Постановка рук – 1, 2, 3. Battement tendu по точкам с паузами. Demi plie по 1, 2, 3 позициям. Demi rond de jambe par terre изучается лицом к станку с 1-й позиции по точкам – вперед в сторону, в сторону вперед, позднее – назад в сторону, в сторону назад. Положение ноги sur le cou de pied – обхватное (обхватывает щиколотку опорной ноги); условное - сильно вытянутые пальцы работающей ноги касаются опорной. Battement frappe носком в пол.

Тема 4. Элементы народного танца (2 часа)

Теория: Положение корпуса в русском народном танце. Правила выполнения каждого нового упражнения, положение стопы, движение кисти, поворот головы.

Практика: Русский танец. Позиция рук – 1, 2, 3 на талии. Шаги танцевальные с носки: простой шаг вперед, переменный шаг вперед. Притоп – удар всей стопой; шаг с притопом в сторону; тройной притоп. «Гармошка», «ёлочка». Выведение ноги на каблук из свободной 1-й позиции, затем приведение ее в исходную позицию. Ковырялочка – поочередные удары в сторону одной ногой носком в закрытом положении и ребром каблука в открытом положении, без подскоков.

Тема 5. Элементы историко-бытового танца. (2 часа)

Теория: Основные отличия и сходства историко-бытового и классического танца. Манера исполнения элементов историко-бытового танца.

Практика: Поклоны и реверанс XVIII века (показ учителя). Простейшая композиция гавота (па де грас). Поклоны – для девочек, шаг с приставкой и наклон головы - для мальчиков. Па галопа (боковые) по 6-й позиции. Па галопа по 3-й открытой позиции, шаг полонеза.

Тема 6. Ритмические игры (1 час)

Теория: Правила игр, назначение.

Практика: Движения в характере и в темпе музыки (быстро, медленно). Начало и конец движений одновременно с началом и окончанием музыкальной фразы. Элементарное ознакомление с длительностями - половинными, четвертными, восьмыми. Музыкальные игры организующего характера с элементами соревнования. Игры, воспитывающие артистизм и приучающие воспитанников к эмоциональному исполнению танцев.

Тема 7. Партерная гимнастика (1 час)

Теория: Объяснение назначения того или иного упражнения на полу

Практика: Упражнения выполняются на полу для растяжки и эластичности мышц ног, спины, живота. Упражнение для подъема стопы. Упражнения для развития «выворотности» ног и танцевального шага. Упражнения на исправление осанки.

Тема 8. Постановочная работа. (3 часа)

Практика: Хореографические постановки в классическом, историко – бытовом и народном танце.

Тема 9. Итоговое занятие. (1 час)

Отчётный концерт

Третий год обучения (3 класс)

Тема 1. Вводное занятие (1 час)

Знакомство с планами и задачами на учебный год. Расписание занятий. Форма для занятий хореографией. Основные правила техники безопасности, противопожарной защиты, санитарии и гигиены.

Тема 2. Азбука музыкального движения. (2 часа)

Теория: Мелодия и движение. Темп (быстро, медленно, умеренно). Музыкальные размеры 4/4, 2/4, 3/4. Контрастная музыка: быстрая – медленная, веселая – грустная. Правила перестроений из одних рисунков в другие, логика поворотов вправо и влево. Соотнесение пространственных построений с музыкой. Такт и затакт.

Практика: Музыкально-пространственные упражнения: маршировка в темпе и ритме музыки; шаг на месте, вокруг себя, вправо, влево. Пространственные музыкальные упражнения: повороты на месте (строевые), продвижение на углах, с прыжком (вправо, влево). Фигурная маршировка с перестроениями: из одного круга в два и обратно; продвижения по кругу (внешнему и внутреннему), звездочка. Танцевальные шаги (с носка на пятку) с фигурной маршировкой. Танцевальные шаги в образах, например: оленя, журавля, лисы, кошки, мышки, медведя, птички и т. д. Марши, польки, вальсы в медленном и умеренном темпе.

Тема 3. Элементы классического танца (3 часа)

Теория: Понятие экзерсиса у станка. Основные позиции рук и ног. Правила выполнения каждого движения. Информация о том, что развивает данное упражнение, какие группы мышц работают во время исполнения. Подготовительное движение руки (препарасьон)

Практика: Упражнения у станка. Постановка корпуса. Позиции ног – 1, 2, 3, 5. Постановка рук – 1, 2, 3. *Battement tendu* по точкам с паузами из 1 позиции, позднее из 5 позиции в сторону. *Demi plié* по 1, 2, 3, 5 позициям. Батман тандю жете изучаются стоя к станку (в сторону 2-й позиции). *Demi rond de jambe par terre* изучается лицом к станку с 1-й позиции по точкам – вперед в сторону, в сторону вперед, позднее – назад в сторону, в сторону назад. Положение ноги *sur le cou de pied* – обхватное (обхватывает щиколотку опорной ноги); условное - сильно вытянутые пальцы работающей ноги касаются опорной. *Battement frappe* носком в пол.

Тема 4. Элементы народного танца (2 часа)

Теория: Положение корпуса в русском народном танце. Правила выполнения каждого нового упражнения, положение стопы, движение кисти, поворот головы. Особенности исполнения движения в русском характере.

Практика: Русский танец. Позиция рук – 1, 2, 3 на талии. Подготовительные движения рук (из подготовительной позиции руки

открываются через 1-ю позицию во 2-ю и закрываются на талию). Полуприседание и полное приседание. Скольжение стопой по полу – вытягивание ноги на носок с переводом стопы на ребро каблука (вперед, в стороны, назад, лицом к станку). Скольжение по ноге в открытом положении (подготовка к веревочке). Положение рук в групповых танцах в фигурах: звездочка, круг, карусель, корзиночка, цепочка. Поклоны – на месте и с движением вперед и назад. Шаги танцевальные с носка: простой шаг вперед, переменный шаг вперед. Притоп – удар всей стопой; шаг с притопом в сторону; тройной притоп. «Гармошка», «ёлочка». Выведение ноги на каблук из свободной 1-й позиции, затем приведение ее в исходную позицию. Ковырялочка с подскоком и без подскока. Ходы: простой шаг с продвижением вперед и назад; переменный шаг с продвижением вперед и назад. Притоп – удар всей стопой.

Тема 5. Элементы историко-бытового танца. (2 часа)

Теория: Основные отличия и сходства историко-бытового и классического танца. Манера исполнения элементов историко-бытового танца. Живой, веселый, быстрый характер польки.

Практика: Поклоны и реверанс XVIII века (показ учителя). Простейшая композиция гавота (па де грас). Поклоны – для девочек, шаг с приставкой и наклон головы – для мальчиков. Па галопа (боковые) по 6-й позиции. Па галопа по 3-й открытой позиции, шаг полонеза.

Тема 6. Ритмические игры (1 час)

Теория: Правила игр, назначение.

Практика: Движения в характере и в темпе музыки (быстро, медленно). Начало и конец движений одновременно с началом и окончанием музыкальной фразы. Элементарное ознакомление с длительностями – половинными, четвертными,

восьмыми. Музыкальные игры организующего характера с элементами соревнования. Игры, воспитывающие артистизм и приучающие воспитанников к эмоциональному исполнению танцев.

Тема 7. Партерная гимнастика (1 час)

Теория: Объяснение назначения того или иного упражнения на полу

Практика: Упражнения выполняются на полу для растяжки и эластичности мышц ног, спины, живота. Упражнение для подъема стопы. Упражнения для развития «выворотности» ног и танцевального шага. Упражнения на исправление осанки.

Тема 8. Постановочная работа. (3 часа)

Практика: Хореографические постановки в классическом, историко – бытовом и народном танце.

Тема 9. Итоговое занятие. (1 час)

Отчётный концерт

Четвёртый год обучения (4 класс)

Тема 1. Вводное занятие (1 час)

Знакомство с планами и задачами на учебный год. Расписание занятий. Форма для занятий хореографией. Основные правила техники безопасности, противопожарной защиты, санитарии и гигиены.

Тема 2. Азбука музыкального движения. (1 час)

Теория: Мелодия и движение. Темп (быстро, медленно, умеренно). Музыкальные размеры 4/4, 2/4, 3/4. Контрастная музыка: быстрая – медленная, веселая – грустная. Правила перестроений из одних рисунков в другие, логика поворотов вправо и влево. Соотнесение пространственных построений с музыкой. Такт и затакт. Особенности метро – ритма, чередование сильной и слабой долей такта. Медленные хороводные и быстрые плясовые русские танцы

Практика: Музыкально-пространственные упражнения: маршировка в темпе и ритме музыки; шаг на месте, вокруг себя, вправо, влево.

Пространственные музыкальные упражнения: повороты на месте (строевые), продвижение на углах, с прыжком (вправо, влево). Фигурная маршировка с перестроениями: из одного круга в два и обратно; продвижения по кругу (внешнему и внутреннему), звездочка. Танцевальные шаги (с носка на пятку) с фигурной маршировкой. Танцевальные шаги в образах, например: оленя, журавля, лисы, кошки, мышки, медведя, птички и т. д. Марши, польки, вальсы в медленном и умеренном темпе.

Тема 3. Элементы классического танца (3 часа)

Теория: Понятие экзерсиса у станка. Основные позиции рук и ног. Правила выполнения каждого движения. Информация о том, что развивает данное упражнение, какие группы мышц работают во время исполнения. Подготовительное движение руки (препарасьон)

Практика: Упражнения у станка. Постановка корпуса. Позиции ног – 1, 2, 3, 5. Постановка рук – 1, 2, 3. *Battement tendu* по точкам с паузами из 1 позиции, позднее из 5 позиции в сторону. *Demi plie* по 1, 2, 3, 5 позициям. Батман тандю жете изучаются стоя к станку (в сторону 2-й позиции). *Demi rond de jambe par terre* изучается лицом к станку с 1-й позиции по точкам – вперед в сторону, в сторону вперед, позднее – назад в сторону, в сторону назад. Положение ноги *sur le cou de pied* – обхватное (обхватывает щиколотку опорной ноги); условное - сильно вытянутые пальцы работающей ноги касаются опорной. *Battement frappe* носком в пол. Перегибы корпуса: назад, стоя лицом к станку в 1-й позиции. *Temps saute* лицом к станку – по 1, 2, 5-й позициям.

Тема 4. Элементы народного танца (3 часа)

Теория: Положение корпуса в русском народном танце. Правила выполнения каждого нового упражнения, положение стопы, движение кисти, поворот головы. Особенности исполнения движения в русском характере.

Практика: Русский танец. Позиция рук – 1, 2, 3 на талии. Подготовительные движения рук (из подготовительной позиции руки

открываются через 1-ю позицию во 2-ю и закрываются на талию). Полуприседание и полное приседание. Скольжение стопой по полу – вытягивание ноги на носок с переводом стопы на ребро каблука (вперед, в стороны, назад, лицом к станку). Скольжение по ноге в открытом положении (подготовка к веревочке). Положение рук в групповых танцах в фигурах: звездочка, круг, карусель, корзиночка, цепочка. Поклоны – на месте и с движением вперед и назад. Шаги танцевальные с носка: простой шаг вперед, переменный шаг вперед. Притоп – удар всей стопой; шаг с притопом в сторону; тройной притоп. «Гармошка», «ёлочка». Выведение ноги на каблук из свободной 1-й позиции, затем приведение ее в исходную позицию. Ковырялочка с подскоком и без подскока. Ходы: простой шаг с продвижением вперед и назад; переменный шаг с продвижением вперед и назад. Притоп – удар всей стопой. Дроби (дробная дорожка) на месте, с продвижением. Притопы в полуприседании; перескок на всю ступню с двумя последующими поочередными ударами всей стопы в пол по 6-й позиции; подскок на одной ноге с двумя поочередными ударами всей стопой по 6-й позиции.

Тема 5. Элементы историко-бытового танца. (2 часа)

Теория: Основные отличия и сходства историко-бытового и классического танца. Манера исполнения элементов историко-бытового танца. Живой, веселый, быстрый характер польки.

Практика: Поклоны и реверанс XVIII века (показ учителя). Простейшая композиция гавота (па де грас). Поклоны – для девочек, шаг с приставкой и наклон головы – для мальчиков. Па галопа (боковые) по 6-й позиции. Па галопа по 3-й открытой позиции, шаг полонеза. Вальс в два па. Вальс в паре (положение рук). Полонез в усложненном рисунке.

Тема 6. Ритмические игры (1 час)

Теория: Правила игр, назначение.

Практика: Движения в характере и в темпе музыки (быстро, медленно). Начало и конец движений одновременно с началом и окончанием

музыкальной фразы. Элементарное ознакомление с длительностями - половинными, четвертными, восьмыми. Музыкальные игры организующего характера с элементами соревнования. Игры, воспитывающие артистизм и приучающие воспитанников к эмоциональному исполнению танцев.

Тема 7. Партерная гимнастика (1 час)

Теория: Объяснение назначения того или иного упражнения на полу

Практика: Упражнения выполняются на полу для растяжки и эластичности мышц ног, спины, живота. Упражнение для подъема стопы. Упражнения для развития «выворотности» ног и танцевального шага. Упражнения на исправление осанки.

Тема 8. Постановочная работа. (4 часа)

Практика: Хореографические постановки в классическом, историко – бытовом и народном танце.

Тема 9. Итоговое занятие. (1 час)

Отчётный концерт

Тематический план занятий

№	Темы	Количество часов			
		1 класс	2 класс	3 класс	4 класс
1.	Вводное занятие.	1	1	1	1
2.	Азбука музыкального движения	2	2	2	1
3.	Элементы классического танца	3	3	3	3
4.	Элементы народного танца	2	2	2	3
5.	Элементы историко-бытового танца	2	2	2	2
6.	Партерная гимнастика	1	1	1	1
7.	Ритмические игры	2	1	1	1
8.	Постановочная работа	3	4	4	4
9.	Итоговое занятие	1	1	1	1
	Всего:	17	17	17	17
	Итого:	68			

Виды контроля

Текущий контроль (оценка усвоения осваиваемого материала)

осуществляется педагогом в форме наблюдения.

Промежуточный контроль проводится один раз в полугодие в форме концерта.

Оценивание результатов: безотметочное

Материально-техническое обеспечение

Занятия проводятся в оборудованном хореографическом зале.

На занятиях используются:

- гимнастические коврики
- магнитофон
- реквизит к танцам

Учебно-методическая литература для учителя:

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. - М., Л.: Искусство, 1964.
2. Костровицкая В. Школа классического танца. «Искусство». Лен. отд. 1986
3. Боброва Г. Искусство грации. – М.: Детская литература, 1986.
4. Бондаренко Л. Методика хореографической работы в школе. – Киев, Музична Украина, 1985.
5. Борышниковая Т. Азбука хореографии. - М.: Рольф, 2001.
6. Васильева-Рождественская М. Историко-бытовой танец. М. 1987
7. Ткаченко Т. Народный танец. - М.: Искусство, 1954.
8. Заикин Н.И., Заикина Н.А. Областные особенности русского народного танца. – Орёл, 2003.
9. Чибрикова-Луговская А.Е. Ритмика. – М.: «Дрофа», 1998.