

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

Министерство образования Омской области

Департамент образования Администрации города Омска

БОУ г. Омска «Средняя общеобразовательная школа № 67»

<p>РАССМОТРЕНО руководитель ШМО</p> <hr/> <p>Михайлова И.Г. Протокол № _____ от «__»__20__ г.</p>	<p>Согласовано заместитель директора</p> <hr/> <p>Иванова И.В.</p> <p>«__»__20__ г.</p>	<p>Утверждено Директор</p> <hr/> <p>Ильченко В.В.</p> <p>Приказ № _____ «__» _____ 20__ г.</p>
---	---	--

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

«Танцевальный кружок»  
для обучающихся 1-4 класса  
на 2023-2024 учебный год

г. Омск, 2023

## Содержание

<b>1. Пояснительная записка.....</b>	<b>3</b>
Цели и задачи программы	
Направленность (профиль) программы	
Актуальность программы	
Новизна данной программы	
Адресат программы	
Объём и срок освоения программы	
Форма обучения	
<b>2. Содержание программы.....</b>	<b>7</b>
Ритмика и музыкальная грамота	
Азбука классического танца	
Народный танец	
<b>3. Планируемые результаты.....</b>	<b>8</b>
Личностные результаты	
Метапредметные результаты	
Регулятивные	
Познавательные	
Коммуникативные	
Предметные результаты	
Способы отслеживания результатов освоения образовательной программы	
<b>4. Календарно-тематический план.....</b>	<b>10</b>
<b>5. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение образовательного процесса.....</b>	<b>18</b>

## Пояснительная записка

Художественно-эстетическое воспитание занимает одно из ведущих мест в содержании воспитательного процесса образовательного учреждения и является его приоритетным направлением. Для эстетического развития личности ребенка огромное значение имеет разнообразная художественная деятельность — изобразительная, музыкальная, художественно-речевая и др. Важной задачей эстетического воспитания является формирование у детей эстетических интересов, потребностей, эстетического вкуса, а также творческих способностей. Богатейшее поле для эстетического развития детей, а также развития их творческих способностей представляет танцевальная деятельность.

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 школьников 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.

Танцевальная, музыкально-ритмическая деятельность детей – яркий, эмоциональный путь передачи музыкально – эстетических переживаний. Приобретается опыт музыкального восприятия, умение самостоятельно определить на слух характер музыки и передать его в движении, слышать вступление, легко различать двух-, трехчастную форму произведения; отмечать в движении изменение динамики, темпа, чувствовать чередование музыкальных фраз, предложений.

Танец откроет для детей богатый мир добра, света, красоты, научит творческой преобразовательной деятельности.

Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 № 273 – ФЗ. Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 №1726 –р).

1. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утвержден приказом Министерства образования и науки РФ от 29.08.2013 № 1008).
2. Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей (утверждено постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41).
3. Общие требования к определению нормативных затрат на оказание государственных (муниципальных) услуг в сфере образования, науки и молодежной политики, применяемых при расчете объема субсидии на финансовое обеспечение выполнения государственного (муниципального) задания на оказание государственных (муниципальных) услуг (выполнения работ) государственным (муниципальным) учреждением (утверждены приказом Министерства образования и науки РФ от 22.09.2015 № 1040).
4. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных программ (включая разноуровневые программы) (Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 №09-3242).

#### **Задачи программы:**

1. Определить стартовые способности каждого ребенка: чувство ритма, музыкальная и двигательная память.
2. Развивать творческие способности детей на основе личностно-ориентированного подхода.
3. Раскрыть способности у подростков и сформировать в них умение воспринимать и понимать прекрасное.
4. Привить любовь к танцевальному искусству.
5. Развивать воображение и фантазию в танце.
6. Познакомить подростков с различными музыкально-ритмическими движениями в соответствии с характером музыки.
7. Познакомить подростков с простейшими правилами поведения на сцене.

8. Способствовать повышению самооценки у неуверенных в себе подростках (ключевая роль в танце, вербальное поощрение и т. д.).

9. Закрепить приобретенные умения посредством выступления на мероприятиях школы. Развивать коммуникативные способности подростков через танцевальные игры.

**Основные формы проведения занятий:** танцевальные репетиции, беседа, праздник, конкурс, фестиваль, концерт, практическое занятие.

**Основные виды занятий** – индивидуальное и групповое творчество, межгрупповой обмен результатами танцевальной деятельности.

**Направленность (профиль) программы:** художественный

**Актуальность программы** - предлагаемая программа позволяет приобретать различные двигательные умения и навыки, развивать эмоционально-волевую сферу, формировать этические установки, создает возможности для выбора идеалов духовности и созидательного творчества. Дети приобретают хорошую физическую форму, укрепляют здоровье, развивают грацию, развивают пластику. Воспитывается музыкальность и чувство ритма, чувство красоты. Обучение по данной программе позволяет средствами коллективной творческой деятельности способствовать общекультурному развитию детей. Удовлетворению естественной потребности в общении и движении, всестороннему раскрытию творческого потенциала личности, социально значимого проявления индивидуальности каждого в условиях коллектива.

**Новизна данной программы** состоит не только в обучении танцевальных и акробатических постановок, но и в оздоравливающем эффекте от занятий (профилактика заболеваний позвоночника, верхних дыхательных путей и т.д.). Педагоги-психологи отмечают, что танец особенно интересный вид искусства, он приучает детей быть внимательными и ответственными, ведь нужно чтобы все движения выполнялись в такт одновременно всей группой. А так же, при изучении танцев, воспитанники прилагают намного больше усилий, чем, скажем, при занятиях физкультурой, т.к. при выполнении определенных упражнений нужно владеть и мимикой и жестами и акробатическими данными одновременно, а это в свою очередь развивает все мышцы и выразительность ребенка (а не только мышцы рук и ног), благодаря чему улучшается работа всех органов, улучшается самочувствие и вырабатывается правильная красивая осанка. Изучение танца несет в себе массу положительной энергии, так как это движение, а двигаться под музыку любят все дети с раннего возраста.

**Педагогическая целесообразность программы** заключается в том, что она отвечает потребности общества в формировании компетентной, творческой личности. Программа носит сбалансированный характер и направлена на

развитие эмоциональной сферы и культуры воспитанников. Программа танцевального кружка включает в себя изучение и овладение художественно-эстетическими приемами работы с танцевальными и акробатическими композициями с предметами и без предметов.

**Практическая значимость изучаемой программы** - создание комфортной среды общения, развитие способностей, творческого потенциала каждого ребенка и его самореализации.

Данная образовательная программа носит художественно-эстетическую направленность, так как она ориентирована на развитие мотивации личности к познанию, творчеству и способствует воспитанию художественного вкуса.

Потребность общества в личности нового типа - творчески активной и свободно мыслящей - несомненно, будет возрастать по мере совершенствования социально-экономических и культурных условий жизни. Реализация такого направления в образовании требует обращения к общеразвивающим педагогическим системам интеллектуального типа. Художественная деятельность - наиболее эмоциональная сфера деятельности детей. Танцевальный кружок направлен развивать творческие способности – процесс, который пронизывает все этапы развития личности ребёнка, пробуждает инициативу и самостоятельность принимаемых решений, привычку к свободному самовыражению, уверенность в себе.

**Уровень программы** - базовый

Предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы.

**Адресат программы** - данная программа предусматривает дифференцированный подход к обучению, учет индивидуальных психофизиологических особенностей воспитанников. Использование традиционных и современных приемов обучения позволяет заложить основы для формирования основных компонентов учебной деятельности: умение видеть цель и действовать согласно с ней, умение контролировать и оценивать свои действия.

В процессе обучения используется *диагностический метод*: наблюдение за детьми в процессе движения под музыку в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий.

**Объём и срок освоения программы:**

общее количество учебных часов в неделю – 34 ч;

количество часов и занятий в неделю - 1 раз в неделю, продолжительность занятий 45 мин.

**Форма обучения** – очная (Закон № 273-ФЗ, гл.2, ст.17, п.2)

**Особенности организации образовательного процесса** - обучение в объединении проходит в форме групповых занятий : 6-10 лет, состав групп – постоянный.

## 2. Содержание программы

### **Ритмика и музыкальная грамота**

- организационная работа;
- техника безопасности;
- история танца
- формирование понятий о музыкальных жанрах.
- развитие чувства ритма;
- ориентация в пространстве;
- танцевальные элементы;

### **Азбука классического танца**

- растяжка;
- постановка корпуса;
- изучение азов хореографии (постановка рук, ног)
- развитие гибкости;
- своение основных движений и элементов танца.
- работа у станка
- упражнения на развитие силовых качеств
- упражнения на развитие выносливости.

### **Народный танец**

- разучивание танцевальных движений;
- разучивание танцев;
- разучивание танца к Дню учителя;
- разучивание танца к Дню Матери;
- подготовка к концертам, посвященным 23 февраля и 8 марта;
- разучивание военного танца к 9 мая;
- подготовка к итоговому концерту.
- участие в концертах, фестивалях, конкурсах
- изучение тематического материала  
(просмотр дисков, прослушивание аудиозаписей, прочтение вспомогательной литературы)

**Итоговое занятия.**

## **4. Планируемые результаты**

**Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения программы**

***У обучающегося будут сформированы:***

**Личностные результаты:**

- ответственное отношение к учению, готовность и способность учащихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
- развитие двигательной активности;
- формирование способности к эмоциональному восприятию материала;
- осознавать роль танца в жизни;
- развитие танцевальных навыков.

**Метапредметные результаты:**

**Регулятивные УУД:**

- использование речи для регуляции своего действия;
- адекватное восприятие предложений учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок;
- умение выделять и формулировать то, что уже усвоено и что еще нужно усвоить.

**Познавательные УУД:**

- определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя навыки контроля и самооценки процесса и результата деятельности;
- умение ставить и формулировать проблемы;
- навыки осознанного и произвольного построения сообщения в устной форме, в том числе творческого характера.

**Коммуникативные УУД:**

- работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;
- обращаться за помощью;
- предлагать помощь и сотрудничество;
- слушать собеседника;
- договариваться и приходить к общему решению;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- осуществлять взаимный контроль;



- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

**Предметные результаты:**

*Учащиеся получают возможность научиться:*

- правильно держать осанку;
- правильно выполнять позиции рук и ног;
- правильно держать положения корпуса и головы при выполнении танцевальных движений;
- исполнять упражнения, танцевальные движения, хореографические композиции, этюды;
- выполнять передвижения в пространстве зала;
- выразительно исполнять танцевальные движения.

**Предполагаемый результат:** В ходе занятий воспитанники не только научатся основным танцевальным элементам, но и смогут общаться на языке танца, станут увереннее в себе, заинтересуются танцами, как видом творческой деятельности, что будет способствовать их успешно.

**Способы отслеживания результатов освоения образовательной программы**

Прямыми критериями оценки результатов реализации данной учебной программы являются выступления детей, как местные (на базе школы), так и районные, областные.

Косвенными критериями служат: создание коллектива объединения, заинтересованность участников в выбранном виде деятельности, развитие чувства ответственности и товарищества, а в конечном итоге - возможность каждому ребенку попробовать свои силы в разных видах танцевального творчества, выбрать приоритетное направление и максимально реализоваться в нем.

## 4. Календарно-тематический план

№	Содержание и вид работы	Кол-во часов	Дата
	<b>1 год</b>	34 ч	
	<i><b>Ритмика и музыкальная грамота</b></i>	10	
1.	Вводное занятие Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.	1	
2.	Музыкальный размер. Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса.	1	
3.	Танцевальная музыка: марши, польки, вальсы.	1	
4.	Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, звездочка, воротца, змейка.	1	
5.	Элементы партерной гимнастики (выполняются лежа на спине, на животе и сидя на полу);	1	
6.	Элементы партерной гимнастики (выполняются лежа на спине, на животе и сидя на полу)	1	
7.	Упражнения для укрепления мышц спины, живота, выворотности ног.	1	
8.	Упражнения для укрепления мышц спины, живота, выворотности ног.	1	
9.	Простейшие танцевальные элементы. Танцевальный шаг, подскоки вперед, назад, галоп.	1	
10.	Танцевальный бег (ход на полу пальцах). Упражнения для профилактики плоскостопия.	1	
	<i><b>Азбука классического танца</b></i>	12	
11.	Поклон. Позиции ног – I, II, III, IV	1	

12.	Позиции рук – подготовительное положение, I, III, II	1	
13.	Relevés на полупальцы в I, II, V позициях с вытянутых ног	1	
14.	Portdebras в сторону, назад в сочетании с движениями рук	1	
15.	Plie (полуприседания) во всех позициях	1	
16.	Plie (полуприседания) во всех позициях	1	
17.	Grands plie в I, II, V, IV позициях	1	
18.	battementendu(выведение ноги на носок)	1	
19.	battementendu(выведение ноги на носок)	1	
20.	Battements tendus jets (маленькиеброски)	1	
21.	Battements tendus jets (маленькиеброски)	1	
22.	прыжки на I, II и V позициях (tempsleve)	1	
	<b><i>Народный танец</i></b>	12	
23.	Позиции ног. Положение стопы и подъема.	1	
24.	Позиции и положения рук. Движение кисти.	1	
25.	Хлопки в ладоши	1	
26.	Танцевальный шаг с носка, переменный шаг	1	
27.	Ковырялочка без подскоков	1	
28.	Припадание на месте, с продвижением в сторону	1	
29.	Припадание на месте, с продвижением в сторону	1	
30.	“Косичка”.	1	
31.	«Веревочка» простая	1	
32.	«Веревочка» простая	1	

33.	“Маятник”	1	
34.	“Маятник”	1	
<b>2 год</b>			
<b><i>Ритмика и музыкальная грамота</i></b>		34ч	
<b><i>Ритмика и музыкальная грамота</i></b>		8	
35.	Вводное занятие Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.	1	
36.	Элементы партерной гимнастики (выполняются лежа на спине, на животе и сидя на полу);	1	
37.	Элементы партерной гимнастики (выполняются лежа на спине, на животе и сидя на полу);	1	
38.	Понятие о рабочей и опорной ноге.	1	
39.	Понятие «шаг» 45°, 90°, 180°. Растяжка	1	
40.	Постановка корпуса. Движения плечами, руками	1	
41.	Шахматный порядок. Основные танцевальные элементы.	1	
42.	Полька	1	
<b><i>Азбука классического танца</i></b>		<b>13</b>	
43.	Demi-plis u grand-plis (полуприседания и полные приседания)	1	
44.	Battementstendus (скольжение стопой по полу)	1	
45.	Battements tendus jets (маленькиеброски)	1	
46.	Grand battements jets (большиеброски)	1	
47.	Grand battements jets (большиеброски)	1	

48.	Ronddejambe par terre (круговые скольжения по полу)	1	
49.	ronddejambe par terre на demi-plie (круговые движения по полу в полуприседании)	1	
50.	Battements fondus в сторону, вперед, назад носок в пол	1	
51.	Battements fondus в сторону, вперед, назад на 45°	1	
52.	Battements frappes в сторону, вперед, назад носок в пол	1	
53.	Battements frappes в сторону, вперед, назад на 45°	1	
54.	Temps leve saute по I, II, V позициям	1	
55.	Glissade (прыжок с продвижением)	1	
	<b><i>Народный танец</i></b>	<b>13</b>	
56.	Ковырялочка с притопом	1	
57.	«Гармошка», «Елочка».	1	
58.	Упражнения с ненапряженной стопой (флик-фляк).	1	
59.	«Веревочка» с переступанием	1	
60.	«Веревочка» в сочетании с пристукиванием.	1	
61.	Припадание вперед, в сторону, на месте	1	
62.	Дробь с подскоком на месте и с продвижением вперед	1	
63.	Дробные выстукивания.	1	
64.	Дробные выстукивания.	1	
65.	«Ключ» простой и дробный	1	
66.	Вращение на полупальцах (с продвижением по диагонали)	1	
67.	Вращение - бег с откидыванием согнутых ног назад (на месте, по диагонали с продвижением по кругу).	1	
68.	Вращение - бег с откидыванием согнутых ног назад (на месте, по диагонали с продвижением по кругу).	1	

	<b>3 год</b>	<b>34 ч</b>	
	<b><i>Ритмика и музыкальная грамота</i></b>	<b>6</b>	
69.	Прыжки.	1	
70.	Вращения, повороты.	1	
71.	Комбинированные танцевальные элементы.	1	
72.	Выполнение основных движений под музыку на 2/4 и 4/4.	1	
73.	Понятие «дистанция», изменение направления движения.	1	
74.	Отработка построений “линии”, “шахматы”, ”диагонали”, ”круг”.	1	
	<b><i>Азбука классического танца</i></b>	<b>14</b>	
75.	Demi-plis u grand-plis (полуприседания и полные приседания)	1	
76.	Battementstendus (скольжение стопой по полу)	1	
77.	Battements tendus jets (маленькиеброски)	1	
78.	Battementsoutenu.	1	
79.	Battementsoutenu.	1	
80.	Attitude (поза,при которойподнятая вверх нога полусогнута)	1	
81.	Rondejambeenl’air (круговые движения в воздухе)	1	
82.	Rondejambeenl’air (круговые движения в воздухе)	1	
83.	Flic-flac (мазок ногой к себе, от себя)	1	
84.	Flic-flac (мазок ногой к себе, от себя)	1	
85.	Échappé (прыжок со сменой позиции ног в воздухе)	1	
86.	Échappé (прыжок со сменой позиции ног в воздухе)	1	

87.	Chrandementdepieds (прыжок из 5 позиции в 5 со сменойног)	1	
88.	Полуповорот на полупальцах	1	
	<b><i>Народный танец</i></b>	<b><i>14</i></b>	
89.	«Веребочка с переборами»	1	
90.	«Веребочка» в сочетании с пристукиванием.	1	
91.	«Моталочка»	1	
92.	«Моталочка»	1	
93.	Вращение по диагонали на подскоках.	1	
94.	Вращения - прыжки на двух ногах (по 4 и 8 прыжков с поджатыми ногами).	1	
95.	Вращения - прыжки на двух ногах (по 4 и 8 прыжков с поджатыми ногами).	1	
96.	Дробь в «три листика» (женская)	1	
97.	Дробь в «три листика» (женская)	1	
98.	Дробь «хромого» (мужская)	1	
99.	Дробь «хромого» (мужская)	1	
100.	Дробные ходы.	1	
101.	Бег с высоким подъемом колена вперед по 1 прямой позиции	1	
102.	Движения из украинского танца «Бегунец», «Медленный женский ход»	1	
	<b>4 год</b>	<b><i>34</i></b>	
		<b><i>ч</i></b>	
	<b><i>Ритмика и музыкальная грамота</i></b>	<b><i>4</i></b>	
103.	Определение музыкального размера.	1	

104.	Основные танцевальные точки, шаги. Диагональ, середина.	1	
105.	Передвижения, диагонали, прыжки, вращения.	1	
106.	Перестроения для танцев. Рисунок танца.	1	
	<b><i>Азбука классического танца</i></b>	<b>12</b>	
107.	Пять открытых позиций ног. Подготовка к началу движения (preparation) - движение руки.	1	
108.	Движение руки в координации с движением ноги в demi- plie (полуприседе)	1	
109.	Движение руки в координации с движением ноги в battementstendus.	1	
110.	Маленькиеброски (battementstendusjetes) сбыстрым многократным касание носком пола (picce).	1	
111.	Выведение ноги на каблук по 1-й и 3-й открытым позициям вперед, в сторону и назад полуприседанием на опорной ноге	1	
112.	Выведение ноги на носок, каблук, носок из 1-й, 3-й и 5-й открытых позиций вперед, в сторону и назад полуприседанием в момент работающей ноги на каблук.	1	
113.	Маленькие броски (battementstendusjetes) вперед, в сторону и назад по 1-й, 3-й и 5-й открытым позициям с коротким ударом по полу носком или ребром каблука работающей ноги.	1	
114.	Круговое скольжение по полу (ronddejambeартерре) с носком с остановкой в сторону или назад.	1	
115.	Вращения и повороты	1	
116.	Вращения и повороты	1	
117.	Прыжковые упражнения	1	
118.	Прыжковые упражнения	1	
	<b><i>Народный танец</i></b>	<b>18</b>	
119.	“Подбивка”	1	
120.	“Подбивка”	1	



121.	“Голубец”	1	
122.	“Голубец”	1	
123.	Дробная « дорожка» с продвижением вперед и с поворотом.	1	
124.	Положения рук в парах:под крендель, накрест	1	
125.	Положения рук в парах: для поворота в положении окошечко, правая рука мальчика на талии, а левая за кисть руки девочки впереди, так же за локоть	1	
126.	Движение в украинском танце «Бегунец»	1	
127.	Движение в украинском танце «Тынок»	1	
128.	Тройной притоп	1	
129.	Движение «Выхилиясник»	1	
130.	Боковой ход в украинском танце	1	
131.	Движение «Сиртаки»	1	
132.	Вращения на месте	1	
133.	Вращения по диагонали, по кругу	1	
134.	Танцевальные комбинации	1	
135.	Танцевальные комбинации с дробями	1	
136.	Танцевальные комбинации с дробями	1	

## 5. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение образовательного процесса

1. Барышникова Т. Азбука хореографии.- Москва.- Айрис-Пресс.- 1999
2. Богданов Г. Хореографическое образование.- М.- 2001
3. Богомолова Л.В. Основы танцевальной культуры/ программа экспериментального курса.- Москва.- Новая школа.- 1993
4. Боттомер П. Урок танца.- Москва.- Эксмо-Пресс.- 2003
5. Ваганова А. Я. Основы классического танца. С.- Петербург. Москва. Краснодар.- 2003
6. Карп П. О. О балете.- М.- 1967
7. Костровицкая В., Писарев Л. Школа классического танца.- Л.-1968
8. Климов А. Особенности русского народного танца.- М.- 2002
9. Климов А. Русский народный танец.- М.- 2002
10. Костровицкая В. 100 уроков классического танца.- М.- 1981
11. Костровицкая В.С., Писарев А.А. Школа классического танца.- Санкт-Петербург.- Искусство.- 2001
12. Сердюков В.П.. Программа по классическому танцу. Для хореографических отделений музыкальных школ и школ искусств.- М.- 1987
13. Танцы и ритмика в начальной школе/ методическое пособие.- Москва.- 1995
14. Ткаченко Т.Т. Народный танец.- Москва.- 2002
15. Устинова Т. А. Избранные русские народные танцы.- М.,1996.
16. Федорова Г. Танцы для развития детей.- М.-2000