

Управление образования администрации города Ульяновска
Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования города Ульяновска
«Центр детского творчества»

Принята на заседании
педагогического совета
о от «31» августа 2016г.
протокол № 1

Утверждаю
Директор МБУ ДО ЦДТ
 В.В.Лаврешина
«31» 08 2016 г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности**

«Хореографическое объединение «Юность»

Возраст обучающихся: 16-18 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:

Ланцова Анна Сергеевна, педагог
дополнительного образования

г. Ульяновск, 2016г.

Пояснительная записка.

Танец является одним из древнейших видов народного творчества. Посредством танца народ передавал свои мысли, чувства, характер, настроение, отношение к жизни. Вся история танца того или иного народа

была связана с его бытом, обычаями, культурой, традициями, образом жизни, географическим расположением.

В нем отражается современное понимание действительности средствами издавна сложившегося танцевального языка, доступного, понятного народу, любимого им. Содержание и выразительные средства все время развиваются в соответствии с изменениями, происходящими в жизни.

Направленность:

Художественная направленность- на вооружение обучающихся знаниями основ хореографического искусства, развитие артистических, исполнительских способностей детей, высокого общефизического, социального, интеллектуального, нравственного уровня.

Актуальность программы:

Актуальность данной программы состоит в том, что она представляет собой синтез классической, народной и современной хореографии, то есть широкий спектр хореографического образования. Содержание программы разработано в соответствии с требованиями программ нового поколения, что делает возможным выстроить индивидуальный маршрут развития каждого обучающегося.

Педагогическая целесообразность:

Представив хореографию во всем ее многообразии, дав возможность обучающимся попробовать себя в различных направлениях, мы тем самым открываем более широкие перспективы для самоопределения и самореализации.

Цель: Формирование и развитие индивидуальных возможностей и творческих способностей обучающихся посредством хореографии. С помощью искусства танца приобщение учащихся к миру прекрасного, развитие их художественного вкуса.

Задачи:

в воспитании:

- формирование общей культуры личности обучающихся, способной адаптироваться в современном обществе;
- формирование потребности здорового образа жизни;
- воспитание патриотизма;

в развитии:

- развитие физических данных, улучшение координации движений;
- развитие у обучающихся музыкально-ритмических навыков;
- развитие активности и самостоятельности общения;
- создание базы для творческого мышления обучающихся средствами хореографии;

в образовании:

- обучение обучающихся приемам самостоятельной и коллективной работы, самоконтроля и взаимоконтроля;
- обучение приемам актерского мастерства;
- обучение навыкам правильного и выразительного движения в области классической, народной и современной хореографии;

Характеристика программы:

Программа по целям обучения является – развивающая художественную одаренность в области хореографического искусства;

- по характеру деятельности – деятельностно-творческая;
- по уровню освоения – специализированная;
- по возрасту – одновозрастная;
- по уровню реализации – среднего;
- по сроку реализации – 1 год.

Ожидаемые результаты:

Знать: терминологию классического, народно-сценического, современного танца метроритмические раскладки исполнения движения, особенности и традиции изучаемых народностей.

Владеть: культурой исполнения, хореографической памятью, техникой движения.

Уметь: выполнять классический и народный экзерсис, передавать в движении сложные ритмические рисунки танца, исполнять технически сложные движения вращения, дробы

Формы оценки качества реализации программы.

За период обучения в хореографическом объединение «Юность» обучающиеся получают определенный объем знаний, умений и навыков, качество которых проверяется диагностикой два раза в год. Для этой цели промежуточный контроль – участие в концертах, фестивалях, конкурсов и итоговый контроль. Ежегодно танцевальном объединении проводится творческий отчет о работе педагога и обучающихся, проделанной за весь учебный год. Отчет проводится в форме концерта.

Программа включает в себя:

- разнообразие видов хореографической деятельности;
- ориентацию индивидуальных особенностей обучающихся, бережное сохранение и приумножение таких важных качеств, как инициативность,

- самодеятельность, фантазия, самобытность;
- сплочение обучаемых в большой дружный коллектив единомышленников, способных активно и четко воспринимать учебный процесс, его приемы, способы и темпы обучения, умение выдавать продукт труда (танец) для зрителя;
 - развитие и сохранение деятельности в коллективе, превалирование групповых интересов над личными, уважение к личности каждого;
 - воспитание патриотизма, здорового образа жизни;

Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттеста
		Всего	Теория	Практика	

					ции/кон троля
Раздел 1	Организационная работа	4	4		Входная диагнос- тика
Раздел 2	Учебно-тренировочная работа	16	4	12	Промеж- уточная диагнос- тика
Тема1	Знакомство с музыкой	2	2		
Тема2	Такт и затакт	2	2		
Тема3	Экзерсис на середине зала: танцевальные шаги	2		2	
Тема4	Хореография рук, головы и шеи	2		2	
Тема5	Упражнения на координацию движений	2		2	
Тема6	Упражнения на ориентацию в пространстве	2		2	
Тема7	Разнообразие прыжков	2		2	
Тема8	Партерная гимнастика	2		2	
Раздел 3	Тренаж из элементов классического танца	20	8	12	Промеж- уточная диагнос- тика
Тема1	Постановка корпуса, апломб	4	2	2	
Тема2	Изучение позиций ног: 1, 2, 4, 6.	2		2	
Тема3	Упражнения: plié, battment tandu, releve.	4	2	2	
Тема4	Изучение позиции рук.	4	2	2	
Тема5	Танцевальный шаг, танцевальный бег.	2		2	
Тема6	Упражнения: боковой голоп, «ножницы», «колесо», подскоки, Grand jete.	4	2	2	
Раздел 4	Тренаж из элементов народного танца	32	8	24	Промеж- уточная диагнос- тика
Тема1	Раскрывание и закрывание рук.	4	2	2	
Тема2	Народные позиции ног.	4	2	2	
Тема3	Народные танцевальные шаги.	4	2	2	
Тема4	Упражнения: «гармошка», «елочка»	2		2	
Тема5	Упражнение: «девичий ход» с переступанием	2		2	
Тема6	Поклоны: на месте без рук и с руками	2		2	
Тема7	Поклоны: с продвижением вперед и отход назад	2		2	
Тема8	Притопы	2		2	
Тема9	Перетопы	2		2	
Тема10	Перескоки с ноги на ногу-	2		2	

	подготовка к дробям				
Тема11	Дроби-одинарные	4	2	2	
Тема12	Дроби- двойные	2		2	
Раздел 5	Русский народный танец	40	10	30	Промеж уточная диагнос тика
Тема1	Боковые перескоки с ударами полупальцами в пол.	4	2	2	
Тема2	Боковые перескоки с ударом каблуком впереди стоящей ноги.	2		2	
Тема3	«Ключ» с двойной дробью.	2		2	
Тема4	Дробная «дорожка» с продвижением вперед и с поворотом.	2		2	
Тема5	Двойная дробь на месте, с поворотом и с продвижением вперед.	2		2	
Тема6	Дробь на «три ножки».	2		2	
Тема7	Основной ход танца «Шестера» на месте и с продвижением вперед.	4	2	2	
Тема8	«Моталочка»: -с задеванием пола каблуком, -с акцентом на всю стопу, -с задеванием пола полупальцами, -с задеванием пола поочередно полупальцами и каблуками.	4	2	2	
Тема9	«Маятник» в прямом положении.	2		2	
Тема10	Основной русский ход (академический).	4	2	2	
Тема11	Подбивка «Голубец»: - на месте, - с двумя переступаниями.	2		2	
Тема12	Быстрый русский бег с продвижением вперед и назад.	2		2	
Тема13	Вращения: -на подскоках с продвижением вперед по диагонали, -с движением «моталочки» с откидыванием ног назад. - на середине зала (с припаданием, обертас, тур по 6 поз)	4	2	2	
Тема14	Разучивание танца «Маруси»	4		4	
Раздел 6	Элементы современного танца.	32	2	30	Итогова я диагнос тика
Тема1	Модерн-джаз танец.	6	2	4	
Тема2	Bođu roll, шаги примитива.	2		2	
Тема3	flat step.	2		2	

Тема4	camel walk.	2		2	
Тема5	latin walk,	2		2	
Тема6	Шаги в мадерн-джаз манере.	4		4	
Тема7	Шаги в рок-манере.	4		4	
Тема8	Шаги в мюзикл-комеди-джаз манере.	4		4	
Тема9	Прыжки в джаз- модерне.	2		2	
Тема10	Разучивание современного танца	4		4	
Всего		144	36	108	

Содержание учебного плана.
Раздел 1. Организационная работа

Теория: Изучение правил охраны труда, противопожарной безопасности, дорожного движения, формирование коллектива, формирования целей, задач в учебном году

Практика: Оформление инструктажа

Раздел 2. Учебно-тренировочная работа

Теория: Знакомство с музыкального движения, мелодия и движение, темп (быстро, медленно, умеренно), музыкальные размеры: 2/4, 3/4, 4/4, контрастная музыка:

быстрая- медленная, веселая- грустная, такт и затакт.

Практика:

Экзерсис на середине: танцевальные шаги (с носка, с высоким подниманием колена, приставные шаги); упражнения для рук (поднимание, опускание, сгибание в локтевом суставе, кисти); упражнения для головы и шеи (наклоны-вперед, назад, к плечам, повороты); упражнения на координацию движений; упражнения на ориентацию в пространстве; прыжки;

Партерная гимнастика: упражнения для голеностопа, упражнения для силы ног, упражнения для стоп, упражнения на растяжение мышц ног, упражнения для позвоночника, упражнения для мышц спины, «березка» (стойка на лопатках)

Раздел 3. Тренаж из элементов классического танца. Азбука хореографии.

Теория: постановка корпуса, апломб, изучение позиций ног: 1,2;4,6

- изучение позиций рук: (надуваем шары), 1,2,3; что означают французские термины:

- plie (по 1 и 2 позиции ног)

- battment tandu в сторону по 1 п.н.

- releve по 6 п.н.(подъем на полупальцы)

Практика: постановка рук, танцевальный шаг, танцевальный бег, боковой гало, махи вперед, в стороны, «ножницы», «колесо», подскоки, Grand jete-, plie (по 1 и 2 позиции ног), battment tandu в сторону по 1 п.н., releve по 6 п.н.(подъем на полупальцы)

Раздел 4. Тренаж из элементов народного танца.

Теория: притопы, поклоны, перетопы тройные, простой (бытовой) шаг, простой русский шаг, боковой шаг на всей стопе и на полупальцах по прямой позиции,

«Переменный шаг», «Гармошка», «Ёлочка», «Девичий ход» с переступаниями,

« Припадание», дробь.

Практика: Раскрывание и закрывание рук: одной руки, двух рук, поочередные раскрывания рук, переводы рук в различные положения, поклоны: на месте без рук и с руками, поклон с продвижением вперед и отходом назад, притопы: одинарные, тройные, перетопы тройные, простой (бытовой) шаг: вперед с каблука, с носка, простой русский шаг, боковой шаг на всей стопе и на полупальцах по прямой позиции, «Переменный шаг», «Девичий ход» с переступаниями, « Припадание», «Гармошка», «Ёлочка», перескоки с ноги на ногу на всю стопу (подготовка к дробям), одинарные дроби, двойные дроби.

Раздел 5. Русский народный танец

Теория: жесты и эмоции в русском народном танце, работа с платком, терминология «Шаркающий шаг»: «Моталочка» «Веревочка»:- «Ковырялочка» «Ключ» простой на подскоках. . Вращения: шене, бегунец)

Практика: Поочередное раскрывание рук, движение рук с платком, бытовой шаг с притопом, «Моталочка» в прямом положении на полупальцах и с акцентом на всей стопе. «Веревочка»:- простая, с двойным ударом полупальцами, простая с поочередными переступаниями, двойная с поочередными переступаниями, «Ковырялочка» с подскоком, «Ключ» простой на подскоках, дробные движения: простая дробь на месте, тройная дробь (поочередные выстукивания всей стопой) на месте и с продвижением вперед, простая дробь полупальцами на месте, дробная дорожка каблуками и полупальцами на месте и с продвижением вперед, вращения: на середине зала (с припаданием, тур по 6 поз) по диагонали (шене, бегунец)

Раздел 6. Элементы современного танца.

Теория: Знакомство с движениями и комбинациями на основе новых стилей и направлений, составление этюдов, изучаются пантомимные движения, игровые этюды, знакомство с импровизацией. изучение основных понятий: поза коллапса, изоляция и полицентриа, полиритмия, мультипликация, координация, contraction , release, уровни.

Практика: Модерн-джаз танец, Bodu roll, шаги примитива; flat step, camel walk, latin walk, шаги в мадерн-джаз манере, шаги в рок-манере, шаги в мюзикл-комеди-джаз манере, прыжки в джаз- модерне.

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1				Теория	2	Организационная работа	Каб №17	Входная диагностика
2				Теория	2	Организационная работа	Каб №17	Входная диагностика
3				Теория	2	Р2. Учебно-тренировочная работа. Знакомство с музыкой	Каб №17	тест
4				теория	2	Такт и затакт	Каб №17	беседа
5				Практика	2	Экзерсис на середине зала: танцевальные шаги	Актовый зал	наблюдение
6				практика	2	Хореография рук, головы и шеи	Актовый зал	беседа
7				практика	2	Упражнения на координацию движений	Актовый зал	наблюдение
8				практика	2	Упражнения на ориентацию в пространстве	Актовый зал	наблюдение
9				практика	2	Разнообразие прыжков	Актовый зал	Просмотр видео
10				практика	2	Партерная гимнастика	Актовый зал	наблюдение
11				теория	2	Р3. Тренаж из элементов классического	Каб №17	Просмотр видео

						о танца. Постановка корпуса, апломб		о
12				практ ика	2	Постановка корпуса, апломб	Акто вый зал	набл юден ие
13				практ ика	2	Изучение позиций ног:1, 2, 4, 6.	Акто вый зал	набл юден ие
14				теори я	2	Упражнения: plié, battment tandu, releve.	Каб №17	Прос мотр виде о
15				практ ика	2	Упражнения: plié, battment tandu, releve.	Акто вый зал	набл юден ие
16				теори я	2	Изучение позиции рук.	Каб №17	Прос мотр виде о
17				практ ика	2	Изучение позиции рук.	Акто вый зал	набл юден ие
18				практ ика	2	Танцевальны й шаг, танцевальны й бег.	Акто вый зал	набл юден ие
19				теори я	2	Упражнения: боковой голоп, «ножницы», «колесо», подскоки, Grand jete.	Каб №17	Прос мотр виде о
20				практ ика	2	Упражнения: боковой голоп, «ножницы», «колесо», подскоки, Grand jete.	Акто вый зал	набл юден ие
21				теори я	2	Р4.Тренаж из элементов народного танца Раскрывание и закрывание рук.	Каб №17	Про межу точн ый конт роль. Прос мотр виде

								о
22				практика	2	Раскрывание и закрывание рук.	Актовый зал	наблюдение
23				Теория	2	Народные позиции ног.	Каб №17	тест
24				Практика	2	Народные позиции ног.	Актовый зал	наблюдение
25				Теория	2	Народные танцевальные шаги.	Каб №17	тест
26				практика	2	Народные танцевальные шаги.	Актовый зал	наблюдение
27				практика	2	Упражнения: «гармошка», «елочка»	Актовый зал	Промежуточный контроль
28				практика	2	Упражнение: «девичий ход» с переступанием	Актовый зал	Промежуточный контроль
29				практика	2	Поклоны: на месте без рук и с руками	Актовый зал	Промежуточный контроль
30				практика	2	Поклоны: с продвижением вперед и отход назад	Актовый зал	Промежуточный контроль
31				практика	2	Притопы	Актовый зал	Промежуточный контроль
32				практика	2	Перетопы	Актовый зал	Промежуточный контроль

33				практика	2	Перескоки с ноги на ногу-подготовка к дробям	Актовый зал	Промежуточный контроль
34				теория	2	Дроби-одинарные	Каб №17	анкетирование
35				практика	2	Дроби-одинарные	Актовый зал	Промежуточный контроль
36				практика	2	Дроби-двойные	Актовый зал	Промежуточный контроль
37				теория	2	Р5.Русский народный танец. Боковые перескоки с ударами полупальцам и в пол.	Каб №17	Промежуточный контроль
38				практика	2	Боковые перескоки с ударами полупальцам и в пол.	Актовый зал	Промежуточный контроль
39				практика	2	Боковые перескоки с ударом каблуком впереди стоящей ноги.	Актовый зал	наблюдение
40				практика	2	«Ключ» с двойной дробью.	Актовый зал	наблюдение
41				практика	2	Дробная «дорожка» с продвижением вперед и с	Актовый зал	наблюдение

						поворотом.		
42				практика	2	Двойная дробь на месте, с поворотом и с продвижением вперед.	Актовый зал	Наблюдение, корректура
43				практика	2	Дробь на «три ножки».	Актовый зал	Наблюдение, корректура
44				теория	2	Основной ход танца «Шестера» на месте и с продвижением вперед.	Каб №17	Просмотр видео
45				практика	2	Основной ход танца «Шестера» на месте и с продвижением вперед.	Актовый зал	Наблюдение, корректура
46				теория	2	«Моталочка»: -с задеванием пола каблуком, -с акцентом на всю стопу, -с задеванием пола полупальцами и, -с задеванием пола поочередно полупальцами и каблуками.	Каб №17	Промежуточный контроль. просмотр видео
47				практика	2	«Моталочка»: -с задеванием пола каблуком, -с акцентом на всю стопу, -с задеванием пола	Актовый зал	Наблюдение, корректура

						полупальцам и, -с задеванием пола поочередно полупальцам и и каблуками.		
48				практика	2	«Маятник» в прямом положении.	Актовый зал	Наблюдение, корректура
49				теория	2	Основной русский ход (академический).	Каб №17	Промежуточный контроль
50				практика	2	Основной русский ход (академический).	Актовый зал	Промежуточный контроль
51				практика	2	Подбивка «Голубец»: - на месте, - с двумя переступаниями.	Актовый зал	Промежуточный контроль
52				практика	2	Быстрый русский бег с продвижением вперед и назад.	Актовый зал	Промежуточный контроль
53				теория	2	Вращения: -на подскоках с продвижением вперед по диагонали, -с движением «моталочки» с откидыванием ног назад. - на середине зала (с	Каб №17	Промежуточный контроль. просмотр видео

						припаданием, обергас, тур по 6 поз)		
54				практика	2	Вращения: -на подскоках с продвижением вперед по диагонали, -с движением «моталочки» с откидыванием ног назад. - на середине зала (с припаданием, обергас, тур по 6 поз)	Актовый зал	Промежуточный контроль. наблюдение
55				практика	2	Разучивание танца «Маруси»	Актовый зал	Промежуточный контроль.
56				практика	2	отработка танца «Маруси»	Актовый зал	Промежуточный контроль. корректировка
57				теория	2	Р6.Элементы современного танца. Модерн-джаз танец.	Каб №17	Промежуточный контроль.
58				практика	2	Модерн-джаз танец.	Актовый зал	Промежуточный контроль. корректировка

59				практика	2	Модерн-джаз танец.	Актовый зал	Наблюдение и коррективка
60				практика	2	Bodu roll, шаги примитива.	Актовый зал	Наблюдение и коррективка
61				практика	2	flat step.	Актовый зал	Наблюдение и коррективка
62				практика	2	camel walk.	Актовый зал	Наблюдение и коррективка
63				практика	2	latin walk	Актовый зал	Наблюдение и коррективка
64				практика	2	Шаги в модерн-джаз манере.	Актовый зал	Наблюдение и коррективка
65				практика	2	Шаги в модерн-джаз манере.	Актовый зал	Промежуточный контроль. коррективка

								движений
66				практика	2	Шаги в рок-манере.	Актовый зал	Промежуточный контроль. корректировка движений
67				практика	2	Шаги в рок-манере.	Актовый зал	Промежуточный контроль. корректировка движений
68				практика	2	Шаги в мюзикл-комеди-джаз манере.	Актовый зал	Промежуточный контроль. корректировка движений
69				практика	2	Шаги в мюзикл-комеди-джаз манере.	Актовый зал	Промежуточный контроль. корректировка движений
70				практика	2	Прыжки в джаз-	Актовый	Промежу

						модерне.	зал	точный контроль. корректировка движений
71				практика	2	Разучивание современного танца. подготовка к концерту	Актовый зал	Итоговый контроль. концерт
72				практика	2	Разучивание современного танца. подготовка к концерту	Актовый зал	Итоговый контроль. концерт

Методическое обеспечение программы

Приемы, принципы и методы организации образовательного процесса.

Для достижения цели, задач и содержания программы необходимо опираться в процессе обучения на следующие хореографические принципы:

- принцип формирования у обучающихся художественного восприятия через танец;
- принцип развития чувства ритма, темпа, музыкальной формы;
- принцип обучения владению культурой движения: гибкость, выворотность, пластичность.

Принципы дидактики:

- принцип развивающегося и воспитывающего характера обучения;
- принцип систематичности и последовательности в практическом овладении основами хореографического мастерства;
- принцип движения от простого к сложному, как постепенное усложнение инструктивного материала, упражнений, элементов народного танца;
- принцип наглядности, привлечение чувственного восприятия, наблюдения, показа;
- принцип опоры на возрастные и индивидуальные особенности учащихся;
- принцип доступности и посильности;
- принцип прочности обучения как возможность применять полученные знания во внеурочной деятельности, в учебных целях.

Для реализации программы в работе с обучающимися применяются следующие методы:

1. Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы.

2. Метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, историческая справка и др.

3. Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям.

4. Метод практического обучения, где в учебно - тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения.

Приемы:

- комментирование;
- инструктирование;
- корректирование.

Техническое и дидактическое обеспечение занятий.

Важным условием выполнения учебной программы является достаточный уровень материально - технического обеспечения:

- наличие актового зала;
- качественное освещение в дневное и вечернее время;
- наличие учебного кабинета(№17)для просмотра видеоматериалов,
- музыкальная аппаратура, аудиозаписи;
- специальная форма и обувь для занятий (для занятий партером - коврик);
- костюмы для концертных номеров.

Литература

1. Богаткова Л. Хоровод друзей.- М., 1957.
2. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала: Учеб. пособие для студ. вузов культуры и искусств.- М.: Гу-манит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. — 208 с: ил.: ноты
3. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца: Упражнение у станка: Учеб. пособие для вузов искусств и культуры. — М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2002. — 208 с: ил.: ноты.
4. А.Я.Вагановой «основы классического танца»
5. Коледницкий Г.Л. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов.- М.: Гном-Пресс, 2000- 64 с.
6. Ж.Е.Фирилевой, Е.Р.Сайкиной «СА-ФИ-данс» танцевально-игровая гимнастика для детей.
7. Народные танцы. Издательство ВЦСПС ,1954г.
- 8..Пуртова Т.В.,Беликова А.Н. Учите детей танцевать: Учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования, — М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. — 256 с.
9. Пасютинская В. Волшебный мир танца. М., 1985г.
10. Приглашаем танцевать. Сборник популярных бальных танцев. Сост. В. Кудряков. М., 1982.
11. Ритмика и танец :Программа спецкурса для учащихся 5-7 классов. Сост. Т. Е. Авинская, Ю.Д. Чурилов,- Ставрополь,1995.
12. Ритмика и танец :Программа спецкурса для учащихся 1-3 классов. Сост. Т. Е. Авинская, Ю.Д. Чурилов,- Ставрополь,1995.
13. Ротерс Т. Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика: Учеб. пособие для учащихся пед. уч-щ по спец. № 1910 «Физ. культура».— М.: Просвещение, 1989.— 175 с.
14. Русские кадрили- М.,1956.
15. Фольклор - музыка - театр: Программы и конспекты занятий для педагогов дополнительного образования, работающих с дошкольниками: Программно-метод. пособие / Под ред. СИ.Мерзляковой. -М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1999. - 216 с: (Воспитание и доп. образование детей).
- 16.. Фирилева Ж., Сайкина Е. Книга: СА-ФИ-ДАНСЕ. Танцевально-игровая гимнастика для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений Издательство: Детство-Пресс
17. Учебно-методическое пособие Е.В. ГОРШКОВОЙ «О «говорящих движениях и чудесных превращениях» и методической копилки