Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Сланцевская средняя общеобразовательная школа №6»

РАССМОТРЕНА
на педагогическом совете
МОУ «Сланцевская СОШ №6»,
протокол №1 от 30.08.2021 г.

УТВЕРЖДЕНА
приказом
МОУ «Сланцевская СОШ №6»
от 30.08.2021 г. №66/01-37

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ «ВОЛШЕБНЫЙ МИР ТАНЦА»

Базовый уровень

Срок реализации – 1 год
Возраст обучающихся – 7-18 лет

Богинская Наталья Ивановна,
педагог дополнительного образования
МОУ «Сланцевская СОШ №6»

г. Сланцы
2021 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Нормативно-правовые основы разработки дополнительных общеобразовательных программ

- Закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» (№273 ФЗ от 29.12.2012);
- Концепция развития дополнительного образования детей (утв. распоряжением Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. №1726-р)
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 года №196;
- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи», утверждённые Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. №28;
- Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении рекомендаций» (вместе Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ)
- Письмо Минобрнауки РФ от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»
- Письмо комитета общего и профессионального образования Ленинградской области от 1 апреля 2015 года № 19-2174/15-0-0 «О методических рекомендациях по разработке и оформлению дополнительных общеразвивающих программ различной направленности» (с приложением)

Направленность программы – художественная.

Вид программы – модифицированная (по методике преподавания хореографии).

Актуальность программы. На современном этапе развития российское общество осознало необходимость духовного и нравственно-эстетического возрождения России через усиление роли эстетического образования подрастающего поколения, что повлекло за собой повышение интереса к созданию и реализации программ, ориентированных на изучение культуры, истории и искусства, изучения народного творчества и охрану здоровья обучающихся.

Танцы как интегративное искусство заключают в себе мощный потенциал для решения данных задач:

- здоровьесебережение и развитие: во время занятий и танцами действует два механизма: на физическом и интеллектуальном уровне. У занимающегося не только формируется правильная осанка, гармонично развивается мускулатура, движения становятся красивыми и грациозными, но также задействуется несколько областей мозга, что способствует развитию дополнительных связей, передачи импульса;
- приобретение социального опыта: в процессе занятий танцами появляются яркие примеры для подражания, намечаются ориентиры поведения и развития характера через взаимодействие в паре и коллективе с соблюдением норм и правил коммуникации, кроме того, происходит формирование способности к невер общению;
- приобщение к истории, культуре через многообразие изучаемых танцев;

Педагогическая целесообразность программы обусловлена соответствием основным принципам образования:

- природосообразность – реализация потребности ребенка в движении, познании нового, разноуровневом общении, возможности самовыражения (за счет особенностей танцевального искусства);
- единство обучения и воспитания - освоение программы программе предполагает не только обучение основам танцев (техническая сторона), но также предусматривает воспитание

ценностного отношения к творчеству (через знакомство с историей танца разных народов), воспитывает культуру взаимоотношений между людьми разного возраста (взаимодействие в паре, коллективе);

- сознательность и активность – на занятиях по темам программы применяются активные методы обучения (например, игровых, частично-поисковых, метода проблемных вопросов и пр.), позволяющие ребенку быть активным субъектом образовательной деятельности, в рамках возрастных особенностей осознающим ценность танцевальных занятий, способным к определению цели и результата освоения программного материала, обладающим умением к оценке достижений (своих и чужих);
- наглядность, пример – данная программа реализуется через применение максимально возможных способов визуализации процесса работы с обучающимися (видео, картинки, фото, показ педагогом и детьми);
- систематичность и последовательность – программный материал осваивается обучающимися постепенно, т.е. усложнение происходит как в рамках одного учебного года, так и по годам обучения и предполагает следующие этапы:
- прочность – для реализации данного принципа предусмотрено применение приема повторов, в т.ч. посредством отражения изученного материала в последующем. Кроме того, активно используется пропедевтика обучения – введение элементов наиболее трудных движений, которые будут изучаться позже, уже на ранних этапах обучения;
- эмоциональность – личная заинтересованность педагога, опора на лучшие качества и достижения обучающихся, применение наиболее интересных форм организации занятий, демонстрации достижений обучающимися и подбора репертуара позволяют констатировать о соблюдении данного принципа;
- доступность – данный принцип реализуется в нескольких направлениях: доступность как отсутствие жестко регламентированных ограничений к желающим осваивать программу (кроме медицинских), доступность как подбор доступного материала в соответствии с возрастом обучающихся, доступность (в данном случае практически идентична индивидуализации) как изменение содержания в зависимости от индивидуальных особенностей конкретной учебной группы;
- связь теории с практикой – освоение теории происходит преимущественно через включение в практические занятия, а также через активные методы (игры-путешествия и виртуальные экскурсии при изучении истории танца);
- проектность – обеспечение возможности обучающимся на реализацию их личных творческих продуктов (например, танцевальный акции);

Цель программы – формирование основ хореографической культуры младшего школьникакак неотъемлемой части культурной составляющей личности ребенка.

Задачи программы

Обучающие:

- Подготовить теоретическую основу знаний, необходимых для обучения танцам (усвоить теоретический программный материал).
- Обучить обучающихся танцевальным движениям (овладеть практическим программным материалом).
- Улучшать общую физическую подготовку занимающихся (сила, выносливость, ловкость, координация движений).
- Формировать у обучающихся специальные (танцевальные) данные (выворотность, гибкость, прыжок, шаг, устойчивость).
- Способствовать выработке эстетических представлений, ритмичности, музыкальности, артистичности и эмоциональной выразительности обучающихся.

Развивающие.

- Помочь обучающимся научиться организации и осуществлению сотрудничества и общения в паре, коллективе, с педагогом.
- Стимулировать развитие умственных операций: знаково-символического и пространственного мышления, творческого и репродуктивного воображения на основе развития способности обучающихся к моделированию и отображению объекта и процесса его преобразования в форме моделей, логики действий.
- Развивать умение работать воспринимать и использовать информацию применительно к эстрадному танцу в соответствии поставленной задачей, реальной ситуацией и планом действий.
- Формировать способность к адекватной самооценке результатов деятельности для корректировки плана дальнейшей деятельности.
- Помочь в развитии планово-прогностических функций личности обучающегося, способствующих появлению умения выбирать наиболее эффективные способы достижения результата.

Воспитательные.

- Воспитывать позитивного эмоционально-ценностного, уважительного отношения кхореографическому искусству как части мира мировой культуры, творческой деятельности человека, чувства сопричастности к сохранению традиций в этой области.
- Вырабатывать положительную мотивацию к творческим занятиям.
- Оказать содействие формированию способности к оценке содержания на основе эстетики,личностных ценностей.
- Формировать устойчивость эмоционально-волевой сферы.

Условия набора детей – отсутствие медицинских противопоказаний.

Срок реализации –1 (учебный) год.

Формы подведения итогов реализации дополнительной общеобразовательной программы_– концертные выступления на площадках города в рамках городских праздничных мероприятий;__конкурсы, фестивали на разном уровне (в зависимости от особенностей обучающихся).

ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

Форма образования - в организации

Форма обучения - очная, дистанционная – по запросам, а также в случае введения ограничительных мер

Календарный график (режим занятий)

Продолжительность учебного года	Количество занятий в неделю	Периодичность занятий	Продолжительность **академического** часа
34 недели	2	1 раз в неделю сдвоенные занятия	45 минут 30 минут (если преобладают обучающиеся до 8лет)

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Отличительные особенности.

- Тренировочная работа по формированию танцевальных навыков происходит в сочетании с игровыми приемами и методом импровизации
- Идет опора на интеграцию разных видов искусства: танца, музыки, литературы, кино (театра)
- Репетиционная работа организуется в том числе на площадках, где планируются выступления
- Для повышения мотивации организуются выступления перед родителями уже на начальном этапе обучения, когда обучающиеся представляют танцевальные этюды
-

Организация занятий

Формы занятий	– Занятие – игра – Занятие. – Репетиция – Интегрированное занятий – Конкурс. – Видео-занятие, концерт
Методы	- Объяснительно-иллюстративные (беседа, показ иллюстрация и схем, рассказ, показ, объяснение). - Игровые. - Практические (моделирование художественного образа, исполнение, самостоятельная работа) - Игровые - Репродуктивные (выполнение по образцу, отработка). - Частично-поисковые (моделирование, импровизация, анализ ошибок). - Проектные (создание собственного этюда)
Формы подведени яитогов	Для теории: опрос, викторина, беседа Для практики: мини-конкурсы, концертные выступления, открытое занятие

ПРОГНОЗИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ. СИСТЕМА ОЦЕНКИ

№	*Ожидаемые результаты*	*Параметры*	*Критерии*	*Показатели*	*Методы отслеживания*
1.	Предметные результаты	Сформированность системы теоретических знаний, необходимых для обучения основам танцевального искусства.	– Знание и понимание сущности изучаемых по программе тем. – Стремление к углублению знаний по конкретным вопросам. – Навык ведения беседы по изученным вопросам. – Понимание единства формы и содержания танца, а также выразительности отдельных элементов.	Применение знаний во время выполнения практических заданий.	– Блиц-опрос – Открытое занятие. – Семинар (старшие).
		Проявление высокого уровня освоения танцевальных движений	– Самостоятельное выполнение требуемых движений по названию и описанию. – Навык дифференцирования движений в танце. – Способность самостоятельно оценить хореографическое произведение и уровень его исполнения.	Правильное выполнение танцевальных движений	– Концертная деятельность – Конкурс танцев
		Развитость специальных (танцевальных) данных у обучающихся	– Выворотность. – Гибкость – Прыжок. – Шаг. – Устойчивость. – Уровень умения согласовывать движения частей тела под музыку во времени и пространстве под музыку.	Совершенствование техники исполнения танца.	– Тестовые задания
		Общая физическая подготовка обучающихся	– Сила – Выносливость – Ловкость – Подвижность суставов – Уровень развития зрительного и вестибулярного аппарата – Устойчивость тела в процессе танца – Согласованность движений звеньев тела в пространстве и времени	Сохранение и улучшение здоровья обучающихся	– Наблюдение.

2.	Метапредметные	Область коммуникации: Эффективное взаимодействие в паре, в коллективе	– Продуктивность совместной деятельности – Эмоциональное отношение к совместной деятельности – Умение договариваться и находить общее решение – Отношение друг к другу на основе морально-этических, психологических принципов – Аргументированность позиции – Взаимопомощь – Инициативность	Устойчивые дружественные отношения в коллективе	– Наблюдение
		Область коммуникации: Эффективное взаимодействие с педагогом	– Определение способов взаимодействия – Способность задавать вопросы – Адекватность реагирования на проблему – Готовность к другой точке зрения – Способность выслушать и услышать ответ	Отношения на основе партнерства	– Беседы
		Познавательный компонент: Овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей, отнесения к известным понятиям	– Обобщение – Выведение следствий – Доказательство и обоснование – Выбор критериев для работы с объектом – Анализ – Выделение признаков предмета – Определение и соотнесение части и целого	Решение поставленных задач на осознанном уровне	– Тестовые методики.
		Познавательный компонент: Умение работать в материальной и информационной среде курса обучения эстрадному танцу	– Выделение и формулировка цели действий – Определение и формулировка проблемы Соотнесение способов решения возникающих проблем и конкретных условий – Разделение основной и второстепенной информации – Выделение информации, которая нужна для решения возникшей проблемы – Владение и понимание терминологии	Повышение качества усвоения материала за счет эффективной работы с поступающей информацией. Структурированные знания	– Наблюдение

			– Выделение известного и неизвестного		
		Регуляция: Адекватность оценки результатов деятельности (собственной и других)	– Определение эталона и сравнение с ним – Предвосхищение возможного результата в соответствии со своими возможностями – Уровень зависимости от мнения окружающих	Конструктивные действия как в условиях успеха, так и неуспеха	– Открытые и соревновательные мероприятия
		Регуляция: Умение планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата	– Осознание необходимой для достижения цели последовательности действий – Ориентировка в ситуации – Способность к соотнесению действий, их качества и результата – Оценка рисков – Оценка промахов – Оценка последствий – Принятие решений – Чувство меры	Высокий уровень самостоятельности на всех этапах деятельности. Доведение действий до конца	– Наблюдение – Конкурс танцев
3.	Личностные	Адекватное восприятие танцев как неотъемлемой части мировой культуры и проявление чувства гордости за сопричастность данному виду творческой деятельности человека	– Уважительное отношение к достижениям в данной области – Определение взаимосвязи танцев со историческими эпохами, особенностями жизненного уклада, национальностью – Уважение и принятие особенностей танцевальной культуры	Приобщение к занятиям хореографией друзей и знакомых.	– Наблюдение. – Беседы.
		Положительная мотивация к занятиям и танцами с осознанием себя как участника танцевального коллектива	– Стабильно положительное отношение к хореографии. – Активность на занятиях. – Самостоятельное изучение материала по искусству танца вне учебной программы. – эмоциональное восприятие хореографического искусства в комплексе с другими видами искусств. – Соблюдение требований, предъявляемых к	Сохранность контингента	– Наблюдение. – Беседы.

			участникам танцевального коллектива		
		Сформированность эстетических потребностей, ценностей	– Мотивация выбора танца, музыкального сопровождения. – Соответствие выбора произведения ситуации. – Гармоничность подбора танцевальных движений.	Выбор для исполнения высокохудожественных произведений	– Наблюдение. – Беседы с родителями, учителями.
		Развитость эмоционально-волевой сферы	– Настойчивость – Трудолюбие – Собранность – Эмоциональная уравновешенность – Самоконтроль	Достижение поставленных целей	– Оценка успешности деятельности
		Наличие стремления к творческому труду, способствующему самовыражению	– Самостоятельность при подборе материала по заданию – Собственный поиск путей решения возникающих вопросов – Оригинальные вопросы – Навыки режиссуры танца	Решение творческих задач. Собственные творческие продукты	– Мастер-классы Творческие отчеты

Оценка освоения предметного содержания программы

Будут знать: – Особенности русского национального танца. – Ведущую роль мальчика – Правила выполнения упражнений. – Многообразие игр. – Правила и принципы перестроения – Правила грамотного исполнения танцев из репертуара. – Основные позиции – открытая, закрытая, променад и др. – Темповые движения, основные позиции, движения рук. – Характер историко-бытового танца. – Правила эстетики. – Позиции в паре. – Грамотность и выразительность движений. – Понимание художественных связей всех жанров хореографии. – Происхождение всех изученных танцев. –	*Будут уметь:* – Общаться в танце. – Строиться в линию и круг, змейкой, в шахматном порядке – Правильно приглашать на танец – Перестаиваться из колонны в шеренгу и обратно, исполнить фигурную маршировку. – Владеть осанкой. – Совершать движения в паре, по одному, в коллективе – Различать особенности маршевой музыки. – Соблюдать правила развивающих игр – Передавать национальную выразительность движений и ритмов. – Самостоятельно составлять несложные композиции, подбирать соответствующую музыку. – Исполнять танцев, построенных на движениях разных жанров и стиле танца.

Формы и периодичность диагностики.

Вид диагностики	*Срок*	*Форма проведения*			
		Теория	*Практика*	*Метапредм*	*Личностные*
Стартовая	Сентябрь 2021	Беседа	Тестовые упражнения	Наблюдение в деятельности	Наблюдение, беседы, оценка успешности деятельности
Промежуточная	Декабрь 2021	Тест	Контрольные пробы, анализ результатов деятельности	-	-
Итоговая	Май 2022			Наблюдение в деятельности	Наблюдение, беседы, оценка успешности деятельности

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН и СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММНОГО МАТЕРИАЛА

Параметры	***Уровни включения обучающихся в непосредственно образовательную деятельность***		
	1 уровень (стартовый)	**2 уровень (базовый)**	**3 уровень (продвинутый)**
Выполнение упражнений	Простые, минимальный акцент на гибкость, силовую подготовку, выворотность	Стандартный уровень сложности, внимание к качеству гибкости и силы, выворотности	Специальные упражнения на гибкость, ловкость, силу. Выворотные позиции ног
Выполнение разминки	Репродуктивный уровень, под руководством	Включение в активную позицию как соведущего разминки (эпизодически)	Самостоятельная разминка. Участие как руководителя разминки для других обучающихся
Линия в танце	Последняя	Средняя	Передняя
Сложность танцев	Базовые движения, минимальное количество перестроений	Танцевальные композиции с перестроениями	Танцы со сложным рисунком и движениями
Импровизация	Не требуется или на основе изученного	На основе изученного, но авторская компоновка	Преобладание собственного творческого подхода
Анализ и исправление ошибок	По указанию педагога	По подсказке	Самостоятельно, самоанализ, в т.ч. с подсказкой
Участие в игровой деятельности	Игрок под руководством	Самостоятельный игрок	Ведущий, судья

№	Наименование темы	Кол-во часов*	Теория	Прак-тика	Формы контроля	Содержание
						Первый год обучения
1.	**Введение в программу**	***2***	*2*	-	*Опрос*	*Теория*. Техника безопасности общая, ППБ, ПДД. Соблюдение безопасности во время танцевальных занятий. История развития танца. Из истории танца. Правила поведения в танце – этикет. Вежливость, доброжелательность, уважение к людям.
2.	**Общая подготовка:**	***28***	***3***	***25***	*Контрольные упражнения, наблюдение в деятельности*	
2.1	– Игроритмика	**8**	*1*	*7*		*Теория*. Объяснение правил. *Практика*. Упражнения на согласование движений с музыкой. Логоритмика. Танцевально-ритмическая гимнастика «Зарядка» (на муз. Шаинского), «Всадник» (на стуле), «Ванечка-пастух», «Четыре таракана», «Танец утят», «Чебурашка»
2.2	– Игрогимнастика	**3**		*3*		*Практика*. Строевые приемы. Музыкально подвижные игры «Стройся!», «Белки, шишки и орехи». Перестроение по образному расчету и ориентирам. Дыхательные упражнения
2.3	– Перестроения для танцев	**9**	*1*	*8*		*Теория*. Понятие рисунка танца. Отличительные особенности основных положений в массовом танце. *Практика*. Перестроения по линии, в хороводе, в шахматном порядке, змейкой, в кругу. Игра «Займи место». «Встали в круг!», «Чей круг быстрее соберется», «Кто я?», «Музыкальная змейка» и другие
2.4	– Общеразвивающие упражнения	**8**	*1*	*7*	*Контрольный комплекс*	*Теория*. Техника выполнения упражнений. Безопасность упражнений. *Практика*. Выполнение упражнений на носках, каблуках,

						перекаты стопы, высокое поднимание колена, выпады, ход лицом и спиной, бег с подскоками, галоп лицом и спиной в центр и со сменой ног. Игра «Имитация» на основе упражнений. ОРУ с предметами. Упражнения на гибкость, работу стоп. Растяжка
3.	**Специальная подготовка**	***10***	***2***	***8***	**Тесты**	
3.1	– Основные позиции рук, ног, корпуса	**10**	*2*	*8*		*Теория*. Техника выполнения упражнений. Исправление ошибок *Практика*. Отработка подготовительной, первой, второй и третьей позиции рук. Отработка «плие», «батман тандю», середина на полу (на ковриках)
4.	**Музыкально-развивающие игры**	***3***		***3***	*Наблюдение, импровизация*	*Практика*. Музыкально-подвижные игры «Пятнашки», «Волк во рву», «У медведя во бору», «Обнимашки», «Повтори движение», «Музыкальные игры», «Кто ближе?», «Замри!» и другие. Пластические этюды Выразить движениями рук и ног этюды добрый котенок, злая кошка. Крадущийся шаг. Шаги в образе любимых героев (кукла, Чебурашка, лошадь). Снежинки.
5.	**Развивающие танцы**	***22***	***2***	***20***	*Наблюдение, импровизация*	
5.2	– Бесконтактные танцы	**10**	*1*	*9*		*Теория*. Отличительные особенности бесконтактных танцев. Объяснение движений и их сочетаний на основе простых танцевальных шагов народного, историко-бытового, современного и ритмического танцев *Практика*. Разучивание танцев «Стирка», «Локомотив», «Слоненок», «Шоколата», «Звезды», «Барбарики», «Куклы»
5.3	– Контактные танцы	**12**	*1*	*11*		*Теория*. Отличительные особенности контактных танцев. Объяснение движений и их сочетаний на основе простых танцевальных шагов народного, историко-бытового, современного и ритмического танцев

						Практика. Разучивание танцев «Вару-вару», «Модный рок», «Диско», «Полька», «Крыжачок» и другие
6.	**Выступления**	***4***		*4*		*Практика*. Выполнение диагностических упражнений, заданий. Открытое занятие. Участие в конкурсе бальных танцев в детском объединении. Выступления на школьных мероприятиях, в учреждении.
ИТОГО		**68**	***9***	***59***		

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Дидактический материал, ТС.

1. Помещения

- Оборудованный зал (станок, зеркала, ровный пол)
- Раздевалка для мальчиков и девочек

2. Технические средства:

- Аудио- и видеоаппаратура.
- Аудио- и видеозаписи (музыкальные, танцевальные), соответствующие теме занятия.
- Аудио- и видеозаписи (турниров танцев, выступлений творческих групп, музыкальные записи)

3. Наглядный материал

- Демонстрационные стенды.
- Схемы и фотографии с изображениями позиций рук и ног.
- Схемы и фотографии, отображающие специфику различных танцевальных стилей.
- Картинки, фотографии, подборка литературных произведений (по теме для интегрированных занятий).

ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Список использованной литературы

1. Барышникова Т.К. Азбука хореографии. СПб., 1996
2. Боголюбская М.С. Учебно-воспитательная работа в детских самодеятельных хореографических коллективах. М., 1982.
3. Боттомер М. «Учимся танцевать» «Эксмо-пресс» 2002
4. Васильева Т.К. Секрет танца. - Санкт-Петербург: Диамант, 1997.
5. Григорьев Д.В., Степанов П.В. Внеурочная деятельность школьников. – М.: Просвещение, 2010.
6. Григорьев Д.В., Куприянов Б.В. Программы внеурочной деятельности. - М.: Просвещение, 2011
7. Ильенко Л.П. Интегрированный эстетический курс для начальной школы. - М., 2001.
8. Мессерер А.М. Танец. Мысль. Время. Л.: Искусство, 1990.
9. Минский Е.М. От игр к занятиям. - М., 1982.
10. Никитин Б. Развивающие игры. - М., 1985.
11. Примерные программы внеурочной деятельности (под ред. Горского В.А.). – М.: Просвещение, 2010
12. Рачкова Н.А. Логопедическая ритмика. М.: Тандем, 1998.
13. Рунова М.А. Двигательная активность ребенка в д/с. М.: Мозаика-синтез, 2000.
14. Суртаев В.Я. Игра как социокультурный феномен. - Санкт-Петербург, 2003.
15. Тихомирова Л.Ф. Упражнения на каждый день: развитие внимания и воображения дошкольников.
16. Уральская В.И. Природа танца. М.: Советская Россия, 1981.
17. Фирилева Ж.Е,, Сайкина Е.Г. Са-фи-дансе. – СПб: «Детство-экспресс», 2003
18. Фрапио Т.К. Методическое пособие по ритмике. М., 1987.

Список рекомендуемой литературы

1. Браиловская Л. «Самоучитель по танцам» Ростов-на-Дону «Феникс» 2003
2. Взаимодействие в паре. Видеокаталог фигур
3. Джазовые танцы. Сост. Диниц Е.В. – М.: ООО «Издательство «АСТ», 2004
4. Леонид Плетнев. Учебный цикл "Линия танца"
5. Популярные английские вариации.

Скачать: с «Бальные танцы: учим, танцуем, живем» -
http://stardance.com.ua/archives/tag/книги

Список рекомендуемых Интернет-ресурсов

Скачать: с «Танцы: учим, танцуем, живем» - http://stardance.com.ua/archives/tag/книги

– Андерсен «Растяжка для каждого»
– Лайрэд У. «Техника латинских танцев»
– Посетить «Спортивные танцы для начинающих» - http://dance-beginner.ru/help.php