

**муниципальное учреждение дополнительного образования  
«Детская школа искусств имени М.А. Балакирева» города Ярославля**

**Дополнительная предпрофессиональная общеобразовательная программа  
в области хореографического искусства  
«Хореографическое творчество»**

**Предметная область  
ПО.01. ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ ИСПОЛНТЕЛЬСТВО**

**учебный предмет  
ПО.01.УП.01. РИТМИКА**

**2023г.**

«РАССМОТРЕНО»

Методическим советом МУДО

«ДШИ им. М.А. Балакирева» г.Ярославля  
протокол № 1

« 1 » сентября 2023г.



«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МУДО

«ДШИ им. М.А. Балакирева» г.Ярославля  
Ж.Г. Кузовенкова

« 1 » сентября 2023г.

Разработчик – Серебрякова Дарья Олеговна

Преподаватель МУДО «ДШИ им. М.А. Балакирева» г. Ярославля

Рецензент - Алфёрова Татьяна Владимировна

Преподаватель ПЦХ «Хореографическое творчество» ГОУ СПО ЯО «Ярославское училище культуры (колледж)»

## Содержание

<b>I. Пояснительная записка.....</b>	<b>4</b>
1. Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе.....	4
2. Срок реализации учебного предмета «Ритмика».....	4
3. Объем учебного времени.....	4
4. Форма проведения учебных аудиторных занятий.....	5
5. Цель и задачи учебного предмета.....	5
6. Обоснование структуры учебного предмета «Ритмика».....	5
7. Методы обучения.....	6
8. Описание материально-технических условий реализации учебного предмета...	7
<b>II. Содержание учебного предмета.....</b>	<b>7</b>
1. Сведения о затратах учебного времени.....	7
2. Содержание разделов.....	8
3. Программные требования.....	10
<b>III. Требования к уровню подготовки обучающихся.....</b>	<b>14</b>
<b>IV. Формы и методы контроля, система оценок.....</b>	<b>16</b>
1. Аттестация: цели, виды, форма, содержание.....	16
2. Критерии оценок.....	16
<b>V. Методическое обеспечение учебного процесса.....</b>	<b>17</b>
1. Методические рекомендации педагогическим работникам.....	17
2. Музыкально-ритмические игры.....	18
<b>VI. Список рекомендуемой методической литературы.....</b>	<b>19</b>

## **I. Пояснительная записка**

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

Программа учебного предмета «Ритмика» разработана на основе и с учетом федеральных государственных требований к дополнительной предпрофессиональной образовательной программе в области хореографического искусства «Хореографическое творчество».

На занятиях по ритмике происходит непосредственное и всестороннее обучение ребенка на основе гармоничного сочетания музыкального, двигательного, физического, интеллектуального развития. Освоение предмета так же способствует формированию навыков коллективного общения, раскрытию индивидуальности учеников.

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

Дети получают возможность самовыражения через музыкально-игровую деятельность.

Изучение предмета «Ритмика» тесно связано с изучением предметов «Слушание музыки и музыкальная грамота», «Классический танец», «Гимнастика».

### **2. Срок реализации учебного предмета «Ритмика»**

Срок освоения программы «Ритмика» для детей, поступивших в образовательное учреждение в первый класс в возрасте 10 – 12 лет, составляет 1 год.

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

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). Рекомендуемая продолжительность урока –45 минут.

Мелкогрупповая форма занятий позволяет преподавателю построить процесс обучения в соответствии с принципами дифференцированного и индивидуального подходов, позволяет лучше узнать учеников, их возможности, трудоспособность, эмоционально-психологические особенности.

#### **5. Цель и задачи учебного предмета**

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

##### Задачи:

- овладение основами музыкальной грамоты;
- формирование танцевальных умений и навыков в соответствии с программными требованиями;
- воспитание важнейших психофизических качеств, двигательного аппарата в сочетании с моральными и волевыми качествами личности – силы, выносливости, ловкости, быстроты, координации;
- развитие темпо-ритмической и хореографической памяти учащихся;
- формирование умений соотносить движения с музыкой, обучение достижению слитности характера музыки и движения;
- развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности;
- овладение основными хореографическими терминами и понятиями;
- воспитание интереса к искусству хореографии;
- приобщение к здоровому образу жизни.

#### **6. Обоснование структуры учебного предмета «Ритмика»**

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

Программа содержит следующие разделы:

- сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета;
- распределение учебного материала в течение учебного года;
- 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; 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, подскоков, подпрыгиваний, манипуляций с предметами и т.д., а затем уже включать их в игры, пляски, хороводы.

Предложенные методы работы являются наиболее продуктивными при реализации поставленных целей и задач учебного предмета и основаны на проверенных мелодиках 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 с гладким напольным покрытием и зеркальными стенами;
- наличие оборудованных гардеробов и раздевалок для занятий;
- наличие музыкального инструмента (фортепиано) для музыкального сопровождения урока;
- наличие технических средств для воспроизведения музыкального и видео материала со съемных носителей (USB-флеш-накопитель, флеш-карта, компакт-диск CD, DVD-диск);
- наличие индивидуальных музыкально-ритмических предметов (ложки, бубен, маракас, трещотки и т.д.), предметов танца (платок, лента, мяч и т.д.);
- наличие специальной формы и обуви для занятий.

## II. Содержание учебного предмета

### 1. Сведения о затратах учебного времени

В таблице представлен учебно-тематический план по предмету «Ритмика» на полный срок освоения предмета, то есть на 1 год. Время на изучение разделов определяется объёмом их содержания и соотносится с ФГТ.

№/ №	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 музыкально-ритмическими предметами (ложки, бубен, маракас, трещотки и т.д.)	урок		4
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, воспринимать музыкальные образы в их развитии и быть способным выражать их в соответствии с музыкой. Умение слышать музыку и понимать музыкальный язык развивается в разных видах деятельности – пении, движении под музыку, исполнительской деятельности. Учащиеся усваивают понятия «ритм», «счет», «размер» и узнают, что музыка состоит из тактов и музыкальных фраз, при этом дети овладевают навыками различения понятий «вступление», и «основная часть, тема», что позволяет ребенку вступать в танец с начала музыкальной фразы.

### Второй раздел «Упражнения на ориентировку в пространстве»

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



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

Упражнения с детскими музыкальными инструментами применяются для развития у детей подвижности пальцев, умения ощущать напряжение и расслабление мышц, соблюдения ритмичности и координации движений рук, а также для формирования интереса к игре на музыкальных инструментах. С помощью элементарных инструментов развивается музыкальный слух, чувство ритма, представление о звуковысотности, тембровых особенностях звучания, регистрах, 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 движений. Эти навыки необходимы для подготовки ребенка к более сложному изучению движений и комбинаций. С использованием данных предметов у детей расширяются познания в области музыкального и хореографического искусства, а также успешно развивается память, мышление, ловкость и сноровка. Дети учатся через предмет выражать свои эмоции, действия на площадке. Преподаватель в соответствии с возрастными особенностями подбирает тот или иной предмет и разучивает упражнения.

#### Пятый раздел «Танцевальные движения»

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

#### Шестой раздел «Музыкально-ритмические игры»

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

### ***3. Программные требования***

Тематический план

№/№	Наименование разделов и тем
1	2
<b>I.</b>	<b><i>Основы музыкальной грамоты</i></b>
1)	Регистровая окраска. Понятие о звуке (низкие, средние и высокие тона)
2)	Характер музыки:
	- веселый и т.п. - грустный и т.п. - торжественный и т.п. - шуточный и т.п.
3)	Динамические оттенки:
	- громко - тихо
4)	Музыкальный размер:
	- 2/4 - 4/4 - 3/4 - 6/8
5)	Знакомство с длительностью нот:
	- целая - половинная - четвертная - восьмая
6)	Понятие о жанрах в музыке:
	- песня - танец - марш
7)	Понятие «сильная доля»
8)	Понятие «затакт»
9)	Знакомство с куплетной формой
10)	Понятие «музыкальная фраза»
11)	Характер музыки. Тоника:
	- мажор - минор

12)	Музыкальные паузы:
	- половинная - четвертная - восьмая
13)	Музыкальный темп:
	- быстрый - медленный - умеренный
14)	Музыкальные штрихи:
	- легато - стаккато
<b>II.</b>	<b><i>Упражнения на ориентировку в пространстве</i></b>
1)	Нумерация точек плана класса
2)	Виды рисунков танца:
	- круг - колонна - шеренга - диагональ - квадрат - «цепочка» - «змейка» - зигзаг - круг в круге - «звездочка»
<b>III.</b>	<b><i>Упражнения с музыкально-ритмическими предметами</i></b>
	- ударные (ложки, барабан и т.д.) - звенящие (бубен, маракасы, погремушка, трещотка)
<b>IV.</b>	<b><i>Упражнения с предметами танца</i></b>
	- упражнения с платком - упражнения с мячом и др. - упражнения с лентой

V.	<i>Танцевальные движения</i>
1)	Работа рук:
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- положение рук на талии</li> <li>- за юбку</li> <li>- положение рук на талии в кулаки</li> <li>- позиции рук: подготовительное положение, постановка кисти, 1, 2, 3</li> </ul>
2)	Позиции ног:
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 1, 2, 3 свободные позиции</li> <li>- 1, 2 параллельные позиции</li> </ul>
3)	Работа головы:
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- наклоны головы вперед, назад и в стороны</li> <li>- повороты головы вправо, влево</li> <li>- круговые движения головой по полукругу и по целому кругу</li> </ul>
4)	Работа шеи и плечевого пояса:
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- вытягивание шеи вперед и в стороны</li> <li>- подъем и опускание плеч вверх, вниз, вместе и поочередно</li> <li>- круговые движения плечами вперед и назад, двумя вместе и поочередно</li> </ul>
5)	Движения корпуса:
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- наклоны вперед, в стороны</li> <li>- перегибы назад</li> <li>- повороты корпуса</li> <li>- круговые движения в поясе</li> <li>- смещение корпуса от талии в стороны</li> <li>- расслабление и напряжение мышц корпуса (ронять корпус)</li> </ul>
6)	Поклон
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- простой</li> <li>- поясной</li> </ul>
7)	Шаги:
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- танцевальный шаг с носка</li> <li>- шаг с пятки</li> <li>- маршевый шаг</li> <li>- шаги на полуприседании</li> <li>- шаг на полу пальцах</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- переменный</li> <li>- мелкий с продвижением вперед (хороводный)</li> <li>- приставной шаг простой и с приседанием</li> <li>- шаг с притопом в продвижении вперед и назад</li> </ul>
8)	Бег:
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- сценический</li> <li>- на полу пальцах</li> <li>- легкий бег с отбрасыванием ног назад, согнутых в коленях</li> <li>- на месте</li> <li>- бег «лошадки» на месте и в продвижении</li> <li>- галоп прямой</li> <li>- галоп боковой</li> <li>- подскок</li> <li>- «жете» на месте и в продвижении с выводом ног вперед и назад</li> </ul>
9)	Прыжки:
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- на месте по VI позиции</li> <li>- с продвижением вперед</li> <li>- в повороте на <math>\frac{1}{4}</math></li> <li>- в повороте на <math>\frac{1}{2}</math></li> <li>- на одной ноге</li> <li>- «разножка»</li> <li>- «поджатый»</li> </ul>
10)	Приседания:
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- полуприседания по 1, 2, 3 свободным позициям</li> <li>- полуприседания по 1, 2 параллельным позициям</li> </ul>
11)	Музыкально-ритмические движения:
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- притоп одинарный, тройной</li> <li>- хлопки в ладоши (в ритмическом рисунке, в паре, в сочетании с притопами)</li> </ul>
12)	Элементы народного танца:
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- «ковырялочка»</li> <li>- гармошка</li> <li>- полька</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- полуприсядка с выносом ноги вперед и в сторону</li> <li>- присядка «мячик»</li> <li>- простейшие хлопушки</li> <li>- вращение по точкам класса на месте</li> </ul>
<b>VI.</b>	<b><i>Музыкально-ритмические игры (по выбору преподавателя)</i></b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- «Музыкальная шкатулка»</li> <li>- «Медведь и мыши»</li> <li>- «Самолетики-вертолетики»</li> <li>- «Волшебная шапочка»</li> </ul>
<b>VII.</b>	<b><i>Контрольный урок</i></b>

### **III. Требования к уровню подготовки обучающихся**

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

- иметь представление о темпах и динамике музыкальных произведений, уметь их определять и отражать в движениях;
- знать понятия: вступление, начало и конец предложения, уметь своевременно начинать движение по окончании вступления;
- знать понятия: «сильной» и «слабой» доли в такте и уметь выделить их соответствующими движениями;
- знать понятие метра и ритма;
- иметь навыки воспроизведения простейших ритмических рисунков с помощью хлопков в ладоши и притопов ног;
- различать жанры в музыке: песня, танец, марш;
- иметь представление о длительностях нот в соотношении с танцевальными шагами;
- знать понятие лада в музыке (мажор, минор) и уметь отражать ладовую окраску в художественных образах;
- знать понятие простых музыкальных размеров  $2/4$ ,  $3/4$ ,  $4/4$ ; уметь определять их на слух;
- уметь координировать движения – рук, ног, головы, корпуса, при ходьбе, беге, галопе и т.д.;

- иметь навыки исполнения танцевальных движений в различных ракурсах и рисунках танца, уметь перестраиваться из одной фигуры в другую;
- уметь ориентироваться на площадке танцевального зала и на сценической площадке;
- знать названия общеразвивающих упражнений, простых танцевальных шагов и ходов, а также уметь их правильно исполнять;
- владеть различными танцевальными движениями и иметь навыки их комбинирования;
- иметь навыки ансамблевого исполнения;
- уметь самостоятельно создавать музыкально-двигательный образ;
- иметь навыки игры на музыкальных инструментах в сочетании с музыкально-танцевальными упражнениями;
- хорошо владеть движениями с платком, мячом, лентой и т.д.;
- уметь замечать свои ошибки и ошибки других учеников.

#### **Требования к контрольным урокам:**

За время обучения учащиеся должны приобрести ряд практических навыков:

1. Уметь выполнять комплексы упражнений.
2. Уметь сознательно управлять своими движениями.
3. Владеть упражнениями на развитие музыкальности, метроритма.
4. Уметь координировать движения.
5. Владеть, в хорошей степени, изученными танцевальными движениями разных

характеров и музыкальных темпов.

#### **IV. Формы и методы контроля, система оценок**

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

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

Оценка качества реализации программы «Ритмика» включает в себя текущий контроль успеваемости, промежуточную аттестацию обучающихся.

Успеваемость учащихся 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

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

Согласно ФГТ, 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.



## **V. Методическое обеспечение учебного процесса**

### **1. Методические рекомендации педагогическим работникам**

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

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

### **2. Музыкально-ритмические игры**

Процесс обучения музыкально-ритмическим играм включает три этапа.

*На первом этапе* ставятся задачи:

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

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

*На втором этапе* задачи расширяются, продолжатся:

- углубленное разучивание музыкально-ритмического движения;

- уточнение его элементов и создание целостного образа, настроения музыкального произведения.

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

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

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

## VI. Список рекомендуемой методической литературы

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. М., 2000
2. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. Л.: Искусство, 1983
3. Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике 1 и 2 классах музыкальной школы. Выпуск 1. Издательство «Музыка». М., 1972
4. Конорова Е.В., Занятия по ритмике в 3 и 4 классах музыкальной школы. Выпуск 2. Издательство «Музыка». М., 1973
5. Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике. Занятия по ритмике в подготовительных классах. Выпуск 1. М.: Музгиз, 1963, 1972, 1979
6. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов. М., 2000
7. Климов А. Основы русского народного танца. М., Издательство «Московского государственного института культуры», 1994
8. Пустовойтова М.Б. ритмика для детей. Учебно-методическое пособие. М., Гуманитарный издательский центр «ВЛАДОС», 2008
9. Программы для хореографических школ искусств. Составитель – Бахтов С.М., М., 1984
10. Руднева С., Фиш Э. Ритмика. Музыкальное движение. М.: Просвещение, 1972
11. Ткаченко Т.С. Народные танцы. М., 1975
12. Пинаева Е. Образные танцы для детей. Учебно- методическое пособие. – Пермь: ОЦХТУ «Росток», 2005.
13. Чибрикова-Луговская А.Е. Ритмика. М., Издательский дом «Дрофа», 1998