

ЧДОУ РО «НЕРПЦ (МП) «Православный детский сад во имя
Веры, Надежды, Любви и матери их Софии г. Нижнего Новгорода»

Принята
на Педагогическом совете
протокол №01 от 03.09.2024 г.

Утверждена
Приказ директора
№01 от 09.01.2025 г.

Дополнительная общеобразовательная программа

«Веселый каблучок» для детей с 4-7 лет

Срок реализации 3 года.

Составила:
музыкальный руководитель Е.А.Горячевская

г. Нижний Новгород

2024 год

Оглавление

• Целевой раздел	
1. Пояснительная записка	3
2. Направленность ДОП.....	4
3. Цель и задачи	5
4. Принципы	6
5. Возрастные особенности детей	7
6. Планируемые результаты освоение программы.....	8
• Содержательный раздел	
2.1 Формы образовательной деятельности.....	10
2.2. Учебно – тематический план по хореографической работе с детьми младшего дошкольного возраста (4 – 5 лет). Содержание программы.....	13
2.3. Учебно – тематический план по хореографической работе с детьми младшего дошкольного возраста (5 – 6 лет). Содержание программы.....	17
2.4. Учебно – тематический план по хореографической работе с детьми младшего дошкольного возраста (6 – 7 лет). Содержание программы.....	23
• Организационный раздел	
1. Описание материально - технического обеспечения программы.....	27
2. Структура занятий кружковой работы	27
3. Диагностический материал	29
4. Список литературы.....	31

I. Целевой раздел

1.1 . Пояснительная записка

Программа ДОП «Хореография» разработана на основе программ по хореографии для детей дошкольного возраста «Ритмическая мозаика» А.И. Бурениной, «Ладушки» Каплунова И, Новоскольцева И, « Прекрасный мир танца» О.Н.Калинина, предлагается для реализации в МАДОУ №5 г.Туймазы.

На сегодняшний день раннее развитие детей набирает все большую популярность, поэтому родители стремятся всесторонне развивать своего ребенка с самого рождения, и в этом есть рациональное зерно, ведь успешное будущее закладывается в первые шесть лет жизни. Один из разделов государственных программ это художественно – эстетическое развитие, которое включает в себя изобразительную, театрализованную и музыкальную деятельность, художественную литературу и креативное развитие ребенка дошкольного возраста. Однако для детей с хореографическими способностями, родители которых готовы развивать их в этом направлении, содержание этого раздела является недостаточным.

В период дошкольного возраста дети активно развиваются физически и умственно. Жажда открытий и познавательный интерес, присущий в дошкольном возрасте, совпадают с легкостью усвоения учебного материала. Поэтому учебный процесс по настоящей программе последовательно выстроен, систематизирован; разделен на четыре года обучения с постепенным усложнением учебного материала.

Танцевальное искусство обладает огромной силой в воспитании творческой, всесторонне развитой личности. Занятия хореографией приобщают ребенка к миру прекрасного, воспитывают художественный вкус. Соприкосновение с танцем учит детей слушать, воспринимать, оценивать и любить музыку. Хореографические занятия совершенствуют детей физически, укрепляют их здоровье. Они способствуют правильному развитию костно-мышечного аппарата, избавлению от физических недостатков, максимально исправляют нарушения осанки, формируют красивую фигуру. Эти занятия хорошо снимают напряжение, активизируют внимание, усиливают эмоциональную реакцию и, в целом, повышают жизненный тонус учащегося. В танце находит выражение жизнерадостность и активность ребенка, развивается его творческая фантазия, творческие способности: воспитанник учится сам создавать пластический образ.

Выступления перед зрителями являются главным воспитательным средством: переживание успеха приносит ребенку моральное удовлетворение, создаются условия для реализации творческого потенциала, воспитываются чувство ответственности, дружбы, товарищества.

Музыка – неотделимая часть хореографического искусства. Музыкальное сопровождение развивает не только музыкальный слух, но и воспитывает в ребенке организованность. Ведь основа музыки – это ритм, а в основе всех жизненных процессов также лежит ритм. Благодаря этому дети учатся передавать различные образы, помогающие развитию артистических способностей. Танцевальное искусство способствует развитию у детей гибкости тела, красивой осанки.

Закладываются лидерские качества, которые помогут успешно развиваться ребенку в будущем.

1.2. Направленность

Особенностью данной программы является направленность на раннее развитие хореографических навыков и творческих способностей детей 4-7 лет.

Данная программа разработана на основе нормативно-правовых документов, регламентирующих организацию деятельности дошкольных образовательных организаций:

Срок реализации– 3 года.

Программа: адаптирована для детей 4-х, 5-ти и 6-ти летнего возраста, с учетом физиологических, возрастных, психологических особенностей.

Программа включает в себя занятия, построенные на различных видах хореографии (классические, народные, современные, балльные элементы) с использованием разнообразных танцевальных движений, выстроенных в правильной последовательности с постепенным усложнением учебного материала, где каждое занятие проводится в сюжетно-игровой форме. Такое построение программы дает возможность педагогу – хореографу творчески подходить к своей работе, разнообразно и интересно выстраивать свои занятия с детским коллективом.

1.3. Цель и Задачи

Цель программы: приобщить детей к танцевальному искусству, способствовать эстетическому и нравственному развитию дошкольников.

Задачи программы:

Обучающие– научить детей владеть своим телом, обучить культуре движения, основам классического, народного и детского балльного танца, элементам музыкальной грамоты и основам актерского мастерства. Научить детей вслушиваться в музыку, различать выразительные средства, согласовывать свои движения с музыкой;

Развивающие – развитие музыкальных и физических данных детей, образного мышления, фантазии и памяти, формирование творческой активности и развитие интереса к танцевальному искусству;

Воспитательные – воспитание эстетически-нравственного восприятия детей и любви к прекрасному, трудолюбия, самостоятельности, аккуратности, целеустремленности и упорства в достижении поставленной цели, умение работать в паре и в коллективе.

1.4 Принципы

Для достижения цели образовательной программы использовались следующие основные **принципы**:

- – демонстрация упражнений педагогом, образный рассказ, имитация движений;
- – обучение от простого к сложному, от известного к неизвестному;
- – регулярность занятий с постепенным увеличением количества упражнений, усложнением способов их выполнения;
- **индивидуальный подход** – учет особенностей восприятия каждого ребенка;
- – каждый должен в полной мере участвовать в работе;  **сознательность** – понимание выполняемых действий, активность.

В результате усвоения программы и при реализации поставленных целей и задач дети приобретут следующие знания, умения, навыки:

- представление о различных видах хореографии;
- координацию движений, пластику, красивое исполнение танцевальных композиций;
- самостоятельное перестроение в различные фигуры танца, творческой импровизации;
- корректировать свою деятельность в соответствии с заданиями и замечаниями педагога;
- контролировать собственное исполнение, согласовывая его с коллективным;
- ориентироваться в пространстве;
- музыкальное, ритмичное исполнение танцевальных движений, комбинаций, т.е. умение двигаться в танце в такт заданной музыке;
- умение выразительно, эмоционально исполнять хореографические образы, передавать характер танца;

контроль эмоций и поведения, настойчивость в достижении результатов на занятиях, выдержку, самостоятельность и культуру поведения.

1.5. Возрастные особенности развития детей

Возрастные особенности детей от 4 до 5 лет

В этом возрастном периоде дети способны на воспроизведение движения по показу педагога и способны запомнить небольшие простейшие танцевальные комбинации, особенно если в них присутствует игровой момент. При правильной физической нагрузке малыши в состоянии заниматься без особого напряжения в течение 20 минут два раза в неделю. В этом возрасте у детей появляется возможность выполнять более сложные по координации движения, возрастает способность к восприятию более тонких оттенков музыки. В этом возрасте мышечный аппарат ребенка довольно слаб, несформирован. Задача педагога состоит в том, чтобы создать условия для поиска характерных особенностей пластики персонажей, деталей их поведения. Выразительность исполнения образных движений, воссоздавая образ в целом. В основном это мир природы, окружающий нас, игрушки, добрые сказочные персонажи. Детям предлагаются этюды, небольшие по содержанию рассказы, яркие короткие музыкальные произведения для освоения образа, задания для импровизации танцевальных движений, игры с импровизациями.

Возрастные особенности детей от 5 до 6 лет

Ребенок физически крепнет, становится более подвижным. Успешно овладевает основными движениями, у него хорошая координация движений в ходьбе, беге, прыжках. Совершенствуются процессы высшей нервной деятельности: развивается способность анализировать, обобщать, делать простейшие умозаключения, улучшается произвольная память. Появляются элементы творчества во всех видах деятельности. Возрастные особенности детей позволяют усложнить материал. Психологические особенности позволяют ребенку лучше координировать свои действия с партнером, у детей возрастает способность к сочинению, фантазии, комбинации различных движений.

Задачей педагога является формирование способов отношений с несколькими персонажами, развитие умений понимать их, передавать один и тот же образ в разных настроениях, в разном характере, формировать способы комбинации различных танцевальных движений и перестроений.

Детям предлагаются более сложные композиции, яркие, контрастные музыкальные произведения для восприятия и передачи музыкального образа, предлагаются более сложные схемы перестроений, комбинации танцевальных движений.

Возрастные особенности детей от 6 до 7 лет

Возрастные особенности детей позволяют осваивать сложные по координации движения, понимать сложные перестроения, чувствовать партнера и взаимодействовать друг с другом, при этом контролировать качество исполнения движения. Задачей педагога на данном этапе остается формирование способов отношений между партнерами, восприятия и передачи музыкальных образов с оттенками их настроения и характера, образно-пластического взаимодействия между несколькими партнерами. На данном этапе педагог создает детям как можно больше условий для самостоятельного творчества. Определение сложности и доступности музыкально-ритмических композиций для детей, безусловно, относительно. Необходимо соотносить все характеристики с индивидуальными возможностями конкретного ребенка. Но важно также ориентироваться на средние показатели уровня развития детей в группе.

1.6. Планируемые результаты освоения программы

1. **год обучения** (*средняя группа*). После первого года обучения занимающиеся дети знают о назначении отдельных упражнений хореографии. Желают двигаться, танцевать под музыку, передавать в движениях, пластике характер музыки, игровой образ.

Умеют выполнять простейшие построения и перестроения, ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок; ставить ногу на носок и на пятку.

Умеют выполнять танцевальные движения: прямой галоп, пружинка, подскоки, кружение по одному и в парах. Знают основные танцевальные позиции рук и ног. Умеют выполнять простейшие двигательные задания (*творческие игры, специальные задания*), используют разнообразные движения в импровизации под музыку этого года обучения.

2 год обучения (*старшая группа*). По окончании второго года обучения занимающиеся дети выразительно, свободно, самостоятельно двигаются под музыку. Умеют точно координировать движения с основными средствами музыкальной выразительности.

Владеют навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определенный «запас» движений в общеобразовательных и танцевальных упражнениях.

Выполняют танцевальные движения: поочередное выбрасывание ног вперед в прыжке; приставной шаг с приседанием, с продвижением вперед, кружение; приседание с выставлением ноги вперед; шаг на всей ступне на месте, с продвижением вперед.

Владеют основными хореографическими упражнениями по программе этого года обучения. Умеют исполнять ритмические, бальные танцы и комплексы упражнений под музыку этого года обучения.

3 год обучения (*подготовительная группа*). После третьего года обучения занимающиеся дети могут хорошо ориентироваться в зале при проведении музыкально – подвижных игр. Умеют выполнять самостоятельно специальные упражнения для согласования движения с музыкой, владеют основами хореографических упражнений этого года обучения. Умеют исполнять ритмические, бальные танцы и комплексы упражнений под музыку.

Выполняют танцевальные движения: шаг с притопом, приставной шаг с приседанием, пружинящий шаг, боковой галоп, переменный шаг; выразительно и ритмично исполняют танцы, движения с предметами (шарами, обручами, цветами). Выразительно исполняют движения под музыку, могут передать свой опыт младшим детям, организовать игровое общение с другими детьми.

II. Содержательный раздел программы

2.1 Формы образовательной деятельности

«**Ритмика**» является основой для развития чувства ритма и двигательных способностей детей, позволяющих свободно, красиво и правильно выполнять движения под музыку, соответственно ее характеру, ритму, темпу. В этот раздел входят специальные упражнения для согласования движений с музыкой, музыкальные задания и игры.

«**Гимнастика**» служит основой для освоения ребенком различных видов движений. В раздел входят строевые, общеразвивающие, а также задания на расслабление мышц, укрепление осанки, дыхательные.

«**Партерная гимнастика**» это упражнения на полу, которые позволяют с наименьшими затратами энергии достичь сразу трех целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Эти упражнения также способствуют исправлению некоторых недостатков в корпусе, ногах и помогают вырабатывать выворотность ног, развить гибкость, эластичность стоп.

«**Танцы**» направлен на формирование у детей танцевальных движений. В раздел входят танцевальные шаги, элементы хореографических упражнений и элементы различных танцев: народного, бального, современного и ритмического.

«**Музыкально – ритмическая композиция**» направлен на формирование у детей пластичности, гибкости и координации. В разделе представлены образно-танцевальные композиции, каждая из которых имеет целевую направленность, сюжетный характер и завершенность. Все композиции объединяются в комплексы упражнений для детей различных возрастных групп.

«**Пальчиковая гимнастика**» служит основой для развития ручной умелости, мелкой моторики и координации движений рук. Упражнения обогащают внутренний мир ребенка. Оказывают положительное воздействие на улучшение памяти, мышления, развитию фантазии.

Темпо-ритм. Развитое чувство ритма – одно из важнейших условий успешных занятий хореографией. Это - одно из основополагающих проявлений музыкальности. Оно имеет не только моторную, но и эмоциональную природу и характеризуется как *«способность активно переживать (отражать в движении) музыку и вследствие этого тонко чувствовать эмоциональную выразительность...музыкального произведения»*. Ритм почти всегда отражает эмоциональное содержание музыки, ее образную сущность. Указывая на прямую связь ритма с чувством. Для воспроизведения ритма используются самые простые приёмы: хлопки, шлепки и притопы. Однако, столь простые, на первый взгляд, действия далеко не у всех получаются сразу и требуют внимания, сноровки, быстроты и точности реакции.

Игры с речитативом. Речитатив или подговорки – это малый фольклорный жанр, в котором в стихотворной форме раскрывается техника исполнения танцевального движения, его название. Использование речитатива, способствует усвоению танцевальных движений. Любой танец состоит из логической цепочки танцевальных движений и их элементов. Красивое исполнение танца, самовыражение каждого ребёнка в нём зависят от качества усвоения и выполнения того или иного танцевального движения в отдельности. Речитатив, удобный материал для решения этой задачи. Они образны, музыкальны, ритмичны. При исполнении одного танцевального этюда с подговоркой у ребёнка работают разные группы мышц и отрабатываются разные танцевальные движения.

Упражнения на ориентировку в пространстве. Данная тема позволит детям познакомиться с элементарными перестроениями и построениями (такими как: круг, колонна, линия, диагональ, полукруг и др.), научит детей четко ориентироваться в танцевальном зале и находить свое место. В дальнейшем, повторяя и закрепляя этот раздел, дети научатся в хореографических этюдах сменять один рисунок на другой.

«Музыкально – подвижные игры» является ведущим видом деятельности дошкольника. Здесь используются приемы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования. **«Постановка концертных танцевальных номеров и их отработка»** является неотъемлемой частью и итоговой работой любого учебного процесса. Знакомство с музыкальным материалом постановки; изучение танцевальных движений; соединение движений в танцевальные композиции; разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах; отработка элементов; работа над музыкальностью; развитие пластичности; синхронность в исполнении; работа над техникой танца; отработка четкости и чистоты рисунков в построении и перестроении; выразительность и эмоциональность исполнения.

Форма работы: групповая; с солистами.

Концертная деятельность: участие в праздниках; выступления на фестивалях и конкурсах. **Народный танец.**

В данном разделе дети будут знакомиться с элементами народного танца: позициями и положениями рук и ног, с различными танцевальными движениями, познакомятся с танцевальными перестроениями. Каждый учебный год внесет свои изменения в процесс освоения материала. С каждым годом он будет более насыщенный и сложный. После освоения комплекса различных движений дети будут знакомиться с танцевальными комбинациями, построенными на данных движениях. А из этих комбинаций в дальнейшем будут составлены и разучены тренировочные танцевальные этюды. Занятия народным

танцем позволят детям познакомиться с основами актерского мастерства, помогут, развить в них более раскрепощенную личность. А из народных комбинаций в дальнейшем будут составлены и разучены тренировочные танцевальные этюды построенными на данных движениях. **Классический танец.**

Классический танец – основа всей хореографии. Он поможет детям познать свое тело, научиться грамотно, владеть руками и ногами, исполняя тот или иной танцевальный элемент. На занятиях классическим танцем, дети познакомятся с основными позициями рук и ног, различными классическими движениями (battement tendu, demi plie и др.), познакомятся с квадратом А.Я.Вагановой. с каждым учебным годом к более простым танцевальным движениям будут добавляться более сложные. В финале ознакомления детей с данным разделом им предлагается разучить танцевальные этюды.

Бальный танец.

В раздел «бальный танец» включены такие танцевальные элементы как: подскоки, раг польки, раг вальса, полонеза. Дети научатся держать корпус и руки согласно тому времени, к которому относятся исполняемые танцевальные движения, постараются перенять манеру исполнения танцев того времени. Во время занятий бальным танцем большое внимание будет уделяться работе в паре, что имеет большое значение для данного вида искусства. На этих занятиях могут быть использованы различные атрибуты, например: веера, шелковые платочки, шляпы и др. Также как и после знакомства с предыдущими разделами детям предлагается изучить и исполнить этюды «Полька», «Вальс», «Чарльстон».

2.2. Учебно-тематический план по хореографической работе с детьми младшего дошкольного возраста (4-5 лет). Содержание программы.

Месяц	Периодичность проведения занятий в неделю	Продолжительность занятия в минутах	Темы
Октябрь	1	1/20 мин	Тема 1. Веселые путешественники.
Ноябрь	1	1/20 мин	Тема 2. В гостях у гномика.
Декабрь	1	1/20 мин	Тема 3. В гостях у гномика № 2.
Январь	1	1/20 мин	Тема 4. Веселая игра.
Февраль	1	1/20 мин	Тема 5. Веселая игра.
Март	1	1/20 мин	Тема 6. Игрушки.
Апрель	1	1/20 мин	Тема 7. Мы рисуем.

**ИТОГО
ЗА ГОД** 32

16 часов

Содержание программы

Тема 1. путешественники	Веселые	Углубить знания детей через имитационные танцевальные движения. Закрепить навыки исполнения движений по теме № 1. Способствовать развитию у детей музыкального и выразительного исполнения движений.
Танцевальные движения		прыжки на двух ногах с одновременными хлопками в ладоши на каждый счет (движение «уточки»), полу приседание с работой «хвостика» (движение «уточки»), повороты на полу пальцах вокруг себя (движение «бабочки», «лисиčky»), бег на полу пальцах («полет бабочки»).
Положения рук		локти прижаты к корпусу, кисти рук направлены от себя, ладони направлены вниз параллельно полу («крылышки уточки»), правая рука поднята вверх, левая рука находится за корпусом, кисти рук выполняют вращательные движения («лапки лисички»), ровные руки плавно поднимаются и опускаются вверх-вниз.
Жестовые игры		«У жирафа пятна», «Заиграли мы на скрипке», «У оленя дом большой», «Маленькая мышка»
Тема 2. В гостях у гномика		Углублять и закреплять имитационные движения, музыкальное и характерное исполнение. Развивать у детей образное мышление, фантазию, воображение через предметно-наглядную деятельность (атрибуты). Подводить детей к самостоятельной смене движений с изменением характера музыки.
Танцевальные движения		мелкие шаги в полу приседании, с высоким подниманием колен и сокращенной стопой («походка гномика»), поочередный вынос ног вперед на пятку, поочередное притопывание ногами на

	одном месте, повороты вокруг себя с «походкой гнома», наклон корпусом вперед («гном кланяется»).
Положения рук	руки за спиной сложены «полочкой», руки на поясе с плотно прижатыми пальцами, грозим пальчиком
Игровое цевальное творчество	тан А ну, давай, попрыгаем», «шагаем выше» игровые задания на развитие прыжка и высокого поднимания колен
Развитие прыжка	Освоение техники исполнения прыжка. Упражнения на развитие прыжка и поднимание колен: «Мячик», «Звезда», «Лужи», «Сугробы». Игра «Кто выше».
Тема3. В гостях у гномика № 2.	
	Расширять представления детей о разнообразии животного мира, учить характерные для них
	движения. Закреплять умения удерживать правильные положения рук, корпуса, ног во время исполнения шагов, прыжков и других имитационных движений. Развивать эластичность мышц, пластичность движений и выразительность образов в соответствии с характером музыки
Танцевальные движения	шаги на месте и по кругу, ноги поднимаются высоко вверх, в стороны по 2-й полу выворотной позиции («шаги гнома»); «шаги гнома» с поворотом вокруг себя; прыжки по 1-й прямой (6й) позиции; полуприседание по 6,2-й полу выворотной позиции с наклонами корпуса вправо-влево
Положения рук	руки от плеча находятся параллельно полу, руки от локтя направлены вверх, все пальцы растопырены (имитируем лапки лягушонка).
Гимнастика	Гибкие фигурки. Элементы гимнастики и акробатики, как способ украшения и обогащения танцевальных композиций. Техника безопасности при выполнении гимнастических

	упражнений. Формирование волевых навыков. Тестовые упражнения по оценке гибкости и подвижности в суставах. Упражнения для улучшения подвижности позвоночника. Упражнения, включающие максимальное сгибание туловища: «Лягушка», «Корзинка», «Змея», «Лодочка», «Кошка» (добрая, злая).
Тема 4. Веселая игра. Тема 5 Веселая игра 2.	Развивать музыкально-ритмическую координацию движений, способность выразительно двигаться в соответствии с характером музыки, используя предметы. Закреплять умения удерживать правильные положения корпуса, ног во время исполнения шагов, прыжков и других имитационных движений. Развивать эластичность мышц, пластичность движений и выразительность образов в соответствии с характером музыки. Умение общаться с партнером.
Танцевальные движения	все движения соответствуют темпу и характеру музыки, мотание ногами, ходьба на п/п, нога на пятку, нога на носок, галоп вперед и боковой
Положение рук	сгибание и разгибание рук в локтях «часы», «стирка», руки на поясе, прямое поднимание рук вверх, вниз «крылья».
Игровое танцевальное творчество	та закрепление понятия лево и право, нога, рука, пятка носок, через танцевальные игровые миниатюры.
	Полученный материал пополнит багаж детей и закрепит знания и понятия о своем теле и пространстве.
Тема 6 . Игрушки	Познакомить и научить детей умению повторять за взрослым простые танцевальные движения, имитирующие движение оживших игрушек. Привитие умения ориентироваться в пространстве. Развивать фантазию ребенка с помощью знакомых (оживших) игрушек. Прививать бережное к ним

отношение

Танцевальные движения наклоны и повороты корпуса, головы, широкие шаги «медведя», прыжки на 2х ногах «зайчик», шаги в раскачку «утята» и т.п

Положения рук округлое положение вдоль корпуса, на поясе, согнутые перед собой, легкие покачивания (крылья).

Танцевальное творчество простые танцы в образе разных знакомых детям игрушек « Кошка», «Лягушка», «Зайцы танцуют» и т.п.

Тема 7.Мы рисуем.

Развивать музыкально-ритмическую координацию движений, способность выразительно двигаться в соответствии с характером музыки, используя предметы. Закреплять умения удерживать правильные положения корпуса, ног во время исполнения. Развивать эластичность мышц, пластичность движений и выразительность образов в соответствии с характером музыки. Умение общаться с партнером

Танцевальные движения легкий бег на п/п, кружение на месте, кружение в паре, галоп боковой, качание с ноги на ногу с переносом веса корпуса

Положение рук взмахи вверх, вниз, в стороны. Руки прямые прижаты к корпусу, положение «полочка».

Пальчиковые игры это общепринятое название занятий на развитие мелкой моторики у детей «Улитка», «У жирафа пятна», «У оленя дом большой».

Танцевальное творчество танцы, в которых дети умеют быстро перевоплощаться, сохранять правильное положение корпуса, рук, ног, умение танцевать в паре. «В коробке с карандашами», «Я рисую»

Тема 8.Любимые танцы.

Повторение и закрепление полученных знаний, умений и навыков по пройденным темам. Способствовать развитию координации и музыкальности исполнения движений, воображения и образного мышления у детей.

Календарно – учебный график

Планирование разработано на месяц, каждое из занятий включает различные структурные элементы. *средний возраст 4-5 года*

Структурные элементы занятий	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель
Темпо-ритм/Элементы музыкальной грамоты.	+		+		+		
Элементы партерной гимнастики/акробатика	+	+	+	+	+	+	+
Упражнения на развитие ориентации в пространстве	+		+		+	+	
Упражнения на развитие художественно-творческих способностей	+	+	+	+	+	+	+
Изучение поклона							
Отработка основных танцевальных движений, шагов:	+	+	+	+	+	+	+
Основные движения и положения рук в паре.	+		+	+	+	+	+
Основные положения ног в танце	+	+	+	+	+	+	+
Упражнения на развитие прыгучести, прыжка	+			+	+	+	+
Танцевальная игра	+		+		+	+	+

Постановка танца	+	+	+	+	+	+
Отчетный концерт			+			

2.3. Учебно-тематический план по хореографической работе с детьми младшего дошкольного возраста (5-6 лет). Содержание программы.

Месяц	Периодичность проведения занятий в неделю	Продолжительность занятия в минутах	Темы
Октябрь	1	1/25 мин	Тема 1. Осенний листопад
Ноябрь	1	1/25 мин	Тема 2. Большое морское путешествие
Декабрь	1	1/25 мин	Тема 3. Морское путешествие к северным берегам
Январь	1	1/25 мин	Тема 4. Морское путешествие к северным берегам.
Февраль	1	1/25 мин	Тема 5. Путешествие в теплые страны.
Март	1	1/25 мин	Тема 6. Путешествие домой. Весна.
Апрель	1	1/25 мин	Тема 7. В хороводе
ИТОГО ЗА ГОД	32	16 часов	

Содержание программы

Темы и разделы	Описание работы
-----------------------	------------------------

		Познакомить детей с понятиями «осень», «осенние листочки», «осенний листопад». Расширять знания детей о понятиях: «танец», «ориентировка в пространстве», «вытянутые руки вверх»,
Тема 1. Осенний листопад		«поочередное и одновременное поднятие рук вверхвниз», «наклоны корпуса из стороны в сторону с поднятыми вверх руками»; «ноги вместе», «ровная спина». Учить первичным навыкам: «находить свое место», «двигаться по кругу друг за другом, держа интервалы».
Лого ритмика		Дыхание в движении. Освоение правильной дыхательной функции при овладении первоначальными навыками пения и движения. Что необходимо для развития координации движения регулирования мышечного тонуса при выполнении логоритмических упражнений, а впоследствии исполнения более сложных танцевальных композиций, насыщенных сложной пластической техникой и актерским материалом. Упражнения «Перышко», «Дышим животом», «Качели», «Пузырь», «Чайник».
Тема 2. Большое морское путешествие		Познакомить детей с «морем» и его обитателями. Расширить навыки партерной гимнастики средствами перевоплощения в морских обитателей. Первичные навыки и понятия классического танца с помощью партерных упражнений. Развитие гибкости, начальные навыки акробатики и акробатических движений
Игровое танцевальное творчество	тан	«1,2,3 - фигура... замри» игровые задания на воображение
Ориентирование в пространстве	Ориентирование в пространстве	средствами перестроения из одной фигуры в другую. Развитие фантазии, воображения.

Приобретение навыков актерского мастерства	Изображение одушевленных и неодушевленных предметов по темам: «Море волнуется», «А рыбы в море плавают...», «Осьминог».
--	---

Тема 3, 4.	Познакомить детей с понятиями: «зима», «зимние
-------------------	--

Морское путешествие к северным берегам

праздники». Углублять знания детей о зиме и способствовать развитию мышления, фантазии через разнообразие атрибутов в танце. Расширять знание детей о понятиях: «линия», «повороты вправо и влево», «выпады вправо и влево». Учить движения хороводного шага, держась за руки и соблюдая правильную форму круга.

Игровое
анцевальное
творчество

«1,2,3 - фигура... замри» игровые задания на воображение. Развитие фантазии, воображения.
т Приобретение навыков актерского мастерства. Изображение одушевленных и неодушевленных предметов по темам: «Море волнуется», «Капля снежинка», «Пингвины», «Эскимосы» и т.д.

Творческие задания в группах и индивидуальные.

Тема 5. Путешествие в теплые страны

Познакомить детей с природой и животными жарких стран Африки. Австралии. Познакомить с «другой» музыкой, новым темпоритм. Расширять знания детей о хореографии и окружающем мире, через знакомства с новой хореографией (этнической, бальной и т.д)

Детский танец

Марш. Знакомство с видами маршевого танца, с его особенностями и манерой исполнения. Разучивание маршевого шага, основных построений и фигур Марша.

Знакомс
тво
с видами
бальной хореографии

ее особенностями и манерой исполнения композиция «Дай-дай», «Утенок». Отработка движения бедра. Разучивание основных движений и основных фигур композиции «Дай-дай», «Утенок».

**Тема 6.
Путешествие**

Познакомить детей с понятиями «весна». Учить передавать характер, особенности поведения кошек,

домой. Весна

используя мимику, пластику, воображение, через движения с сюжетным наполнением танца. Расширять имитационные знания детей о понятиях: «кошечка точит коготки», «умывается», «ползает», «виляет хвостиком», «лежа на спине, болтает лапками», «бегает с поднятием ног вперед».

Народный танец

Знакомство с родной культурой. С характером музыки, традициями

Положения и движения рук

положение на поясе – кулачком; смена ладошки на кулачок; переводы рук из одного положения в другое (в характере рус. танца); хлопки в ладоши – двойные, тройные; руки перед грудью – «полочка»; «приглашение».

Положение рук в паре

«лодочка» (поворот по руку); «под ручки» (лицом вперед); «под ручки» (лицом друг к другу); сзади за

талию (по парам, по тройкам).

Движения ног

шаг с каблука в народном характере; простой шаг с притопом; простой переменный шаг с выносом ноги на каблук в сторону (в конце музыкального такта); простой переменный шаг с выносом ноги на пятку в сторону и одновременным открыванием рук в стороны (в заниженную 2 позицию); притоп простой, двойной, тройной; простой русский шаг назад через п/пальцы на всю стопу; простой шаг с притопом с продвижением вперед, назад; простой дробный ход (с работой рук и без); танцевальный шаг по парам (на последнюю долю приседание и поворот корпуса в сторону друг друга); простой бытовой шаг по парам под ручку вперед, назад; простой бытовой шаг по парам в повороте, взявшись под руку противоположными руками; танцевальный шаг по парам, тройками (положение рук сзади за талию) и т.д.

Тема 7. В хороводе

Развивать музыкально-ритмическую координацию движений, способность выразительно двигаться в соответствии с характером музыки, используя предметы. Расширять умение перестраиваться из большого круга в маленький и наоборот, не держась

за руки. Учить детей новым движениям в работе с лентой, с платочком, с платком, «поочередное поднятие рук вверх-вниз», «круговые движения руками», «змейка», «водопад».

Гимнастика

Веселые растяжки. Освоение навыков растягивания мышц бедра. Формирование волевых навыков. Упражнения для улучшения подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра. Высокие взмахи поочередно и попеременно правой и левой ногой. Упражнения: «Веребочка», «Шпагат». Подготовительные упражнения «Бабочка», «Полу шпагаты».

Тема 8. Любимые танцы

Повторение и закрепление пройденного за учебный год материала. Способствовать формированию настойчивости, выдержки в достижении результатов на занятиях хореографией. Учиться музыкально, выразительно и эмоционально передавать характерные движения в танце.

Календарно – учебный график

Планирование разработано на месяц, каждое из занятий включает различные структурные элементы. *старший возраст 5-6 лет*

**Структурные
элементы занятий**

Октябрь Ноябрь Декабрь Январь Февраль Март Апрель

Темпо-ритм/Элементы музыкальной грамоты. +

+

+

+

+

Элементы партерной гимнастики/акробатика +

+

+

+

+

+

+

Упражнения на развитие ориентации в пространстве

+

+

+

Упражнения на развитие художественно творческих + -

+

+

+

+

+

способностей

Изучение поклона				+			
Отработка основных танцевальных шагов	+	+		+	+	+	+
Основные положения рук в народном танце				+	+	+	+
Основные положения ног в народном танце				+	+	+	+
Пальчиковые игры/лог о ритмика	+		+		+		+
Танцевальная игра	+	+			+	+	+
Знакомство с бальным танцем/Детский бальный танец	+	+	+				
Постановка танца	+	+		+	+	+	+
Отчетный концерт			+				

2.4. Учебно-тематический план по хореографической работе с детьми младшего дошкольного возраста (6-7 лет). Содержание программы.

Месяц	Периодичность проведения занятий в неделю	Продолжительность занятия в минутах	Темы
Октябрь	1	1/30 мин	Тема 1. Золотая осень.
Ноябрь	1	1/30 мин	Тема 2. Поздняя осень.
Декабрь	1	1/30 мин	Тема 3. Новогодняя сказка.

Январь	1	1/30 мин	Тема 4. Рождественская сказка.
Февраль	1	1/30 мин	Тема 5. С уважением к танцу.
Март	1	1/30 мин	Тема 6. Весенняя капель.
Апрель	1	1/30 мин	Тема 7. Яркая весна.
ИТОГО ЗА ГОД	32	16 часа	

Содержание программы

Темы и разделы

Описание работы

Тема 1. Золотая осень

Тема 2. Поздняя осень

Продолжение знакомства с народной хореографией и его манерой исполнения. Углублять знания детей об осенних явлениях природы, разнообразии растительного и животного мира. Закреплять знания детей о различных хореографических образах. Познакомить детей с особенностями исполнения парного танца, показать взаимоотношения с партнером «Кадриль». Воспитывать через танец уважительное отношение к партнеру.

Способствовать умению быстро ориентироваться в пространстве через усложнение элементов перестроения: самостоятельное перестроение из большого круга в маленький, движение друг за другом по кругу, не держась за руки, разучивание выхода на свое место в танце. После показа

преподавателя уметь двигаться «змейкой» (в вертикальном и горизонтальном направлениях), образовывать из одной фигуры несколько фигур (разбиваться на два, три, четыре круга, разбиваться по парам, «рассыпаться» по одному).

Игровое
танцевальное
творчество

«Капустка», «В козла», танцевальные этюды, хороводы. Предметы ленты, платки, шали, подушки и т.д. Развитие быстроты реакции, сообразительности, умения владеть предметом, способности «обыграть» предмет. Танцевальные

этюды «Перышко», «Веснянка», «В Сибири».

Творческие задания в группах и индивидуальные.

Танцевальное творчество

Танец «Матрешки», «Кадрриль»

Углублять знания детей о признаках зимы. Учить выразительно передавать содержание и характер танца. С помощью сюжетов из мультфильмов, сказок, помочь детям раскрыть хореографические образы и способствовать перевоплощению в определенных героев

Тема 3. Новогодняя сказка

**Тема 4.
Ждественская
сказка**

Классический танец – основа всей хореографии. Он поможет детям познать свое тело, научиться грамотно, владеть руками и ногами, исполняя тот или иной танцевальный элемент. На занятиях классическим танцем, дети познакомятся с основными позициями рук и ног, различными классическими движениями (battement tendu, demi plie и др.), познакомятся с квадратом А.Я.Вагановой, упражнения на ориентировку в пространстве: положение прямо (анфас), полуоборот, профиль; свободное размещение по залу, пары, тройки.

Положения и движения рук

подготовительная позиция; позиции рук (1,2,3); постановка кисти; отличие 2 позиции классического танца от 2 позиции народного танца; раскрывание и закрывание рук, подготовка к движению

Положения и движения ног

позиции ног (выворотные 1,2,3); demi plie (по 1 позиции); releve (по 6 позиции); sette (по 6 позиции); легкий бег на полупальцах; танцевальный шаг; танцевальный шаг по парам (руки в основной позиции); перенос корпуса с одной ноги на другую (через battement tendu); реверанс для девочек, поклон для мальчиков

Детский танец

«детские» классические танцы из балетов, танец «Снежинок», «Сладостей» и т.д

Тема 5. С уважением к танцу.

Углублять знания детей о танце. Знакомство с историей танца, историко-бытовой танец. Закреплять навыки исполнения танцевальных комбинаций. Учить через танцевальные движения, жесты, позы, мимику передавать содержание танца. Закреплять бережное отношение к партнеру. Умение договариваться в паре без слов.

Детский танец

Простые и знакомые движения, которые дошли до наших дней с изменениями и без. Знакомство с Менуэтом и Полонезом

Гимнастика

Ловкие и умелые. Освоение навыков ориентации в пространстве, умении координировать свое тело, внутренней собранности. Произвольное преодоление простых препятствий: беговые упражнения «Змейка», «Лужи», «Сугробы». Упражнения на равновесие: «Ласточка», «Цапля». Игра на ориентацию в пространстве «Врассыпную - на места».

Тема 6. Весенняя капель.
Тема 7. Яркая весна

Знакомство детей с бальной, современной хореографией. Познакомить с манерой исполнения Вальса, Полонеза, Польки. Просмотр репродукций и видео с бальными и современными танцами.

Бальный танец

Постановка корпуса, головы, рук и ног

Движения ног

шаги: бытовой, танцевальный; поклон и реверанс; боковой подъемный шаг (pas eleve); «боковой галоп» простой, с притопом (по кругу, по линиям); «пике» (одинарный, двойной) в прыжке; легкий бег на носках по кругу по парам лицом и спиной вперед

Движения в паре

(мальчик) присед на одно колено, (девочка) легкий бег вокруг мальчика; «боковой галоп» вправо, влево; легкое покачивание лицом друг к другу в правую сторону.

Положения рук в паре

основная позиция; «корзиночка».

Тема 8. Чему мы научились.

Повторение и закрепление изученного материала за учебный год. Работать над развитием выразительности и артистичности в исполнении разученных

Календарно – учебный график

Планирование разработано на месяц, каждое из занятий включает различные структурные элементы.

старший возраст 6-7 года

Структурные элементы занятий	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель
Темпо-ритм/Элементы музыкальной грамоты.	+	+		+	+	+	
Элементы партерной гимнастики/акробатика	+	+	+	+	+	+	+
Упражнения на развитие ориентации в пространстве		+		+		+	
Изучение поклона	+			+			
Отработка основных танцевальных шагов	+	+		+	+	+	+
Основные положения рук в народном танце	+	+	+				
Основные положения ног в народном танце	+	+	+				
Основные положения рук в классическом танце				+	+	+	+
Основные положения ног в классическом танце				+	+	+	+

Пальчиковые игры/лог о ритмика	+		+		+		+
Танцевальная игра	+		+		+		+
Детский бальный танец	+		+			+	+
Положение рук/ног	+					+	+
Положение корпуса	+					+	+
Постановка танца	+		+		+	+	+
Отчетный концерт				+			

III. Организационный раздел

3.1. Описание материально-технического обеспечения Программы

ноутбук – 1шт;

Технические средства музыкальный центр – 2 шт; мультимедийный проектор – 1шт, экран – 1шт,

зеркало для занятий хореографией, фортепиано

Игрушки

Картотеки игр

Детские музыкальные инструменты: шумовые, народные

Презентации

Учебно

Костюмы

—

Иллюстрации с изображением животных

наглядные пособия

Стихи

Сказки

Подборка музыкальных произведений

Видео материалы с записями выступлений известных хореографов

ических коллективов:

балеты,
народные танцы (И.Моисеева, ансамбль
«Березка»)

Альбом

с фотографиями выступлений,
занятий, жизни

творческого коллектив

Раздаточный материал
Лены, ленты гимнастические, шарфики, платочки, косынки,
смайлики, солнышки, зонтики, мячики, балалайки, обручи,
бубны, погремушки, дорожки с позициями классического
танца

3.2. Структура занятий кружковой работы.

Все разделы программы объединяет игровой метод проведения занятий. Игровой метод придаёт образовательной деятельности привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоения упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребёнка.

Программа рассчитана на 32 учебных занятия. Занятия проводятся 1 раза в неделю. С целью сохранения здоровья и исходя из программных требований продолжительность занятия соответствует возрасту детей.

Структура занятия по хореографии - общепринятая и состоит из трёх частей: подготовительной, основной и заключительной.

Подготовительная часть занятия занимает 5-15% общего времени. Задачи этой части сводятся к тому, чтобы подготовить организм ребёнка к работе, создать психологический и эмоциональный настрой. В нее входят: гимнастика (строевые, общеразвивающие упражнения); ритмика; музыкально - подвижные игры; танцы (танцевальные шаги, элементы хореографии, ритмические танцы); музыкально-ритмическая композиция.

Основная часть занимает 70-85% от общего времени. В этой части решаются основные задачи, идёт основная работа над развитием двигательных способностей. В этой части даётся большой объём знаний, развивающих творческие способности детей. В нее входят: ритмические и классические танцы, гимнастика.

Заключительная часть занятия длится от 3 до 7 % общего времени. Здесь используются упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки, пальчиковая гимнастика. В конце занятия подводится итог, и дети возвращаются в группу.

Рекомендуемая одежда и обувь для занятия:

Для девочек: гимнастический купальник, юбочка шифоновая, волосы должны быть собраны в пучок, на ногах чешки. Для мальчиков: футболка, спортивные шорты, чешки. **Формы подведения итогов:**

- выступления детей на открытых мероприятиях;
- участие в тематических праздниках;
- итоговое занятие;
- открытые занятия для родителей;

Условия, необходимые для реализации Программы.

Для эффективной реализации программы необходимы следующие условия: личностное общение педагога с ребенком;

- покрытие пола;
- на каждого ребёнка должно быть отведено 4 метра площади;
- каждый ребёнку рекомендуется иметь одежду и обувь для занятия;
- широкое использование технических средств обучения (видео, аудио техника);
- атрибуты, наглядные пособия;
- зал предварительно проветривать и проводить влажную уборку;
- результативность каждого занимающегося по итогам года.

3.3. Диагностический материал

В процессе оценки можно использовать различные варианты: наблюдение, выступление, учитывая возможности и навыки каждой возрастной группы.

Высокий уровень – дети самостоятельно исполняют весь материал, без подсказки педагога.

Средний уровень – дети с небольшой словесной подсказкой или не большой словесной помощью исполняют движения и задания.

4-5 лет

Разделы

Показатели

Т е м п о - р и т м ,
музыкальность

Дети легко воспроизводят ритмический рисунок, музыкально исполняют движения, начиная и заканчивая движения в соответствии с началом музыкальной фразы и его окончанием, слышат вступление, начало новой музыкальной фразы и умеют правильно вступать.

Пространственная

Самостоятельно встают в круг, линии и могут

ориентировка взаимопонимание	и ориентируясь в пространстве менять пространственный рисунок по заданию. Умеют понимать своего партнера и находить его в танце, парно взаимодействуют и помогают партнеру.
---------------------------------	---

Художественнотворческие способности, ритмика, партерная гимнастика, импровизация.	К концу года дети самостоятельно или с не большой словесной подсказкой исполняют танцы и танцевальные миниатюры, этюды, могут импровизировать на несложную музыку, используя движения которые были использованы в процессе обучения. Овладели основными ритмическими движениями, умеют их правильно исполнять и самостоятельно использовать в импровизации. Уверенно держат корпус и исполняют упражнения партерной гимнастики.
---	---

Музыкальнотанцевальные игры	Самостоятельно играют в музыкальные игры которые были использованы в течении учебного года.
-----------------------------	---

Открытые занятия, выступления, концерты	Дети смело и уверенно выступают, не боясь сцены, сценической площадки и не стесняясь зрителей. От выступления получают удовольствие.
---	--

5-6 лет

Разделы

Показатели

Т е м п о - р и т м , музыкальность	Дети легко воспроизводят ритмический рисунок, музыкально исполняют движения, начиная и заканчивая движения в соответствии с началом музыкальной фразы и его окончанием, слышат вступление, начало новой музыкальной фразы и умеют правильно вступать. Передают настроение музыкального произведения.
--	--

Пространственная ориентировка взаимопонимание	Самостоятельно ориентируясь в пространстве менять пространственный рисунок по заданию. Умеют понимать и своего партнера и находить его в танце, парно взаимодействуют и помогают партнеру, умеют работать в паре с 2-мя партнерами.
--	---

Художественнотворческие способности, ритмика, партерная гимнастика, миниатюры, этюды, могут импровизировать на	К концу года дети самостоятельно или с не большой словесной подсказкой исполняют танцы и танцевальные миниатюры, этюды, могут импровизировать на
--	--

импровизация. несложную музыку, используя движения которые были использованы в процессе обучения.

Овладели основными ритмическими движениями, умеют их правильно исполнять и самостоятельно использовать в импровизации. Уверенно держат корпус и исполняют упражнения партерной гимнастики.

Народный, бальный танец. Овладели простыми движениями народного и бального танца, передают его характер и манеру исполнения.

Музыкальнотанцевальные игры Самостоятельно играют в музыкальные игры которые были использованы в течении учебного года.

Открытые занятия, выступления, концерты Дети уверенно выступают, не боясь сцены, сценической площадки и не стесняясь зрителей. От выступления получают удовольствие.

6-7 лет

Разделы

Показатели

Т е м п о - р и т м , музыкальность Дети легко воспроизводят ритмический рисунок, музыкально исполняют движения, начиная и заканчивая движения в соответствии с началом музыкальной фразы и его окончанием, слышат вступление, начало новой музыкальной фразы и умеют правильно вступать.

Передают настроение музыкального произведения.

Пространственная ориентировка взаимопонимание Самостоятельно ориентируясь в пространстве менять пространственный рисунок по заданию. Умеют понимать и своего партнера и находить его в танце, парно взаимодействуют и помогают партнеру, умеют работать в паре с 2-мя партнерами.

Художественнотворческие способности, ритмика, импровизация. К концу года дети самостоятельно или с не большой словесной подсказкой исполняют танцы и танцевальные миниатюры, этюды, могут импровизировать на несложную музыку, используя движения которые были использованы в процессе обучения.

Овладели основными ритмическими движениями, умеют

их правильно исполнять и самостоятельно использовать в импровизации.

Народный, классический танец. Уверенно исполняют движения народного танца, передают манеру исполнения. Ознакомились с классическим танцем через элементы партера и простых комбинаций.

Партерная гимнастика, акробатика. Уверенно держат корпус и исполняют упражнения партерной гимнастики и акробатики, мостик, колесо.

Музыкальнотанцевальные игры. Самостоятельно играют в музыкальные игры которые были использованы в течении учебного года.

Открытые занятия, выступления, площадки и концерты. Дети уверенно выступают, не боясь сцены, сценической и не стесняясь зрителей. От выступления получают удовольствие.

Список литературы

1. Абдоков, Юрий., Музыкальная поэтика хореографии. Взгляд композитора / Юрий Абдоков. - М.: МГАХ, РАТИ-ГИТИС, 2020.- 272 с.
2. Балет. Танец. Хореография. Краткий словарь танцевальных терминов и понятий. - М.: Лань, Планета музыки, 2019.- 624 с.
3. Безуглая, Г.А. Музыкальный анализ в работе педагога-хореографа: Учебное пособие. Безуглая Г.А. / Г.А. Безуглая. - М.: Лань, Планета музыки, 2015. – 750 с.
4. Борисова, Вера Гимнастика. Основы хореографии / Вера Борисова. - М.: Бибком, 2017. - 101 с.
5. Буренина, А.И, Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного возраста. СПб: Изд-во:ЛОИРО, 2000
6. Ваганова, А.Я., Основы классического танца. Л: Изд-во:Искусство,2000г.
7. Колодницкий. Г.А.. Музыкальные игры. Ритмические упражнения и танцы для детей. М: Изд-во: Гном-Пресс,197.
8. Новоскольцева, И., Каплунова, И.,Алексеева. И., Топ-топ каблучок. Часть1. СПб: Изд-во: Композитор,2021г.

9. Новоскольцева, И.. Каплунова, И.,Алексеева. И., Топ-топ каблучок. Часть2. СПб: Изд-во: Композитор,2017г.
10. Новоскольцева, И.. Каплунова, И.,Алексеева. И., Потанцуй со мной дружок.СПб: Изд-во: Композитор,2021г.
11. Федотова, Г.П., Танцы для мальчиков. СПб: Изд-во Музыкальная палитра,2021г.
12. Холл, Д.. Уроки танцев. М: Изд-во: Астрель,2019г.
13. Энциклопедия. Все обо всем. Музыка и танец. СПб: Изд-во: Астрель,2017.