Администрация Ордынского района Новосибирской области

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования Ордынского района Новосибирской области «Ордынская детская школа искусств»

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРЕДПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА В ОБЛАСТИ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА «ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ ТВОРЧЕСТВО»

срок обучения 8(9) лет

Предметная область
ПО.01. ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ ИСПОЛНИТЕЛЬСТВО

Программа учебного предмета
ПО.01.УП.02. РИТМИКА

Срок реализации – 2года

Ордынское 2026 г

«Одобрено» Педагогическим советом МБУДО «ОДШИ» «07» 09 2026 г.	Утверждаю: Директор МБУДО «ОДШИ» _____В.К. Комолова «07» 09 2026 г. Приказ №57-9

Составитель:
Курицына Кристина Евгеньевна, преподаватель первой квалификационной категории МБУДО «ОДШИ»

Содержание

I. Пояснительная записка……4

1) ***Характеристика учебного предмета, его роль и место в образовательном процессе***
2) ***Цель и задачи учебного предмета***
3) ***Методы обучения***
4) ***Объём учебного времени, предусмотренныйучебнымпланомнареализациюучебногопредмета***

II. Формы и методы контроля, критерии оценок……...5

1) ***Текущий контроль***
2) ***Промежуточная аттестация***
3) ***График промежуточной аттестации***
4) ***Критерии оценок текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся***

III. Краткие методические рекомендации……6

IV. Содержание учебного предмета……8

V. Годовые требования……9

VI. Требования к уровню подготовки обучающихся……11

VII. Список рекомендуемой литературы……..12

I. Пояснительная записка

Программа учебного предмета «Ритмика» создана в соответствии с федеральными государственными требованиями к минимуму содержания, структур и условиям реализации дополнительной предпрофессиональной программы в области хореографического искусства «Хореографическое творчество» (в соответствии с пунктом 2 части 9.1 статьи 11 и частью 5 статьи 83 Федерального закона от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации", подпунктом 5.2.33 пункта 5 Положения о Министерстве культуры Российской Федерации, утвержденного постановлением Правительства Российской Федерации от 20.07.2011 N 590).

Программа является частью дополнительной предпрофессиональной программы в области хореографического искусства «Хореографическое творчество». Учебный предмет «Ритмика» относится к обязательной части образовательной программы.

На занятиях по ритмике происходит непосредственное и всестороннее обучение ребенка на основе гармоничного сочетания музыкального, двигательного, физического и интеллектуального развития. Уроки ритмики развивают такие музыкальные данные как слух, память, ритм, помогают выявлению творческих задатков учащихся, знакомят с теоретическими основами музыкального искусства.

Возраст поступающих в первый класс – с шести лет шести месяцев до девяти лет.

Срок реализации программы – 2 года.

Программа составлена с учётом возрастных особенностей обучающихся и направлена на:

- выявление одаренных детей в области хореографического искусства в раннем детском возрасте;
- создание условий для художественного образования, эстетического воспитания, духовно – нравственного развития детей;
- приобретение учащимися знаний, умений и навыков в области хореографического исполнительства;
- приобретение детьми опыта творческой деятельности;
- овладение детьми духовными и культурными ценностями народов мира;
- подготовку одаренных детей к поступлению в образовательные учреждения, реализующие основные профессиональные образовательные программы в области хореографического искусства.

***Цель программы*:** развитие музыкально – ритмических и двигательно – танцевальных способностей учащихся через овладение основами музыкально – ритмической культуры.

***Задачи программы*:**

- формирование музыкально-слуховых представлений: восприятие характера музыки, темпа, динамики, регистровой окраски, метро – ритма и структуры музыкального произведения;
- совершенствование навыков основных танцевальных движений, их ритмичности икоординированности,пластичностиивыразительности,свободы,лёгкостииизяществавтесн ойвзаимосвязисмузыкой;
- воспитание эмоционально – осознанного отношения к музыке, развитие музыкальности, чувства ритма, внутреннего слуха;
- развитие художественно-творческих способностей, самостоятельности, инициативы, творческой активности и фантазии.

Основной формой учебных аудиторных занятий является – **групповой урок.** Продолжительность занятия – 40минут.

Для учащихся 1 класса продолжительность учебной нагрузки составляет 35минут.

Дополнительные 10 минут выделяются для творческих и организационных видов работы.

Методы обучения

Для достижения поставленных целей и реализации задач предмета используются следующие методы обучения:

- словесный рассказ, беседа, объяснение, анализ;

- метод показа (качественный показ, демонстрация отдельных частей и всего движения, просмотр видеоматериалов);
- практический (многократное выполнение конкретного движения);
- метод проблемного изложения (преподаватель ставит и сам решает задачу, показывая при этом учащемуся различные пути и варианты решения);
- эмоциональный (подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений). Выбор методов зависит от возраста и индивидуальных особенностей ученика.

Объём учебного времени, предусмотренный учебным планом на реализацию учебного предмета

Индекс, наименование учебного предмета	**Трудоемкость в часах**		**Распределение по годам обучения**	
			1класс	**2класс**
			Количество недель аудиторных занятий	
			32	**33**
			Недельная нагрузка в часах	
ПО.01.УП.02. «Ритмика»	Аудиторные занятия (в часах)	130	2	2
	Максимальная учебная нагрузка (без учета консультаций)	130	2	2
	Консультации (часов в год)	4	2	2

Самостоятельная работа по предмету не предусмотрена.

Консультации проводятся с целью подготовки обучающихся к контрольным урокам, зачётам, экзаменам и другим мероприятиям. Консультации могут проводиться рассредоточено или в счёт резерва учебного времени.

II. Формы и методы контроля, критерии оценок

Контроль знаний, умений и навыков обучающихся обеспечивает оперативное управление учебным процессом и выполняет обучающую, проверочную, воспитательную и корректирующую функции.

Текущий контроль знаний и умений осуществляется в рамках урока в целях оперативного отслеживания за успехами обучающихся.

Промежуточная аттестация является основной формой контроля учебной работы обучающихся по дополнительным предпрофессиональным программам в области искусств и проводится с целью определения качества реализации образовательного процесса; качества теоретической и практической подготовки по учебному предмету; уровня умений и навыков, сформированных и обучающегося на определённом этапе обучения.

В соответствии с федеральными государственными требованиями к минимуму содержания, структуре и условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ промежуточная аттестация по учебному предмету «Ритмика» проходит в виде контрольных уроков (в том числе аттестация по окончании освоения предмета).

Контрольные уроки проводятся в соответствии с графиком промежуточной аттестации. Выступления учащихся оцениваются характеристикой, в которой отражаются достигнутые успехи и имеющиеся недостатки, а так же оценкой по пятибалльной системе, которая выставляется коллегиально. По окончании второго года обучения проводится итоговый контрольный урок в рамках промежуточной аттестации. По окончании освоения предмета проводится итоговый контрольный урок. Содержание контрольного урока определяется преподавателем и должно включать отдельные фрагменты всех разделов программы.

В свидетельство об окончании школы выставляется оценка с учетом успеваемости по предмету за весь срок обучения и итогового контрольного урока.

График промежуточной аттестации

Класс	*Вид контрольной проверки*	*Месяц проведения*	*Контрольные требования*
1 класс	Контрольный урок	май	Выполнение ритмических упражнений. Исполнение танцевальных движений разных характеров и музыкальных темпов.
2 класс	Контрольный урок	май	Исполнение танцевально-ритмических комбинаций с перестроениями различной координационной сложности. Исполнение танцевальных этюдов.

Критерии оценок текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся

Оценка «5» («отлично»):

- знание методики исполнения танцевальных движений;
- грамотное исполнение движений, согласно методике;
- умение двигаться в соответствии с разнообразным ритмом и характером музыкального сопровождения;
- умение различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальной фразы и всего музыкального произведения;
- эмоциональное исполнение танцевальных комбинаций и этюдов;

Оценка «4» («хорошо»):

- знание методики исполнения танцевальных движений;
- не совсем точное исполнение движений, согласно методике;
- умение двигаться в соответствии с разнообразным ритмом и характером музыкального сопровождения;
- умение различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальной фразы и всего музыкального произведения;
- недостаточно эмоциональное исполнение танцевальных комбинаций и этюдов

Оценка «3» («удовлетворительно»):

- слабое знание методики исполнения танцевальных движений;
- неграмотное исполнение движений, согласно методике;
- слабое умение двигаться в соответствии с разнообразным ритмом и характером музыкального сопровождения;
- слабое умение различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальной фразы и всего музыкального произведения;
- неэмоциональное исполнение танцевальных комбинаций и этюдов.

Оценка«2»(«неудовлетворительно»):

- незнание методики исполнения танцевальных движений;
- неграмотное исполнение движений, согласно методике;
- неумение двигаться в соответствии с разнообразным ритмом и характером музыкального сопровождения;
- неумениеразличатьиточнопередаватьвдвиженияхначалоиокончаниемузыкальнойфразыивсегомузыкальногопроизведения;
- неэмоциональное исполнение танцевальных комбинаций и этюдов.

III. Краткие методические рекомендации

Для достижения цели содержания программы необходимо опираться в процессе обучения на следующие хореографические ***принципы:***

- принцип формирования у детей художественного восприятия через пластику;
- принцип развития чувства ритма, темпа, музыкальной формы;

- принцип обучения владению культурой движения: гибкость, выворотность, пластичность.

Принципы дидактики:

- принцип развивающего 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, танцевальных элементов;
- принцип наглядности, наблюдения, показа;
- принцип опоры на возрастные и индивидуальные особенности обучающихся;
- принцип доступности.

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;
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.

Приёмы: комментирование, инструктирование, корректирование.

Структура всех занятий имеет единую форму и включает три основные части:

Подготовительная

Общее назначение – подготовка организма к предстоящей работе. Конкретными задачами этой части является: организация группы; повышение внимания и эмоционального состояния обучающихся; умеренное разогревание организма. Основными средствами подготовительной части являются: строевые упражнения; различные формы ходьбы и бега; несложные прыжки; короткие танцевальные комбинации, состоящие из освоенных ранее элементов. Все упражнения исполняются в умеренном темпе и направлены на общую подготовку опорно-двигательного аппарата, сердечно - сосудистой и дыхательной системы.

Продолжительность подготовительной части определяется задачами и содержанием занятия, составом группы и уровнем подготовки.

Основная

Задачами основной части являются: развитие и совершенствование основных физических качеств; формирование правильной осанки; музыкально – ритмическая деятельность, изучение и совершенствование движений танцев и его элементов; творческая деятельность.

Порядок решения задач в этой части строится с учетом динамики работоспособности детей. Разучивание и корректировка новых движений происходит вначале основной части, в конце – отработка знакомого материала.

Заключительная

Основные задачи – постепенное снижение нагрузки; краткий анализ работы, подведение итогов. Основными средствами являются: спокойные танцевальные шаги и движения; упражнения на расслабление; плавные движения руками; знакомые танцы, исполнение которых доставляет детям радость.

Данная структура не ограничивает вариативности проведения занятий. Они могут отличаться дозировкой частей урока и движений, амплитудой и темпом исполнения движений. Каждый урок начинается и заканчивается поклоном.

На уроках ритмики в первый год обучения не следует давать сложных движений. Придя в школу, дети имеют разную двигательную подготовку, далеко не все умеют согласовывать

движения с музыкой, а так же ориентироваться в коллективе и пространстве.
Одна из особенностей занятий хореографией – музыкальное сопровождение. В основе движения лежит музыка, её восприятие и эмоциональный отклик. Она придаёт урокам большую эмоциональность, поднимает тонус, помогает воспитанию ритмичности и точности движений. На занятиях ритмики более серьёзное значение придаётся связи музыки и движения она предусматривает не только соответствие действий с метрической пульсацией музыки, но и отображение в движении и характера музыки средств музыкальной выразительности – темпа, динамических оттенков, регистровых изменений и т.д.; особенностей строения той или иной музыкальной пьесы.

Необходимое техническое оснащение занятий

Хореографический класс, оборудованный станками и зеркалами; музыкальный инструмент (фортепиано), аудио - и видеоаппаратура, раздевалки и душевые; специальная форма для занятий (тренировочный купальник, трико-лосины, мягкая танцевальная обувь); костюмерная.

IV. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Музыкально – ритмическое воспитание занимает важное место в системе художественно – эстетического образования. Учебный предмет «Ритмика» является первой ступенью в хореографическом образовании. Его освоение способствует формированию общей культуры детей, музыкального вкуса, навыков коллективного общения, мышления, фантазии, раскрытию индивидуальности. Развивается умение передать характер музыки и содержание образа через движение. Учебный предмет «Ритмика» является базовым для освоения другими хореографическими дисциплинами. Программа учебного предмета «Ритмика» обеспечивает целостное художественно – эстетическое развитии личности и приобретение обучающимися следующих знаний, умений и навыков в *области хореографического исполнительства:*

- Знания профессиональной терминологии;
- Умения определять средства музыкальной выразительности в контексте хореографического образа;
- Умения соблюдать требования к безопасности при выполнении танцевальных движений;
- Умения осваивать и преодолевать технические трудности при разучивании хореографического произведения;
- Навыков музыкально – пластического интонирования;
- Навыков сохранения и поддержки собственной физической формы;
- Навыков публичных выступлений;

Содержание учебного предмета «Ритмика» направлено на обеспечение разносторонней подготовки обучающихся на основе федеральных государственных требований к дополнительной предпрофессиональной программе в области хореографического искусства «Хореографическое творчество». Учебный материал для занятий обширен, основное его содержание составляет музыкально – ритмическая деятельность, упражнения для развития двигательных качеств и упражнения тренировочного характера.

Материал программы включает следующие разделы:

1. Ритмика, элементы музыкальной грамоты.
2. Танцевальная азбука.
3. Танцевальные движения.
4. Творческая деятельность

Материал по учебному предмету «Ритмика» изучается концентрическим методом в течение всего учебного года. Уроки строятся комплексно, включая материал разных разделов. Последовательность изучения движений определяется главным методическим принципом - от простого к сложному. Наряду с прохождением новых движений, должен

закрепляться и весь пройденный материал. Для этого его необходимо включать в более сложные комбинации.

Для удобства материал изложен отдельно по темам, что недолжно нарушать принципа концентрического изучения его на занятиях.

Раздел1.

Ритмика, элементы музыкальной грамоты: включает ритмические упражнения, музыкальные игры, музыкальные задания по слушанию и анализу танцевальной музыки. Упражнения этого раздела способствуют развитию музыкальности: формированию музыкального восприятия, дают представление о выразительных средствах музыки, развивают чувство ритма, умение ориентироваться в маршевой и танцевальной музыке, определять ее характер, метроритм, строение и умение согласовывать музыку с движением.

Также целесообразно ввести разучивание и использование аэробики, как тренажа, которая помимо развития и укрепления мышц шеи, рук, плечевого пояса, ног, туловища, стопы, развивает детей ритмически, вносит в занятие массу положительных эмоций, доставляет детям радость и удовлетворение от красивых двигательных упражнений, воспитывает эстетически.

Раздел 2.

Танцевальная азбука включает упражнения, способствующие формированию правильной осанки, постановки корпуса, выработки координации движений. Помогают исправить физические недостатки, учат правильно дышать при исполнении упражнений и танцев.

Раздел 3.

Танцевальные движения используются не только в танцах, но и во многих упражнениях и играх. Очень важно обогатить детей запасом этих движений, научить их двигаться технически грамотно, легко, естественно, выразительно. Овладев танцевальными элементами, дети смогут составлять комбинации, придумывать несложные танцы.

Раздел 4.

Творческая деятельность включает в себя игры, создание творческих ситуаций, танцевальную импровизацию (сочинение танцевальных движений, комбинаций в процессе исполнения заданий на предложенную тему). Кроме этого, в содержание раздела могут входить задания на развитие ритмопластики, инсценирование стихотворений, песен, сказок и т.д., этюды для развития выразительности движений. Организация творческой деятельности обучающихся позволяет преподавателю увидеть характер ребёнка, найти к нему индивидуальный подход с учётом пола, возраста, темперамента, его интересов и потребностей в данном виде деятельности, выявить и развить его творческий потенциал.

V. Годовые требования

Первый класс (первый год обучения)

В задачи первого года обучения входит:

- Освоение понятий «сильная» и «слабая» доли, «метр», «ритм», «предложение», «лад», «темп», «динамика»;
- развитие навыков воспроизведения простых ритмических рисунков с помощью хлопков и притопов ног;
- освоение элементов «танцевальной азбуки»;
- освоение простых видов танцевальных движений;
- исполнение несложных танцевальных этюдов.

Раздел 1. Ритмика, элементы музыкальной грамоты

1.1. Средства музыкальной выразительности: упражнения для развития умения двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, жанром, ладовой и регистровой окраской, темпом и динамикой.

1.2. Строение музыкального произведения: понятия: вступление, часть, музыкальная фраза. Упражнения на смену движений в зависимости от смены частей, предложений и фраз. Определение характера частей и исполнение движений в характере музыки.

1.3. Ритмический рисунок: сильные – слабые доли, метрическая пульсация, акценты, музыкальный размер (2/4, 4/4, 3/4). Воспроизведение на хлопках и шагах разнообразных ритмических рисунков.

Раздел 2. Танцевальная азбука

2.1. Постановка корпуса, упражнения для отдельных групп мышц: шеи, плечевого сустава, рук, ног, бёдер, корпуса.

2.2. Упражнения на ориентировку в пространстве: повороты вправо, влево, движение по линии танца и против линии танца, движение по диагонали.

2.3. Построения и перестроения: построение в круг, в линию, в две линии; в колонну по одному, в пары и обратно, из колонны по два в колонну по четыре и обратно, сужение и расширение, упражнения и игры на ориентацию в пространстве.

Раздел 3. Танцевальные движения

3.1. Виды ходьбы: бодрый шаг, высокий шаг, шаг на носках, пружинистый шаг.

3.2. Виды бега: лёгкий, танцевальный, широкий, высокий, стремительный.

3.3. Прыжковые движения: на двух ногах на месте, с продвижением.

3.4. Подскоки: лёгкие, сильные, прямой галоп.

3.5. Хлопки

3.6. Упражнения с атрибутами (мячи, ленты и т.д.)

Раздел 4. Творческая деятельность

4.1. Танцевальные этюды: «Кузнечик», Галоп шестёрками, Полька - хлопушка, «Автостоп», «Большая прогулка» и т.д.

4.2. Музыкально – ритмические игры: «Цапля и лягушки», «Водяной», «Отгадай, чей голосок», «Воробушки», «Найди свой предмет», «Эхо», «Музыкальные стулья» и т.д.

4.3. Импровизация: сочинение танцевальных движений в процессе исполнения заданий на предложенную тему.

Второй класс (второй год обучения)

В задачи второго года обучения входит:

- Формирование навыка создания танцевальных образов в соответствии с музыкальным материалом;
- Освоение простых музыкальных форм;
- Закрепление навыка постановки корпуса, рук, ног, головы;
- Усложнение танцевальных движений;
- Исполнение несложных танцевальных этюдов.

Раздел 1. Ритмика, элементы музыкальной грамоты

1.1. Средства музыкальной выразительности: определение характера музыкального произведения, средств музыкальной выразительности; создание танцевальных образов в соответствии с музыкальным материалом. Согласованность движений с темпом, динамикой, ладовой окраской.

1.2. Строение музыкального произведения: понятия - вступление, часть, музыкальная фраза; простые музыкальные формы. Упражнения на смену движений в зависимости от смены частей, предложений и фраз. Определение характера частей и исполнение движений в характере музыки.

1.3. Ритмический рисунок: сильные - слабые доли, метрическая пульсация, акценты, музыкальный размер (2/4,4/4,3/4). Воспроизведение в упражнениях разнообразных ритмических рисунков.

Раздел 2. Танцевальная азбука

2.1. Постановка корпуса, упражнения для отдельных групп мышц: основные навыки постановки корпуса, рук, ног, головы. Использование аэробики, как

тренировочного комплекса упражнений.

2.2. Упражнения на ориентировку в пространстве: построение основных рисунков танца, изучение точек зала.

2.3. Построения и перестроения: перемещение по залу в различных направлениях по периметру, шеренгами по восемь человек, кругами (по 2, концентрическими кругами), по диагонали, «змейками». Перестроение из колонны по одному в колонну по три, по четыре на месте и с продвижением. Перестроение из троек и четвёрок в кружочки и звёздочки. Перестроение в парах: обход одним партнером другого, до – за – до и др. Перестроения, усложнённые различными видами ходьбы и исполнением танцевальныхдвижений.

Раздел 3. Танцевальные движения

3.1. Виды шагов: танцевальный шаг с носка, шаг с пятки, шаг на полупальцах, приставной шаг, шаги на полуприседании, пружинистый шаг, маршевый шаг, галоп (прямой, боковой), подскок, лёгкий бег, стремительный бег, бег с ускорением.

3.2. Прыжковые движения: выполнение прыжковых комбинаций с использованием хлопков, поворотов и т.д.

3.3. Упражнения с атрибутами (мячи, ленты, бубны, гимнастические палки и т.д.)

Раздел 4. Творческая деятельность

4.1. Танцевальные этюды: «Танец утят», «Мяч», «Эх,хорошо», «Белочки», «Кошечки» и т.д.

4.2. Музыкально – ритмические игры: «У медведя во бору», «Два Деда Мороза», «Кто живёт в лесу», «Игра с бубном», «Мышеловка» и т.д.

4.3. Импровизация: сочинение танцевальных движений в процессе исполнения заданий на предложенную тему.

VI. Требования к уровню подготовки обучающихся

Результатом освоения программы учебного предмета «Ритмика» является приобретение обучающимися следующих знаний, умений и навыков:

- Знание основных понятий, связанных с метром и ритмом, темпом и динамикой в музыке;
- Знание понятия лада в музыке (мажор, минор) и умение отражать ладовую окраску в танцевальных движениях;
- Наличие первичных знаний о музыкальном синтаксисе, простых музыкальных формах;
- Умение согласовывать движения со строением музыкального произведения;
- Наличие навыков двигательного воспроизведения ритмических рисунков;
- Наличие навыков сочетания музыкально – ритмических упражнений с танцевальными движениями.

VII. СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Бриске И.Э. Ритмика и танец. ч.1, ч.2, Российская, хореографическая ассоциация г. Челябинск, 1993;
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. М.:2000;
3. Бочкарёва Н.И. Развитие творческих способностей детей на уроках ритмики и хореографии. - Кемерово: КемГИКИ, 1994;
4. Бочкарёва Н.И. Ритмика и хореография. - Кемерово: КемГИКИ, 2000;
5. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. СПб, 2000;
6. Горшкова Е.В. От жеста к танцу (методика). М.:Изд. «Гноми Д». 2002;
7. Джим Холл, Уроки танцев. М.:АСТ «Астрель». 2008;
8. Зенн Л. Всестороннее развитие ребёнка средствами музыки и ритмических движений на уроке ритмики.– 2009;
9. Играем сначала. Гимнастика, ритмика, танец. М.2007;
10. Каплунова И., Новосельцева И.,Алексеева И. «Топ – топ-каблучок», вып.1,2- «Композитор» - Санкт-Петербург, 2000;
11. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. – М.: Просвещение, 2000;
12. Коренева Т.Ф. Музыкально – ритмические движения для детей дошкольного и младшего школьного возраста: В 2 ч. – Учеб. - метод. Пособие, ч. 1.- М.: Гуманит. изд.центр ВЛАДОС, 2001;
13. Конорова Е. Ритмика: Методическое пособие. - Вып. 1 Занятие по ритмике в первом и втором классах ДМШ. – М.: Музыка, 2012;
14. Лифиц И.В. Ритмика: Учеб. пособие для студ. сред. и высш. пед. учеб. заведений - М.: Издательский центр «Академия», 1999;
15. Льговская Н.И. Организация и содержание музыкально – игровых досугов детей старшего дошкольного возраста. М.: Айрис-пресс. 2007;
16. Пустовойтова М.Б. Ритмика для детей. Учебно – методическое пособие.М., Гуманитарный издательский центр «ВЛАДОС», 2008;
17. Фирилева Ж..Е., Сайкина Е.Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ». Танцевально-игровая гимнастика для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. – СПб.; «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2007;
18. Франио Г.С., Лифиц И.В. Методическое пособие по ритмике для 1 – го класса музыкальной школы- М.:«Музыка», 1995;
19. Школа танца для юных. СПб, 2003;
20. Шершнев В.Г. От ритмики к танцу. М. 2008;
21. Чибрикова – Луговская А.Е. Ритмика: Ходьба. Упражнения. Игры. Танцы: Метод. Пособие для воспитателей, муз. Руководителей дет.сада и учителей нач. шк.- М.: Дрофа, 1998;
22. Яновская В. Ритмика. М. «Музыка» 2011г.