

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«КРАСНОГОРСКАЯ ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ»

ПРИНЯТО:
на педагогическом совете
МБУ ДО «Красногорская ДШИ»
Протокол от 29.08.2016 г.

УТВЕРЖДЕНО:
приказом директора
МБУ ДО «Красногорская ДШИ»
Приказ от 29.08.2016 г. № 11
_____ С.Л. Астахова

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
в области хореографического искусства
«Хореографическое творчество»
учебный предмет
«Ритмика и танец»**

(срок освоения программы 1 год)
Разработчик: Новоселова О.В.

с. Красногорское
2016 г

Рецензия
на программу по учебному предмету
«Ритмика и танец» дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программы в области хореографического искусства,
составленную преподавателем МБОУ ДОД
«Красногорская детская школа искусств» Новоселовой О. В.

Программа «Ритмика и танец» входит в 4-х годичный курс обучения по общеразвивающей программе в области хореографического искусства, срок обучения 1 год.

Рабочая программа включает следующие разделы: пояснительная записка, учебно-тематический план, содержание учебного предмета, требования к уровню подготовки обучающихся, формы и методы контроля, методическое обеспечение учебного процесса, список учебной и методической литературы.

Данная программа является основой, фундаментом в дальнейшем изучении предмета "Основы народно-сценического танца" и способствует раскрепощению детей, стимулирует их творческое общение, активизирует развитие восприятия, внимания, памяти, воображения, воли. Кроме этого, программа «Ритмика и танец» имеет практическую направленность, так как развивает у детей чувство ритма, координацию движений, танцевальную выразительность, формирует любовь к танцу, учит осознанно воспринимать произведения хореографического искусства.

Настоящая программа может быть использована в составе дополнительной общеразвивающей программы в области искусства (музыкального, театрального). Учебный предмет «Ритмика и танец» относится к предметной области исполнительской подготовки.

Рецензент: : _____ Астахова С.Л.

Директор МБОУ ДОД
«Красногорская ДШИ»

I. Пояснительная записка

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

Программа учебного предмета «Ритмика и танец» разработана на основе «Рекомендаций по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств», направленных письмом Министерства культуры Российской Федерации от 21.11.2013 №191-01-39/06-ГИ.

Уроки «Ритмика и танец» 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 и танец» тесно связано с изучением предметов «Слушание музыки и музыкальная грамота», «Танец», «Основы народно-сценического танца».

2. Срок реализации учебного предмета «Ритмика и танец»

Срок освоения программы «Ритмика и танец» для детей, поступивших в образовательное учреждение в первый класс в возрасте с десяти до двенадцати лет, составляет 1 год.

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

Срок реализации учебного предмета «Ритмика» 1 год

Класс/количество часов	1 класс
	Количество часов
Максимальная нагрузка	66
Количество часов на аудиторную нагрузку	66
Недельная аудиторная нагрузка	2
Консультации	4

4. Форма проведения учебных аудиторных занятий:

мелкогрупповая (от 4 до 10 человек). Продолжительность урока - 45 минут.

5. Цель и задачи учебного предмета

Цель:

- развитие музыкально-ритмических и двигательно-танцевальных способностей обучающихся 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 обучающихся.

6. Обоснование структуры учебного предмета «Ритмика и танец»

Обоснованием структуры программы являются требования, отражающие все аспекты работы преподавателя с обучающимися.

Программа содержит следующие разделы:

- 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 обучающихся;
- 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 задачей 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 должна соответствовать санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

В школах должны быть созданы те необходимые материально-технические условия, которые бы благотворно влияли на успешную организацию образовательного и воспитательного процесса:

- наличие танцевальных залов;
- наличие оборудованных гардеробов и раздевалок для занятий;
- наличие концертного зала;
- наличие репетиционной и концертной одежды.

II. Содержание учебного предмета

1. Сведения о затратах учебного времени

Срок обучения 1 год

№	Наименование раздела	Вид учебного занятия	Объем времени в часах	
			Всего	Аудиторные занятия первого года обучения
1	2	3	4	5
			66	66
I.	Основы музыкальной грамоты	урок		18,5
II.	Упражнения на ориентировку в пространстве	урок		4
III.	Упражнения с	урок		4

	музыкально-ритмическими предметами (ложки, бубен, маракас, трещотки и т.д.)			
IV.	Упражнения с предметами танца (платок, лента, мяч и т.д.)	урок		2
V.	Танцевальные движения	урок		34,5
VI.	Музыкально-ритмические игры	урок		2
	Контрольные уроки	урок		1

2. 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 де

ятельности - пении, движении под музыку, исполнительской деятельности. Обучающиеся 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,

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. 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 год

Примерный тематический план

Таблица 3

<i>Наименование разделов и тем</i>	
<i>1</i>	<i>2</i>
<i>I.</i>	<i>Основы музыкальной грамоты</i>
<i>1)</i>	Регистровая окраска. Понятие о звуке (низкие, средние и высокие тона)
<i>2)</i>	Характер музыки:
	- грустный и т.п.
	- веселый и т.п.
	- торжественный и т.п.
	- шуточный и т.п.
<i>3)</i>	Динамические оттенки:
	- громко
	- тихо
<i>4)</i>	Музыкальный размер (2/4, 4/4, %, 6/8)
	2/4
	4/4
	%
	6/8
<i>5)</i>	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 ногой
	- 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 V
	- в повороте на У
	- «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 (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 обучающихся:

Обучающиеся 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, 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,

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.

Требования к контрольным урокам:

За время обучения обучающиеся 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 обучающихся

Результатом освоения программы «Ритмика и танец», 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 обучающихся. Именно через контроль осуществляется проверочная, воспитательная и корректирующая функции.

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

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

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

Промежуточная аттестация проводится в форме контрольных уроков.

Контрольные уроки в рамках промежуточной аттестации проводятся на завершающих полугодие учебных занятиях в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

2. Критерии оценок

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

Критерии оценки качества исполнения
Таблица 4

Оценка	Критерии оценивания выступления
5 («отлично»)	технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения
4 («хорошо»)	отметка отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами (как в техническом плане, так и в художественном)
3 («удовлетворительно»)	исполнение с большим количеством недочетов а именно: неграмотно и невыразительно выполненное движение, слабая техническая подготовка, неумение анализировать свое исполнение, незнание методики исполнения изученных движений и т.д.

2 («неудовлетворительно»)	комплекс недостатков, являющийся следствием отсутствия регулярных аудиторных занятий, а также интереса к ним, невыполнение программных требований
«зачет» (без отметки)	отражает достаточный уровень подготовки и исполнения на данном этапе обучения.

Данная система оценки качества исполнения является основной. В зависимости от сложившихся традиций того или иного учебного заведения и с учетом целесообразности оценка качества исполнения может быть дополнена системой «+» и «-», что даст возможность более конкретно отметить выступление учащегося.

Фонды оценочных средств призваны обеспечивать оценку качества приобретенных выпускниками знаний, умений и навыков.

V. Методическое обеспечение учебного процесса

1. Методические рекомендации педагогическим работникам

При организации и проведении занятий по предмету «Ритмика и танец» 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.;

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, продолжают:

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

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

Задача третьего этапа заключается в том, чтобы закрепить

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

Начинается игра. Звучит музыка. На вступление «мыши» еще не двигаются и только потом, когда зазвучала основная мелодия «мыши» 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
- умение ориентироваться в пространстве;

- находясь в роли «мышеловки»;
- развивает музыкальность (так как начало и окончание движения связано с музыкой).

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. Занятия по ритмике в III и IV классах музыкальной школы. Выпуск 2. Издательство "Музыка". М., 1973
 8. Конорова Е. В. Танец и ритмика. М: Музгиз, 1960
 9. Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике. Занятия по ритмике в подготовительных классах. Выпуск 1. М.: Музгиз, 1963, 1972, 1979
 10. Колодницкий Г. А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов. М, 2000
 11. Климов А. Основы русского народного танца. М., Издательство «Московского государственного института культуры», 1994
 12. Лифиц И. Франио Г. Методическое пособие по ритмике. М., 1987
 13. Пустовойтова М.Б. Ритмика для детей. Учебно-методическое пособие. М., Гуманитарный издательский центр «ВЛАДОС», 2008
 14. Программы для хореографических школ искусств. Составитель - Бахтов С. М., М., 1984
 15. Руднева С., Фиш Э. Ритмика. Музыкальное движение. Просвещение, 1972
- Ткаченко Т.С. Народные танцы. М., 1975

16. Ткаченко Т.С. Народные танцы. М., 1975
17. Франио Г.С. Ритмика в детской музыкальной школе, М., 1997
18. Франио Г. Роль ритмики в эстетическом воспитании детей. М., 1989
19. Школа танца для юных. СПб, 2003
20. Чибрикова-Луговская А.Е. Ритмика. М., Издательский дом «Дрофа», 1998

Интернет ресурсы

1. <http://piruet.info>
2. <http://www.monlo.ru/time2>
3. www.psychlib.ru
4. www.horeograf.com
5. www.balletmusic.ru
6. <http://pedagogic.ru>
7. <http://spo.1september.ru>
8. <http://www.fizkultura-vsem.ru>
9. <http://www.rambler.ru/>
10. www.google.ru
11. www.plie.ru