

**Администрация городского округа «Город Калининград»  
Комитет по образованию  
Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
Города Калининграда детский сад № 59**

Рассмотрена на заседании  
Педагогического совета  
от 30.08.2023 г.  
Протокол № 1  
от 30.08.2023 г.

Утверждена  
приказом заведующего  
МАДОУ д/с № 59  
\_\_\_\_\_ О. В. Мех  
№ 204-о от 30.08.2023 г.

**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
художественной направленности  
«Стрекоза»**

Возраст обучающихся: 5-6 лет  
Срок реализации: 10 месяцев

Автор программы:  
педагог дополнительного образования  
Долгань Лидия Николаевна  
г. Калининград

г. Калининград, 2023 г.

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

### **Описание предмета, дисциплины, которому посвящена программа**

Занятия танцами позволяют развивать не только танцевальные возможности, но и положительно влияют на развитие множества физических качеств, таких как гибкость, выносливость, координацию движений. Народный танец, современный танец в сочетании позволяют разносторонне развиваться и приобщаться как к национальной культуре, так и современным направлениям в танце. Овладение элементами современного танца позволит создать ситуацию успеха для обучающихся, развить навыки публичных выступлений. Овладение элементами народного танца развивает в ребенке духовную, нравственную сторону личности. Соответственно, танцевальные движения выполняются под различную музыку, что позволяет детям познакомиться с разными направлениями в музыке.

### **Раскрытие ведущих идей, на которых базируется программа**

Ведущая идея программы – создание условий для детей, способствующих раскрытию творческого потенциала и развития духовных качеств в ходе танцевальной деятельности.

Причинами создания этой программы явились высокий интерес детей к танцевальной деятельности, а так же запрос родителей. В ходе занятий танцами у детей развиваются определенные способности: чувство ритма, такта, пластичность движений, гибкость, интерес к музыке, фантазия и воображение. Данные навыки ребенок может использовать и реализовать не только в танце, но и в других направлениях художественной и физкультурно-спортивной направленности.

### **Описание ключевых понятий, которыми оперирует автор программы**

#### **«Темп»**

Характер музыки создается комплексом музыкально-выразительных средств, во многом зависит от темпа, то есть скорости музыкального движения.

Работа над темпом связана с работой над характером и выразительными особенностями данного произведения. Главная цель этого раздела - познакомить учащихся с темпами, закрепить эти понятия у детей в движении.

#### **«Динамика»**

В работе над динамикой следует учесть, что выполнение динамических оттенков в движении зависит от мышечного напряжения и расслабленности.

С усилением звучания увеличивается мускульная нагрузка, а также объём движения. Обучающиеся должны научиться хорошо владеть своим телом, распределяя нагрузку в соответствии с динамикой.

Работа над передачей в движении характера музыки, темпа, динамики проводится в тесном единстве. На занятиях по ритмике и танцу учитываются и другие компоненты музыкального языка: мелодическая линия, ладовая, регистровая окраска и т.д.

#### **«Метроритм»**

Данный раздел предусматривает работу с ритмическими карточками, наглядным пособием, включая речевые игры, ритмические упражнения с шумовыми инструментами и др. С помощью ритмических упражнений и шумовых инструментов развивается музыкальный слух, чувство ритма, представления о звуковысотности, тембровых особенностях звучания, регистрах, расширяются знания о музыкальных инструментах ударной группы, а также формируются простейшие навыки игры на них. При исполнении ритмического рисунка шагами на паузу делается остановка. Можно отмечать паузу разведением рук чуть-чуть в сторону, ладонями. Паузы обучающиеся отмечают ударами пальца о палец или тихим хлопком.

#### «Строение музыкального произведения»

Строение музыкальных произведений должна рассматриваться не формально, а в связи с развитием и изменением характера МУЗЫКИ. Знакомясь с музыкальными фразами, обучающиеся узнают, что фразы могут быть одинаковыми по ритму, но разными по мелодии, а также различными по протяженности. В работе можно использовать разнообразные приемы: поочередно прохлопывать в ладоши ритмический рисунок каждой фразы, отмечать легким хлопком начало фразы, или в конце фразы сказать «вот». Следует добиваться одновременного начала движения после вступления.

#### «Танцевальные элементы и танцы»

В ритмике и танце используются несложные элементы народных плясок, хороводов, которые составляют основу современных детских композиций. Также эти элементы движений используются во многих упражнениях и играх. Преподаватель должен показывать движения под музыку, под фортепианное сопровождение или напевая мелодию.

#### «Образные упражнения и музыкальные игры»

Образные упражнения и музыкальные игры являются наиболее интересными для обучающихся музыкально-ритмическими движениями. Форма игры создает широкую возможность для развития художественно-творческих возможностей обучающихся, т.е. проявляется фантазия, выдумка, активность. Обучение двигательными навыками проводится в увлекательной форме. Обучающиеся изображают отдельных персонажей - сказочных или реальных, отражают повадки животных, птиц, а также трудовые действия людей, подражают физкультурникам, солдатам, передают бег автомобиля, поезда, парение самолета и т.д. Игры раскрывают эмоциональный мир каждого учащегося, заставляют его перевоплощаться, находить характерные движения, жесты, мимику. В процессе игры создаются условия для общения детей в паре, присутствует элемент соревнования. В образных упражнениях и играх сохраняется основной принцип ритмики: все движения должны быть органически связаны с музыкой, т.е. соответствовать ее характеру и средствам музыкальной выразительности.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа **«Стрекоза» имеет художественную направленность.**

**Уровень освоения программы** ознакомительный.

**Актуальность образовательной программы.**

На занятиях ребенок получает всестороннее гармоничное сочетание музыкального, двигательного, физического и интеллектуального развития. Занятия ритмикой и танцем развивают такие музыкальные данные, как слух, память, ритм, помогают выявлению творческих задатков обучающихся.

Программа направлена на развитие музыкального восприятия детей через движение, на формирование художественного вкуса и творческих навыков у обучающихся, на воспитание чувства прекрасного, что является одним из важнейших факторов, определяющих успех дальнейшего музыкального обучения, духовно-нравственное воспитание ребенка. Научить ребёнка передавать характер музыкального произведения, его образное содержание через пластику движений под музыку - именно на это направлены занятия ритмикой и танцем, которые необходимо систематически проводить с детьми уже с самого раннего возраста. Занятия ритмикой и танцем развивают такие музыкальные данные, как слух, память, ритм, помогают выявлению творческих задатков обучающихся.

**Педагогическая целесообразность образовательной программы** заключается в первую очередь в том, чтобы укрепить мышечный корсет ребенка, развивать двигательные навыки, пластичность движений, интерес к танцевальному искусству: современному и народному.

**Практическая значимость образовательной программы** заключается в гармоничном физическом и эстетическом развитии детей средствами танца.

**Принципы отбора содержания образовательной программы:**

- принцип наглядности – предполагает использование наглядного материала (наглядных картинок, материала, оборудования, образца), которые позволяют увидеть образец действий, понять принцип действий);
- принцип взаимодействия и сотрудничества;
- принцип доступности – предполагает постепенное возрастание требований, соответствующих возрасту и индивидуальным способностям детей;
- принцип постепенного повышения требований – предполагает определенную методическую последовательность в освоении танцевальных элементов.

**Отличительные особенности образовательной программы.**

Обучающиеся получают возможность самовыражаться через музыкально-игровую деятельность. Упражнения, выполняемые всем коллективом, требуют четкого взаимодействия всех участников, повышают у них дисциплину, чувства ответственности, товарищества. Занятия детей разного возраста (старшей и подготовительной к школе групп) позволяют выступать старшим детям в роли наставников, а также выполнять более сложные движения, быть солистами.

**Цель образовательной программы:** приобщение детей к танцевальному искусству.

### **Задачи образовательной программы:**

- развивающие (развивать физические данные, развивать музыкальный слух и чувство ритма, синхронность; развивать индивидуальные способности каждого ребенка, развивать интерес к танцу и импровизации, артистизм);
- воспитательные (воспитывать интерес к художественному творчеству; воспитывать интерес к культуре родной страны, воспитывать навыки взаимодействия и помощи с детьми более младшего/старшего возраста, в случае, если набор детей в группе разновозрастной);
- образовательные (формировать навыки самостоятельного выражения движений под музыку; формировать навыки ориентироваться в пространстве; формировать новые навыки двигательной активности).

### **Психолого-педагогические характеристики обучающихся, участвующих в реализации образовательной программы.**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа предназначена для детей 5-6 лет.

### **Особенности организации образовательного процесса**

Набор детей в объединение – свободный, с учётом желания ребёнка. Программа объединения предусматривает групповые, фронтальные формы работы с детьми. Состав групп 8 - 15 человек.

**Форма обучения** - очная.

### **Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий**

Общее количество часов в год – 80 часов. Занятия проводятся 2 раза в неделю. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 25-30 минут.

### **Объем и срок освоения программы:**

Срок освоения программы 10 месяцев.

На полное освоение программы требуется 80 часов.

Аудиторная нагрузка составляет 72 часа, внеаудиторная – 8 часов. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа реализуется в течение всего календарного года, включая каникулярное время, и делится на учебный год с 1 сентября по 31 мая (аудиторные занятия) и летний период с 1 июня по 30 июня (внеаудиторные занятия). Срок освоения программы – 10 месяцев.

### **Основные методы обучения**

Каждое занятие содержит теоретическую часть и практическую работу по закреплению пройденного материала.

Каждое занятие условно разбивается на 3 части, которые составляют в комплексе целостное занятие:

Первая часть включает в себя организационные моменты, изложение нового материала, инструктаж, планирование и распределений заданий для каждого обучающегося на данное занятие.

Вторая часть – практическая работа обучающихся, в которой происходит закрепление теоретического материала, отрабатываются навыки и приемы, формируются успешные способы деятельности.

Третья часть посвящена анализу проделанной работы и подведению итогов, в которой используются творческие задания, что мотивирует обучающихся на дальнейшее развитие. В ходе реализации программы используются следующие методы:

- наглядный (показ педагога, просмотр видеосюжетов);
- словесный (объяснение инструкций, терминов, команд, беседы после прослушивания музыкальных композиций);
- практический (занятия, конкурс, открытые занятия для родителей).

#### **Планируемые результаты:**

В работе над программой обучающиеся получают не только новые знания, но также надпредметные компетенции: умение работать в паре, в команде, способность анализировать свои действия и исправлять свои ошибки самостоятельно.

1. Проявление интереса у детей к танцу.
2. Развитие музыкального слуха и чувства ритма слуха.
3. Развитие артистизма, использование мимики и жестов в танце.
4. Развитие навыков взаимодействия во время танца и синхронности исполнения элементов.

#### **Механизм оценивания образовательных результатов**

Применяется педагогическая диагностика. Отслеживаются: ребенок реагирует на характер музыки и отражает его в движениях; ребенок координированно выполняет простые танцевальные элементы и связки;

ребенок проявляет интерес к импровизации под музыку;

ребенок понимает инструкции педагога и с удовольствием участвует в занятиях; ребенок умеет взаимодействовать с другими детьми во время занятий и при выполнении упражнений.

Оценка осуществляется по 5-балльной системе педагогом.

Низкий уровень. Обучающийся знает фрагментарно изученный материал, требуется помощь и контроль педагога в выполнении заданий.

Средний уровень. Обучающийся знает изученный материал, но требуется помощь педагога в отдельных заданиях.

Высокий уровень. Обучающийся способен самостоятельно четко и безопасно выполнить танцевальные и акробатические движения.

0-1 до 2 баллов выставляется - «ребенок имеет затруднения при выполнении заданий»;

от 3 баллов – «ребенок справляется с заданием с помощью педагога»;

от 4 до 5 баллов – «ребенок самостоятельно справляется с заданием».

**Формы подведения итогов реализации образовательной программы:** педагогическая диагностика, открытые занятия, конкурс, выступления.

#### **Организационно-педагогические условия реализации программы**

Научно-методическое обеспечение реализации программы направлено на обеспечение широкого, постоянного и устойчивого доступа для всех

участников образовательного процесса к любой информации, связанной с реализацией общеразвивающей программы, планируемыми результатами, организацией образовательного процесса и условиями его осуществления.

Социально-психологические условия реализации образовательной программы обеспечивают:

- учет специфики возрастного психофизического развития обучающихся;
- вариативность направлений сопровождения участников образовательного процесса (сохранение и укрепление психологического здоровья обучающихся);
- формирование ценности здоровья и безопасного образа жизни; дифференциация и индивидуализация обучения; мониторинг возможностей и способностей обучающихся, выявление и поддержка одаренных детей, детей с ограниченными возможностями здоровья;
- формирование коммуникативных навыков в разновозрастной среде и среде сверстников.

#### **1) Материально-технические условия реализации образовательной программы**

Гимнастические коврики.

Шумовые музыкальные инструменты.

Ноутбук

Музыкальный центр.

#### **2) Учебно-методическое и информационное обеспечение**

Кабинет хореографии (музыкальный зал), соответствующий санитарным нормам СанПин.

Предметно-развивающая среда (наглядные пособия, атрибуты)

Цифровые носители информации (видео танцев, музыкальное сопровождение).

#### **3) Кадровые условия**

Педагог дополнительного образования

#### **4) Оценочные и методические материалы**

Вся оценочная система делится на три уровня сложности:

Первый уровень: обучающийся может с помощью педагога ответить на общие вопросы, поднимаемые за период обучения, построить и объяснить принцип действий.

Второй уровень: обучающийся отвечает на все вопросы, поднимаемые за период обучения, может самостоятельно построить принцип действий.

Третий уровень: обучающийся отвечает на все вопросы, может самостоятельно построить принцип действий при выполнении заданий, проявляет инициативу при выполнении задания, вносит свои предложения.

### **Учебный план**

| № | Разделы программы/<br>темы | Количество часов |        |          | Формы аттестации/<br>контроля |
|---|----------------------------|------------------|--------|----------|-------------------------------|
|   |                            | Всего            | Теория | Практика |                               |

|    |  |    |   |    |   |
|----|--|----|---|----|---|
| 1. | Воспитание восприятия характера музыки | 5  | - | 5  | Диагностические задания, беседа                         |
| 2. | Темп                                   | 5  | - | 5  | Ритмические упражнения, танец                           |
| 3. | Динамика                               | 5  | - | 5  |   |
| 4. | Метроритм                              | 4  | - | 4  |   |
| 5. | Строение музыкального произведения     | 4  | - | 4  | Метод вопросов и ответов, ритмические упражнения, танец |
| 6. | Танцевальные элементы и танцы          | 36 | - | 36 | Ритмические упражнения, иные практические задания       |
| 7. | Образные упражнения и музыкальные игры | 18 | - | 18 | Импровизация, ритмические игры, танец                   |
| 8. | Контрольные уроки в конце полугодий    | 3  | - | 3  | Ритмические игры, упражнения, танец, импровизация       |
|    | <b>Всего</b>                           | 80 | - | 80 |   |

### **Содержание образовательной программы**

#### Раздел № 1. Воспитание восприятия характера музыки

- прослушивание музыкальных произведений;
- беседа о характере произведения,
- упражнения для развития пластичности движений,
- импровизация под музыку,
- выполнение ритмических упражнений.

#### Раздел № 2. Темп.

- беседа «Что такое темп»,
- упражнения для развития координации движений,
- прослушивание произведений в разном темпе,
- объяснение понятий «Ускорение и замедление темпа»,
- ритмические упражнения, танцевальные элементы.

#### Раздел № 3. Динамика

- объяснений понятия «Динамика»,
- выполнение ритмических упражнений в зависимости от динамики музыки,
- упражнения на развитие гибкости и точности движений,
- танцевальные элементы, связки элементов.

#### Раздел № 4. Метроритм

- беседа «Метроритм»,
- упражнения для развития координации движений,
- беседа о понятии «Пауза»,

- ритмические упражнения с шумовыми инструментами,
- выполнение ритмического рисунка шагами,
- выполнение ритмического рисунка хлопками.

#### Раздел № 5. Строеение музыкального произведения

- знакомство со строеением музыкального произведения,
- введение понятиями «Музыкальная фраза», «Протяженность фразы»,
- прохлопывание ритмического рисунка,
- работа над синхронностью движений во время танцевальных

элементов и их связках.

#### Раздел № 6. Танцевальные элементы и танцы

- повторение знакомых танцевальных элементов,
- введение новых танцевальных элементов народных плясок и хороводов,
- ритмические упражнения,
- упражнения для развития гибкости, плавности движений,
- отработка танцевальных элементов и связок.

#### Раздел № 7. Образные упражнения и музыкальные игры

- выполнение ритмических упражнений,
- упражнения на подражание сказочным героям под характерную музыку,
- упражнения для развития артистизма (мимика, жесты),
- выполнение образных упражнений.

#### Раздел № 8. Контрольные уроки в конце полугодий

- выполнение ритмических и танцевальных упражнений для разминки,
- выполнение элементов танцев и их связок,
- выступления.

### **Календарный учебный график**

1. Календарный год включает в себя каникулярное время и делится на учебный год с 11 сентября по 31 мая (аудиторные занятия) и летний период с 1 июня по 30 июня (внеаудиторные занятия).

2. Продолжительность учебного года в МАДОУ д/с № 59

Начало учебного года - 11 сентября

Окончание учебного года – 31 мая

Продолжительность учебного года (аудиторные занятия) – 36 недель

3. Продолжительность летнего периода

Начало периода - 1 июня

Окончание периода – 30 июня

Продолжительность летнего периода (внеаудиторные занятия) – 4

недели

4. Комплектование групп – с 1 сентября по 14 сентября т.г.

5. Календарь аудиторных и внеаудиторных занятий

| Периоды                   | Даты         | Количество недель |
|---------------------------|--------------|-------------------|
| 1 полугодие               | 11.09 -31.12 | 16                |
| Промежуточная диагностика | 15.09 -20.09 | -                 |
| Зимние праздники          | 01.01 -10.01 | 2                 |

|                            |               |           |
|----------------------------|---------------|-----------|
| 2 полугодие                | 11.01 -31.05  | 20        |
| Итоговая диагностика       | 25.05 -31.05  | -         |
| Всего аудиторных недель    | -             | <b>36</b> |
| Летний период              | 01.06 – 30.06 | 4         |
| Всего внеаудиторных недель | -             | 4         |

6. Объем образовательной нагрузки:

Количество максимальной аудиторной и внеаудиторной нагрузки на одну группу - 2 часа в неделю, что составляет 80 ч. в год;

Занятия проводятся в соответствии с расписанием, утвержденным заведующим МАДОУ д/с № 59.

7. Режим работы учреждения в летний период (внеаудиторная нагрузка). В летний период (внеаудиторные занятия) проводятся в различных видах и формах: упражнения, музыкально-ритмические занятия.

8. Родительские собрания проводятся по усмотрению педагогов не реже двух раз в год.

### **Рабочая программа воспитания**

Цель: развитие интереса к русскому народному творчеству, танцам и народным праздникам.

Особенности организации воспитательного процесса:

- знакомство детей с народными музыкальными инструментами и их звучанием;
- занятия по интересам детей старшего дошкольного возраста;
- воспитание социально-коммуникативных навыков взаимодействия с другими детьми, развитие чувства взаимопомощи, поддержки друг друга;
- представление опыта работы родительской общественности и коллегам, вовлечение в совместную деятельность;
- организация отчетных концертов и фотоотчета по воспитательной работе.

Формы и содержание деятельности

Используемые формы воспитательной работы:

- конкурс,
- концерт,
- открытое занятие.

Методы: наглядный, словесный, практический.

Планируемый результат: повышение мотивации к народным и современным танцам; сформированность настойчивости в достижении цели; развитые навыки взаимодействия с другими детьми; развитие чувство оказания помощи друг другу при выполнении действий.

### **Календарный план воспитательной работы**

| № п/п | Название мероприятия/события | Направление воспитательной работы | Форма проведения | Сроки проведения |
|-------|------------------------------|-----------------------------------|------------------|------------------|
| 1.    | «Музыкальная                 | Нравственное и                    | В рамках         | Сентябрь         |

|    |   |   |                                     |          |
|----|---|---|-------------------------------------|----------|
|    | гостиная»   | духовное воспитание, воспитание положительного отношения к творчеству                   | занятий                             |          |
| 2. | «Осенний праздник»  | Интеллектуальное, музыкальное, экологическое воспитание                                 | В рамках занятий                    | Октябрь  |
| 3. | Праздник «День урожая»<br>Интеллектуально-музыкальное развлечение | Формирование коммуникативной культуры, интеллектуальное воспитание, трудовое воспитание | В рамках занятий                    | Ноябрь   |
| 4. | «Новогодний праздник»   | Духовное воспитание, воспитание семейных ценностей                                      | В рамках занятий                    | Декабрь  |
| 5. | «Зимний танец»  | Нравственное воспитание, воспитание здорового образа жизни                              | В рамках занятий                    | Январь   |
| 6. | «Встреча весны»   | Нравственное воспитание, воспитание интеллектуально-познавательных интересов            | В рамках занятий                    | Февраль  |
| 7. | «Музыкальная гостиная»  | Нравственное и духовное воспитание  | В рамках занятий                    | Март-май |
| 8. | Отчетный концерт для родителей                                    | Воспитание семейных ценностей, формирование коммуникативной культуры                    | Совместное мероприятие с родителями | Май-июнь |

### Список литературы

#### Нормативные правовые акты:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
2. Указ Президента Российской Федерации «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки» от 07.05.2012 № 599.
3. Указ Президента Российской Федерации «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики» от 07.05.2012 года № 597.
4. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
6. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».
7. Приказ Министерства образования Калининградской области от 26 июля 2022 года № 912/1 «Об утверждении Плана работы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, 1 этап (2022-2024 годы) в Калининградской области и Целевых показателей реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года в Калининградской области».

Для педагога дополнительного образования:

8. Замятина Т. А., Стрепетова Л. В. Музыкальная ритмика. Москва: «Планета», 2013 г.- 144 с.
9. Барышникова Т. Азбука хореографии.- Санкт- Петербург: «Люкси», 1996 г.-256 с.
10. Буренина А.И. Ритмическая мозаика: программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста (соответствует ФГОС) - Санкт-Петербург: « Петербургский центр творческой педагогики «Аничков мост», 2015 г.- 196 с.
11. Ветлугина Н.А. Музыкальное развитие ребенка. – Москва: «Просвещение», 1968 г.- 414 с.
12. Есаулов И. Г. Устойчивость и координация в хореографии.- Москва: «Лань», 2017 г.-160 с.
13. Жигало Е., Казанская У. Музыка, фантазия, игра. – Санкт- Петербург: «Композитор», 2017 г.- 72 с.
14. Зайфферт Д. Педагогика и психология танца. Заметки хореографа. Учеб. пособие. Изд. 3 стер. Москва: « URSS», 2018 г.-128 с.
15. Замятина Т. А., Стрепетова Л. В. Музыкальная ритмика. Москва: «Планета», 2013 г.- 144 с.
16. Зимина А.Н. Образные упражнения и игры в музыкально-ритмическом развитии детей 4-8 лет.– Москва: «Гном и Д», 2001 г.- 168 с.
17. Пуртова Т. В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать.- Москва: « URSS», 2017 г.-160 с.
18. Лукьянова Е.А. Дыхание в хореографии. Москва: «Лань», 2018 г.-184 с.
19. Холл Д. Уроки танцев. Лучшая методика обучения танцам.- Москва: «АСТ», 2009 г.- 416 с.
20. Пустовойтова М. Ритмика для детей 3-7 лет.- Москва: «Владос», 2008 г.-182 с.

21. Руднева С., Фиш Э. Ритмика. Музыкальное движение.- Москва: «Просвещение», 1972 г.-334 с.
22. Щеменко А.В. Топотушки - хлопотушки.- Москва: «Феникс», 2011 г.- 110 с.