

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Детская школа искусств №7»
города Магнитогорска

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

« РАННЕЕ ЭСТЕТИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»

рабочая программа по учебному предмету
«РИТМИКА»

Магнитогорск, 2021

Разработчик:

Д.Н. Волкова, преподаватель вокально-теоретических дисциплин МБУДО «ДШИ №7» г. Магнитогорска

Рецензент:

Е.А. Ситникова, заместитель директора по УВР МБУДО «ДШИ «Дом музыки» города Магнитогорска

Рецензент:

Рябова С. В. – заведующая вокально-теоретическим методическим объединением, преподаватель вокально-хоровых дисциплин высшей категории МБУДО «ДШИ №7» г. Магнитогорска

Структура программы учебного предмета

I.	Пояснительная записка	3
II.	Содержание учебного предмета	8
III.	Требования к уровню подготовки учащихся	19
IV.	Формы и методы контроля, система оценок	20
V.	Методическое обеспечение учебного процесса	22
VI.	Список рекомендуемой методической литературы	26

I. Пояснительная записка

1. Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе

В педагогической практике неоднократно доказано, что приобщение к искусству с раннего возраста определяет стойкую мотивацию учащихся к дальнейшему обучению.

В дошкольном возрасте, когда ребёнок особенно чуток ко всему, что его окружает, закладывается базис общей и музыкальной культуры. Раннее музыкально-эстетическое воспитание детей с 5-6 лет даёт результаты более эффективные и устойчивые, чем обучение с 7-8 лет. Это создаёт необходимые условия и предпосылки для дальнейшего развития творческого потенциала ребёнка в музыкальной школе и выбора специальности по инструментальному исполнительству.

На занятиях по ритмике происходит непосредственное и всестороннее обучение ребенка на основе гармоничного сочетания музыкального, двигательного, физического и интеллектуального развития.

Уроки ритмики развивают такие музыкальные данные как слух, память, ритм, помогают выявлению творческих задатков учеников, знакомят с теоретическими основами музыкального искусства.

Дети получают возможность самовыражения через музыкально-игровую деятельность.

Изучение предмета «Ритмика» тесно связано с изучением предметов «Развитие музыкальных способностей», «Музыкальный инструмент».

2. Срок реализации учебного предмета «Ритмика»

Данная образовательная программа рассчитана на 1 (2) года обучения.

3. Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию предмета «Ритмика»:

	1 год обучения
	Количество часов
Максимальная нагрузка	34
Количество часов на аудиторную нагрузку	34
Недельная аудиторная нагрузка	1
	2 год обучения
	Количество часов
Максимальная нагрузка	34
Количество часов на аудиторную нагрузку	34
Недельная аудиторная нагрузка	1

4. Форма проведения учебных аудиторных занятий:

в зависимости от количества учащихся – мелкогрупповая (от 4 до 10 человек) или групповая (от 11 человек). Продолжительность занятия: 1 академический час - 30 минут.

5. Цель и задачи учебного предмета

Цель: развитие музыкально-ритмических и двигательнo-танцевальных способностей учащихся через овладение основами музыкально-ритмической культуры.

Задачи:

- овладение основами музыкальной грамоты;
- формирование танцевальных умений и навыков в соответствии с программными требованиями;

- воспитание важнейших психофизических качеств, двигательного аппарата в сочетании с моральными и волевыми качествами личности – силы, выносливости, ловкости, быстроты, координации;
- развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности;
- приобщение к здоровому образу жизни;
- формирование правильной осанки;
- развитие творческих способностей;
- развитие темпо - ритмической памяти учащихся.

6. Обоснование структуры учебного предмета «Ритмика»

Обоснованием структуры программы являются рекомендации Министерства культуры РФ, отражающие все аспекты работы преподавателя с учащимися.

Программа содержит:

- сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета;
- распределение учебного материала по годам обучения;
- описание дидактических единиц учебного предмета;
- требования к уровню подготовки учащихся;
- формы и методы контроля, система оценок;
- методическое обеспечение учебного процесса.

В соответствии с данными направлениями строится основной раздел программы «Содержание учебного предмета».

7. Методы обучения

Для достижения поставленной цели и реализации задач предмета используются следующие методы обучения.

1. Наглядный

- наглядно-слуховой прием;
- наглядно-зрительный прием.

Исполнение музыки должно сопровождаться показом. Показ движения нужно заранее хорошо продумать: сравнительно легко продемонстрировать действия отдельных персонажей-образов и намного сложнее развернуть сюжет игры или различные хороводные построения.

2. Словесный

Беседа о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение, рассказ, напоминание, оценка и т. д. Этот метод широко применяется в процессе обучения ритмике как самостоятельный, так и в сочетании с наглядным и практическим методами.

Применение его своеобразно тем, что состоит в выборе отдельных приемов и в дозировке их в зависимости от формы занятий и возраста детей. Так, к образно-сюжетному рассказу чаще прибегают при разучивании игры (особенно в младшей группе); к объяснению, напоминанию — в упражнениях, танцах.

3. Практический

При использовании практического метода (многократное выполнение конкретного музыкально-ритмического движения) особенно важно предварительно «отрабатывать» в подводящих, подготовительных упражнениях элементы бега, поскоков, подпрыгиваний, манипуляций с предметами и т.д., а затем уже включать их в игры, пляски и хороводы.

Предложенные методы работы являются наиболее продуктивными при реализации поставленных целей и задач учебного предмета и основаны на проверенных методиках и сложившихся традициях в хореографическом образовании.

8. Описание материально-технических условий реализации учебного предмета

Материально-техническая база образовательного учреждения соответствует санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

В Школе созданы необходимые материально-технические условия, которые благотворно влияют на успешную организацию образовательного и воспитательного процесса:

наличие концертного зала, оснащенного фортепиано, звуко- и видеовоспроизводящим устройством.

II. Содержание учебного предмета

Содержание разделов

В данной программе весь материал систематизирован в разделы, которые в той или иной степени взаимосвязаны друг с другом, что позволяет достичь необходимых результатов в комплексном развитии учащегося.

Первый раздел «Основы музыкальной грамоты»

Главная цель - научить ребенка слушать и слышать музыку и эмоционально откликаться на нее. Умение слышать музыку и понимать музыкальный язык развивается в разных видах деятельности - пении, движении под музыку, исполнительской деятельности. Учащиеся усваивают понятия "ритм", "счет", "размер" и узнают, что музыка состоит из тактов и музыкальных фраз, при этом дети овладевают навыками различения понятий «вступление» и «основная часть, тема», что позволяет ребенку вступать в танец с начала музыкальной фразы.

Второй раздел «Упражнения на ориентировку в пространстве»

Основан на обучении ребенка ориентироваться на танцевальной площадке, с легкостью перестраиваться из рисунка в рисунок, работая сообща в коллективе детей. Умение овладевать разнообразными рисунками танца в дальнейшем позволяет ребенку свободно чувствовать себя на сцене.

Третий раздел «Упражнения с музыкально-ритмическими предметами» (ложки, бубен, маракас, трещотки и т.д.).

Упражнения с детскими музыкальными инструментами применяются для развития у детей подвижности пальцев, умения ощущать напряжение и расслабление мышц, соблюдения ритмичности и координации движений рук, а также для формирования интереса к игре на музыкальных инструментах. С помощью элементарных инструментов развивается музыкальный слух, чувство ритма, представление о звуковысотности, тембровых особенностях звучания, регистрах, расширяются знания о музыкальных инструментах ударной группы, а также формируются простейшие навыки игры на них.

Четвертый раздел «Упражнения с предметами танца»

Более насыщенно, интересно и разнообразно позволяет донести до ребенка предмет «ритмика и танец». Дети развивают моторику рук и координацию движения. Эти навыки необходимы для подготовки ребенка к более сложным изучением движений и комбинаций. С использованием данных предметов у детей расширяются познания в области музыкального и хореографического искусства, а также успешно развивается память, мышление, ловкость и сноровка. Дети учатся через предмет выражать свои эмоции, действия на площадке. Преподаватель в соответствии с возрастными особенностями подбирает тот или иной предмет и разучивает упражнения.

Пятый раздел «Танцевальные движения»

Является основой данного курса и подготовкой к последующим большим выступлениям ребенка на сцене. В ритмике используются несложные элементы народных плясок, хороводов, которые составляют основу современных детских композиций.

Шестой раздел «Музыкально-ритмические игры»

Данный раздел включает важные и неотъемлемые для полноценного развития ребенка задачи. Форма игры создает условия для раскрытия эмоционального мира каждого ребенка и усвоения им необходимых знаний, понятий, формирования навыков в обстановке эмоционального комфорта. В процессе игры создаются условия для общения детей в паре, в группе, проявляются личностные качества, а педагог в процессе игры имеет возможность корректировать отношения между детьми, активизировать творческую деятельность группы, создавать условия для наиболее полного проявления каждого ребенка в рамках заданных правил.

Срок обучения 1 (2) года
Примерный тематический план

<i>№/№</i>	<i>Наименование разделов и тем</i>
<i>1.</i>	<i>Основы музыкальной грамоты</i>
1)	Регистровая окраска. Понятие о звуке (низкие, средние и высокие тона)
2)	Характер музыки:
	- грустный и т.п.
	- веселый и т.п.
	- торжественный и т.п.
	- шуточный и т.п.
3)	Динамические оттенки:
	- громко
	- тихо
4)	Музыкальный размер (2/4, 4/4, 3/4, 6/8)
	2/4

	4/4
	$\frac{3}{4}$
	6/8
5)	Знакомство с длительностью нот:
	- целая
	- половинная
	- четвертная
	- восьмая
6)	Понятие о жанрах в музыке:
	- песня
	- танец
	- марш
7)	Понятие «сильная доля»
8)	Понятие «затакт»
9)	Знакомство с куплетной формой
10)	Понятие «музыкальная фраза»
11)	Характер музыки. Тоника:
	- мажор
	- минор
12)	Музыкальные паузы

	- половинная
	- четвертная
	- восьмая
13)	Музыкальный темп:
	- быстрый
	- медленный
	- умеренный
14)	Музыкальные штрихи:
	- легато
	- стаккато
II.	<i>Упражнения на ориентировку в пространстве</i>
	Нумерация точек
	- линия, две линии
	- шеренга
	- колонна
	- круг, полукруг
	- два круга
	- диагональ
	- «улитка»
	- «змейка»

III.	<i>Упражнения с музыкально-ритмическими предметами</i>
	- ударные (ложки, барабан и т.д.)
	- звенящие (бубен, маракасы, погремушка, трещотка)
IV.	<i>Упражнения с предметами танца</i>
	- упражнение с платком
	- упражнение с лентой
V.	<i>Танцевальные движения</i>
1)	Поклон
	-простой
	- поясной
2)	Шаги:
	- маршевый шаг
	- шаг с пятки
	- шаг сценический
	- шаг на высоких полу пальцах с поджатой назад
	- на полу пальцах с высоко поднятым коленом вперед
	- переменный
	- мелкий с продвижением вперед (хороводный)

	- приставной шаг с приседанием
	- с притопом в продвижении вперед и назад
3)	Бег:
	- сценический
	- на полу пальцах
	- легкий (ноги назад)
	- на месте
	- стремительный
	- «лошадки» на месте и в продвижении
	- «жете» на месте и в продвижении с выводом ног вперед и назад
4)	Прыжки:
	- на месте по VI позиции
	- с продвижением вперед
	- в повороте на $\frac{1}{4}$
	- в повороте на $\frac{1}{2}$
	- «разножка»
	- «поджатый»
5)	Работа рук:
	- понятие «правая» и «левая рука»

	- положение рук на талии
	- перед грудью
	- за юбку
	- позиция рук 1,2,3
	- положение рук в кулаки
6) Позиции ног:	
	- понятие «правая « и «левая нога»
	- первая позиция свободная
	- первая позиция параллельная
	- вторая позиция параллельная
	- вторая свободная
	- третья
7) Работа головы	
	- наклоны и повороты
8) Движения корпуса	
	- наклоны вперед, назад, в сторону
	- с сочетанием работы головы
9) Приседания	
	- полуприседания
	- полуприседания с каблучком

10)	«Ковырялочка»
	- в первоначальном раскладе
	- в сочетании с притопами
11)	Па галопа
	- прямой
	- боковой
12)	Музыкально-ритмические движения
	Притопы
	- простой
	- двойной
	- тройной
	Хлопки
	- хлопки в ладоши (простые)
	- хлопки в ритмическом рисунке
	- хлопки в парах с партнером
	Изучение ударов стопой в сочетании с хлопками (стоя на месте)
VI.	<i>Музыкально-ритмические игры</i> <i>(по выбору преподавателя)</i>
	<i>Рекомендуемые:</i>
	- «Музыкальная шкатулка»

	- «Мыши и мышеловка»
	- «Волшебная шапочка»
	- «Самолетики-вертолетики»
VII. Контрольный урок	

Основные требования к знаниям и умениям учащихся:

Ученики должны иметь следующие знания, умения, навыки:

- определять характер музыки словами (грустный, веселый, спокойный, плавный, изящный);
- правильно определять сильную долю музыки и различать длительности нот;
- знать различия «народной» и «классической» музыки;
- различать жанры в музыке: песня, танец, марш;
- уметь грамотно исполнять движения;
- выполнять основные движения упражнений с предметами и без них под музыку на 2/4 и 4/4, 3/4, 6/8
- начинать и заканчивать движение вместе с музыкой;
- уметь координировать движения - рук, ног и головы, при ходьбе, беге, галопе;
- уметь ориентироваться в пространстве: выполнять повороты, двигаясь по линии танца;
- четко определять право и лево в движении и исполнении упражнения с использованием предметов;
- хорошо владеть движениями с платком, мячом, лентой и обручем;
- уметь свободно держать корпус, голову и руки в тех или иных положениях;
- уметь работать в паре и синхронизировать движения

- термины: громко—тихо, высоко—низко, характер музыки (бодрый, веселый, печальный, грустный), темп музыки и движения (быстро, медленно, умеренно), музыкальные размеры, длительности, понятия «затакт», «сильная доля», «фраза», музыкальные жанры – песня, танец, марш;
- знать названия общеразвивающих упражнений, пройденных в течение года;
- знать названия простых танцевальных шагов, а также уметь их правильно исполнить (мягкий, на полу пальцах, приставной, переменный, галоп, полька);
- слышать изменения звучания музыки и передавать их изменением движения;
- повторять на звучащем инструменте простейший ритмический рисунок;
- выполнять с более четким исполнением подражательные движения;
- уметь танцевать в ансамбле;
- уметь правильно ориентироваться на сценической площадке;
- уметь замечать свои ошибки и ошибки других учеников;
- уметь свободно и правильно держать корпус, голову в тех или иных позах, согласно выполнению движения или комбинации.

Примерные требования к контрольным урокам:

- За время обучения учащиеся должны приобрести ряд практических навыков:
 1. Уметь выполнять комплексы упражнений.
 2. Уметь сознательно управлять своими движениями.
 3. Владеть упражнениями на развитие музыкальности, метроритма.
 4. Уметь координировать движения.
 5. Владеть, в хорошей степени, изученными танцевальными движениями разных характеров и музыкальных темпов.

III. Требования к уровню подготовки учащихся

Результатом освоения программы «Ритмика», является приобретение обучающимися следующих знаний, умений и навыков:

- знания основных понятий, связанных с метром и ритмом, темпом и динамикой в музыке;
- знания понятия лада в музыке (мажор и минор) и умение отображать ладовую окраску в танцевальных движениях;
- первичные знания о музыкальном синтаксисе, простых музыкальных формах;
- представление о длительности нот в соотношении с танцевальными шагами;
- умение согласовывать движения со строением музыкального произведения;
- навыки двигательного воспроизведения ритмических движений посредством воспроизведения ударом в ладоши и музыкального инструмента;
- навыки сочетания музыкально-ритмических упражнений с танцевальными движениями;
- навыки игры на музыкальных инструментах в сочетании с музыкально-танцевальными упражнениями.

IV. Формы и методы контроля, система оценок

1. *Аттестация: цели, виды, форма, содержание*

Оперативное управление учебным процессом невозможно без осуществления контроля знаний, умений и навыков учащихся. Именно через контроль осуществляется проверочная, воспитательная и корректирующая функции.

Оценка качества реализации программы "Ритмика" включает в себя текущий контроль успеваемости, промежуточную аттестацию учащихся.

Успеваемость учащихся проверяется на различных выступлениях: контрольных уроках, концертах, просмотрах и т.д.

Текущий контроль успеваемости учащихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

Промежуточная аттестация проводится в форме контрольных уроков, Контрольные уроки в рамках промежуточной аттестации проводятся в конце учебного года на занятиях в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

2. *Критерии оценок*

Для аттестации учащихся созданы фонды оценочных средств, которые включают в себя методы контроля, позволяющие оценить приобретенные знания, умения и навыки.

Оценка	Критерии оценивания
5 (отлично)	Освоение всего (или большей части) учебного материала на достаточно высоком уровне.
4 (хорошо)	Освоение учебного материала на уровне выше среднего. Наличие небольшого количества несущественных недостатков.
3 (удовлетворительно)	Освоение учебного материала на среднем уровне. Наличие небольшого количества существенных недостатков.
2 (неудовлетворительно) не аттестация	Пропуск занятий более 50 %, освоение учебного материала на низком уровне, наличие большого количества существенных недостатков

Данная система оценки качества исполнения является основной. С учетом сложившихся традиций и педагогической целесообразности оценка качества исполнения может быть дополнена системой «+» и «-», что даст возможность более конкретно отметить выступление учащегося.

V. Методическое обеспечение учебного процесса

1. Методические рекомендации педагогическим работникам

При организации и проведении занятий по предмету «Ритмика» необходимо придерживаться следующих принципов:

- принципа сознательности и активности, который предусматривает, прежде всего, воспитание осмысленного овладения техникой танца; заинтересованности и творческого отношения к решению поставленных задач;
- принципа наглядности, который предусматривает использование при обучении комплекса средств и приемов: личная демонстрация приемов, видео и фотоматериалы, словесное описание нового приема и т.д.;
- принципа доступности, который требует, чтобы перед учеником ставились посильные задачи. В противном случае у обучающихся снижается интерес к занятиям. От преподавателя требуется постоянное и тщательное изучение способностей учеников, их возможностей в освоении конкретных элементов, оказание помощи в преодолении трудностей;
- принцип систематичности, который предусматривает разучивание элементов, регулярное совершенствование техники элементов и освоение новых элементов для расширения активного арсенала приемов, чередование работы и отдыха в процессе обучения с целью сохранения работоспособности и активности учеников.

Процесс обучения музыкально-ритмическим движениям включает три этапа.

На первом этапе ставятся задачи:

- ознакомления детей с новым упражнением, пляской, хороводом или игрой;
- создания целостного впечатления о музыке и движении;

- разучивания движения.

Методика обучения состоит в следующем: педагог прослушивает вместе с детьми музыкальное произведение, раскрывает его характер, образы и показывает музыкально-ритмическое движение, стремясь пробудить в детях желание разучить его. Показ должен быть точным, эмоциональным и целостным.

На втором этапе задачи расширяются, продолжатся:

- углубленное разучивание музыкально-ритмического движения,
- уточнение его элементов и создание целостного образа, настроения музыкального произведения.

Преподаватель дает необходимые разъяснения, напоминает последовательность действий, своевременно, доброжелательно оценивает достижения детей.

Задача третьего этапа заключается в том, чтобы закрепить представления о музыке и движении, поощряя детей самостоятельно выполнять разученные движения.

Методика закрепления и совершенствования музыкально-ритмического движения нацелена на работу над его качеством. Преподаватель, напоминая последовательность, используя образные сравнения, отмечая удачное исполнение, создает условия для эмоционального выполнения детьми музыкально-ритмических движений.

2. Музыкально-ритмические игры

1) «Музыкальная шкатулка»

Описание:

Дети стоят спиной в круг, в центре круга – один из детей, у которого в руках музыкальный инструмент. По указанию преподавателя он начинает играть на инструменте, а остальные дети слушают его. Затем определяют, что за инструмент прозвучал. Кто угадал, становится в круг, и преподаватель дает ему новый инструмент и игра продолжается заново.

Игра развивает:

музыкальный слух, при прослушивании музыки музыкального инструмента;

чувство ритма, когда ребенок исполняет игру на инструменте в разнообразном ритмическом рисунке;

быстроту мышления, чтобы первым определить и стать лидером.

2) «Самолетики – вертолетики»Описание:

Дети делятся на две команды с одноименными игре названиями. Каждой команде определяется свой музыкальный фрагмент, и когда музыка той или иной команды звучит, то они начинают хаотично двигаться по залу и по окончании должны вернуться на исходное место и выполнить задания преподавателя. Например, прыжки на месте, полуприседания, исполнить хлопки или притопы. Если звучит музыка другой команды, то команда, чья музыка не звучит, стоит на месте («на аэродроме»).

Игра развивает:

умение владеть танцевальной площадкой;

быстроту движений, реакцию;

музыкальный слух;

память, так как ребенок запоминает задание и исполняет его спустя некоторое время.

3) «Мыши и мышеловка»Описание:

Дети становятся в один общий круг, держась за руки. Далее по команде преподавателя они производят расчет на «первый», «второй» (это делается затем, чтобы дети и преподаватель могли определить, кто будет являться «мышками», а кто – «мышеловкой»). Далее все участники, являющиеся «первыми», делают шаг в круг и смыкают его, взяв друг друга за руки,

образовывая замкнутую «мышеловку». А «вторые», т.е. «мышки» становятся за пределы «мышеловки».

Начинается игра. Звучит музыка. На вступление «мышки» еще не двигаются и только потом, когда зазвучала основная мелодия «мышки» пробегают посередине «мышеловки» и проскакивают в воротца, которые образуют игроки «мышеловки», подняв сцепленные руки вверх. Как только музыка обрывается, игроки «мышеловки» опускают руки и закрывают «мышеловку». Оставшиеся «мышки» внутри, считаются пойманными. Они становятся в общий круг, присоединятся к «мышеловке». Игра продолжается. Можно провести игру 3-4 раза. А затем поменять игроков местами. «Вторые» становятся «мышеловкой», а «первые» - мышками.

Игра развивает и учит:

- координацию движения ребенка;
- умение ориентироваться в пространстве;
- формировать рисунок танца – круг;
- коллективной работе, находясь в роли «мышеловки»;
- развивает музыкальность (так как начало и окончание движения связано с музыкой).

Примерный репертуарный список:

1 год обучения:

- «Шведская народная мелодия»
- «Украинская народная мелодия»
- «Во саду ли в огороде»
- «Бульба»

2 год обучения:

- «Рондо-каприччио»
- «Аннушка»
- «Финская полька»²⁴
- «Гавот»

VI. Список рекомендуемой методической литературы

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. М., 2000
2. Бекина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. Музыка и движение. Упражнения, игры, пляски для детей 6-7 лет. Часть 1 и Часть 2. М., 1981
3. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. СПб, 2000
4. Горшкова Е. В. От жеста к танцу. М.: Издательство «Гном и Д», 2004
5. Играем с начала. Гимнастика, ритмика, танец. М., 2007
6. Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике в I и II классах музыкальной школы. Выпуск 1. Издательство “Музыка”. М., 1972
7. Конорова Е. В. Танец и ритмика. М: Музгиз, 1960
8. Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике. Занятия по ритмике в подготовительных классах. Выпуск 1. М.: Музгиз, 1963, 1972, 1979
9. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов. М, 2000
10. Лифиц И. Франио Г. Методическое пособие по ритмике. М., 1987
11. Пустовойтова М.Б. Ритмика для детей. Учебно-методическое пособие. М., Гуманитарный издательский центр «ВЛАДОС», 2008
12. Программы для хореографических школ искусств. Составитель – Бахтов С. М., М.,1984
13. Руднева С., Фиш Э. Ритмика. Музыкальное движение. М.: Просвещение, 1972
14. Ткаченко Т.С. Народные танцы. М., 1975
15. Школа танца для юных. СПб, 2003
16. Чибрикова-Луговская А.Е. Ритмика. М., Издательский дом «Дрофа», 1998
17. Щемененко А.В. «Топотушки-хлопотушки»