

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Образовательный комплекс «Лицей №3» имени С.П. Угаровой»
Старооскольского городского округа

отделение дошкольного образования «Детский сад «Теремок»

РАССМОТРЕНА

на заседании методического
объединения

протокол
от «11» августа 2021г.
№ 01

РАССМОТРЕНА

на заседании
педагогического совета
МАОУ «ОК «Лицей №3»
имени С.П.Угаровой»

протокол
от «13» августа 2021 г.
№ 01

УТВЕРЖДЕНА

приказом директора
МАОУ «ОК «Лицей №3»
имени С.П.Угаровой»

приказ от «13» августа 2021 г.
№ 309

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
«ТАНЦЕВАЛЬНАЯ МОЗАИКА»**

возраст обучающихся 5-7 лет
срок реализации – 2 года

Автор-составитель:
Яровая Наталья Николаевна,
педагог дополнительного образования

Старый Оскол
2021

Содержание

1. Пояснительная записка	3
1.1. Цели и задачи Программы	4
1.2. Условия реализации Программы	5
1.3. Формы и методы организации образовательной деятельности .	5
2. Содержание Программы	7
2.1. Учебно-тематический план	14
2.2. Прогнозируемые результаты	15
2.3. Методическое и материальное обеспечение	17
3. Список литературы	18

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дошкольный возраст — один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого человека. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного и физического развития ребенка, формируется личность человека.

В период от трех до семи лет ребенок интенсивно растет и развивается, движения становятся его потребностью, поэтому физическое воспитание особенно важно в этот возрастной период.

В последнее время в дошкольных учреждениях все чаще стали применять нетрадиционные средства физического воспитания детей: упражнения ритмической гимнастики, игрового стретчинга, танцев и другие. Наиболее популярной является ритмическая гимнастика, истоки которой берут свое начало в глубокой древности — античной Греции и Древней Индии. Уже тогда ценились оба ее компонента — гимнастика и ритмический танец.

В настоящее время существуют много ритмопластических направлений, и одно из наиболее доступных, эффективных и эмоциональных — это танцевально-ритмическая гимнастика. Доступность этого вида основывается на простых общеразвивающих упражнениях. Эффективность — в ее разностороннем воздействии на опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую, дыхательную и нервную системы человека. Эмоциональность достигается не только музыкальным сопровождением и элементами танца, входящими в упражнения танцевально-ритмической гимнастики, но и образными упражнениями, сюжетными композициями, которые отвечают возрастным особенностям дошкольников, склонных к подражанию, копированию действий человека и животных.

Возможности применения упражнений танцевально-ритмической гимнастики довольно широки и под умелым руководством педагога могут быть использованы в дошкольных учреждениях.

В настоящее время существует множество программ по хореографии, однако они в основном рассчитаны на длительное и глубокое освоение программного материала. Для коллектива нашего детского сада стала актуальной проблема разработки дополнительной образовательной программы по хореографии. В основу дополнительной образовательной программы «Танцевальная мозаика» легла программа по танцевально-игровой гимнастике «Са-Фи-Дансе» авторов Фирилевой Ж.Е. и Сайкиной Е.Г.

Дополнительная образовательная программа «Танцевальный мозаика» (далее Программа) относится к программам **художественно-эстетической направленности**, так как ею целью является развитие художественно-эстетического вкуса, эмоциональной сферы и творческих способностей детей старшего дошкольного возраста средствами хореографического искусства.

Новизна Программы заключается в акцентирование внимания педагога-хореографа не столько на внешней стороне обучения детей музыкально-ритмическим движениям (то есть формировании двигательных умений),

сколько на анализе тех внутренних процессов, которые являются регулирующей основой движения под музыку. Это, прежде всего, сенсорные, мыслительные, эмоциональные процессы.

Актуальность Программы определяется запросами родителей и потребностью детей в самореализации и проявления индивидуальности в творчестве.

Педагогическая целесообразность Программы заключается в том, что, как известно, чем раньше мы дадим детям гамму разнообразных впечатлений, чувственного опыта, тем более гармоничным, естественным и успешным, в таком виде деятельности, как движение под музыку, будет дальнейшее развитие ребенка, становление его личности. Меньше будет проблем у детей с развитием речи, внимания, памяти, мышления, формированием красивой осанки.

1.1. Основной целью Программы является всестороннее развитие личности дошкольника средствами танцевально-игровой гимнастики.

Исходя из цели программы предусматривается решение следующих **основных задач**:

1. Обучающие:

- расширять знания дошкольников в области хореографического искусства;
- формировать музыкально-ритмические навыки, умения выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений и танцев, навыки правильной осанки;
- совершенствовать основные двигательные качества и навыки, необходимые для занятий классическим, народным и историко-бытовым танцем;

2. Развивающие:

- развивать мышление, воображение, находчивость и познавательную активность, расширять кругозор;
- содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой;
- способствовать развитию раскрепощенности и проявлению творчества в движениях;
- содействовать развитию и функциональному совершенствованию организма ребенка;

3. Воспитательные:

- содействовать гармоничному развитию творческой личности ребенка;
- воспитывать инициативу, чувство товарищества, взаимопомощи и трудолюбия;
- воспитывать желание самостоятельно видоизменять танцевальные движения, выражая свои чувства, эмоции и понимание музыки.

Отличительной особенностью данной Программы является то, что содержание программы взаимосвязано с программами по физическому и музыкальному воспитанию в дошкольном учреждении. В программе «Танцевальная мозаика» представлены различные разделы, но основными

являются танцевально-ритмическая гимнастика, нетрадиционные виды упражнений и креативная гимнастика.

Предполагается, что освоение основных разделов программы поможет естественному развитию организма ребенка, морфологическому и функциональному совершенствованию его отдельных органов и систем.

Обучение по программе «Танцевальная мозаика» создает необходимый двигательный режим, положительный психологический настрой, хороший уровень занятий. Все это способствует укреплению здоровья ребенка, его физическому и умственному развитию.

1.2. Условия реализации Программы

Возраст детей, участвующих в реализации данной образовательной программы 5-7 лет.

Срок реализации Программы – 2 года. На освоение программного материала требуется 72 часа. Программа разделена на отдельные тематические части. Преподаватель строит работу таким образом, чтобы не нарушить целостный педагогический процесс, учитывая тренировочные цели, задачи эстетического воспитания и конкретные перспективы развития детей.

Режим проведения занятий: один раз в неделю. Продолжительность занятия составляет: для детей 5-6 лет – 25 минут, для детей 6-7 лет – 30 минут.

1.3. Формы и методы организации образовательной деятельности

Программой предусмотрены групповые **формы проведения занятий**.

В основе способа организации занятий лежит игровой **метод**. Нетрадиционные виды упражнений представлены игропластикой, пальчиковой гимнастикой, музыкально-подвижными играми и играми-путешествиями. Раздел креативной гимнастики включает музыкально-творческие игры и специальные творческие задания.

Игровой метод придает образовательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоение упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребенка.

Кроме того, в работе с детьми используются следующие методы обучения:

- показ образца выполнения движения без музыкального сопровождения, под счет;
- выразительное исполнение движения под музыку;
- словесное пояснение выполнения движения;
- внимательное отслеживание качества выполнения упражнения и его оценка;
- творческие задания.

По уровню деятельности детей используются методы объяснительно-иллюстративные, репродуктивные, частично-поисковые и исследовательские.

Методы и приемы варьируются в зависимости от используемого хореографического материала (игра, пляска, упражнение, хоровод и т.д.), его содержания, объема программных умений, этапа разучивания материала, индивидуальных особенностей каждого ребенка. Все приемы и методы направлены на то, чтобы хореографическая деятельность детей была исполнительской и творческой.

2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Содержание программы первого года обучения

1. Вводное занятие – 1 ч.

Теория 0,5 ч.

Знакомство. Беседа о правилах поведения на занятиях, форме одежды. Беседа об искусстве танца.

Практика – 0,5 ч.

1. Музыкальная игра «Потанцуй со мной дружок»

2. Азбука музыкально-ритмических движений – 3 ч

Теория – 0,75 ч.

Знакомство с темпами, характером музыки. Понятие о музыкальном вступлении. Динамические оттенки в музыке.

Практика – 2,25 ч.

1. Строевые упражнения
2. Игроритмика
3. ОРУ без предмета
4. Акробатические упражнения
5. Музыкально-подвижные игры
6. Хореографические упражнения
7. Игропластика

3. Играя, танцуем – 4 ч.

Теория – 0,5 ч.

Беседа о том, что танцевальные движения используются не только в танцах, но и во многих упражнениях и играх. Объяснение правил игры.

Практика – 3,5 ч.

1. Строевые упражнения
2. Игроритмика
3. Танцевальные шаги
4. Ритмический танец
5. Музыкально-подвижные игры
6. Танцевально-ритмическая гимнастика

4. Спорт и танец – 4 ч.

Теория – 0,5 ч.

Беседа о взаимосвязи спорта и танцев. Объяснение понятий «ритм», «чувство ритма», «ритмическое движение».

Практика – 3,5 ч.

1. Строевые упражнения
2. Игроритмика
3. Хореографические упражнения
4. Танцевальные шаги
5. Ритмический танец

6. Музыкально-подвижные игры
7. Танцевально-ритмическая гимнастика
8. Пальчиковая гимнастика

5. Пластика в танце – 3 ч.

Теория – 0,75 ч.

Беседа о творчестве в танце. Объяснение понятий «танцевальный этюд», «импровизация».

Практика – 2,25 ч.

1. Строевые упражнения
2. Игроритмика
3. Танцевальные шаги
4. Ритмический танец
5. Музыкально-подвижные игры
6. Танцевально-ритмическая гимнастика
7. ОРУ без предметов
8. Игропластика
9. Игровой самомассаж

6. Выражаем образ в танце – 4 ч.

Теория – 0,5 ч.

Объяснение понятия «танцевальный образ». Беседа о взаимосвязи музыкального и танцевального образа.

Практика – 3,5 ч.

1. Строевые упражнения
2. Игроритмика
3. ОРУ с предметами
4. Акробатические упражнения
5. Танцевальные шаги
6. Ритмический танец
7. Музыкально-подвижные игры
8. Танцевально-ритмическая гимнастика
9. Игровой самомассаж

7. Танцы, игры, упражнения для красивого движения – 3 ч.

Теория – 0,75 ч.

Объяснение понятий «осанка», «пластика», «грация». Беседа о важности соблюдения правильной осанки, о красоте танца и танцевальных движений.

Практика – 2,25 ч.

1. Строевые упражнения
2. Игроритмика
3. ОРУ с предметами
4. Танцевальные шаги
5. Акробатические упражнения
6. Игропластика
7. Ритмический танец

8. Музыкально-подвижные игры
9. Танцевально-ритмическая гимнастика
10. Игровой самомассаж

8. Игровое танцевальное творчество – 4 ч.

Теория – 0,5 ч.

Объяснение понятия «композиция танца». Обсуждение проблем, возникающих в творческом процессе.

Практика – 3,5 ч.

1. Строевые упражнения
2. Игроритмика
3. Хореографические упражнения
4. Танцевальные шаги
5. Ритмический танец
6. Музыкально-подвижные игры
7. Танцевально-ритмическая гимнастика
8. Игровой самомассаж
9. Игропластика

9. Ритмические фантазии – 3 ч.

Теория – 0,75 ч.

Объяснение понятия «художественное исполнение танцевального образа». Обсуждение проблем, возникающих в творческом процессе.

Практика – 2,25 ч.

1. Строевые упражнения
2. ОРУ без предмета
3. Хореографические упражнения
4. Акробатические упражнения
5. Ритмический танец
6. Музыкально-подвижные игры
7. Креативная гимнастика
8. Танцевально-ритмическая гимнастика

10. Креативная гимнастика – 1 ч.

Теория – 0,25 ч.

Объяснение понятий «креатив», «креативная гимнастика». Поощрение творческих проявлений при выполнении танцевальных упражнений или танцев.

Практика – 0,75 ч.

1. Креативная гимнастика
2. Игроритмика
3. Акробатические упражнения
4. Игропластика
5. Хореографические упражнения
6. Музыкально-подвижные игры
7. Танцевально-ритмическая гимнастика

11. Сюжетные занятия (игры-путешествия) – 7 ч.

Теория – 1,5 ч.

Введение в тему (сюжет) занятия. Объяснение заданий. Подведение итогов.

Практика – 5,5 ч.

1. Строевые упражнения
2. ОРУ с предметами, без предметов, с речитативом
3. Креативная гимнастика
4. Игроритмика
5. Игропластика
6. Музыкально-подвижные игры
7. Танцевально-ритмическая гимнастика
8. Танцы.
9. Игровой самомассаж

Содержание программы второго года обучения

1. Вводное занятие – 1 ч.

Теория - 0,5 ч.

Беседа о правилах поведения на занятиях, форме одежды. Беседа об искусстве танца, о том, с какими темами будут знакомиться дети в наступающем учебном году.

Практика – 0,5 ч.

1. Музыкально-подвижные игры

2. Слушаем и фантазируем – 3 ч

Теория – 0,75 ч.

Беседа по прослушанным музыкальным фрагментам. Обсуждение выполнения творческих заданий.

Практика – 2,25 ч.

1. Строевые упражнения
2. Игроритмика
3. ОРУ без предмета
4. Акробатические упражнения
5. Музыкально-подвижные игры
6. Хореографические упражнения
7. Игропластика

3. Характер музыки и движение – 6 ч.

Теория – 1,5 ч.

Беседа по прослушанным музыкальным фрагментам. Обсуждение выполнения творческих заданий.

Практика – 4,5 ч.

1. Строевые упражнения
2. Игроритмика
3. Танцевальные шаги

4. Ритмический танец
5. Музыкально-подвижные игры
6. Танцевально-ритмическая гимнастика

4. Русский народный танец – 4 ч.

Теория – 0,5 ч.

Беседа об особенностях русского народного танца, объяснение понятий «пляска», «хоровод». Объяснение характерных движений различных русских народных танцев.

Практика – 3,5 ч.

1. Строевые упражнения
2. Игроритмика
3. Хореографические упражнения
4. Танцевальные шаги
5. Ритмический танец
6. Музыкально-подвижные игры
7. Танцевально-ритмическая гимнастика
8. Пальчиковая гимнастика

5. Эстрадный танец. Танец с предметами – 4 ч.

Теория – 0,5 ч.

Объяснение понятия «эстрада». Беседа об особенностях эстрадного танца. Объяснение правильного выполнения эстрадных танцевальных движений.

Практика – 3,5 ч.

1. Строевые упражнения
2. Игроритмика
3. Танцевальные шаги
4. Ритмический танец
5. Музыкально-подвижные игры
6. Танцевально-ритмическая гимнастика
7. ОРУ без предметов
8. Игропластика
9. Игровой самомассаж

6. Бальный танец – 4 ч.

Теория – 0,5 ч.

Объяснение понятия «бальный танец». Беседа об особенностях бального танца. Объяснение правильного выполнения танцевальных движений бального танца.

Практика – 3,5 ч.

1. Строевые упражнения
2. Игроритмика
3. ОРУ с предметами
4. Танцевальные шаги
5. Ритмический танец
6. Музыкально-подвижные игры

7. Танцевально-ритмическая гимнастика
8. Игровой самомассаж

7. Игровое танцевальное творчество – 2 ч.

Теория – 0,25 ч.

Объяснение понятия «танцевальное творчество». Обсуждение проблем, возникающих в творческом процессе.

Практика – 1,75 ч.

1. Строевые упражнения
2. Игроритмика
3. ОРУ с предметами
4. Танцевальные шаги
5. Акробатические упражнения
6. Игропластика
7. Ритмический танец
8. Музыкально-подвижные игры
9. Танцевально-ритмическая гимнастика
10. Игровой самомассаж

8. Ритмические фантазии – 2 ч.

Теория – 0,25 ч.

Объяснение понятия «ритмическая формула» и особенностей ее выполнения. Обсуждение проблем, возникающих в творческом процессе.

Практика – 1,75 ч.

1. Строевые упражнения
2. Игроритмика
3. Хореографические упражнения
4. Танцевальные шаги
5. Ритмический танец
6. Музыкально-подвижные игры
7. Танцевально-ритмическая гимнастика
8. Игровой самомассаж
9. Игропластика

9. Креативные танцы – 2 ч.

Теория – 0,25 ч.

Объяснение понятия «эмоциональный образ». Обсуждение проблем, возникающих в творческом процессе.

Практика – 1,75 ч.

1. Строевые упражнения
2. ОРУ без предмета
3. Хореографические упражнения
4. Акробатические упражнения
5. Ритмический танец
6. Музыкально-подвижные игры
7. Креативная гимнастика

8. Танцевально-ритмическая гимнастика

10. Креативная гимнастика – 2 ч.

Теория – 0,25 ч.

Поощрение творческих проявлений при выполнении танцевальных упражнений или танцев.

Практика – 1,75 ч.

1. Креативная гимнастика
2. Игроритмика
3. Акробатические упражнения
4. Игропластика
5. Хореографические упражнения
6. Музыкально-подвижные игры
7. Танцевально-ритмическая гимнастика

11. Сюжетные занятия (игры-путешествия) – 6 ч.

Теория – 0,5 ч.

Введение в тему занятия, объяснение заданий.

Практика – 5,5 ч.

1. Строевые упражнения
2. ОРУ с предметами, без предметов, с речитативом
3. Креативная гимнастика
4. Игроритмика
5. Игропластика
6. Музыкально-подвижные игры
7. Танцевально-ритмическая гимнастика
8. Танцы.
9. Игровой самомассаж

2.1. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Первый год обучения

№ п/п	Раздел программы	Количество часов		
		всего	теория	практика
1	Вводное занятие	1	0,5	0,5
2	Азбука музыкально-ритмических движений	3	0,75	2,25
3	Играя, танцуем	4	0,5	3,5
4	Спорт и танец	4	0,5	3,5
5	Пластика в танце	3	0,75	2,25
6	Выражаем образ в танце	3	0,75	2,25
7	Танцы, игры, упражнения для красивого движения	3	0,75	2,25
8	Игровое танцевальное творчество	4	0,5	3,5
9	Ритмические фантазии	3	0,75	2,25
10	Креативная гимнастика	1	0,25	0,75
11	Сюжетные занятия (игры-путешествия)	7	1,5	5,5
	Всего часов	36	7,5	28,5

Второй год обучения

№ п/п	Раздел программы	Количество часов		
		всего	теория	практика
1	Вводное занятие	1	0,5	0,5
2	Слушаем и фантазируем	3	0,75	2,25
3	Характер музыки и движение	6	1,5	4,5
4	Русский народный танец	4	0,5	3,5
5	Эстрадный танец. Танец с предметами.	4	0,5	3,5
6	Бальный танец	4	0,5	3,5
7	Игровое танцевальное творчество	2	0,25	1,75
8	Ритмические фантазии	2	0,25	1,75
9	Креативные танцы	2	0,25	1,75
10	Сюжетные занятия (игры-путешествия)	6	0,5	5,5
11	Креативная гимнастика	2	0,25	1,75
	Всего часов	36	5,75	30,25

2. 2. ПРОГНОЗИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Ожидаемый результат освоения дополнительной образовательной программы «Танцевальная мозаика»

По окончании обучения дети:

- овладеют умением начинать и заканчивать движение вместе с музыкой;
- будут уметь двигаться под музыку, в соответствии с её характером, ритмом и темпом, различать различные жанры музыкального сопровождения (хоровод, марш, полька и др.), передавать в танце характер музыкального произведения в движении (веселый, грустный, лирический, героический и т.д.);
- овладеют различными видами танцевальных шагов (бодрый шаг с носка, притопы, танцевальный бег, подскоки и др.), правильными позициями ног и положением рук;
- получат навык исполнения движений с сохранением при этом правильной осанки;
- будут свободно исполнять ритмические и бальные танцы и комплексы упражнений под музыку, а также двигательные задания по креативной гимнастике.
- будут знать правила безопасности при занятиях физическими упражнениями без предметов и с предметами.

Способом определения результативности реализации программы дополнительного образования «Танцевальная мозаика» является диагностика. Результаты диагностики педагог вносит в Диагностическую карту.

Диагностическая карта определения уровня сформированности хореографических умений у детей

№	Ф.И. ребёнка	Ритмичность	Гибкость	Артистизм	Умение танцевать в коллективе	Общий балл
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						

Высокий уровень (В)

Ребёнок заинтересован в усвоении знаний об искусстве хореографии, активно проявляет себя в танцевальной деятельности. Обладает высокими данными: гибкостью, музыкальностью, артистизмом. Обладает высокой эмоциональной выразительностью, развита фантазия и воображение.

Средний уровень (С)

В целом ребенок заинтересован в усвоении танцевального искусства. Стремится к приобщению к эстетическим ценностям. Однако не достаточно развита гибкость, музыкальность, редко проявляются фантазия и воображение.

Низкий уровень (Н)

Ребенок мало заинтересован в приобщении к искусству, не проявляет интерес к хореографии. Обладает слабо развитыми физическими качествами: сила, быстрота движений, ловкость, гибкость. Отсутствует пластичность. Слабо развита эмоциональность, фантазия.

Итогом реализации программы дополнительного образования «Танцевальная мозаика» является выступления детей на детских утренниках, участия в театрально-хореографических постановках, муниципальных смотрах-конкурсах.

2.3. МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Методическое обеспечение Программы

Основными видами деятельности на занятиях по хореографии являются репродуктивная и творческая.

Репродуктивная деятельность направлена на овладение детьми умениями и навыками через повторение выполнения движений, показанных педагогом.

Творческая деятельность направлена на самостоятельное преобразование детьми имеющихся знаний и умений для получения нового результата.

Взаимосвязь двух этих видов деятельности дает детям возможность реализации творческой самореализации и способствует гармоничному (умственному и физическому) развитию личности.

При обучении используются основные методы организации и осуществления образовательной деятельности: словесные, наглядные, практические, проблемно-поисковые, исследовательские.

Учебный материал на занятиях по хореографии распределяется согласно принципу возрастания и чередования нагрузки.

Методика проведения занятий предполагает постоянное создание ситуаций успеха, радости от преодоления трудностей в освоении изучаемого материала или при выполнении творческих заданий. Этому способствуют совместное обсуждение проблем, возникающих в творческом процессе, поощрение творческих проявлений, создание положительной мотивации, актуализации интереса, проведение конкурсов, соревнований.

Важным условием творческого самовыражения воспитанников является реализация идеи свободного выбора: детям предоставляется право выбора танцевальных средств для выражения музыкального образа, творческой комбинации знакомых танцевальных движений.

Материально-техническое обеспечение Программы

Занятия могут проводиться как в музыкальном, так и в физкультурном зале. Помещение должно быть проветрено, хорошо освещено.

Материал:

- музыкальный центр (MP-3 проигрыватель)
- компакт-диски, съемные цифровые носители (флеш-карта) с аудиозаписями;
- декорации (для проведения сюжетных занятий);
- костюмы;
- отличительные знаки, эмблемы, жетоны;
- грамоты, значки, медали (для подведения итогов занятий и награждения);
- атрибуты: кегли, обручи, мячи разных размеров, скакалки, платочки, шарфики, косынки.

3. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. - СПб.: ЛОИРО, 2000. – 122 с.
2. Бодраченко И.В. Музыкальные игры в детском саду для детей 3-лет. –М.: Айрис – пресс, 2009. – 144с.
3. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать. – М.: ВЛАДОС, 2003. – 154 с.
4. Сказочный театр физкультуры: физкультурные занятия с дошкольниками в музыкальном ритме сказок / авт.-сост. Н.А.Фомина, Г.А. Зайцева, Е.И. Игнатьева, С.С. Чернякина. – Волгоград: издательство «Учитель», 2003. – 96 с.
5. Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду. – М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 2006. – 272 с.
6. Казакевич Н.В. Сайкина Е.Г. , Фирилева Ж.Е. Ритмическая гимнастика. Методическое пособие.- СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2001. – 322 с.
7. Фирилева Ж.Е. Сайкина Е.Г. Са-Фи-дансе: танцевально-игровая гимнастика для детей. Учебное пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений.- СПб, «Детство-Пресс», 2007. – 352 с.
8. Фирилева Ж.Е. Сайкина Е.Г. Фитнес-данс: лечебно-профилактический танец. Учебно-методическое пособие. – СПб: «Детство-Пресс», 2007. – 384 с.