

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и спорта Республики Карелия
Администрация Кондопожского муниципального района
Муниципальное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 1
г. Кондопоги Республики Карелия

СОГЛАСОВАНО
На педагогическом совете
Протокол № 1
от «29» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор МОУ СОШ №1

Макарова Н.Н.
Приказ № 154 от «02» сентября 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ПО ХУДОЖЕСТВЕННОМУ НАПРАВЛЕНИЮ

«СОВРЕМЕННЫЙ ЭСТРАДНЫЙ ТАНЕЦ»

Срок реализации – 1 год
Для учащихся 5 класса

Составитель: Сабурова К.Н.
педагог дополнительного образования

г. Кондопога 2024 г.

Пояснительная записка

Рабочая программа дополнительного образования по художественному направлению «Современный-эстрадный танец» составлена в соответствии с

- Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,
- Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования (утвержден Приказом Минобрнауки Российской Федерации от 17.12.2010 № 1897) в последней редакции,
- Федеральными требованиями к образовательным учреждениям в части минимальной оснащенности учебного процесса и оборудования учебных помещений (утверждены приказом Министерства образования и науки Российской Федерации 4 октября 2010 г. № 986, зарегистрированы в Минюсте России 3 марта 2011 г., регистрационный номер 19682).

Освоение программы дополнительного образования по художественному направлению «Современный-эстрадный танец» способствует формированию общей культуры детей, музыкального вкуса, навыков коллективного общения, развитию двигательного аппарата, мышления, фантазии, раскрытию индивидуальности. Программа изучается с учетом системного и последовательного освоения теоретических знаний, подкрепленных практическими занятиями и показательными выступлениями.

В данной программе учитывается специфика современного дополнительного образования как типа образования, для которого характерны:

- *источник заказа* - индивидуальные, частные потребности ребенка, его семьи, их ожидания, нужды, интересы, запросы и требования;
- *добровольный, свободный выбор* направления, вида деятельности, содержания образования, объема, темпа его освоения, педагога, результатов;
- *приверженность ценности индивидуального развития и успеха;*
- удовлетворение потребности в продуктивной деятельности и подлинном общении детей друг с другом и значимым взрослым, создание условий для становления *способности к персонализации;*
- отсутствие жесткой регламентации образовательного процесса, учение без принуждения, на основе увлеченности;
- *взаимодействие* – совместная ценностно - значимая деятельность по достижению совместных целей и результатов, при этом взаимодействие является способом активизации саморазвития и само актуализации ребенка.

Танцевальное искусство учит детей красоте и выразительности движений, ориентировано на развитие физических данных, на формирование необходимых технических навыков, знакомит с достижениями мировой и российской культуры.

Данная программа направлена на удовлетворение потребностей ребенка в его желании танцевать, приобщение его к искусству хореографии, развитие художественного вкуса, постижение прекрасного посредством современного эстрадного танца, развитие творческих способностей детей. Занятия направлены не на возвращение танцора - профессионала, а на стремление способствовать эстетическому и физическому развитию подрастающего поколения; создание условий для развития танцевальных способностей, самораскрытия детей.

Цель - духовное и физическое развитие личности путем приобщения к современной танцевальной культуре опираясь на интерес к танцу, раскрытие творческой индивидуальности каждой формирующейся личности, развитие потенциала ребенка в области освоения хореографии, его способности к самовыражению языком танца.

Задачи:

1. Обучающие:

- познакомить с различными стилями и направлениями современного танцевального искусства;
- обучить чувствовать музыкальный ритм и стиль;
- учить пластике и выразительности движений

2. Развивающие:

- развивать художественно-эстетический вкус, формировать уровень эстетических оценок, суждений.
- развивать индивидуальные способности, выразительность исполнения и творческую импровизацию.
- укрепить общее физическое состояние организма;
- приобщать к здоровому образу жизни
- развития координации движений, гибкости и пластики, артистизма и эмоциональности;
- развить умение согласовывать движения тела с музыкой;

3. Воспитательные:

- развить у детей следующих личностных качеств: волевая активность, трудолюбие, вера в свои силы, дисциплинированность, ответственность, потребность в саморазвитии, потребность в здоровом образе жизни, эстетический вкус и исполнительская культура, навыки хорошего тона и культурного поведения при общении друг с другом, в обществе, взаимопонимание, взаимопомощь, доброжелательное отношение друг к другу.
- сформировать творческий коллектив как «социальное пространство» подростков для общения и творчества.

Для осуществления этой программы выбрана студийная форма работы, как самая демократичная, ведь обучение в студии предполагает принятие всех желающих, независимо от степени одаренности и уровня хореографической подготовки детей.

Программа рассчитана на подростков 11-12 лет. Главное содержание этого возраста составляет его переход от детства к взрослости. Этот процесс преобразования и определяет все основные особенности личности подростка, а также специфику работы с ними.

Для детей подросткового возраста очень важно, чтобы их успехи в любом виде деятельности были замечены и получили высокую оценку у взрослых людей и сверстников, поэтому необходимо предоставить им возможность самореализации на широкой аудитории. Показ танцевальных номеров на сцене помогает детям раскрепоститься, почувствовать уверенность в себе, повышает самооценку.

Программа рассчитана на учащихся 1 года обучения, что предполагает последовательное расширение хореографической лексики, творческого диапазона и фантазии в области спортивно-эстрадного танца. Особое внимание уделяется укреплению, развитию и улучшению эластичности всех групп мышц, развитию навыков выразительного исполнения танцев.

Современный -эстрадный танец - это танцевальное направление, синтезировавшее в себе самые различные стили. Здесь присутствуют элементы классического танца, джаз-танца, модерн-балета, R&B, хип-хопа, фанка и даже акробатические элементы. Все это, преломляясь через индивидуальность танцора или хореографа, создает разнообразие современного эстрадного танца, который по-другому можно было бы назвать "фристайл" - свободный стиль.

Особенностью данной программы является сочетание знаний в области современных стилей хореографии.

В коллектив принимаются все желающие дети 5-х классов, без каких-либо особых ограничений при наличии медицинской справки о допуске к тренировочным мероприятиям.

Количество детей в группе от 8 до 15 человек.. Программа предполагает индивидуальный подход к обучающимся, поскольку степень одаренности и способностей детей, а порой и учебных групп - различны. Исходя из этого, каждый ребенок работает по своему рабочему максимуму, который, позволяет глубже раскрыть индивидуальность каждого ребенка.

Занятия проводятся: 1 раз в неделю по 1 академическому часу;

Планируемые результаты освоения Программы

Личностные результаты

Сформированность мотивации учебной деятельности, включая социальные, учебнопознавательные и внешние мотивы. Любознательность и интерес к новому содержанию и способам решения проблем, приобретению новых знаний и умений, мотивации достижения результата, стремления к совершенствованию своих танцевальных способностей; навыков творческой установки. Умение свободно ориентироваться в ограниченном пространстве, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения.

Метапредметные результаты

Регулятивные

- Умение детей двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз, передавать в движении простейший ритмический рисунок;
- учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале;
- планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- самовыражение ребенка в движении, танце.

Познавательные

- самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;
- соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;

Коммуникативные

- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной репетиционной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- умение координировать свои усилия с усилиями других.

Предметные результаты

- понимать и принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
- организованно строиться (быстро, точно);
- сохранять правильную дистанцию в колонне парами;
- правильно выполнять упражнения: «Хороводный шаг», «Приставной, пружинящий шаг, поскок».

Ожидаемые результаты и способы их проверки

В зависимости от возрастной группы и этапа освоения программы результаты освоения программы будут последовательно расширяться.

- По окончании обучения участники студии ***будут знать:***

- танцевальную терминологию, заложенную в программу;
- начальные сведения о различных видах хореографического искусства;
- правила мышечного разогрева.

Они ***будут уметь:***

- выполнять общеразвивающие и специальные упражнения разминки и тренажа;
- исполнять танцы и этюды, пройденные за год.

Система оценки планируемых результатов

Знания, умения и навыки, полученные на занятиях, необходимо подвергать педагогическому контролю с целью выявления качества усвоенных детьми знаний в рамках программы обучения. Формами педагогического контроля являются контрольные уроки, выступления, конкурсы, которые также способствуют поддержанию интереса к работе, нацеливают детей на достижение положительного результата. В познавательной части занятия обязательно отмечается инициативность и творческое сочинение танцевальных комбинаций учащихся, показанные ими в ходе урока, анализа своего выступления и поиска решения предложенных проблемных ситуаций.

Оценивая результат практической работы, а именно выступления учащихся, опираются на такие критерии: качественное исполнение танцевальных этюдов и танцев, общий эстетический вид исполнения, творческие находки и самостоятельность сочиненных комбинаций.

Чтобы убедиться в прочности знаний и умений, эффективности обучения по данной образовательной программе проводится контроль:

- промежуточный – контрольное занятие в конце четверти,
- итоговый - показательные выступления, участие в концертах и конкурсах.

Итоговое уровневое оценивание осуществляется по следующим направлениям:

Высокий уровень	выполнение всех показателей и заданий, соответствующих данному возрасту
Средний уровень	недостаточно четкое выполнение показателей или заданий, соответствующих данному возрасту
Низкий уровень	невыполнение показателей и заданий данного возраста

Содержание программы

Танцевальное искусство учит детей красоте и выразительности движений, формирует фигуру, развивает физические качества ребенка, совершенствует их. Танцы хороши тем, что не требуют форсированных нагрузок: организм начинающего танцора постепенно привыкает к более усложняющимся задачам, которые возникают на тренировках. Кроме того, занятия в быстром темпе и с большой физической нагрузкой чередуются с медленными занятиями, не требующими большого физического напряжения. Танцы прекрасно развивают координацию движений, способствуют развитию хорошей осанки и красивой походки, развивают дыхательную систему организма человека, способствуют поддержанию общего тонуса.

Благодаря систематическому хореографическому образованию дети приобретают не только двигательные, но и музыкальные умения и навыки, развивают исполнительское восприятие музыки в танце. Кроме того, постоянно совершенствуются творческие способности, формируется эстетический вкус ребенка, его общая и танцевальная культура.

Особенностью данной программы является то, что в основе обучения лежит спортивно-эстрадный танец, который в свою очередь синтезирует в себе элементы классического, народного, джазового танца, акробатики, а также современные танцевальные направления (Hip-hop, Disco, Street dance (стрит данс), Techno (техно), R'n'B – Танец).

Программа систематизирует учебный материал по формированию танцевальных способностей, совершенствованию пластических умений и навыков учащихся.

На каждом этапе обучения программа строится по следующим разделам:

- тренаж;
- танцевальные элементы определенного стиля;
- репетиционно-постановочная работа;
- концертная деятельность.

1. Введение. Термины классического танца. Понятие об основных танцевальных движениях. Место хореографии в современном мировом искусстве. Понятие о выразительных средствах классического танца. Освоение терминологии танцора.

Азбука природы музыкального движения. Постановка корпуса. Позиции ног, рук, головы. Упражнения для головы (повороты, наклоны). Упражнения для корпуса (наклоны вперед,

назад, в сторону, круговые движения). Тренаж. Инструктаж по безопасному исполнению упражнений и танцевальных движений.

Практическая работа: освоение различных танцевальных позиций и упражнения для головы, туловища, рук и ног, тренаж, акробатические упражнения.

2. Понятие о координации движений, о позиции и положениях рук и ног. Классический танец.

Понятие об экзерсисе. Позиции ног. Понятия опорная и рабочая нога. Упражнения для ног. Позы классического танца. Основные шаги танца. Прыжки. Танцевальные элементы. Полуприседания и полное приседание. Подъем на полупальцы. Шаги с приставкой по всем направлениям, в различных сочетаниях. Прыжки на двух ногах, на одной ноге, с переменной ног, с продвижением вперед, назад, с поворотами на $\frac{1}{4}$ круга. Маленькие броски ногой. Круг ногой по полу. Прыжки и махи ногами.

Понятие об особенностях тела, о темпераменте, о чувстве ритма, о музыкальном слухе и координации движений.

Практическая работа: Освоение поз и движений классического танца.

3. Танцевальные элементы определенного стиля.

В данном разделе программы занимающиеся знакомятся с разнообразными стилями современной хореографии.

- Джаз – танец.
- Hip-hop,
- Disco,
- Street dance (стрит данс),
- Techno (техно),
- R'n'B – Танец.

Практическая работа: освоение движений в определенном современном стиле.

4. Танцевальные этюды. Эстрадный танец.

Танцевальная разминка. Функциональное назначение и особенности проведения основных видов разминки: сидя, лежа, стоя. Техника прыжков и вращений. Эстрадно-вокальный танец «Мы маленькие дети», танцы «Джеймс Бонд», «Вставай», «Попурри», **Практическая работа:** освоение упражнений по исправлению недостатков опорно-двигательного аппарата. Виды тренинга корпуса, бедер, диафрагмы, мимики перед зеркалом, танцевального шага, основных поворотов и т.п.

5. Постановка танцев. Отработка номеров.

Отработка позиций рук, ног, корпуса, головы в классическом танце. Отработка эстрадно-вокального танца. Тренинг современной танцевальной пластики. Отработка исполнительской техники прыжков и вращений, исполнительского мастерства в ритме вальса, танго, ча-ча-ча. Подготовка танцевальных костюмов. Понятие о макияже. Создание сценического макияжа.

Занятия по этому разделу предполагают работу над этюдами в разных видах хореографии, входящих в программу обучения, танцевальными номерами для сценического исполнения и включают в себя разучивание движений танца, разведение хореографического рисунка, отработку танцевальных постановок, работу над образом в танце. Репертуар студии планируется в соответствии с актуальными потребностями учебного заведения, города и творческим состоянием той или иной группы, учитываются интересы учащихся. В связи с этим каждый год делается анализ педагогической и художественно-творческой работы

коллектива, определяется новый репертуар. Также проводится анкетирование учащихся в начале года по принципу «нравится – не нравится», «интересно - не очень интересно». Результаты анализа и анкетирования помогают подобрать правильно не только репертуар танцевальных постановок, но и музыкальный материал.

Практическая работа: освоение исполнительского мастерства танцора.

6. Концертная деятельность.

Участие студии в школьных и городских мероприятиях, фестивалях.

Во время выступлений и подготовки к ним дети учатся сценической культуре:

- правилам поведения на сцене, во время танца, репетиции;
- культуре одежды, причёски на сцене;
- умению соотносить свои действия с действиями товарищей по танцу;
- умению держаться в обществе.

Детям дается понятие, что танец - это коллективный вид искусства, эффект которого зависит от действий каждого исполнителя. Во время выступления, у учащихся формируется отношение к публичному выступлению.

Учебно-тематический план

№ п/п	Темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Ритмико-гимнастические упражнения. Танцевальная ритмика.	1,5	0,5	1
2	Выполнение под музыку общеразвивающих упражнений.	5	0,5	4,5
3	Основные движения.	7	1	6
4	Импровизация движений на музыкальные темы.	4	1	3
5	Элементы танца и простые танцевальные движения.	6,5	1	5,5
6	Элементы эстрадного танца.	5	-	5
7	Постановка танцевальных композиций.	5	-	5
	Итого:	34	4	30

Тематическое планирование

№	Часы	Тема		Характеристика основных видов деятельности
1	1,5	Ритмико-гимнастические упражнения. Танцевальная ритмика.	1. Основные движения под музыку, преимущественно на 2/4 и 4/4. 2. Начало и окончание движения одновременно с музыкальной фразой. 3. Изменение темпа и характера движения с изменением темпа и характера музыкального сопровождения. 4. Изучение и выполнение элементов танцевальной разминки под музыку. 5. Упражнения, требующие внимания и координации движения рук и ног. 6. Передача в движении шагом различного характера и темпа музыки.	Разбор движений по технике безопасности исполнения. Исполнение упражнений у «палки» и на середине зала.
2	1,5	Выполнение под музыку общеразвивающих упражнений.	1. Знакомство с понятием «танцевальные точки». Ориентация по точкам в зале. Повороты по точкам во время движения. 2. Ходьба друг за другом с последующим перестроением в колонну, шеренгу. Перестроение на ходу в колонну по одному, парами, по четыре.	Прослушивание музыкальных композиций. Теоретический и практический разбор упражнений, движений, комбинаций.
3	10	Основные движения.	1. Упражнения на выработку осанки, на развитие ловкости, равновесия, координации. Движения с подниманием носка вверх и вынесением его вперед, в сторону, назад с закрытыми глазами и др. 2. Основные позиции рук и ног. Основные положения корпуса, головы. 3. «Пружинака» и её применение в танцевальных движениях. 4. «Противоход» - движение разноименных частей тела. Применение элемента в танцевальных движениях.	Практическое выполнение упражнений на середине зала, в парах и по одному, так же у «палки». Разбор каждого упражнения и его отработка.
4	3	Импровизация движений на музыкальные темы.	1. Свободное и естественное движение под четко ритмически организованную музыку. 2. Определение сильных и слабых долей такта. Простейшие подражательные движения под музыку. 3. Подбор движений под музыку разного характера и темпа на определенную тему. 4. Передача различными формами	Прослушивание музыкальных композиций. Поиск ритма, сильных долей. Импровизация.

			движения ритмического рисунка, динамических акцентов музыки, отрывистости, плавности.	
5	9	Элементы танца и простые танцевальные движения.	1. Простой шаг – с высоким подниманием бедра, с носка на пятку, с пятки на носок. Танцевальный шаг – бег на полупальцах. Применение элементов в простых танцевальных движениях. 2. Выполнение поворотов в различных техниках на одной ноге, на двух, в прыжке. 3. Простые и сложные приставные шаги в сочетании с изученными техниками поворотов.	Выполнение упражнений по кругу, далее у «палки» и у станка, отработка каждого для развития танцевального «шага».
6	5	Элементы эстрадного танца.	1. Разбор и разучивание танцевальных элементов под счет. 2. Основные танцевальные движения под счет и под музыку. 3. Разнообразные сочетания разученных и отработанных движений с работой рук, хлопками, поворотами, прыжками и др. 4. Простейшие элементы пластики рук и корпуса.	Усвоение учащимися движений, далее состав комбинаций эстрадного танца, после разучивание композиции.
7	4	Постановка танцевальных композиций.	1. Разбор и разучивание танцевальных элементов, движений, переходов, ритмического рисунка под счёт и под музыку. 2. Соединение разученных частей в танец.	Овладение учащимися основными элементами танцев, стилем и манерой исполнения, а также примерами композиций танцев. Работа над качеством исполнения танцевальных движений индивидуальная и мелкогрупповая.

Методическое обеспечение

Главным методическим принципом проведения занятий является то, что усложнение, продвижение по программе напрямую зависит от степени усвоения материала учащимися. Главное не торопиться, добиться правильного исполнения в простом, а не гнаться за сложным, проигрывая при этом в грамотности исполнения. Обучение в студии предполагает посещение концертов, просмотр и обсуждение видеоматериалов с лучшими образцами хореографического искусства в различных жанрах и стилях. Участие в концертах, смотрах, конкурсах по хореографии показывает положительные результаты занятий, развивает творческий потенциал детей, вызывает заинтересованность в занятиях.

Методы обучения:

1. Словесный метод используется при беседе, рассказе, при анализе музыкального материала.

2. Наглядный метод используется при показе фотографий, видеоматериалов.

3. Практический – это упражнения, тренинг, репетиции.

Формы организации деятельности занимающихся:

Используются групповая и индивидуальная форма, а также работа с частью коллектива.

Возможные формы проведения занятий:

- учебное занятие;
- открытое занятие;
- беседа;
- игра;
- репетиция;
- концерт;
- конкурс;
- фестиваль.

Основной формой организации образовательного процесса является групповое занятие. Структура занятий включает в себя три основные части: подготовительную, основную, заключительную.

Подготовительная часть занятия.

Общее назначение – подготовка организма к предстоящей работе. Конкретными задачами этой части является: организация группы; повышение внимания и эмоционального состояния занимающихся; умеренное разогревание организма. Основными средствами подготовительной части являются: строевые упражнения; различные формы ходьбы и бега; несложные прыжки; короткие танцевальные комбинации, состоящие из освоенных ранее элементов; упражнения на связь с музыкой и др. Все упражнения выполняются в умеренном темпе и направлены на общую подготовку опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

Методические особенности.

Продолжительность подготовительной части определяется задачами и содержанием занятия, составом занимающихся и уровнем их подготовки. На эту часть отводится примерно 10-15% общего времени занятия.

Основная часть занятия.

Задачами основной части являются: развитие и совершенствование основных физических качеств; формирование правильной осанки; воспитание творческой активности; изучение, и совершенствование движений танцев; отработка композиций и т.д. Средства основной части занятия: упражнения на силу, растягивание и расслабление (экзерсис); хореографические упражнения; элементы современного танца; танцевальные композиции; постановочная работа.

Методические особенности.

На данную часть занятия отводится примерно 75-85% общего времени. Порядок решения двигательных задач в этой части строится с учетом динамики работоспособности детей. Разучивание и корректировка новых движений происходит в начале основной части, в конце – отработка знакомого материала.

Заключительная часть занятия.

Основные задачи – постепенное снижение нагрузки; краткий анализ работы, подведение итогов. На эту часть отводится 5-10% общего времени. Основными средствами являются: спокойные танцевальные шаги и движения; упражнения на расслабление; плавные движения руками; знакомые танцы, исполнение которых доставляет детям радость.

Методические особенности.

В заключительной части проводится краткий разбор достигнутых на занятии успехов в выполнении движений, что создает у учащихся чувство удовлетворения и вызывает желание совершенствоваться. Замечания и советы по поводу недостаточно освоенных движений помогает учащимся сосредоточить на них внимание на следующем занятии.

Техническое обеспечение занятий

Важным условием выполнения учебной программы является достаточный уровень материально – технического обеспечения:

- наличие специального зала, оснащенного зеркалами, тренировочными станками;
- качественное освещение в дневное и вечернее время;
- музыкальная аппаратура (музыкальный центр с CD, DVD, и USB-портом) аудиозаписи,
- специальная форма и обувь для занятий;
- костюмы для концертных номеров (решение подобных вопросов осуществляется совместно с родителями).

Список литературы

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. - Л., 1983г.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии - М., 2000 г.
3. Богаткова Л.Н. Танцы для детей. – М.: Детгиз, 1959.
4. Ваганова А. Я. Основы классического танца. - С.-П.,2002 г.
5. Валькова Р.А. Методическая рекомендация по современному танцу. - Курган, 1997г.
6. Вальков В.А. Поиски и решения. Методические рекомендации для руководителей хореографических коллективов. - Курган, 2000г.
7. Володина О.В. Самоучитель клубных танцев.- Ростов на Дону.: Феникс, 2005
8. Джазовые танцы./ Авт.-сост. Е.В. Диниц.-М.: АСТ, 2002.
9. Ерохина О.В. Школа танцев для детей. Ростов на Дону: Феникс, 2003.
10. Ивлева Л.Д. Джазовый танец. - Челябинск, 1996г.
11. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей.- М.: Гном-Пресс, 2000г.
12. Латиноамериканские танцы./ Авт.-сост. О.В. Иванникова.- М.: АСТ, 2003
13. Левин М.В. Гимнастика в хореографической школе. - М., 2001г.
14. Леонов Б. Музыкальное ритмическое движение. - Минск, 1971г.
15. Лисицкая Т.А. Хореография в гимнастике. – Ростов-на-Дону: Феникс, 1993.
16. Никитин Н. Композиция урока и методика преподавания модерн-джаз танца. – М., 2006г.
17. Панферов В. Основы композиции танца.- Челябинск: ЧГАКИ, 2001.
18. Пасютинская В. Волшебный мир танца. - М., 1985г.
19. Полетков С.С. Основы современного танца. - Ростов- на - Дону, 2005г.
20. Прутова Т.В., Беликова А.М., Кветная О.В. Учите детей танцевать. - М.,2003г.
21. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Фитнес-данс.- С.-П.,2007г.