



**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 50 Калининского района Санкт-Петербурга**

Принята:

пед. советом

№ 50

протокол № 1 от 31.08.2026 г.

Е.Ю.

Утверждаю:

Заведующий ГБДОУ д/с

Шишкова

Приказ № 147 от 31.08.2026 г

**Рабочая программа
дополнительного образования
по хореографии
«Танцевальная палитра»
для детей от 4 до 5 лет
на 2026 – 2027 учебный год**

(на период с 01 «октября» 2026 г. по 31 «мая» 2027г.)

Разработчик:

педагог дополнительного образования

Литвинова О.П.

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая образовательная программа дополнительного образования «Танцевальная палитра» составлена с целью обеспечения потребностей населения (на основе анализа опроса родителей (законных представителей) воспитанников) в организации дополнительных платных образовательных услуг в сфере дошкольного образования в соответствии с Федеральным Законом от 29.12.2012 № 273 ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; Федеральным Законом от 07.02.1992 № 2300-1 «О защите прав потребителя»;

Постановлением Правительства РФ от 15.09.2020 г. № 1441 «Об утверждении Правил оказания платных образовательных услуг»;

Приказом Минпросвещения РФ от 27.07.2022г. № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Письмом Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 18.01.2024г. № 03-28-309/24-0-0 рекомендации по порядку привлечения средств физических и (или) юридических лиц, организации предоставления платных образовательных услуг и мерах по предупреждению незаконного сбора средств с родителей (законных представителей) обучающихся государственных общеобразовательных организаций Санкт-Петербурга и организации предоставления платных образовательных услуг обучающимся государственных общеобразовательных организаций Санкт-Петербурга;

Распоряжением Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 25.08.2022г. № 1676-р «Об утверждении критериев оценки качества дополнительных общеразвивающих программ, реализуемых организациями, осуществляющими образовательную деятельность, и индивидуальными предпринимателями Санкт-Петербурга»;

Санитарно-эпидемиологическими правилами СП 2.4.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 02.06.2026 г. №19.;

Уставом ГБДОУ детского сада № 50 Калининского района;

Положением об организации деятельности по оказанию платных образовательных услуг в ГБДОУ детского сада № 50 Калининского района;

на основании лицензии на осуществление образовательной деятельности от 29.03.2017 г. серия 78Л02 № 0001817, приложения № 1 к лицензии на осуществление дополнительного образования детей и взрослых от 29.03.2017 г. серия 78П01 № 0006045 выданной Комитетом по образованию Правительства Санкт-Петербурга

Данная программа предназначена для занятий хореографией в дошкольных учреждениях.

Актуальность:

Деятельность ребенка, прежде всего, выражается в движении. Чем разнообразней движения, тем больше возможности для полноценного развития. Психомоторные возможности детей зависят от возрастных особенностей развития ряда психических функций: мышечно-двигательных ощущений и восприятия сенсомоторных процессов, памяти, мышления и внимания.

Дошкольный период является весьма значительным для развития ребенка. Возрастной рубеж 4-7 лет - один из самых ценных этапов в жизни детей. Дошкольники отличаются быстрой сменой настроения, утомляемостью. Они плохо владеют своим телом, у них недостаточно сформирована координация движений. Если в этот период не работать над точностью, ловкостью и координацией, то в процессе интенсивного роста у ребенка часто может возникать диспропорция в управлении двигательным аппаратом. Формирование правильной осанки весьма важно для укрепления общего здоровья детей, так как заболевания сердечно-сосудистой и дыхательной систем среди малышей тесно взаимосвязаны с нарушением осанки.

Актуальность образовательной программы дополнительного образования «Танцевальная палитра» заключается в том, что проводится большая работа по развитию физических качеств детей и раскрытию творческих способностей средствами хореографического искусства.

Новизна и отличительные особенности:

Используя разнообразные и доступные движения классического, народного, историко-бытового и современного танцев, создается танцевальный репертуар. Программный материал дает возможность осваивать сюжетно-тематические произведения, привлекать высокохудожественную музыку – классическую, народную, современную, что формирует в детях глубокое эстетическое чувство.

В процессе постановочной работы, дети приучаются к сотворчеству, у них развивается художественное воображение, ассоциативная память, творческие способности. Первостепенное значение в деле эстетического воспитания имеет музыка, которую дети слышат на занятиях, она должна быть доступной и легкой при усвоении детским слухом.

Программа сочетает тренировочные упражнения и танцевальные движения классического, народного, современного танцев, что способствует развитию танцевальности у детей.

Программа дана по годам обучения. На каждый год обучения предполагается определенный минимум умений, навыков, сведений о хореографии. На каждом этапе освоения предмета хореографии дается материал по основным разделам:

- Ритмика;
- Элементы классического танца;
- Элементы народного танца;
- Современный танец.

Хотя программа разделена на отдельные части, но на занятиях эти границы сглаживаются; могут изучаться и элементы классического и народного танцев одновременно.

Программа дает возможность руководителю использовать танцевальные движения при минимуме тренировочных упражнений. Вместе с тем в основе всего лежит методика обучения, без освоения которой нельзя изучить основные азы хореографии. Занятия имеют общую гибкую структуру, основанную на возрастных особенностях детей дошкольного возраста и наполнены различным игровым содержанием.

Первый раздел включает ритмические упражнения, имеющие целью музыкально-ритмическое развитие детей, на первом году обучения это шаги, бег, марши, ориентируя детей в пространстве и во времени, развивая музыкальность.

Во втором разделе вводятся элементы классического танца. Построенные по степени усложнения, упражнения подготавливают к более сложным движениям и физической нагрузке, укрепляют мышцы спины, ног, способствуют развитию координации движений.

Третий раздел – элементы народного танца – включены танцы разного характера, на этом материале дети понимают диапазон национальных танцев, от хороводов до быстрых плясовых, используя работу рук, ног, головы, корпуса.

Четвертый раздел – современный танец – включает импровизацию под музыку, любые танцевальные элементы.

Учитывая, что в группах дети без особого отбора, то главная задача хореографа исправлять дефекты осанки, если они обнаруживаются, следует обращать внимание на положение всей ноги и стопы в полной и неполной выворотности, особенно у детей старшей и средней группы. Дети во время обучения хореографией должны научиться представлять, что танцевальное движение выражает внутренний мир человека, что красота танца – это совершенство движений и линий человеческого тела, выразительность, легкость, сила, грация.

Цель: укрепление физического и психического здоровья дошкольников, привитие начальных навыков в искусстве танца, воспитание двигательной культуры, развитие художественного вкуса.

Задачи:

- развитие двигательной активности и координации движений;
- создание условий для формирования правильной осанки, обучения выразительным и пластичным движениям в игре и танце;
- развитие музыкальных способностей (эмоциональной отзывчивости на музыку, слуховых представлений, чувства ритма);
- учить воспринимать музыкальные образы и выражать их в движении, согласовывая движения с характером музыки;
- формирование танцевальных знаний, умений и навыков на основе овладения и освоения программного материала.

Формы и режимы занятий:

Данная программа рассчитана на детей средней группы от 4 – до 5 лет.

Занятия с группами проводятся во второй половине дня из расчета 2 занятия в неделю (64 в год). Форма проведения занятий игровая, с элементами классического, народного и современного танцев, что способствует развитию художественного вкуса у детей. Проведение занятия включает в себя разминочную часть с элементарными теоретическими понятиями и элементами; постановочная часть, где непосредственно производится постановка над новыми танцевальными номерами и заключительная игровая часть, с обязательным музыкальным сопровождением, для закрепления музыкального восприятия и чувства ритма у детей.

Продолжительность занятий – 1 академический час (занятие).

В средней группе длительность занятия составляет 20 минут. Программа реализуется в течение 1 года.

Программа базируется на следующих принципах работы:

- индивидуализации (определение посильных заданий с учетом возможности ребенка);
- систематичности (непрерывность и регулярность занятий);
- наглядности (показ движений педагогом);
- повторяемости материала (повторение вырабатываемых двигательных навыков);
- сознательности и активности (обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение воспитанника к своим действиям).

Используемые методы:

Игровой метод: Основным методом обучения хореографии детей является игра, т.к. игра – это основная деятельность детей дошкольного возраста. Все занятия проводятся исключительно в игровой форме.

Метод аналогий: Широко используется метод аналогий с животным и растительным миром (образ, поза, двигательная имитация).

Словесный метод: Проводятся беседы о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение методики исполнения движений, оценка.

Практический метод заключается в многократном выполнении конкретного музыкально-ритмического движения.

Наглядный метод: Проводится выразительный показ под счет, с музыкой.

Ожидаемые результаты:

- воспринимать движение, как способ самовыражения;
- знать правила постановки рук и ног классического и народного танцев;
- уметь исполнить «препарасьон»;
- уметь правильно закрывать руки;
- определять темп и ритм музыки;
- различать характер музыки (аллегро, адажио, медленно, быстро);
- ориентироваться в пространстве, находить свое место в парах;
- уметь исполнять элементарные движения классического, народного и современного танцев;
- уметь передавать в танце образ, эмоции, улыбку.

Формы подведения итогов:

- Открытые занятия: проводятся показательные выступления детей, которые самостоятельно исполняют ряд хореографических перестроений, движений под музыку, меняя ее темп и ритм, встают парами по кругу, по линиям, по одному, исполняют этюды классического, народного и современного танцев.
- Выступления на детских мероприятиях и праздниках, участие в конкурсах и музыкальных фестивалях.

Учебный план

І год обучения средняя группа (от 4 – до 5 лет)

Тема	Количество занятий
Основы ритмики	12 занятий
Основы классического танца	18 занятий
Основы народного танца	15 занятий

Современный танец	15 занятий
Повторение пройденного материала, постановочная работа	4 занятия
Итого: 64 занятия	

График проведения занятий

Наименование платной услуги	Ф.И.О. педагога	Дни недели; время проведения	Помещение
«Хореография»	Литвинова Оксана Петровна	вторник – 16.00 - 16.20	физкультурный зал
		четверг - 16.00– 16.20	музыкальный зал

Календарно-тематическое планирование для средней группы

октябрь

№ п/п	Тема	Цель	Содержание	Кол-во занятий
1.	Знакомство с элементами классического танца	Развивать гибкость тела и координацию движений.	Разучивание поклона: поклон А) позиции ног I, II, III Б) подготовительная позиция рук.	1

2.	Элементы ритмопластики	Способствовать формированию и развитию двигательной культуры у детей, чувства ритма, гибкости, танцевальности.	Элементы и комбинации разминки А) подъем на полу пальцы Б) работа плечами, выпад «Силачи»	1
3.	Разнообразие шагов, от простых до переменных	Формировать осанку. Учить вытягивать носочки и колени.	Ходьба торжественная, спокойная. Бег врассыпную и формирование круга по команде, перестроение по линиям, колонны	1
4.	Разучивание движений танца «Новогодние игрушки»	Заинтересовать детей, прививая любовь к танцу наглядным и эмоциональным показом, желанием повторить и испытать радость от танца и музыки.	Разучивание танцевальных движений к новому танцу	1
5.	Партерная гимнастика	Формирование осанки, гибкости, умение координировать свое тело.	Упражнения на полу а) растяжка, складки б) мостик, вытягивание носочков и колен	1
6.	Элементы народного танца	Научить детей ритмично двигаться, в такт с музыкой.	Прямой галоп, боковой галоп, бег с «захлестом» ног, притоп	1
7.	Пластика рук, мягкость исполнения движений	Развивать пластику рук и всего тела, координацию движений, путем разучивания элементарных танцев.	Разучивание комбинации к танцу «Новогодние игрушки»	1
8.	Закрепление разученного материала	Научить детей ритмично двигаться, в такт с музыкой.	Повторение комбинаций	1

ноябрь

1.	Осанка во время движений	Развивать гибкость тела и координацию движений.	Упражнения на ритм и координацию А) позиции ног I, II, III Б) подготовительная позиция рук	1
2.	Элементы ритмопластики	Научить детей двигаться в такт музыке и развивать гимнастические навыки.	Комбинации разминки А) подъем на полу пальцы Б) работа плечами, выпад «Силачи» В) прыжки, подскоки, галоп	1

3.	Разнообразие шагов, от простых до переменных	Уделять больше внимание на развитие координации Формировать осанку. Учить вытягивать носочки и колени.	Ходьба торжественная, спокойная. Бег враспынную и формирование круга по команде, перестроение по линиям, колоны	1
4.	Разучивание движений танца «Новогодние игрушки»	Заинтересовать детей, прививая любовь к танцу наглядным и эмоциональным показом, желанием повторить и испытать радость от танца и музыки.	Разучивание танцевальных движений к новому танцу	1
5.	Партерная гимнастика	Способствовать формированию и развитию двигательной культуры у детей, чувства ритма, гибкости, танцевальности. Формирование осанки, гибкости, умение координировать свое тело.	Упражнения на полу А) растяжка, складки Б) мостик, вытягивание носочков и колен	1
6.	Элементы народного танца	Научить детей ритмично двигаться, в такт с музыкой.	Притоп, хлопки с «топотушками», бег с подъемом ног	1
7.	Пластика рук, мягкость исполнения движений	Развивать пластику рук и всего тела, координацию движений, путем разучивания элементарных танцев.	Разучивание комбинации к танцу «Новогодние игрушки»	1
8.	Закрепление разученного материала	Научить отличать быстрый темп музыки от медленного	Игры с элементами танца. Повторение комбинаций	1

декабрь

1.	Постановка корпуса и положение ног	Научить детей двигаться в такт музыке и развивать гимнастические навыки.	Поклон. Плие по I позиции Бег с «захлестом» ног	1
2.	Понятие держать дистанцию во время исполнения танца	Научить детей, двигаясь по кругу держать дистанцию и эмоционально выполнять танцевальные элементы.	Легкий бег по кругу, Боковой галоп со сменой ног Хороводный шаг Движения по кругу с хлопками на счет Игра «Кто пришел?»	1

3.	«Топотушки»	Передать эмоциональное состояние русского танца	Притопы ногами, простые, тройные, с добавлением хлопков	1
4.	Разучивание движений танца «Новогодние игрушки»	Заинтересовать детей, прививая любовь к танцу наглядным и эмоциональным показом, желанием повторить и испытать радость от танца и музыки.	Разучивание танцевальных движений к новому танцу	1
5.	Партерная гимнастика	Способствовать формированию и развитию двигательной культуры у детей, чувства ритма, гибкости, танцевальности. Формирование осанки, гибкости, умение координировать свое тело.	Упражнения на полу А) растяжка, складки Б) мостик, вытягивание носочков и колен	1
6.	Повороты головы в танце	Научить детей ритмично двигаться, в такт с музыкой.	Комбинации движений к танцу «Матрешки»	1
7.	Разучивание танца	Умение исполнять танец в такт музыки, передавать эмоциональное состояние музыки.	Танец «Новогодние игрушки»	1
8.	Открытое занятие	Показать ранее изученный материал.	Разминка Партерная гимнастика Перестроение, шаги, бег, галоп, подскоки Танец «Новогодние игрушки»	1

январь

1.	Пластика рук	Развивать пластику рук путем выполнения простых плавных движений.	Поклон Плие по I позиции. Позиции рук. Игра «Руки – крылья»	1
2.	Повторение ранее изученного материала	Закреплять танцевальность, исправляя технические, эмоциональные ошибки.	Начало движения после вступления Разминка А) «Скакалочка» Б) «Ножницы» работа рук В) упражнения на координацию	1

3.	Прыжки	Закреплять танцевальность, исправляя технические, эмоциональные ошибки.	Развитие силы ног и рук путем простых упражнений назад, вперед, на 2 ногах, прыжки «паучки»	1
4.	Разучивание движений танца «Ковбои»	Заинтересовать детей, прививая любовь к танцу наглядным и эмоциональным показом, желанием повторить и испытать радость от танца и музыки.	Разучивание танцевальных движений к новому танцу	1
5.	Партерная гимнастика	Способствовать формированию и развитию двигательной культуры у детей, чувства ритма, гибкости, танцевальности. Формирование осанки, гибкости, умение координировать свое тело.	Упражнения на полу А) растяжка, складки Б) мостик, вытягивание носочков и колен	1
6.	Повороты головы в танце	Научить детей ритмично двигаться, в такт с музыкой.	Комбинации движений к танцу «Ковбои»	1
7.	«Ковырялочка»	Умение координировать центр тяжести тела с переносом с носка на пятку.	Выставление ноги в сторону на носок, с переходом на пятку	1
8.	Закрепление	Показать ранее изученный материал.	Закрепление бокового галопа, прямого галопа «Лошадки» со сменой ног, «Ковырялочка»	1

февраль

1.	Постановка корпуса	Развивать гибкость тела и координацию движений, усиливая темп.	Закрепление ритмических упражнений Хлопки + притопы Пластический этюд «Бабочка»	1
2.	Повороты корпуса	Научить детей двигаться в такт музыке и уметь ориентироваться в пространстве.	Повороты на месте, вокруг себя, с добавлением хлопка, повороты в парах	1

3.	Русские шаги, быстрые и медленные	Учить вытягивать носочки и коленки.	Движения русского танца: Шаги простые, змейкой, полочка, хороводный шаг, елочка	1
4.	Разучивание движений танца «Ковбои»	Заинтересовать детей, прививая любовь к танцу наглядным и эмоциональным показом, желанием повторить и испытать радость от танца и музыки.	Разучивание танцевальных движений к новому танцу	1
5.	Партерная гимнастика	Способствовать формированию и развитию двигательной культуры у детей, чувства ритма, гибкости, танцевальности. Формирование осанки, гибкости, умение координировать свое тело.	Упражнения на полу для развития стопы а) растяжка, складки б) мостик, вытягивание носочков и колен	1
6.	Вальсовый шаг	Научить детей ритмично двигаться, в такт с музыкой, успевая исполнять тройной вальсовый шаг.	Простой вальсовый шаг по кругу	1
7.	Перестроение в танце	Уметь ориентироваться в пространстве, в парах, по одному.	Маршем по кругу, в колонну, по линиям	1
8.	Закрепление разученного материала	Научить отличать быстрый темп музыки от медленного.	Игры с элементами танца Повторение комбинаций	1

март

1.	Повторение	Развивать хореографическую память, разучив набор простых танцевальных движений.	Шаги, простые, бег с «захлестом» ног, галоп, подскок, притоп с хлопками Игра «Танцуй со мной»	1
2.	Повторение ранее изученного материала	Закреплять танцевальность, исправляя технические, эмоциональные ошибки.	Начало движения после вступления Разминка А) «Скакалочка» Б) «Ножницы» работа рук В) упражнения на	1

			координацию	
3.	Ритм и чувство ритма	Научить детей слушать музыку и исполнять движения в такт музыки, используя хлопки.	Движения по кругу с хлопками на счет 4. Шаги, чередующиеся с хлопками и притопами. Танец – игра «Ладшки»	1
4.	Разучивание движений танца «Русский танец»	Заинтересовать детей, прививая любовь к танцу наглядным и эмоциональным показом, желанием повторить и испытать радость от танца и музыки.	Выход под музыку, шаги по кругу, перестроение по линиям	1
5.	Партерная гимнастика	Способствовать формированию и развитию двигательной культуры у детей, чувства ритма, гибкости, танцевальности. Формирование осанки, гибкости, умение координировать свое тело.	Упражнения на полу А) растяжка, складки Б) мостик, вытягивание носочков и колен	1
6.	Правильность построения по линиям	Научить детей ритмично двигаться, в такт с музыкой.	Из круга дети самостоятельно маршем выстраиваются по линиям, в колонну, встают парами	1
7.	«Ковырялочка», закрепление	Умение координировать центр тяжести тела с переносом с носка на пятку, с добавлением притопа.	Выставление ноги в сторону на носок, с переходом на пятку.	1
8.	Закрепление	Показать ранее изученный материал.	«Русский танец»	1

апрель

1.	Положение корпуса во время движения	Развивать гибкость тела и координацию движений.	Упражнения на ритм и координацию А) позиции ног I, II, III Б) подготовительная позиция рук В) I, II позиции рук	1
2.	Элементы ритмопластики	Научить детей двигаться в такт музыке и развивать гимнастические навыки.	Комбинации разминки А) подъем на полу пальцы Б) работа плечами, выпад «Силичи»	1

			В) прыжки, подскоки, галоп Г) упражнения на пластику рук «бабочки», «снежинки»	
3.	Разнообразие шагов, от простых до переменных	Уделять больше внимание на развитие координации Формировать осанку. Учить вытягивать носочки и колени.	Ходьба торжественная, спокойная. Бег в рассыпную и формирование круга по команде, перестроение по линиям, колонны. Перестроение по 3 человека в одну колонну	1
4.	Разучивание движений танца «Русский танец»	Заинтересовать детей, прививая любовь к танцу наглядным и эмоциональным показом, желанием повторить и испытать радость от танца и музыки.	Разучивание танцевальных движений к новому танцу	1
5.	Партерная гимнастика	Способствовать формированию и развитию двигательной культуры у детей, чувства ритма, гибкости, танцевальности. Формирование осанки, гибкости, умение координировать свое тело.	Упражнения на полу А) растяжка, складки Б) мостик, вытягивание носочков и колен	1
6.	Вальсовое покачивание	Научить детей плавно, в парах исполнять движения вальса.	Положение в парах, вальс по кругу, балансе – лицом друг к другу	1
7.	Пластика рук, мягкость исполнения движений	Развивать пластику рук и всего тела, координацию движений, путем разучивания элементарных танцев.	Пластический этюд «Бабочка» Игра «День – ночь»	1
8.	Закрепление разученного материала	Развивать хореографическую память, путем разучивания ряда простых комбинаций.	Русский танец Игры с элементами танца Перестроение на местах	1

май

1.	Осанка, постановка корпуса в танце	Развивать гибкость тела и координацию движений, усиливая темп.	Закрепление ритмических упражнений Хлопки + притопы Пластический этюд «Бабочка»	1
----	------------------------------------	--	---	---

2.	Повороты, закрепление	Закрепить ранее изученные повороты у детей, двигаться в такт музыке и уметь ориентироваться в пространстве.	Повороты на месте, вокруг себя, с добавлением хлопка, повороты в парах	1
3.	Русские шаги, быстрые и медленные, плясовые и хороводные	Учить вытягивать носочки и колени.	Движения русского танца: Шаги простые, змейкой, полочка, хороводный шаг, елочка «Русская пляска»	1
4.	Повторение, отработка движений танца «Ковбои»	Заинтересовать детей, прививая любовь к танцу наглядным и эмоциональным показом, желанием повторить и испытать радость от танца и музыки.	Танец «Ковбои»	1
5.	Партерная гимнастика	Способствовать формированию и развитию двигательной культуры у детей, чувства ритма, гибкости, танцевальности. Формирование осанки, гибкости, умение координировать свое тело.	Упражнения на полу для развития стопы а) растяжка, складки б) мостик, вытягивание носочков и колен	1
6.	Вальсовый шаг, «балансе», закрепление	Научить детей ритмично двигаться, в такт с музыкой, успевая исполнять тройной вальсовый шаг.	Простой вальсовый шаг по кругу, «балансе» в парах по линиям	1
7.	Перестроение в танце	Уметь ориентироваться в пространстве, в парах, по одному.	Маршем по кругу, в колонну, по линиям	1
8.	Открытое занятие	Формировать развитие двигательной культуры у детей, чувство ритма, гибкости, танцевальности.	Выход под музыку Перестроение Поклон Разминка Пластические этюды «Бабочка», «Снежинка» Русский танец Танец «Ковбои» Игра «Танцуй со мной»	1

Список литературы

1. Васильева Е.А. «Танец», М., «Искусство», 1986
2. Великова Э. «Здесь танцуют. Рассказы о танцах», М., «Просвещение», 1993
3. Гребенщиков С.М. «Сценический танец», М., «Искусство», 1985
4. Резникова З.М. «Танцы для детей», М. «Советская Россия», 1987
5. Ткаченко Т.Н. «Народные танцы», М. «Искусство», 1975
6. Шукшина З.А. «Ритмика», М. «Музыка», 1979
7. Е.В. Конорова «Методическое пособие по ритмике» выпуск 1, М. «Музыка», 1972
8. Е.В. Конорова «Методическое пособие по ритмике» выпуск 2, М. «Музыка», 1972
9. А.А. Луговская «Ритмические упражнения игры и пляски» часть 1, М. «Советский композитор», 1991
10. А.А. Луговская «Ритмические упражнения игры и пляски» часть 2 «Советский композитор», 1991
11. Г.А. Колодницкий «Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей» М, «Гном-Пресс», 1997
12. Т.Ф. Коренева «Музыкально-ритмические движения для детей дошкольного и младшего школьного возраста» М, «Владос», 2001
13. Т.Н. Образцова «Музыкальные игры для детей», М. «Гамма-Пресс», 2005
14. Лифиц И.В. — Ритмика: Учебное пособие, М. «Академия», 1999
15. Т.И. Суворова «Танцевальная ритмика», СПб, «Музыкальная палитра», 2004