

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ИСМАИЛОВСКАЯ ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ  
МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА ДЮРТЮЛИНСКИЙ РАЙОН  
РЕСПУБЛИКИ БАШКОРТОСТАН**

Согласовано:  
На заседании  
педагогического совета  
Протокол № 4  
от 28.08.2020г.

Утверждаю:  
Директор МБУ ДО  
Исмаиловская детская школа  
искусств МБУ  
Исмаилов Д.К.  
Приказ № 12 от 29.08.2020г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ  
ПРОГРАММА В ОБЛАСТИ МУЗЫКАЛЬНОГО ИСКУССТВА  
«ЭСТРАДНОЕ ПЕНИЕ»**

Предмет по выбору  
«РИТМИКА»

Срок обучения 4 года

Исмаилово, 2020 г.

## РЕЦЕНЗИЯ

На программу по учебному предмету «Ритмика» дополнительной общеразвивающей программы в области музыкального искусства «Эстрадное пение» преподавателя МБУ ДО Исмаиловская детская школа искусств  
Гайсиной А. Д.

Представленная к рецензированию программа учебного предмета «Ритмика» в ДШИ в области хореографического искусства разработана на основе «Рекомендации по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств», направленных письмом Министерства культуры Российской Федерации от 21.11.2013 г. № 191-01-39/06-ТИ, а также с учетом многолетнего педагогического опыта в области музыкально-ритмического и хореографического развития детей в детских школах искусств.

Структура программы включает в себя основные разделы: пояснительная записка, содержание предмета, тематический план, требования к уровню подготовки обучающихся, формы и методы контроля, методическое обоснование, необходимое материально-техническое оснащение, список методической литературы.

Содержание работы имеет компилятивный характер; раскрывает вопросы хореографическо-эстетического и методического плана, регламентирует деятельность педагога и обучающегося на уроке. Материал ориентирован на обучение детей по дополнительной общеразвивающей программе. Новизна работы заключается в точной формулировке требований к обучающимся по годам обучения, контролю над усвоением знаний, умений и навыков по предмету.

Программа систематизирует накопленные знания, умения и навыки, применяемые на занятиях «Ритмика», имеет под собой практическую основу.

Программа конкретизирует формы, методы, виды деятельности преподавателя на уроке: формулирует программные требования обучающихся.

Программа представляет собой комплексную методическую разработку, объединяющую теоретические сведения и практические рекомендации по предмету. Программа заслуживает положительной оценки и может быть рекомендована к использованию в учебно-образовательном процессе.

Рецензент:

Ганеева – Панина А.Р. методист по специальным дисциплинам, преподаватель классического танца Башкирского хореографического колледжа им. Р. Нуреева, старший преподаватель УГАИ им. З. Исмагилова, Заслуженная артистка РБ



**Дополнительная общеразвивающая  
программа в области музыкального искусства  
«Эстрадное пение»  
по учебному предмету «Ритмика»**

Разработана на основе «Рекомендаций по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств», направленных письмом Министерства культуры Российской Федерации от 21.11.2013 №191-01-39/06-ГИ, а также с учетом многолетнего педагогического опыта в области музыкально-ритмического и хореографического развития детей в детских школах искусств.

**Принята на Педагогическом совете**  
МБУ ДО Исмаиловская детская школа искусств  
Протокол №4 от «28» августа 2020

Изменения и дополнения внесены преподавателем  
МБУ ДО Исмаиловская детская школа искусств  
Хребтовой Г.Р.

**Рецензент:** Ганеева – Панина А.Р. – методист по специальным дисциплинам, преподаватель классического танца Башкирского хореографического колледжа им.Р.Нуреева, старший преподаватель УГАИ им.З.Исмагилова, заслуженная артистка РБ.

## **Структура программы учебного предмета**

### **I. Пояснительная записка**

- *Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе;*
- *Срок реализации учебного предмета;*
- *Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательной организации на реализацию учебного предмета;*
- *Форма проведения учебных аудиторных занятий;*
- *Цель и задачи учебного предмета;*
- *Обоснование структуры программы учебного предмета;*
- *Методы обучения;*
- *Описание материально-технических условий реализации учебного предмета*

### **II. Содержание учебного предмета**

- *Требования по годам обучения*

### **III. Требования к уровню подготовки обучающихся**

- *Требования к уровню подготовки на различных этапах обучения*

### **IV. Формы и методы контроля, система оценок**

- *Аттестация: цели, виды, форма, содержание;*
- *Критерии оценки*

### **V. Методическое обеспечение учебного процесса**

### **VI. Список рекомендуемой литературы**

## **I. Пояснительная записка**

### ***Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе***

Программа учебного предмета «Ритмика» разработана на основе «Рекомендаций по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств», направленных письмом Министерства культуры Российской Федерации от 21.11.2013 №191-01-39/06-ГИ, а также с учетом многолетнего педагогического опыта в области музыкально-ритмического и хореографического развития детей в детских школах искусств.

Хореографическое воспитание занимает важное место в системе обучения детей в детской школе искусств, является наиболее эффективной формой художественно-эстетического развития личности ребенка, так как способствует раскрепощению детей, стимулирует их творческое общение, активизирует развитие восприятия, внимания, памяти, воображения, воли.

Программа «Ритмика» имеет практическую направленность, так как развивает у детей чувство ритма, координацию движений, танцевальную выразительность. Программа формирует любовь к танцу, учит осознанно воспринимать произведения хореографического искусства.

Настоящая программа может быть использована в составе дополнительной общеразвивающей программы в области искусства (музыкального, театрального). Учебный предмет «Ритмика» относится к предметной области исполнительской подготовки.

Рекомендуемый возраст детей, поступающих в детскую школу искусств на общеразвивающую программу – с 7 - 13 лет.

### ***Срок реализации учебного предмета***

При реализации программы учебного предмета «Ритмика» со сроком обучения 4 года, продолжительность учебных занятий с первого по четвертый классы составляет по 34 ч. в год (1 раз в неделю).

### ***Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательной организации на реализацию учебного предмета***

Общая трудоемкость учебного предмета «Ритмика» при 4-летнем сроке обучения составляет 136 часов.

### ***Форма проведения учебных занятий***

Занятия проводятся в групповой форме (от 11 человек) и мелкогрупповой форме (от 4 до 10 человек). Продолжительность урока – 45 минут.

Мелкогрупповая форма занятий позволяет преподавателю построить процесс обучения в соответствии с принципами дифференцированного и индивидуального подходов.

### ***Цель и задачи учебного предмета***

Целью предмета «Ритмика» является развитие музыкальных способностей учащихся через овладение основами музыкально-ритмической культуры.

### ***Задачи учебного предмета***

Задачами учебного предмета являются:

- развитие музыкально-ритмических способностей;
- развитие физических данных, координации, ориентировки в пространстве;
- активизация творческих способностей;
- психологическое раскрепощение;
- формирование умений соотносить движение с музыкой;
- приобретение общетеоретической грамотности, предполагающей знания основ хореографического и музыкального искусства;
- обучение творческому использованию полученных умений и практических навыков;
- развитие художественного вкуса, фантазии;
- воспитание внимания, аккуратности, трудолюбия.

### ***Обоснование структуры программы учебного предмета***

Программа содержит следующие разделы:

- сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета;
- распределение учебного материала по годам обучения;
- описание дидактических единиц учебного предмета;
- требования к уровню подготовки учащихся;
- формы и методы контроля, система оценок;
- методическое обеспечение учебного процесса.

В соответствии с данными направлениями строится основной раздел программы «Содержание учебного предмета».

### ***Методы обучения***

Для достижения поставленной цели и реализации задач предмета используются следующие методы обучения:

- словесно-образное объяснение, беседа, рассказ;
- наглядный качественный показ;
- эмоциональный (подбор ассоциаций, образов, художественные впечатления);
- практический (творчески-самостоятельное создание обучающимися музыкально-двигательных образов, разучивание композиций).

## ***Описание материально-технических условий реализации учебного предмета***

Класс для занятий ритмикой должен быть просторным, светлым, оснащен необходимым оборудованием (балетными станками, фортепиано, звуко- и видеовоспроизводящим устройством), наглядными пособиями.

Каждый обучающийся обеспечивается доступом в библиотечный фонд для ознакомления с учебно-методической литературой по хореографическому искусству (печатными и электронными изданиями).

## **II. Содержание учебного предмета**

Учебная программа по предмету «Ритмика» рассчитана на 4 года обучения. В программе учтен принцип систематического и последовательного обучения. Последовательность в обучении поможет обучающимся применять полученные знания и умения в изучении нового материала. Программу наполняют темы, составленные с учетом возрастных возможностей детей. Формирование у обучающихся умений и навыков происходит постепенно: от знакомства с музыкальной ритмикой, изучения основ хореографии до исполнения хореографических движений, комбинаций и композиций.

Содержание программы группируется по трем направлениям (видам деятельности):

1. Музыкально-ритмическое развитие.
2. Хореографическая азбука.
3. Музыка и танец. Танцевальные композиции.

Программа каждого года обучения включает в себя учебные материалы по всем видам деятельности.

Содержанием первого вида деятельности (первого раздела) являются ритмические упражнения, музыкальные игры, музыкальные задания по слушанию и анализу танцевальной музыки. Данный вид деятельности формирует музыкальное восприятие, представление о выразительных средствах музыки; развивает чувство ритма; умение ориентироваться в маршевой и танцевальной музыке, определять ее характер, метроритм, строение; умение согласовывать музыку с движением.

Второй вид деятельности (второй раздел) опирается на освоение элементов классического, народного и бального танцев. Включенные в этот раздел упражнения способствуют формированию правильной осанки, помогают исправить физические недостатки. Обучающиеся приобретают двигательные навыки и умения, овладевают большим объемом новых движений.

Третий раздел предусматривает приобретение обучающимися знаний в области танцевальной выразительности, изучение разноплановых танцев.

Обучающиеся должны получить знания по технике безопасности при выполнении танцевальных движений.

### ***Требования по годам обучения***

#### **1 класс**

**Раздел 1.** Введение. Цели и задачи предмета. Взаимосвязь предмета «Ритмика» с учебными предметами - эстрадный вокал, вокальный ансамбль. Правильное восприятие музыкального материала и умение отобразить пластически.

Физическая культура и хореография - одна из основ пластического воспитания.

Цели и задачи:

1. Разработка процесса обучения в музыкально-эстетическом, исполнительском, сценическом развитии обучающихся любого возраста в соответствии с их индивидуальными особенностями.
2. Формирование раскованного, общительного человека, владеющего, телом, словом, умеющего слушать и понимать окружающих.
3. Развитие фантазии, памяти, внимания, чувства ритма, чувства Пространства и времени, чувства слова и других психологических составляющих личности обучающегося.
4. Развитие познавательных интересов обучающихся, новый качественный уровень обучения предмету - сценическое мастерство. Задача сценического мастерства заключается в том, чтобы уделить особое внимание развитию специальных сценических способностей.

**Раздел 2.** Тренаж физического аппарата (укрепление и развитие мышц и суставов; тренировка дыхания, развитие гибкости, пластичности, подвижности и т.д.). Перед началом занятий обучающиеся ставятся лицом к зеркалу, чтобы каждый мог видеть себя и преподавателя. Происходит знакомство обучающихся с преподавателем и с предметом «сценическое движение». После первых занятий подбираются комплексы упражнений для дальнейшего обучения обучающихся. Так как большинство упражнений требуют музыкального сопровождения, для занятий необходим магнитофон и наличие музыкального материала специально подобранного педагогом для определенного возраста учащихся. В 1 и во 2-м классах - это музыкальные произведения таких композиторов, как Григорий Гладков, Ольга Юдахина, а также песни из мультфильмов на стихи Юрия Энтина.

**Раздел 3.** Тренировка скорости, темпа и контрастности в движениях (разогревание мышц, активизация их восприимчивости, овладение разными темпо-скоростями, изучение влияния физического поведения на внутреннее состояние человека, умение контролировать «чувство времени»).

- В упражнениях движение в разных темпах.



- В упражнениях «садиться и вставать в разных темпах».

**Раздел 4.** Упражнения на развитие координации движений (точная организация движения во времени и пространстве).

Упражнения должны быть внутренне оправданы и конкретны, при исполнении их необходимо менять ритм, скорость, рисунок движения.

**Раздел 5.** Тренировка наблюдательности (умение увидеть, запомнить и воспроизвести в определенный отрезок времени то или иное движение, ракурс, мизансцену).

**Раздел 6.** Тренировка музыкальности и ритмичности.

Одним из важнейших качеств исполнителя является умение быстро воспринимать предлагаемую мелодию, ее темп и ритм, и передавать в движении.

**Раздел 7.** Постановка сценического образа. На основе выученных движений составляются танцы:

1. Танец «Полька». Сюда входят такие движения, как: подскоки, галоп, хлопки одинарные и тройные и т.д. Движения этих танцев используются в постановке вокальных номеров.

2. Хороводы и игры с пением. Общая цель данных номеров - уметь в действиях выразить свое отношение к музыке, тексту, создавая образ того или иного персонажа:

«Песня про елочку». Муз. Тиличевой, сл. М. Булатова;

- «Дождик». Муз. А. Александрова, сл. Н. Френкель.

- «Зашагали ножки весело по кругу».

**Раздел 8.** Исправление дефектов осанки, походки. После освоения учебного материала обучающимся предлагается выполнить самостоятельно задания пройденного курса (включая танцы).

## 2 класс

**Раздел 1.** Пластическое воспитание и пластическая выразительность исполнителя.

**Раздел 2.** Азбука танцевального движения.

Азбука музыкального движения состоит из ряда основных упражнений и движений для правильной постановки корпуса.

- Понятие осанка. Постановка корпуса. Положения головы. Поклон приветствие.

- Музыкальные темпы: вальс, полька. Импровизационные движения в соответствии с каждым темпом.

- «Пружинка» - легкое приседание. Музыкальный размер 2/4. темп умеренный. Приседание на два такта, потом на один такт и два приседания, на один такт.

- «Мячик» - прыжки по VI позиции. Музыкальный размер 2/4. Темп умеренный. Прыжок на два такта, затем на один такт и четыре и более прыжков на один такт.

**Раздел 3.** Танцевально-образные движения. Знакомство обучающихся с образами зверей, птиц и т.д.

**Раздел 4.** Партерная гимнастика. Упражнения выполняются на полу для растяжки и эластичности мышц ног, спины, живота.

- Упражнение для подъема стопы. Сидя на полу, ноги вытянуты вперед, спина прямая, стараемся коснуться большим пальцем пола.

- Упражнение для выворотности стопы. Сидя на полу, ноги вытянуты вперед, спина прямая, разворачиваем стопы так, чтобы коснуться мизинцами пола.

- «Лодочка» - лежа на животе, ноги прямые, руки вытянуты вперед.

Поочередно поднимаем ноги и руки, изображая качающуюся лодочку.

- «Рыбка» - лежа на животе, ноги вместе, стопы раскрыты в стороны, пятки прижаты к полу, руки вдоль корпуса.

- «Дощечка» - упражнение для укрепления мышц живота. Стоя на коленях, руки прижаты к корпусу. Выполняются покачивания корпуса вперед-назад, не садясь на ноги.

**Раздел 5.** Рисунки танца. Пространственные перестроения. Понятие пространственных перестроений: линия, колонна, круг.

- Круг. Отработка навыков двигаться по кругу: - лицом и спиной; - по одному. Собираться в маленький круг и расходиться в большой круг.

Перестроения из свободного расположения в круг и обратно.

- Линия. Движения в линиях, смены линиями, движение в линиях вправо и влево, вперед и назад.

«Змейка» - движение по линии, перестраиваясь в круг.

- Колонна. Понятие «колонна». Движение в колонне вперед. Движения в колонне на месте: наклоны в стороны.

Танцевально-образная импровизация. Отработка умений выразить в импровизации свое образное представление в движениях.

Танцевальные шаги в образах: журавля, лисы, кошки, мышки, медведя, птиц, слона и т.д.

**Раздел 6.** Постановка сценических образов. Танец-игра «Ты и я - вместе мы друзья»; танец «Все зверюшки, все птицы - хотят веселиться»; танец «Любимые мультяшки».

**Раздел 7.** Отработка всех сценических движений. После того, как все номера выучены, добиваемся четкости в исполнении движений.

### **3 класс**

**Раздел 1.** Пластическое воспитание и пластическая выразительность исполнителя.

**Раздел 2.** Тренаж физического аппарата (укрепление и развитие мышц суставов; тренировка дыхания, развитие гибкости, пластичности, подвижности и т.д.).

**Раздел 3.** Изучение простых элементов русского танца. Знакомство обучающихся с культурой русского танца, с народными праздниками и

гуляниями в старину.

Постановка русских народных танцев и изучение отдельных движений:

- «Как у наших, у ворот». Танец и песня. Разучивание основных движений и слов песни.

- «Кадриль» - танец. Разучивание основных ходов.

- «Перепляс».

- «Русский лирический».

**Раздел 4.** Упражнения на развитие координации и игры развивающие память и пластику движений. Одновременные движения (хлопки, притопы, повороты и т.д.) мальчиков и девочек в паре. Некоторые движения повторяем из прошлого класса.

Игры развивающие память и пластику движений.

**Раздел 5.** Изучение движений из русских танцев.

Отдельно с мальчиками отрабатываем хлопушку и присядку. А с девочками (элемент от моталочки), веревочку и вращения. С теми и другими отрабатываем «ковырялочку» с притопами, «ключ» дробный, вращение в паре, разные ходы с притопами, и т.д.

**Раздел 6.** Постановка сценических образов. После того как все движения выучены, нужно вырабатывать появление артистизма у обучающихся.

**Раздел 7.** Отработка всех движений из танцев. После того, как все номера выучены, добиваемся четкости в исполнении движений.

## 4 класс

**Раздел 1.** Пластическое воспитание и пластическая выразительность исполнителя.

**Раздел 2.** Упражнения у «станка». В 4 классе тренировочный комплекс разминки включает в себя более сложные упражнения на укрепление мышечного аппарата и состоит из первоначального изучения движений у «станка». Общеизвестно, что обучение танцу, особенно на начальных стадиях связано с большими физическими нагрузками, с обязательным многократным повторением одних и тех же элементов и комбинаций, все это делается для того чтобы добиться наилучших успехов у обучающихся, как в четкости движений, так и в их выразительности.

Все упражнения начинают изучать стоя лицом к станку, держась за него двумя руками. Затем постепенно переходят к исполнению тех же упражнений, держась одной рукой за станок. Главное внимание следует уделять правильной постановке корпуса, рук, ног, головы, как основе равновесия и апломба.

**Раздел 3.** Танцевальная культура 19 века. 19 век - век массовых бальных танцев, век вальса. Именно вальс определяет структуру и характер бальных танцев 19 столетия. Изучаем краткую историю бальных танцев 19 века.

**Раздел 4.** Основные положения рук, корпуса и головы в танцах 19 века.

Основные элементы танцев 19 века. Полонез. Отдельно изучаем положение рук, корпуса и головы у дамы и у кавалера. Затем учимся танцевать в паре.

**Раздел 5.** Основные элементы «Фигурного вальса».

Основные движения «Фигурного танца»:

- Вальсовая «дорожка». Муз. Размер 3/4;
- «Балянсе»;
- Вальсовый поворот;
- Различные виды вращений в паре.

**Раздел 6.** Этика и эстетика выступления.

Вопросы поведения, общения с окружающими, отношения к занятиям, педагогу и получаемым знаниям. Сюда же входят вопросы внешнего вида на сцене и внутренней психологической подготовки к творческому проявлению. Внешний вид (одежда, обувь, прическа), мимика должны соответствовать исполняемому репертуару и месту выступления. Волнение перед выступлением должно сопровождаться возвышенными мыслями добра, любви и радости. Такая психическая установка поможет обучающимся не растеряться на сцене во время выступления.

**Раздел 7.** Отработка всех движений из танцев. После того, как все номера выучены, добиваемся четкости в исполнении движений.

### **III. Требования к уровню подготовки обучающихся**

Данный раздел содержит перечень знаний, умений и навыков, приобретение которых обеспечивает программа по учебному предмету «Ритмика»:

1. Знание основных понятий и терминов в области хореографии и музыки.
2. Знание техники безопасности.
2. Представление о двигательных функциях отдельных частей тела.
3. Знание позиций ног, рук.
4. Навыки координации.
5. Владение различными танцевальными движениями.
6. Представление о сценической площадке, рисунке танца, слаженности и культуре исполнения танца.
7. Навыки исполнения танцевальных движений, комбинаций и композиций.

### **IV. Формы и методы проведения контроля, система оценок**

***Аттестация: цели, виды, форма, содержание***

Контроль знаний, умений, навыков обучающихся обеспечивает оперативное управление учебным процессом и выполняет обучающую, проверочную, воспитательную и корректирующую функции. Программа предусматривает текущий контроль, промежуточную аттестацию, а также

итоговую аттестацию. Промежуточный контроль успеваемости обучающихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет в виде творческого просмотра по окончании каждого года обучения.

Итоговая аттестация проводится в форме контрольного урока по окончании реализации образовательной программы. По окончании образовательной программы обучающиеся:

*должны знать:*

- правила сценического поведения.
- основы сценической речи и сценического движения.

*должны уметь:*

- скоординированно двигаться под музыку различных современных направлений;
- создать на сцене образ в соответствии с содержанием песни;
- инсценировать исполняемые вокальные произведения сольно и в ансамбле;
- использовать навыки актерского мастерства в работе над сольными и ансамблевыми произведениями, в сценических выступлениях.

### ***Критерии оценки***

По результатам текущей, промежуточной и итоговой аттестации выставляются оценки: «отлично», «хорошо», «удовлетворительно».

- *5 (отлично)* - ставится, если учащийся точно и грамотно выполнил задания;
- *4 (хорошо)* – ставится при некоторой неточности в исполнении заданных движений и комбинаций, недочетов в исполнении танцевальных композиций;
- *3 (удовлетворительно)* - ставится, если исполнение неряшливо, недостаточно грамотно и маловыразительно.

## **V. Методическое обеспечение учебного процесса**

В каждом ребенке в большей или меньшей степени заложена потребность в движении, в танце. Основная педагогическая задача – активизировать и поддержать эту потребность. «Добывая» музыкальные знания, ребенок осуществляет мыслительные действия, которые позволяют ему повторить открытия, когда-то уже совершенные. В данном процессе происходит «присвоение» знаний, которые становятся духовным капиталом ребенка.

В процессе обучения ребенок открывает для себя свойства музыкального звука (тембр, длительность, высоту, громкость); познает двигательные способности своего тела. Учебная работа по восприятию данных качеств звука развивает музыкальные способности ученика, метроритмическое чувство. И, как результат развития этих способностей, - формирование навыков движения под музыку.

Программа имеет своей целью адаптировать относительно сложные музыкальные и хореографические понятия к младшему школьному возрасту; сформировать навыки исполнения различных танцев, обогатить познания ребенка об окружающем мире представлениями о хореографическом искусстве.

Поскольку речь идет о групповых занятиях, предпочтение отдается методике игрового сотрудничества.

Музыкальное сопровождение урока является основой музыкально-ритмического воспитания и влияет на развитие музыкальной культуры учащихся. Музыкальное оформление должно быть разнообразным и качественно исполненным. Произведения должны быть доступными для восприятия детей, ясными по фактуре, жанру, стилю, разнообразными по характеру и мелодическому содержанию.

На занятиях используется:

- классическая музыка,
- народная музыка,
- музыка в современных ритмах.

## VI. Список рекомендуемой литературы

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. Л. - М., 1964
2. Барышникова Т. Азбука хореографии (Внимание: дети) - М.: Ральф, 2000
3. Бырченко Т., Франио Г. Хрестоматия по сольфеджио и ритмике. М., Советский композитор, 1991
4. Ваганова А.Д. Основы классического танца. Л.-М., 1963
5. Васильева - Рождественская М. Историко-бытовой танец. М., 1968
6. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. М., 2004
7. Жак-Далькроз Э. Ритм. – М.: Классика – XXI век, 2001
8. Заводина И. В. Методическое пособие по ритмике для 3 класса музыкальной школы (любое издание)
9. Заводина И. В. Методическое пособие по ритмике для 4 класса музыкальной школы (любое издание)
10. Ивановский Н. Бальный танец XVI - XIX в. М. - Л., 1948
11. Конорова Е. Методическое пособие по ритмике. Вып 1, 2. - М.: Музыка, 1978
12. Кулагина И. Художественное движение. - М.: Изд-во «Наука», 1999
13. Луговская А. Ритмические упражнения, игры и пляски - М.: Советский композитор, 1991
14. Руднева С., Фиш Э. Ритмика. Музыкальное движение.- М.: Просвещение, 1972
15. Ткаченко Т.С. Народные танцы. М., 1975
16. Франио Г.С., Лифиц И.В. Методическое пособие по ритмике. 1 класс. М., Музыка, 1995
17. Франио Г.С. Методическое пособие по ритмике. 2 класс. М., Музыка, 1996
18. Франио Г.С. Роль ритмики в эстетическом воспитании. М., 1988
19. Шушкина З. Ритмика. – М., 1967
20. Яновская В. Ритмика. – М., 1979