

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД №28
«КАЛИНКА»**

ПРИНЯТО:

решением педагогического совета
МБДОУ №28 «Калинка»
Протокол от «31» августа 2024г. № 1

УТВЕРЖДЕНО:

Приказом от 31.08.2024 № ДС28-11-65/4
Заведующий МБДОУ №28 «Калинка»
А.В. Лыско

СОГЛАСОВАНО:

Управляющим советом
МБДОУ №28 «Калинка» от
«15» августа 2024г. № 7
Председатель:
К.В. Мишуткина

Подписано электронной подписью

Сертификат:

008CAAEE6F42CAD69FC06FF29E97291636

Владелец:

Лыско Анна Владимировна

Действителен: 15.04.2024 с по 09.07.2025

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА
«Хореография»**

художественная направленность

Возраст обучающихся 3-7 лет

Срок реализации программы: 1 год

Количество часов в год 72 часов

Автор-составитель программы:

Донская А.А.

Педагог дополнительного образования

Янчурина В.Б.

Педагог дополнительного образования

СУРГУТ

2024

Паспорт Программы

Наименование программы	Дополнительная общеобразовательная программа по развитию музыкально-ритмических и танцевально-творческих способностей детей «Хореография»
Автор-составитель	Донская А.А., Янчурина В.Б.
Целевая группа	Дети младшего, среднего и старшего дошкольного возраста
Где, когда и кем утверждена дополнительная общеразвивающая программа	Приказ МБДОУ от 31.08.2024 № ДС28-11-/4
Год разработки	2024
Цель Программы	Формирование у дошкольников музыкально-ритмических и танцевально-творческих способностей
Задачи Программы	<i>Образовательные:</i> Обучить детей танцевальным движениям. Формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальными движениями. Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. Формировать умение ориентироваться в пространстве. Формировать правильную постановку корпуса, рук, ног, головы. <i>Воспитательные:</i> Развить у детей активность и самостоятельность, коммуникативные способности. Формировать общую культуру личности ребенка, способность ориентироваться в современном обществе. Формировать нравственно-эстетические отношения между детьми и взрослыми. <i>Развивающие:</i> Развивать творческие способности детей. Развить музыкальный слух и чувство ритма. Развить воображение, фантазию. <i>Оздоровительные:</i>

	укрепление здоровья детей.
Срок реализации программы	1 год
Уровень программы	стартовый
Информация о наличии рецензии	-
Срок реализации программы	Учебный период: Сентябрь 2024 - Май 2025 год (1 год)
Количество часов в неделю / год	1 /72 академических часа
Возраст обучающихся	5-7 лет
Формы занятий	Групповые
Ожидаемые конечные результаты реализации Программы.	Овладение средствами музыкально-ритмических движений, двигательной активности, обеспечивающих развитие танцевально-творческих способностей дошкольников.
Программно-методическое обеспечение	Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. - СПб, 2000. - 220 с. Ветлугина Н.А. Музыкальное развитие ребенка. - М.:Просвещение, 1967. – 203 с. Голицина Н.С. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении. –М.: Скрипторий, 2003, 2006. – 72 с. - Зарецкая Н., Роот З., Танцы в детском саду. – М.: Айрис-пресс, 2006.– 112 с. Каплунова И., Новоскольцева И. Этот удивительный ритм. Развитие чувства ритма у детей. –СПб.: Композитор, 2005. - 76 с. Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду.- М.: Линка-пресс, 2006. - 272 с. Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей 4. – СПб.:Музыкальная палитра, 2006. – 44 с.

Содержание.

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ.

1.Пояснительная записка	5
1.1.1.Цели и задачи реализации Программы... ..	6
1.1.2 Принципы и подходы к формированию Программы... ..	7
1.2. Планируемые результаты освоения программы (целевые ориентиры)	7

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ.

2.1.Модель образовательного процесса.....	7
2.2.Содержание работы по музыкально-ритмическому воспитанию детей	
2.4. Ожидаемые результаты и способы их проверки.....	10

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ.

2. 1.Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребенка.....	11
3.2. Организация предметно-пространственной среды... ..	11
3.3. Кадровые условия реализации программы.....	12
3.4. Материально-техническое обеспечение Программы... ..	12
3. 5.Учебно-тематический план (средняя группа)... ..	13
3.5. 1.Содержание программы... ..	14
3.6. Учебно-тематический план (старшая группа)... ..	19
3.6.1. Содержание программы... ..	20
3.7. Учебно-тематический план (подготовительная к школе группа)... ..	23
3.7.1. Содержание программы... ..	24
3.7.2. Циклограмма деятельности	27
3.8. .Методика выявления уровня развития чувства ритма	27
3.9. Диагностика уровня музыкально-двигательного развития ребенка.....	30
3.9.1.Уровни развития ребёнка в музыкально-ритмической деятельности	32
IV. Программно-методический комплекс образовательного процесса...	33

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка.

Танцевальное искусство - это мир красоты движения, звуков, световых красок, костюмов, то есть мир волшебного искусства. Особенно привлекателен и интересен этот мир детям. Танец обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Соединение движения, музыки и игры, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, делают его движения естественными и красивыми. На занятиях танцами дети развивают слуховую, зрительную, мышечную память, учатся благородным манерам. Воспитанник познает многообразие танца: классического, народного, бального, современного и др. Танцевальное искусство воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, оно развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

Необходимо продолжать развивать у дошкольников творческие способности, заложенные природой. Музыкально-ритмическое творчество может успешно развиваться только при условии целенаправленного руководства со стороны педагога, а правильная организация и проведение данного вида творчества помогут ребенку развить свои творческие способности.

Существующие программы музыкально-ритмического воспитания не имеют прямого отношения к хореографии, т.е. раздел ритмические движения является лишь частью программы музыкального воспитания. Поэтому и возникла потребность создать программу по хореографии, где танцевальное искусство охватывается в широком диапазоне, тщательно отбирая из всего арсенала хореографического искусства то, что доступно детям 4-7 лет.

Новизна настоящей программы заключается в том, что в ней интегрированы такие направления, как ритмика, хореография, музыка, пластика, сценическое движение, даются детям в игровой форме и адаптированы для дошкольников. Ее

отличительными особенностями является: активное использование игровой деятельности для организации творческого процесса – значительная часть практических занятий. Педагогическая целесообразность программы заключается в поиске новых импровизационных и игровых форм. Программаразработана с учетом основных принципов, требований к организации и содержанию к учебной деятельности в ДОУ, возрастных особенностях детей.

Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Хореография» художественной направленности реализуется на базе МБДОУ №28 «Калинка» г. Сургута ХМАО-Югры.

Квалификация педагога соответствует профилю программы.

Программа модифицированная и реализуется для дошкольников в рамках дополнительных образовательных услуг.

Образовательный процесс осуществляется на основе учебного плана, и регламентируется расписанием занятий.

В качестве нормативно-правовых оснований проектирования данной программы

выступают:

Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,

-Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 08.17.10.2013 г. № 1155 «Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования» (далее ФГОС ДО) (с изменениями и дополнениями от 8 ноября 2022 г.)

-Постановление главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 года № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 («Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» СанПиН 1.2.3685-210)

-Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 № 196 (ред. от 30.09.2020) "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам" (Зарегистрировано в Минюсте России 29.11.2018 N 52831).

-Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 "О направлении информации (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»

-Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»

-Локальные акты и положениями МДОУ №26 «Золотая рыбка» г. Сургута ХМАО-Югры.

1.1.1. Цель программы – приобщить детей к танцевальному искусству, способствовать эстетическому и нравственному развитию дошкольников. Привить детям основные навыки умения слушать музыку и передавать в движении ее многообразие и красоту. Выявить и раскрыть творческие способности дошкольника посредством хореографического искусства.

Задачи:

Образовательные: □ Обучить детей танцевальным движениям.

-Формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальными движениями.

-Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. □

Формировать умение ориентироваться в пространстве. Формировать правильную постановку корпуса, рук, ног, головы. **Воспитательные:**

-Развить у детей активность и самостоятельность, коммуникативные способности.

-Формировать общую культуру личности ребенка, способность ориентироваться в современном обществе.

-Формировать нравственно-эстетические отношения между детьми и взрослыми. □ Создание атмосферы радости детского творчества в сотрудничестве.

Развивающие:

- Развивать творческие способности детей.
- Развить музыкальный слух и чувство ритма.
- Развить воображение, фантазию.

1.1.2. Принципы и подходы к формированию Программы.

- ❖ **принцип сознательности и активности** — обучение эффективно, когда ребенок проявляет познавательную и двигательную активность.
- ❖ **принцип системности и последовательности** предполагает преподавание и усвоение навыков и умений в определенном порядке, системе;
- ❖ **принцип доступности** требует учитывать особенности развития детей, их уровень усвоения музыки и движений;
- ❖ **принцип наглядности** — ИКТ включают в работу максимальное количество органов чувств зрительный, слуховой и тактильный;
- ❖ **принцип полноты и целостности** музыкального образования детей, подразумевающий совокупность знаний, умений и навыков по всем видам детской музыкально-двигательной деятельности, их органическую взаимосвязь.

1.2. Планируемые результаты освоения программы.

В результате проделанной работы дети проявляют стойкий интерес и потребность к музыкально-ритмическим занятиям, осваивается необходимый объём движений классического, народного, бального танцев, а также танцев современного направления. У них формируется основа культуры движения, красивая осанка. Более совершенным становится чувство ритма, что играет важную роль в обучении их игре на детских музыкальных инструментах.

Дети понимают ориентировку на себе – правая рука (нога), левая рука (нога), и от себя – (направо, налево, вперёд, назад). Они хорошо ориентируются в пространстве зала и выполняют различные построения и перестроения: в колонну, в шеренгу, по диагонали, врассыпную, по линии танца, противоходом и т.д.

У детей появляются такие личностные качества, как уверенность, целеустремлённость, активность, желание показать свои достижения зрителям. Меняется и протекание психических процессов: отмечается сосредоточенность, устойчивость внимания, улучшение запоминания и воспроизведения, проявление творческого воображения.

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ.

2.1. Модель образовательного процесса. Программа рассчитана на один год обучения и рекомендуется для занятий детей с 3 до 7 лет. Рабочая программа предлагает проведение занятий 2 раз в неделю. Исходя из календарного года (с 1 сентября по 31 мая) количество часов, отведенных для

занятий 72 ч. Занятия длятся для детей младшего дошкольного возраста-15 мин, среднего дошкольного возраста 20 мин., старшего дошкольного возраста (5-6 лет) 25 мин., (6-7 лет) 30 мин.

2.2. Содержание работы по музыкально-ритмическому воспитанию детей 4-5 лет

В этом возрасте у детей появляется возможность выполнять более сложные по координации движения; возрастает способность к восприятию тонких оттенков музыкального образа, средств музыкальной выразительности.

Приоритетные задачи: развитие гибкости, пластичности, мягкости движений, а также воспитание самостоятельности в исполнении, побуждение детей к творчеству.

Развитие музыкальности:

- воспитание интереса и любви к музыке, потребности в ее слушании, движении под музыку в свободных играх;
- обогащение слушательского опыта – включение разнообразных произведений для ритмических движений: народных, современных детских песен и некоторых доступных произведений изобразительного характера композиторов-классиков («Детский альбом» П. Чайковского, «Бирюльки» М. Майкапара);
- развитие умения передавать в пластике разнообразный характер музыки, различные оттенки настроения (веселое-грустное, шаловливое-спокойное, радостное, торжественное, шуточное, беспокойное и т.д.);
- развитие умения передавать основные средства музыкальной выразительности: темп (умеренно быстрый – умеренно медленный, быстрый); динамику (громкотихо, умеренно громко, усиление звучания и уменьшение); регистр (высокий, низкий, средний); метроритм (сильную долю, ритмическую пульсацию мелодии, сочетание восьмых и четвертных); различать 2-3 частную форму произведения, вариации с контрастными по характеру частями;
- развитие способности различать жанр произведения (плясовая, колыбельная, марш) и выражать это самостоятельно в соответствующих движениях и в слове.

Развитие двигательных качеств и умений

Развитие способности передавать в пластике музыкальный образ, используя перечисленные ниже виды движений. *Основные:*

- ходьба – бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, топающим шагом, вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг) в разном темпе и ритме, ходьба на четвереньках;
- бег – легкий, ритмичный, передающий различный образ («Бабочки», «Птички», «Ручейки» и т.д.), широкий («Волк»), острый (бежим по «горячему песку»);

- прыжковые движения – на двух ногах на месте, продвижением вперед, прямой галоп – «лошадки», легкие поскоки;

общеразвивающие упражнения на различные группы мышц и различный характер, способ движения (упражнения на плавность движений, махи, пружинность); упражнения на гибкость, плавность движений; *имитационные движения* разнообразные образно-игровые движения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние («веселый» или «трусливый зайчик», «хитрая лиса», «усталая старушка», «бравый солдат» и т.д.).

Уметь передавать динамику настроения. *плясовые движения* – элементы народных плясок, доступных по координации.

Развитие умений ориентироваться в пространстве: самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становится в пары друг за другом, строится в шеренгу и колонну, в несколько кругов.

Развитие творческих способностей:

- воспитание потребности к самовыражению в движении под музыку; формирование умений исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях, под другую музыку;
- развитие воображения, фантазии, умения самостоятельно находить свои, оригинальные движения, подбирать слова, характеризующие музыку и пластический образ.

Развитие и тренировка психических процессов:

- развитие умения самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой – развитие слухового внимания, способность координировать слуховое представление и двигательную реакцию;
- развитие умения выражать эмоции в мимике и пантомимике – радость, грусть, страх, удивление, обида и т.д.;
- тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов на основе движения в различных темпах и ритмах;
- развитие восприятия, произвольного внимания, воли, всех видов памяти (слуховой, зрительной, двигательной), мышления, речи – в умении выразить свое восприятие в движениях, а также рисунках, в словесном описании.

Развитие нравственно – коммуникативных качеств личности:

- воспитание умения сочувствовать, сопереживать, воспринимая музыкальный образ, настроение, объясняя свои чувства словами и выражая их в пластике;
- формирование чувства такта;
- воспитание культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми, привычки выполнять необходимые правила

самостоятельно: пропускать старших впереди себя, мальчикам уметь пригласить девочку на танец и затем проводить ее на место, извиниться, если произошло нечаянное столкновение и т.д.

Показателем уровня развития является не только выразительность и непосредственность движений под музыку, но и умение точно координировать движения с основными средствами музыкальной выразительности, способность к запоминанию и самостоятельному исполнению композиций, использование разнообразных видов движений в импровизации под музыку.

2.3. Содержание работы по музыкально-ритмическому воспитанию детей 5 –7 лет

В этом возрасте ребенок – дошкольник достигает кульминации в развитии движений, которая выражается в особой грации, легкости и изяществе. У детей резко возрастает способность к исполнению разнообразных и сложных по координации движений – из области хореографии, гимнастики. Это дает возможность подбирать для работы с детьми более сложный репертуар, в основе которого не только народная музыка, детские песни, но и некоторые классические произведения.

Приоритетные задачи: развитие способности к выразительному, одухотворенному исполнению движений, умения импровизировать под незнакомую музыку, формирование адекватной оценки и самооценки.

Развитие музыкальности:

- воспитание интереса и любви к музыке, потребности слушать знакомые и новые музыкальные произведения, двигаться под музыку, узнавать, что это за произведения и кто их написал;
- обогащение слушательского опыта разнообразными по стилю и жанру музыкальными сочинениями;
- развитие умения выражать в движении характер музыки и ее настроение, передавая как контрасты, так и оттенки настроений в звучании;
- развитие умения передавать основные средства музыкальной выразительности: темп – разнообразный, а также ускорения и замедления; динамику (усиление и уменьшение звучания, разнообразие динамических оттенков); регистр (высокий, низкий, средний); метроритм (разнообразный, в том числе и синкопы); различать 2-3 частную форму произведения (с малоконтрастными по характеру частями), а также вариации, рондо;

- развитие способности различать жанр произведения – плясовая (вальс, полька, старинный и современный танец); песня (песня-марш, песня-танец и др.), марш, разный по характеру, и выражать это в соответствующих движениях.

Развитие двигательных качеств и умений

Развитие способности передавать в пластике музыкальный образ, используя перечисленные ниже виды движений. *Основные:*

- ходьба – бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, на пятках, пружинящим, топающим шагом, «с каблучка», вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг), ходьба на четвереньках, «гусиным» шагом, с ускорением замедлением;
- бег – легкий, ритмичный, передающий различный образ, а также высокий, широкий, острый, пружинящий бег;
- прыжковые движения – на одной, на двух ногах на месте и с различными вариациями, с продвижением вперед, различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп), поскок «легкий» и «сильный» и др.;

общеразвивающие упражнения - на различные группы мышц и различный характер, способ движения (упражнения на плавность движений, махи, пружинность); упражнения на развитие гибкости и пластичности, точности ловкости движений, координации рук и ног;

имитационные движения - различные образно-игровые движения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние, динамику настроений, а также ощущения тяжести или легкости, разной среды – «в воде», «в воздухе» и т.д.); *плясовые движения* – элементы народных плясок детского бального танца, доступные по координации, танцевальные упражнения, включающие асимметрию из современных ритмических танцев, а также разнонаправленные движения для рук и ног, сложные циклические виды движений: шаг польки, переменный шаг, шаг с притопами др.

Развитие умений ориентироваться в пространстве:

самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становится в пары и друг за другом, в несколько кругов, в шеренги, колонны, самостоятельно выполнять перестроения на основе танцевальных композиций («змеяка», «воротики», «спираль» и др.). ***Развитие творческих способностей:***

- Развитие умений сочинять несложные плясовые движения и их комбинации; формирование умений исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях, под другую музыку, импровизировать в драматизации, самостоятельно создавая пластический образ;
- развитие воображения, фантазии, умения находить свои, оригинальные движения для выражения характера музыки, умение оценивать свои творческие проявления и давать оценку другим детям.

Развитие и тренировка психических процессов:

-тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов – умение изменять движения в соответствии с различным темпом, ритмом и формой музыкального произведения – по фразам;

-развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления – на основе усложнения заданий (увеличение объема движений, продолжительности звучания музыки, разнообразия сочетаний упражнений и т.д.);

-развитие умения выражать различные эмоции в мимике и пантомимике: радость, грусть, страх, тревога, и т.д., разнообразные по характеру настроения, например: «Рыбки легко и свободно резвятся в воде».

Развитие нравственно – коммуникативных качеств личности:

- воспитание умения сочувствовать, сопереживать другим людям и животным, игровым персонажам;
- воспитание потребности научить младших детей тем упражнениям, которые уже освоены; умение проводить совместные игры-занятия с младшими детьми; Воспитание чувства такта, умения вести себя в группе во время занятий (находить себе место, не толкаясь; не шуметь в помещении во время самостоятельных игр);
- воспитание культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми, выполнять все правила без подсказки взрослого: пропускать старших впереди себя, мальчикам уметь пригласить девочку на танец и затем проводить ее на место, извиниться, если произошло нечаянное столкновение и т.д.

Показатели уровня развития детей:

- выразительность исполнения движений под музыку;
- умение самостоятельно отображать в движении основные средства музыкальной выразительности;
- освоение большого объема разнообразных композиций и отдельных видов движений;
- умение передавать свой опыт младшим, организовать игровое общение с другими детьми;

- способность к импровизации с использованием оригинальных и разнообразных движений;
- точность и правильность исполнения движений в танцевальных и гимнастических композициях.

2.4. Ожидаемые результаты и способы их проверки.

В соответствии с поставленными целями и задачами образовательной программы хореографической студии «Весёлый Каблучок» после освоения содержания программы ожидаются следующие результаты.

Дошкольник будет знать:

- музыкальные размеры, темп и характер музыки;
- хореографические названия изученных элементов; □ требования к внешнему виду на занятиях; знать позиции ног.

Воспитанник будет уметь:

- воспроизводить заданный ритмический рисунок хлопками;
- владеть корпусом во время исполнения движений;
- ориентироваться в пространстве;
- координировать свои движения;
- исполнять хореографический этюд в группе.

Итоговое занятие проводится в форме концерта или музыкально-хореографического спектакля. Концерт (спектакль) является основной и конечной формой контроля знаний, умений, навыков и творческой самореализации дошкольников

II. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

1.3. Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребенка

- 1) уважение взрослых к человеческому достоинству детей, формирование и поддержка их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях;
- 2) использование в образовательной деятельности форм и методов работы с детьми, соответствующих их возрастным и индивидуальным особенностям (недопустимость как искусственного ускорения, так и искусственного замедления развития детей);
- 3) построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребёнка и учитывающего социальную ситуацию его развития;

- 4) поддержка взрослыми положительного, доброжелательного отношения детей друг к другу и взаимодействия детей друг с другом в разных видах деятельности;
- 5) поддержка инициативы и самостоятельности детей в специфических для них видах деятельности;
- 6) возможность выбора детьми материалов, видов активности, участников совместной деятельности и общения;
- 7) защита детей от всех форм физического и психического насилия;
- 8) поддержка родителей (законных представителей) в воспитании детей, охране и укреплении их здоровья, вовлечение семей непосредственно в образовательную деятельность

3.2. Организация предметно-пространственной развивающей среды.

К организации предметно-пространственной среды относятся условия, обеспечивающие качество уровня развития у дошкольников музыкально-ритмических и танцевально-творческих навыков:

- музыкальный зал, специально оборудованный танцевальный зал с зеркалами и хореографической стойкой;
- наличие музыкальной аппаратуры, музыкальный центр, компьютер, мультимедиаплеер;
- наличие музыкально-дидактических игр, пособий и атрибутов к танцам;
- костюмерная с достаточным количеством костюмов для танцевального творчества дошкольников, выступлений;
- музыкальный инструмент (фортепиано)

3.3. Кадровые условия реализации программы.

Участниками образовательного процесса, реализующими выполнение данной программы, являются:

- педагог, музыкальный руководитель, имеющий высшее образование, высшую квалификационную категорию, со стажем педагогической работы 29 лет

(курсы повышения квалификации в ЧОУ ДПО «Институт новых технологий в образовании» по программе «Теория и методика музыкального образования детей дошкольного возраста с учётом ФГОС»; курсы обучения по мастерклассу «Танцы, пляски, игры, хороводы для дошкольников, зимняя тематика, весенняя тематика» г. Харьков, 2014, 2015 г.)

3.4. Материально – техническое обеспечение:

1. Музыкальный зал.
2. Нотно-методическая литература.
3. Учебники, методические пособия по всем разделам хореографической деятельности:
 - а) Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. - СПб, 2000. - 220 с.
 - б) Ветлугина Н.А. Музыкальное развитие ребенка. - М.:Просвещение, 1967.– 203с.
 - в) Голицина Н.С. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении. –М.: Скрипторий, 2003, 2006. – 72 с.
 - г) Зарецкая Н., Роот З., Танцы в детском саду. – М.: Айрис-пресс, 2006. – 112 с.
 - д) Каплунова И., Новоскольцева И. Этот удивительный ритм. Развитие чувства ритма у детей. –СПб.: Композитор, 2005. - 76 с.
 - е) Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду.- М.: Линкапресс, 2006. - 272 с.
 - ж) Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей 4. – СПб.: Музыкальная палитра, 2006. – 44 с.
 - з) Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-Фи-Дансе» - танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: Детство-пресс, 2006. -352 с.
4. Аудиокассеты, СД – диски, видеодиски.
5. Аппаратура для озвучивания занятий: магнитофон, музыкальный центр.
6. Фортепиано.
7. Иллюстрации с изображением танцев различных эпох и стилей, фотографии с изображением танцевальных коллективов.

3.5. Учебно- тематический план

Период прохождения материала	Перечисление тем теория	Количество часов	Перечисление тем практика	Количество часов	Итоговые мероприятия	Количество часов
Сентябрь	Тема 1. «Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года. Тема 2. «Культура поведения на занятиях хореографии»	4	Тема 1. «Волшебная осень»	6	«Путешествие в осенний лес»	2
Октябрь	Тема 3. «Культура поведения в театре»	2		6		
Ноябрь	Тема 4. «Танцевальное искусство»	2		2		
Декабрь	Тема 5. «Виды хореографии»	2	Тема 2. «Здравствуй, гостья зима!»	4	«Новогодняя сказка»	2
Январь	Тема 6. «Сюжетный танец»	2		4		
Февраль	Тема 7. «Народный танец»	2		6		
Март	Тема 8. «Бальный танец»	2	Тема 4. «В гости к весне»	8	«Весенняя капель»	2
Апрель	Тема 9. «Историко – бытовой танец»	2		4		
Май	Тема 10. «Танцевальный Воскресенск»	2	Тема 5. «Здравствуй, лето!»	4	«День города»	2

Содержание программы

месяц	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
С Е Н Т Я Б Р Ь	<u>Занятие 1-2.</u> Вводное занятие. Тема «Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года».	<u>Занятие 3-4</u> Тема «Культура поведения на занятиях хореографии»: - познакомить детей с правилами и манерой поведения; - с формой одежды и прической; - с отношениями между мальчиками и девочками. «Танец с осенними листьями и зонтиками» М. Ленгрana.	<u>Занятие 5-6.</u> Упражнения на ориентировку в пространстве: положение прямо (анфас), полуоборот, профиль. Положения и движения ног: позиции ног (выворотные); relleve по 1,2,3 позициям. «Танец с осенними листьями и зонтиками» М. Ленгрana.	<u>Занятие 7-8.</u> Упражнения на ориентировку в пространстве: квадрат. Положения и движения ног: sette по 1,2,6, sette в повороте (по точкам зала). «Танец с осенними листьями и зонтиками» М. Ленгрana.
О К Т	<u>Занятие 9,10</u> Тема 3. «Культура	<u>Занятие 11,12</u> Упражнения на ориентировку в	<u>Занятие 13,14</u> Танцевальная комбинация,	<u>Занятие 15,16</u>

Я Б Р Б	поведения в театре». - Познакомить детей с культурой и правилами поведения при посещении театров. Положения и движения ног: demi – plie по 1,2,3 позициям; сочетание маленького приседания и подъема на полупальцы, шаги на полупальцах с продвижением вперед и назад. Танцевальная композиция «Осенний парк» Е. Доги.	пространстве: свободное размещение по залу, пары, тройки. Положения и движения ног: шаги с высоким подниманием ноги согнутой в колене вперед и назад на полупальцах; demi plie с одновременной работой рук. Танцевальная композиция «Осенний парк» Е. Доги.	основанная на элементах классического танца. Танцевальная композиция «Осенний парк» Е. Доги.	Итоговое занятие «Путешествие в осенний лес»
Н О Я Б Р Б	<u>Занятие 17,18</u> Тема «Танцевальное искусство». - Познакомить детей с понятиями «танцевальное искусство», «хореографический образ», «пластика», «жест», «выразительность».	<u>Занятие 19, 20</u> Положения и движения рук: положение рук на поясе – кулачком; смена ладошки на кулачок. Движения ног: шаг с каблука в народном характере; простой шаг с притопом.	<u>Занятие 21, 22</u> Положения и движения рук: переводы рук из одного положения в другое (в характере русского танца). «Танец Солдатилов и Куколок»	<u>Занятие 23,24</u> Движения ног: 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 одновременной открыванием рук в стороны (в заниженную 2 позицию). «Танец Солдатилов и Куколок».

Д Е К А Б Р	<u>Занятие 25,26</u> Тема «Виды хореографии». - Познакомить детей с видами хореографии:	<u>Занятие 27, 28</u> Положения и движения рук: «приглашение». Движения ног: простой русский шаг	<u>Занятие 29,30</u> Положения рук в паре: «лодочка» (поворот под руку). Движения ног:	<u>Занятие 31,32</u> Итоговое занятие «Новогодняя сказка».
----------------------------	---	---	---	---

Б	классический, народный, бальный, историко-бытовой и современные танцы. Движения ног: battement tendu вперед и в сторону на носок (каблук) по 1 свободной позиции, в сочетании с demiplie; притоп простой, двойной, тройной.	назад через полупальцы на всю стопу; хлопки в ладоши – двойные, тройные; руки перед грудью – «полочка». «Танец Солдатики и Куколок»	Простой шаг с притопом с продвижением вперед, назад; простой бытовой шаг по парам под ручку вперед, назад; танцевальный шаг по парам (на последнюю долю приседание и поворот корпуса в сторону друг друга). «Танец Солдатики и Куколок»	
Я Н В А Р Б	<u>Занятие 33, 34</u> Тема «Сюжетный танец». Положение рук в паре: «под ручки» (лицом друг к другу). Движения ног: простой бытовой шаг по парам в повороте, взявшись под ручку противоположным и руками. Упражнения на ориентировку в пространстве: колонна по одному, по парам, тройкам, по четыре.	<u>Занятие 35, 36</u> Положения рук в паре: сзади за талию (по парам, тройкам). Движения ног: танцевальный шаг по парам, тройкам (с положением рук сзади за талию). Упражнения на ориентировку в пространстве: диагональ. Танец «Птичка польку танцевала» А. Рыбникова.	<u>Занятие 37, 38</u> Упражнения на ориентировку в пространстве: «змейка»; «ручеек». Танцевальная комбинация, построенная на шагах народного танца. Танец «Птичка польку танцевала» А. Рыбникова.	<u>Занятие 39,40</u> Танцевальная комбинация, построенная на шагах народного танца. Движения ног: прыжки с поджатыми ногами. Танец «Птичка польку танцевала» А. Рыбникова.

Ф Е В Р А Л Ь	<u>Занятие 41,42</u> Тема «Народный танец». - Познакомить детей с костюмами музыкой и культурными особенностями русского народа.	<u>Занятие 43, 44</u> Движения ног: «гармошка»; (<u>девочки</u> и) простой бег с открыванием рук в подготовительную позицию (вверху, между 2 и 3 позициями).	<u>Занятие 45, 46</u> Движения ног: поклон на месте с руками; поклон с продвижением вперед и отходом назад; (<u>мальчики</u>) п одскоки на двух ногах (1 прямая,	<u>Занятие 47, 48</u> Упражнения на ориентировку в пространстве: «звездочка» «корзиночка». Танцевальная композиция «Калинка».
---------------------------------	--	--	---	--

	Движения ног: «шаркающий шаг», «елочка»; (<u>мальчик</u> и) подготовка к присядке (плавное и резкое опускание вниз по 1 прямой и свободной позиции).	Движения ног: «ковырялочка» с двойным и тройным притопом; (<u>девочки</u>) маленькое приседание (с наклоном корпуса), руки перед грудью «полочка». Танцевальная композиция «Калинка».	свободная позиция); (<u>девочки</u>) бег с сгибанием ног назад по диагонали, руки перед грудью «полочка». Танцевальная композиция «Калинка».	
М А Р Т	<u>Занятие 49,50</u> Тема «Бальный танец». - Познакомить детей с понятием «бальный танец» - вальс, полька.	<u>Занятие 51,52</u> Тема « В гости к весне». Танцевальная комбинация, построенная на элементах бального танца.	<u>Занятие 53,54</u> Постановка корпуса, головы, рук и ног. Танец «Колхозная полька» М. Дунаевский.	<u>Занятие 55,56</u> Движения ног: шаги: бытовой и танцевальный; поклон, реверанс. Танец «Колхозная полька» М. Дунаевский.

А П Р Е Л Ь	<u>Занятие 57,58</u> Тема «Историкобытовой танец». - Познакомить детей с понятием историко-бытовой танец: менуэт, полонез. Движения ног: «боковой галоп» простой (по кругу). «боковой галоп» с притопом (по линиям).	<u>Занятие 59,60</u> Движения ног: «пике» (одинарный) в прыжке. Танец «Колхозная полька» М. Дунаевский.	<u>Занятие 61, 62</u> Положения рук в паре: основная позиция. Движения ног: легкий бег на полупальцах по кругу по парам лицом и спиной вперед. Движения в паре: (мальчик) присед на одно колено, (девочка) легкий бег вокруг мальчика. Танец «Колхозная полька» М. Дунаевский.	<u>Занятие 63,64</u> Движения в паре: «боковой галоп» вправо, влево; легкое покачивание лицом другк другу; поворот попарам. Танец «Колхозная полька» М. Дунаевский.
М А Й	<u>Занятие 65, 66</u> Тема «Танцевальн ый Воскресенск». - Рассказать детям танцевальных коллективах города.	<u>Занятие 67,68</u> Подготовка к итоговому занятию.	<u>Занятие 69,70</u> Итоговое занятие «День города»	<u>Занятие 71,72</u> Диагностика уровня музыкальнодвигательн ых способностей детей.
	Движения ног: боковой подъемный шаг. Положения рук в паре: «корзиночка».			
Итого: 72 часа				

**3.7.2. Комплекс организационно-педагогических условий
Календарный учебный график к дополнительной общеобразовательной
(общеразвивающей) программе**

Реализация дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы		
Первый год обучения		
1 полугодие	2 полугодие	Итого

Период	Кол-во недель	Кол-во часов	Период	Кол-во недель	Кол-во часов	Кол-во недель	Кол-во часов за год
01.09-31.12.24	18 недель	18 часов	09.01-30.05.25	20 неделя	20 часов	38 недель	38 часов
Сроки организации промежуточного контроля						Формы контроля	
Вторая, третья неделя декабря			Вторая, третья неделя мая			Творческие задания	
Вторая, третья неделя декабря			Вторая, третья неделя мая			Творческие задания	

Учебный план дополнительной общеразвивающей программы «Хореография»

Направление	Количество месяцев оказания услуг	Группа № 1		Группа № 2		Группа № 3		Группа № 4		Группа № 5	
		5-7 лет		3-4 лет		3-4 лет		3-4 лет		3-4 лет	
		Объем образовательной нагрузки		Объем образовательной нагрузки		Объем образовательной нагрузки		Объем образовательной нагрузки		Объем образовательной нагрузки	
		в неделью	в год	в неделью	в неделью	в неделью	в год	в год	в год	в неделью	в год
Художественная направленность	9	1	72	1	1	1	72	72	72	1	72

3.8. МЕТОДИКА ВЫЯВЛЕНИЯ УРОВНЯ РАЗВИТИЯ ЧУВСТВА РИТМА

Цель: выявление уровня развития чувства ритма.

Проведение: наблюдение за детьми в процессе выполнения специально подобранных заданий.

Старший дошкольный возраст.

Критерии уровня развития чувства ритма:

1. Движение.

1) *передача в движении характера знакомого музыкального произведения (3-х частная форма):*

высокий –ребёнок самостоятельно, чётко производит смену движений,

движения соответствуют характеру музыки;

средний – производит смену движений с запаздыванием (по показу других детей), движения соответствуют характеру музыки; *низкий* – смену движений производит с запаздыванием, движения не соответствуют характеру музыки.

2) *передача в движении характера незнакомого музыкального произведения (фрагмента) после предварительного прослушивания:*

высокий–движения соответствуют характеру музыки, эмоциональное выполнение движений; *средний* - движения соответствуют

характеру музыки, но недостаточная эмоциональность при выполнении движений;

низкий – движения не соответствуют музыке, отсутствие эмоций при движении.

3) ***соответствие ритма движений ритму музыки:***

высокий – чёткое выполнение движений;

средний – выполнение движений с ошибками;

низкий – движение выполняется не ритмично.

4) ***координация движений и внимание***

(«ритмическое эхо со звучащими жестами»): *высокий* – ребёнок выполняет все движения без ошибок; *средний* – допускает 1-2 ошибки; *низкий* – не справляется с заданием.

2. **Воспроизведение ритма.**

1) *воспроизведение ритма знакомой песни под своё пение:*

высокий – ребёнок точно воспроизводит ритмической рисунок знакомой

песни; *средний* – воспроизводит ритм песни с 1-2 ошибками; *низкий* – неверно воспроизводит ритм песни.

2) *воспроизведение ритма мелодии, сыгранной педагогом на*

инструменте: высокий – ребёнок точно воспроизводит ритмической рисунок мелодии; *средний* – воспроизводит ритм

песни с ошибками; *низкий* – неверно воспроизводит ритм песни.

3) *воспроизведение ритма песни шагами:*

высокий – верно воспроизводит ритм песни шагами на месте и по залу;

средний – верно воспроизводит ритм песни шагами на месте;

низкий – допускает много ошибок или не справляется с заданием. 4)

воспроизведение ритмических рисунков в хлопках или на ударных инструментах («ритмическое эхо»): высокий – ребёнок воспроизводит ритмический рисунок без ошибок; *средний* – допускает 2-3 ошибки; *низкий* – не верно воспроизводит ритмический рисунок.

3. **Творчество.**

1) *сочинение ритмических рисунков:* *высокий* – ребёнок сам сочиняет и оригинальные ритмически рисунки; *средний* – использует стандартные ритмические рисунки; *низкий* – не справляется с заданием.

2) *танцевальное: высокий* – ребёнок чувствует характер музыки, ритм, передаёт это в движении; самостоятельно использует знакомые движения или придумывает свои; движения выразительны; *средний* – чувствует общий ритм музыки, повторяет движения за другими,

движения соответствуют характеру музыки; *низкий* – не чувствует характер музыки, движения не соответствуют музыке

Диагностика уровня музыкально-двигательного развития ребенка

- **Координация, ловкость движений** – точность движений, координация рук и ног при выполнении упражнений. Для проверки уровня развития координации рук и ног применяются следующие задания:

Упражнение 1. Отвести в сторону правую руку и в противоположную сторону левую ногу и наоборот.

Упражнение 2. Поднять одновременно согнутую в локте правую руку и согнутую в колене левую ногу (и наоборот).

Упражнение 3. Отвести вперед правую руку и назад левую ногу и наоборот. *3 балла* - правильное одновременное выполнение движений.

2 балла - неодновременное, но правильное; верное выполнение после повторного показа.

1 балл - неверное выполнение движений.

- **Творческие проявления** - умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные, оригинальные «па».

Тест на определение склонности детей к танцевальному творчеству. Детям предлагается под музыку (после предварительного прослушивания) изобразить следующие персонажи: ромашку, пчелку, солнечный зайчик и т.п.

3 балл - умение самостоятельно находить свои оригинальные движения, подбирать слова характеризующие музыку и пластический образ.

2 балл - движения его довольно простые, исполняет лишь однотипные движения.

1 балл - ребенок не способен перевоплощаться в творческой музыкальноигровой импровизации;

- **Гибкость тела** – это степень прогиба назад и вперед. При хорошей гибкости корпус свободно наклоняется.

Упражнение «Отодвинь кубик дальше» (проверка гибкости тела вперед).

Детям предлагается сесть на ковер так, чтобы пятки находились у края ковра, ноги прямые на ширине плеч, прижаты к коврику. У края ковра на полу между ступнями ног расположен кубик. Следует наклониться и отодвинуть

кубик как можно дальше. Колени не поднимать, ноги должны оставаться прямыми. Оценивается расстояние в сантиметрах от линии пяток до грани кубика, в которую ребенок упирался пальцами.

3см и меньше – низкий уровень (1 балл).

4-7см – средний уровень (2 балла) 8-

11см – высокий уровень (3 балла).

Упражнение «Кольцо» (проверка гибкости тела назад).

Исходное положение, лёжа на животе, поднимаем спину, отводим назад (руки упираются в пол), одновременно сгибая ноги в коленях, стараемся достать пальцами ног до макушки.

3 балл – максимальная подвижность позвоночника вперед и назад.

2 балл – средняя подвижность позвоночника.

1 балл - упражнения на гибкость вызывают затруднения.

- **Музыкальность** – способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии с фразами, темпом и ритмом. Оценивается соответствие исполнения движений музыке (в процессе самостоятельного исполнения - без показа педагога).

Упражнение «Кто из лесу вышел?»

После прослушивания музыки ребенок должен не только угадать кто вышел из лесу, но и показать движением. Закончить движение с остановкой музыки.

(отражение в движении характера музыки).

Упражнение «Заведи мотор».

Дети сгибают руки в локтях и выполняют вращательные движения. Под медленную музыку - медленно, под быструю – быстро (переключение с одного темпа на другой).

Упражнение «Страусы».

Под тихую музыку дети двигаются, как «страусы». Под громкую музыку «прячут голову в песок» (отражение в движении динамических оттенков).

3 балла – умение передавать характер мелодии, самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, передавать основные средства музыкальной выразительности (темп, динамику)

2 балла – в движениях выражается общий характер музыки, темп; начало и конец музыкального произведения совпадают не всегда.

1 балл – движения не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, а также с началом и концом произведения.

-Эмоциональность – выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в мимике, позе, жестах разнообразную гамму чувств исходя из музыки и содержания композиции (страх, радость, удивление, настороженность, восторг, тревогу и т.д.), умение выразить свои чувства не только в движении, но и в слове. Эмоциональные дети часто подпевают во время движения, что-то приговаривают, после выполнения упражнения ждут от педагога оценки. У неэмоциональных детей мимика бедная, движения не выразительные. Оценивается этот показатель по внешним проявлениям (Э-1, Э-3).

Детям предлагается изобразить «усталую старушку», «хитрую лису», «девочку, которая удивляется», «сердитого волка».

-Развитие чувства ритма. Ритмические упражнения – передача в движении ритма прослушанного музыкального произведения. Эти задания требуют от детей постоянного сосредоточения внимания. Если чувство ритма несовершенно, то замедляется становление развернутой (слитной) речи, она невыразительна и слабо интонирована; ребенок говорит примитивно используя короткие отрывочные высказывания.

Упражнения с ладошками.

Педагог говорит детям, что он будет хлопать в ладоши по – разному, а дети должны постараться точно повторить его хлопки.

Педагог сидит перед детьми и четвертными длительностями выполняет разнообразные хлопки. Педагог должен молчать, реагируя на исполнение мимикой.

1. 4 раза по коленям обеими руками (повторить 2 раза).
2. 3 раза по коленям, 1 раз в ладоши (повторять до точного исполнения).
3. 2 раза по коленям, 2 раза в ладоши.
4. 1 раз по коленям, 1 раз в ладоши (с повторением).

1 балл - с ритмическими заданиями не справляется, не может передать хлопками ритмический рисунок.

2 балла – выполняет лишь отдельные упражнения, с несложным ритмическим рисунком.

3 балла – точно передает ритмический рисунок.

Уровни развития ребенка в музыкально-ритмической деятельности.

Первый уровень (высокий **15-18 баллов**) предполагал высокую двигательную активность детей, хорошую координацию движений, способность к танцевальной импровизации. Ребенок умеет передавать характер мелодии, самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, менять движение на каждую часть музыки. Имеет устойчивый интерес и проявляет потребность к восприятию движений под музыку. Хлопками передает ритмический рисунок.

Второй уровень (средний **10-14 баллов**). Этому уровню свойственна слабая творческая активность детей, движения его довольно простые, исполняет лишь однотипные движения. Воспроизводит несложный ритм. Передаёт только общий характер, темп музыки. Умеет выразить свои чувства в движении. В образно - игровых движениях легко передает характер персонажа. Верное выполнение упражнений на координацию после повторного показа движений.

Третьему уровню (низкому **6-9 баллов**) соответствовали следующие характеристики детей: они повторяют несложные упражнения за педагогом, но при этом их повторы вялые, мало подвижные, наблюдается некоторая скованность, заторможенность действий, слабое реагирование на звучание музыки. Движения не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, а также с началом и концом произведения. Мимика бедная, движения невыразительные. Ребенок не способен перевоплощаться в творческой музыкально-игровой импровизации. С ритмическими заданиями не справляется, не может передать хлопками ритмический рисунок. Упражнения на гибкость вызывают затруднения.

ПРОГРАММНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА.

- Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. - СПб, 2000. - 220 с.

- Ветлугина Н.А. Музыкальное развитие ребенка. - М.: Просвещение, 1967. – 203 с.

- Голицина Н.С. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении. – М.: Скрипторий, 2003, 2006. – 72 с.

- Зарецкая Н., Роот З., Танцы в детском саду. – М.: Айрис-пресс, 2006. – 112 с.

- Каплунова И., Новоскольцева И. Этот удивительный ритм. Развитие чувства ритма у детей. –СПб.: Композитор, 2005. - 76 с.
- Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду.- М.: Линка-пресс, 2006. - 272 с.
- Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей 4. – СПб.: Музыкальная палитра, 2006. – 44 с.
- Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-Фи-Дансе» - танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: Детство-пресс, 2006. -352 с.