

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА МОСКВЫ  
«ШКОЛА С УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ МАТЕМАТИКИ №1360»

Принята на заседании  
методического (педагогического)  
совета  
Протокол № 1  
от «26» 08 2016 года



«Утверждаю»  
Директор ГБОУ Школа №1360  
Синченко Л.А.

*Синченко Л.А.*  
Приказ № 1/74-09  
от «01» 09 2016 года

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«РИТМИКА И ДВИЖЕНИЕ»**

***Направленность:*** социально-педагогическая

***Уровень программы:*** ознакомительный

***Возраст учащихся:*** 2-7 лет

***Срок реализации:*** 7 мес. (50 часов)

***Автор-составитель:***  
Караваева Елена Викторовна  
Педагог дополнительного образования

Москва 2016

## **Пояснительная записка**

Среди множества форм художественного воспитания ребенка особое место занимает танец. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, дают гармоничное пластическое развитие.

С другой стороны, основной формой познания окружающего мира у детей дошкольного возраста является игра.

Ритмика для дошкольников объединяет танец, игру и музыку в единую программу. Таким образом, дети, играя, с удовольствием постигают азы искусства танца.

Освоение программы «Ритмика и движение» подразумевает развитие чувства ритма, умение слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Используемые в программе движения, оказывают положительное воздействие на здоровье детей. Занятия формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в коллективе.

Данная программа ориентирована на детей среднего дошкольного возраста, но допускает обучение детей младшего дошкольного возраста при условии физической и психологической готовности ребенка (может находиться в зале с группой и педагогом, воспринимает и исполняет задания педагога, не мешает другим воспитанникам почувствовать в процессе обучения). Программа составлена с целью укрепления здоровья, развития музыкальных и творческих способностей психических процессов, нравственно-коммуникативных качеств личности ребенка. За основу выбрана программа по танцевально-игровой гимнастике для детей «Сафи-дансе» Фирилевой Ж.Е., Сайкиной Е.Г.

### **Организационно-педагогические основы обучения.**

**Данная образовательная программа рассчитана на детей от 3 до 5 лет.**  
*(возможны занятия с 2,5 лет см. выше)*

Учебные группы комплектуются по возрастному принципу:

дети 2,5-3 лет; 3-4 лет; 4-5 лет.

Численный состав групп 8-12 человек.

Режим проведения учебных занятий 2 раза в неделю:

для детей 2,5-3 лет по 20 минут,

для детей 3-4 лет по 25 минут,

для детей 4-5 лет по 25-30 минут.

Занятия проводятся с октября по апрель

Таким образом, образовательная программа по ритмике рассчитана на 50 учебных занятий в год.

### **Форма занятий**

Основная форма занятий – групповые занятия. Эта форма помогает создать наиболее благоприятную атмосферу, способствующую лучшему усвоению материала, а также проявлению детьми своих способностей.

Занятия включают чередование различных видов деятельности: слушание музыки, игровые упражнения, танцевальные элементы и движения.

### **Цели и задачи рабочей программы**

**Цель:** Содействие гармоничному развитию личности дошкольника средствами ритмики, включающей элементы танцевально-игровой гимнастики, музыкально-подвижные игры и элементы хореографии.

#### **Задачи:**

##### **1. Развитие музыкальности.**

- Развитие способности воспринимать музыку, чувствовать ее настроение и характер, понимать ее содержание;
- Развитие музыкальных способностей (музыкального слуха, чувства ритма);
- Развитие музыкальной памяти.

##### **2. Развитие двигательных качеств и умений:**

- Развитие ловкости, точности, координации движений;
- Развитие гибкости и пластичности;
- Формирование правильной осанки, красивой походки;
- Воспитание выносливости, развитие силы;
- Развитие умения ориентироваться в пространстве;
- Обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений;

##### **3. Развитие творческих способностей, потребности самовыражения в движении под музыку:**

- Развитие творческого воображения и фантазии;
- Развитие способности к импровизации в движении.

##### **4. Развитие и тренировка психических процессов:**

- Развитие эмоциональной сферы и умения выражать эмоции в мимике и пантомимике;
- Тренировка подвижности нервных процессов;
- Развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления.

##### **5. Развитие нравственно - коммуникативных качеств личности:**

- Воспитание умения сопереживать другим людям и животным;
- Воспитание умения вести себя в группе во время движения, формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми.

#### **Основные принципы построения занятий с детьми:**

- Принцип наглядности – один из главных общеметодических принципов при работе с детьми дошкольного возраста. Наглядность играет важную роль в обучении движениям и является неотъемлемым условием совершенствования

двигательной деятельности. Очень важен показ упражнений преподавателем. Он должен быть четким, грамотным, в зеркальном изображении.

- Принцип систематичности обуславливает необходимость последовательности, преемственности и регулярности занятий. Только при систематических занятиях можно добиться положительного результата.
- Принцип постепенности определяет необходимость построения занятий в соответствии с правилами: «от простого к сложному», «от известного к неизвестному».
- Принцип доступности означает, что изучаемый материал должен быть легким и одновременно трудным, чтобы стимулировать мобилизацию сил занимающихся.
- Принцип чередования нагрузки важен для предупреждения утомления у детей. Здесь предусматривается такое сочетание, чтобы работа одних мышц сменялась работой других, оставляя возможность для восстановительных процессов, т.е. обеспечивало бы чередование нагрузки и отдыха.

## **Содержание программы**

Содержание программы по ритмике определяют следующие разделы:

- *игроритмика;*
- *танцевально-ритмическая гимнастика;*
- *элементы партерной гимнастики;*
- *пальчиковая гимнастика;*
- *строевые упражнения;*
- *игровой самомассаж;*
- *музыкально-подвижные игры;*
- *элементы хореографии;*
- *образно-игровые движения (упражнения с превращениями);*

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

«**Танцевально – ритмическая гимнастика**». Здесь представлены образно-танцевальные композиции, каждая из которых имеет целевую направленность, сюжетный характер и завершенность. Упражнения, входящие в такую композицию, оказывая определенное воздействие на детей, решают конкретные задачи программы, способствуют развитию музыкальности, двигательных качеств и умений, развитию творческих способностей, нравственно-коммуникативных качеств личности, тренировке психических процессов.

«**Партерная гимнастика**» включает комплекс специально подобранных упражнений, выполняемых на полу в положении сидя, лежа, на боку. Партерная

гимнастика позволяет с наименьшими затратами энергии достичь следующих целей:

- повысить гибкость суставов;
- улучшить эластичность мышц и связок;
- нарастить силу мышц.

Цель - формировать правильную осанку; сохранять и развивать гибкость и эластичность позвоночника, подвижность суставов; учить детей чувствовать свое тело во время движений; развивать умение быть организованными, поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками. Нехитрые упражнения позволят ускорить развитие детской моторики, укрепят уверенность малышей в себе и своих силах, сделают маленьких непосед уравновешенными и научат их добиваться цели. А самое главное поднимут настроение.

**«Пальчиковая гимнастика»** в программе служит основой для развития ручной умелости, мелкой моторики и координации движений рук. Упражнения, превращая учебный процесс в увлекательную игру, не только обогащают мир внутренний мир ребенка, но и оказывают положительное воздействие на улучшение памяти, мышления, развивают фантазию. Очень важным фактором, необходимым для развития речи, является то, что в пальчиковых играх все подражательные действия сопровождаются стихами. Стихи привлекают внимание малышей и легко запоминаются.

**«Строевые упражнения»** являются средством организации занимающихся и целесообразного их размещения в зале. Строевые упражнения способствуют развитию умений ориентироваться в пространстве: самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, строиться в шеренгу и колонну, в несколько кругов.

**Музыкально-подвижные игры»** содержат упражнения, применяемые практически на всех занятиях, и являются ведущим видом деятельности дошкольника. Здесь используются приемы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования – все то, что требуется для достижения поставленной цели при проведении занятий по ритмике.

**«Элементы хореографии».** Они используются с целью развития координации, выразительности движений, гибкости, силы мышц ног и туловища. Все хореографические упражнения являются прекрасным средством формирования осанки и культуры движений.

**«Образно-игровые упражнения»** представляют собой сочетание основных движений с имитацией разнообразных действий, с имитацией поведения птиц, зверей и т.д. Для детей среднего дошкольного возраста предлагается следующая последовательность использования образов:

- знакомые детям животные и птицы;
- интересные предметы;
- растения и явления природы;
- люди, профессии.

## Учебно-тематический план

№ п\п	раздел	Содержание раздела	Дидактические игры и упражнения	Количество занятий		
				практика	теория	общее
1	элементы хореографии	-танцевальные позиции ног: I, II, III; -танцевальные позиции рук (подготовительная, I, II, III); -выставление ноги на носок, пятку в разных направлениях, -полуприседания, -пассе, -комбинации хореографических упражнений.	поклон «Приветствие», «Балет», «Рисуем солнышко на песке», «Цветочек», «Лебеди», «Воздушный шарик» «Ветер и деревья», «Пружинка».	4	1	5
2	Образно-игровые упражнения	- ходьба: бодрая, спокойная, на носках, на пятках, вперед и назад спиной, высокий шаг в разном темпе и ритме, ходьба на четвереньках; - бег: легкий, широкий (волк), острый; - прыжковые движения с продвижением вперед, прямой галоп, подскоки	«Медведи и медвежата», «Пингвины», «Раки» (спиной назад), «Гуси и гусеницы», «Слоны», «Бежим по горячему песку» (острый бег), «Зайцы», «Белки» (прыжки и поскоки), «Лягушата», «Лошадки» (прямой галоп). «Море волнуется раз»; «Зеркало»; «Угадай кто я»; «Раз, два, три замри», «Ледяные фигуры»	8	1	9
3	Строевые упражнения	- построение в шеренгу и в колонну; - перестроение в круг; бег по кругу и по ориентирам «змейкой»; - перестроение из одной шеренги в несколько; - перестроение «расческа».	«Солдаты», «Звери в клетках», «Хоровод», «Хитрая лиса», «У каждого своего домика», «Поздороваемся», «Поменяемся местами».	2		2
4	Танцевально-ритмическая гимнастика	-танцевальные движения -общеразвивающие упражнения -образно-танцевальные композиции (из ранее разученных движений).	«Чебурашка» «Я на солнышке лежу», «Петрушки», «Куклы» и др.	8	1	9

5	Партерная гимнастика	-группировка в положении лежа и сидя; -перекаты вперед-назад; -сед ноги врозь широко; растяжка ног; -упражнения для развития мышечной силы и гибкости в образных и игровых двигательных действиях.	упражнения для стоп (сидя, лежа на животе) складочка упражнения для пресса: рыбка, ножницы, велосипед, цифры, лягушка, бабочка, змейка, корзиночка, колечко, лодочка, звездочка, березка, кошечка.	5	1	6
6	Музыкально-подвижные игры	-игры на определение динамики музыкального произведения; -игры для развития ритма и музыкального слуха; - подвижные игры; -игры-превращения;	«Карлики и великаны», «Круг, колонна, шеренга», «Автомобили», «Воробы и журавли», «Поздороваемся», «Собачка в конуре», «Ракета»; «Соседи»; «Шапочка».	8	1	9
7	Пальчиковая гимнастика	Упражнения для развития: -ручной умелости; -мелкой моторики; -координации движений рук;	«Мартышки»; «Бабушка кисель варила»; «Жук»; «Паучок»; «Чашка»; «Червячок»	2		2
8	Игровой самомассаж	-поглаживание рук и ног в образно игровой форме; -поглаживание отдельных частей тела в определённом порядке в образно-игровой форме;	«Лепим лицо»; «Упругий живот»; «Ушки»; «Ладочки»; «Красивые руки»; «Быстрые ноги»;	2		2
9	Игроритмика	-хлопки и удары ногами на каждый счет и через счет; -только на 1-ый счет; -выполнение движений руками в различном темпе; -различия динамики звука «громко-тихо».	«Хлопушки», «Топотушки», «Лошадки бьют копытом», «Ловим комаров», «Пушистые снежинки»	5	1	6
Итого:				50 занятий		

## **Ожидаемые результаты и критерии их оценки.**

### **К концу учебного года дети должны уметь:**

- Передавать в пластике разнообразный характер музыки, различные оттенки настроения;
- Передавать основные средства музыкальной выразительности;
- Передавать в пластике музыкальный образ, используя гимнастические, имитационные, общеразвивающие и танцевальные виды движений;
- Ориентироваться в пространстве: самостоятельно находить место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, строиться в шеренгу и колонну, в несколько кругов;
- Исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях, под другую музыку;
- Самостоятельно начинать и заканчивать движение в соответствии с началом и концом музыки;
- Передавать в мимике и пантомиме образы знакомых животных и персонажей;
- Выразить свое восприятие в движениях, а также в рисунках и в словесном описании;
- Выполнять изучаемые в течение года ритмические композиции и танцы-игры;
- Находить свои оригинальные движения для выражения характера музыки, игрового образа выразительными жестами.

### **Дети, прошедшие обучение по данной программе, должны знать:**

- Назначение танцевального зала и правила поведения в нём;
- Правила подвижных игр.
- Основные танцевальные позиции рук и ног;
- Понятия: круг, шеренга, колонна.

## **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 музыкально-игровой 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 балла – 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.

4 раза по коленям обеими руками (повторить 2 раза).

3 раза по коленям, 1 раз в ладоши (повторять до точного исполнения).

2 раза по коленям, 2 раза в ладоши.

1 раз по коленям, 1 раз в ладоши (с повторением).

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

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

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. Передает 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.

Диагностика основана на современных диагностиках («Диагностика уровня музыкального и психомоторного развития ребенка» А.И. Буренина, «Тесты для определения специальных хореографических данных» С.Л. Слуцкая, «Обследование уровня развития физических качеств» Н.В. Полтавцева)

### **Условия реализации программы.**

Для занятий по программе необходим танцевальный зал. Который должен отвечать санитарно-техническим требованиям, обеспечиваться тепло- и электроснабжением в пределах общего режима здания, иметь паркетный пол, хорошо проветриваться, отвечать акустическим требованиям для работы с радиоаппаратурой.

Дополнительно для нормального функционирования коллектива необходимы помещения для раздевалок, а также комната отдыха педагогов с местом для хранения радиоаппаратуры, фонограмм, документации, других предметов и средств обучения, необходимых в работе. Для проведения занятий необходимо:

- музыкальный центр;
- усилитель;
- колонки;
- флеш-карты и CD-диски с танцевальной музыкой;
- гимнастические коврики;
- зеркала;
- станок,

Каждому воспитаннику предлагается приобрести для занятий:

- чешки или мягкие балетные туфли
- форму танцевальную или спортивную

### **Инвентарь**

Используемый в танцевально-ритмической гимнастике инвентарь должен быть не только удобным, но и радовать глаз, развивать вкус детей, содействовать их эстетическому воспитанию.

- Флажки 3 – 4-х цветов по числу детей в группе.
- Ленты разных цветов по 2 на ребенка.

- Платочки разных цветов (размер 20-25 см).
- Погремушки по числу детей в группе.
- Цветы небольшие нежных оттенков.
- Обручи легкие пластмассовые.
- Шнур яркий длиной 3-4 метра.
- Мячи среднего размера по числу детей в группе.
- Музыкальные инструменты (бубен, музыкальный треугольник).
- Гимнастические палки большие и маленькие.
- Куклы и мягкие игрушки.
- Скакалки.

Предлагаемый материал дает возможность проводить занятия в интересной, увлекательной форме.

Движение и игра – важнейшие компоненты жизнедеятельности детей, они всегда готовы двигаться и играть – это ведущий мотив их существования, поэтому занятия по ритмике рекомендуется начинать со слов: «Мы сейчас будем играть...», «Мы сейчас превратимся...», «Мы сейчас отправимся в путешествие...» и т.п.

## Список литературы

1. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. - СПб, 2000. - 220 с.
2. Ветлугина Н.А. Музыкальное развитие ребенка. - М.: Просвещение, 1967. – 203 с.
3. Волошина Л.Н. Воспитание двигательной культуры дошкольников. Учебно–методическое пособие. –М.: Аркти, 2005. – 108 с.
4. Голицина Н.С. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении. –М.: Скрипторий, 2003, 2006. – 72 с. 5. Горькова Л.Г., Обухова Л.А. Занятия физической культурой в ДОУ. Основные виды, сценарии занятий. –М.: 5 за знания, 2007. - 112 с.
6. Давыдова М.А. Музыкальное воспитание в детском саду. – М.: Вако, 2006. -240 с.
7. Зарецкая Н., Роот З., Танцы в детском саду. – М.: Айрис-пресс, 2006. – 112 с.
8. Ефименко Н.Н. Физкультурные сказки или как подарить детям радость движения, познания, постижения. – Харьков: Ранок. Веста. 2005 – 64 с.
9. Каплунова И., Новоскольцева И. Этот удивительный ритм. Развитие чувства ритма у детей. –СПб.: Композитор, 2005. - 76 с.
10. Латохина Л., Андрус Т. Творим здоровье души и тела. –СПб.: Пионер, 2000. – 336 с.
11. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. - Ярославль: Академия развития, 2000. - 112 с.
12. Савчук О. Школа танцев для детей -СПб.: Ленинградское издательство, 2009.-224с.
13. Сауко Т.Н, Буренина А.И. Топ-хлоп, малыши: программа музыкально–ритмического воспитания детей 2-3 лет. – СПб., 2001.120 с.
14. Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду.- М.: Линка-пресс, 2006. - 272 с.
15. Суворова Т.И. Танцуй, малыш!. – СПб.:Музыкальная палитра, 2006. – 44с.
16. Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей 4. – СПб.: Музыкальная палитра, 2006. – 44 с.
17. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-Фи-Дансе» - танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: Детство-пресс, 2006. -352 с.
18. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Лечебно-профилактический танец «Фитнес-Данс»: Учебно-методическое пособие. – СПб.: Детство-пресс, 2007-384с.
19. Федорова Г.П. Весенний бал. - СПб.: Детство-пресс, 2000. - 40 с.
20. Федорова Г.П. Танцы для детей. - СПб.: Детство-пресс, 2000. - 40 с.