

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 5 городского округа Мариуполь»
Донецкой Народной Республики



Утверждена
Директор ГБОУ «СШ № 5
ГО Мариуполь»
И.В. Фомичёва

Принята:
на Педагогическом совете
Протокол № 1
от 29.08.2024

Согласована:
на Методическом совете
Протокол №1
от 29.08.2024

Согласована:
на МО
Протокол № 1
от 29.08.2024

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по курсу внеурочной деятельности

Хореография

для 5-9 классов

учитель Юхно Валентина Михайловна

на 2024-2025 учебный год

Мариуполь

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка..... стр.3
2. Планируемые результаты..... стр.5
3. Содержание программы..... стр.8
4. Календарно – тематическое планирование..... стр.12
5. Учебно-методическое обеспечение..... стр.17

1. Пояснительная записка

Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время танец – наиболее массовая форма активного приобщения к музыке. Танцевать может каждый ребенок, и танец для него естественный и доступный способ выражения художественных потребностей, чувств, настроений. Поэтому в руках умелого руководителя танца – действенное средство музыкально-эстетического воспитания. В танце соединены такие многогранные средства музыкально-эстетического воспитания человека, как движение и музыка.

Новизна программы заключается в том, что она лабильна (от латинского «скользящий, неустойчивый»), так как репертуар ежегодно обновляется, каждый новый танец подбирается под определённого ребёнка или группу детей с учётом их музыкальных возможностей, двигательных способностей, психологических особенностей. Интерес обучающихся к танцевально-эстрадной деятельности позволяет привлекать детей, заполнить активным содержанием их свободное время, развивает творческие способности и самодисциплину, чувство коллективизма, ответственности, формирует гражданскую позицию и собственную значимость.

Целью программы является личностный рост ребенка в художественно-эстетической сфере, приобщение к миру танца и профессиям, связанным с музыкой.

Программа направлена на решение следующих задач:

Обучающие:

- развивать танцевальные способности
- учить школьников выразительно исполнять народные и бальные танцы
- обучение детей работать в группе;

- вовлечение детей в мир красивых танцев и музыкальных произведений;
- обучение свободному ориентированию в работе с реквизитом.

Развивающие:

- развитие и поддержание устойчивого интереса ребенка к танцевально-эстрадному творчеству;
- развитие активности детей, снятие закрепощенности;
- развитие у детей воображения и музыкальной фантазии, эмоциональности в исполнении, а также двигательной культуры и артистизма;
- развитие художественного восприятия и вкуса, воспитание культуры поведения и общения.

Воспитательные:

- формирование личностных качеств у обучающихся: гражданственность, патриотизм, бережного отношения к природе, любви к Родине, нравственно – эстетических норм, межличностных отношений;
- создание комфортных условий для интересной творческой работы в коллективе, способствующих развитию коммуникативных навыков личности;
- создание оптимальных условий для развития и реализации потенциальных способностей одаренных детей.

2. Планируемые результаты.

В результате реализации программы воспитания и социализации обучающихся на ступени основного общего образования должно обеспечиваться достижение обучающимися:

воспитательных результатов – тех духовно-нравственных приобретений, которые получил школьник вследствие участия в той или иной деятельности (например, приобрел, участвуя в каком-либо

мероприятии, некое знание о себе и окружающих, опыт самостоятельного действия, пережил и прочувствовал нечто как ценность);

эффекта – последствия результата, то, к чему привело достижение результата (развитие школьника как личности, формирование его компетентности, идентичности и т.д.).

При этом учитывается, что достижение эффекта – развитие личности обучающегося, формирование его социальной компетентности и т.д. становится возможным благодаря воспитательной деятельности педагога, других субъектов духовно-нравственного развития и воспитания (семьи, друзей, ближайшего окружения, общественности, СМИ и т.п.), а также собственным усилиям самого обучающегося.

Воспитательные результаты и эффекты деятельности школьников распределяются по трем уровням.

Первый уровень результатов – приобретение школьником социальных знаний (об общественных нормах, устройстве общества, социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе и т.п.), первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие ученика со своими учителями (в основном и дополнительном образовании) как значимыми для него носителями положительного социального знания и повседневного опыта.

Второй уровень результатов – получение школьником опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества, ценностного отношения к социальной реальности в целом. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие обучающихся между собой на уровне класса, школы, т.е. в защищенной, дружественной просоциальной среде, в которой ребенок получает (или не получает) первое практическое подтверждение приобретенных социальных знаний, начинает их ценить (или отвергает).

Третий уровень результатов – получение школьником опыта самостоятельного общественного действия. Только в самостоятельном общественном действии юный человек действительно становится (а не просто узнает о том, как стать) гражданином, социальным деятелем, свободным человеком. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие школьника с представителями различных социальных субъектов за пределами школы, в открытой общественной среде.

С переходом от одного уровня результатов к другому существенно возрастают воспитательные эффекты: на первом уровне воспитание приближено к обучению, при этом предметом воспитания как учения являются не столько научные знания, сколько знания о ценностях; на третьем уровне создаются необходимые условия для участия обучающихся в нравственно-ориентированной социально значимой деятельности.

Таким образом, знания о ценностях переводятся в реально действующие, осознанные мотивы поведения, значения ценностей присваиваются обучающимися и становятся их личностными смыслами, духовно-нравственное развитие школьников достигает относительной полноты.

Переход от одного уровня воспитательных результатов к другому должен быть последовательным, постепенным.

Достижение трех уровней воспитательных результатов обеспечивает появление значимых эффектов воспитания и социализации детей – формирование у школьников коммуникативной, этической, социальной, гражданской компетентности и социокультурной идентичности в ее национально-государственном, этническом, религиозном, тендерном и других аспектах.

Таким образом, программа воспитания и социализации обучающихся на ступени основного общего образования направлена на создание **модели выпускника школы.**

Модель выпускника второй ступени обучения:

- любящий свой край и свою Родину, знающий свой родной язык, уважающий свой народ, его культуру и духовные традиции;
- осознающий и принимающий ценности человеческой жизни, семьи, гражданского общества, многонационального российского народа, человечества;
- активно и заинтересованно познающий мир, осознающий ценность труда, науки и творчества;
- умеющий учиться, осознающий важность образования и самообразования для жизни и деятельности, способный применять полученные знания на практике;
- социально активный, уважающий закон и правопорядок, соизмеряющий свои поступки с нравственными ценностями, осознающий свои обязанности перед семьёй, обществом, Отечеством;
- уважающий других людей; умеющий вести конструктивный диалог, достигать взаимопонимания, сотрудничать для достижения общих результатов;
- осознанно выполняющий правила здорового и безопасного для себя и окружающего образа жизни;
- ориентирующийся в мире профессий, понимающий значение профессиональной деятельности для человека

Взаимосвязь с программой воспитания

Программа курса внеурочной деятельности разработана с учётом федеральных образовательных программ начального общего, основного общего и среднего общего образования. Это позволяет на практике соединить обучающую и воспитательную деятельность педагога,

ориентировать её не только на интеллектуальное, но и на нравственное, социальное развитие ребёнка. Это проявляется:

- в выделении в цели программы ценностных приоритетов;
- в приоритете личностных результатов реализации программы внеурочной деятельности, нашедших свое отражение и конкретизацию в программе воспитания;
- в интерактивных формах занятий для обучающихся, обеспечивающих их вовлеченность в совместную с педагогом и сверстниками деятельность.

3. Содержание программы

№	Название темы	Количество часов			Содержание
		Всего	Теор.	Прак.	
5 класс					
1.	Введение.	1	1	0	Правила поведения на уроках «танцевальные ритмы», о технике безопасности, о форме одежды для занятий.
2.	Построения и перестроения	8	1	7	Построение в круг, построение в линию, построение в две линии. Практика: упражнения и игры на ориентацию в пространстве, ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, вокруг, из круга.
3.	Партерная гимнастика.	10	1	9	Понятие «партерной гимнастики» и основных упражнений. Практика: - выполнение упражнений партерной гимнастики; - работа стопы; - наклоны корпуса вперед сидя; - упражнения на укрепление позвоночника и косых мышц спины; - простейшие упражнения на развитие координации: руки - ноги, синхронно и последовательно.
4.	Отработка танцевальных	18	2	16	Танцевальные движения народного характера и элементы современного и бального танца.

	движений.				
5	Импровизация, игры.	9	1	8	Понятия «импровизация», «фантазия», «воображение». Практика: творческая деятельность на развитие фантазии и воображения; знакомство с играми. Игры: «Ручеек», «Делай как я», «Зеркало», «Кошки – мышки»
6	Постановка, изучение танца.	20	2	18	«Сансара», «Сиртаки».
7	Итоговое занятие.	2	2	0	Отчетное выступление.
		68	10	58	
6 класс					
1	Введение.	1	1	0	Беседа о правилах поведения на уроке, о технике безопасности.
2	Построения и перестроения.	8	1	7	Построение в круг, сужение и расширение круга; построение в линию парами; построение в две линии парами. Практика: упражнения и игры на ориентацию в пространстве; работа в парах; свободное размещение в зале с последующим возвращением в колонну, в круг.
3	Партерная гимнастика.	10	1	9	Основы выполнения упражнений партерной гимнастики. Практика: работа стопы; наклоны корпуса вперед сидя; упражнения на укрепление позвоночника и косых мышц спины; упражнения на развитие координации: руки-ноги, синхронно и последовательно; упражнения для растяжки, в положении сидя, лежа, шпагат.
4	Отработка танцевальных движений.	18	2	16	Движения народного танца, танцевальные элементы современного и бального танца.
5	Импровизация, игры.	9	1	8	Творческая деятельность на развитие фантазии и воображения. Игры: «Море волнуется ...», « Делай как я», «Зеркало».
6	Постановка,	20	2	18	«Барыня».

	изучение танца.				
7	Итоговое занятие.	2	2	0	Подведение итогов. Практика: отчетное выступление.
		68	10	58	
7 класс					
1	Введение.	1	1	0	Беседа о правилах поведения на уроке «танцевальные ритмы», о технике безопасности.
2	Партерная гимнастика.	25	3	22	Основы выполнения упражнений партерной гимнастики. Практика: работа стопы; наклоны корпуса вперед сидя; упражнения на укрепление позвоночника и косых мышц спины; упражнения на развитие координации: руки-ноги, синхронно и последовательно; упражнения для растяжки, в положении стоя, сидя, лежа.
3	Постановка, изучение танца.	24	5	19	Движения танцев: «па-де-спанья», «русский лирический», «полька - шотландка», «полонез». Знать нормы этики при исполнении танцев.
4.	Основы современного танца.	16	1	15	Движения рук в джаз-танце: jass dance second, jass dance fifth, jerk position, движения кисти, пальцев. Catch step. Повороты с шагом. Проучивание танцевальных комбинаций. Растяжки из положения falls. Battement tendu в современном танце. Pas de bourree turn (повороты вправо и влево). Туры в воздухе с прямыми и подогнутыми ногами. Kick step. Kick step с чередованием шагов.
5.	Итоговое занятие.	2	0	2	Подведение итогов. Практика: отчетное выступление.
		68	10	58	
8 класс					
1	Введение.	1	1	0	Беседа о правилах поведения на уроке «танцевальные ритмы», о технике безопасности.
2	Партерная гимнастика.	25	3	22	Основы выполнения упражнений партерной гимнастики. Практика: работа стопы; наклоны корпуса вперед сидя; упражнения на укрепление позвоночника и косых мышц спины; упражнения на развитие координации: руки-ноги, синхронно и последовательно; упражнения для растяжки, в положении сидя, лежа.
3	Постановка,	24	5	19	Движения танцев: «па-де-спанья», «русский

	изучение танца.				лирический», «полька - шотландка», «полонез». Знать нормы этики при исполнении танцев.
4.	Основы современного танца.	16	1	15	Движения рук в джаз-танце: jass dance second, jass dance fifth, jerk position, движения кисти, пальцев. Catch step. Повороты с шагом. Проучивание танцевальных комбинаций. Растяжки из положения falls. Battement tendu в современном танце. Pas de bourree turn (повороты вправо и влево). Туры в воздухе с прямыми и подогнутыми ногами. Kick step. Kick step с чередованием шагов.
5.	Итоговое занятие.	2	0	2	Подведение итогов. Практика: отчетное выступление.
		68	10	58	
9 класс					
1	Введение.	1	1	0	Беседа о правилах поведения на уроке «танцевальные ритмы», о технике безопасности.
2	Партерная гимнастика.	25	3	22	Основы выполнения упражнений партерной гимнастики. Практика: работа стопы; наклоны корпуса вперед сидя; упражнения на укрепление позвоночника и косых мышц спины; упражнения на развитие координации: руки-ноги, синхронно и последовательно; упражнения для растяжки, в положении сидя, лежа.
3	Постановка, изучение танца.	24	5	19	Движения танцев: «па-де-спанья», «русский лирический», «полька - шотландка», «полонез». Знать нормы этики при исполнении танцев.
4.	Основы современного танца.	16	1	15	Движения рук в джаз-танце: jass dance second, jass dance fifth, jerk position, движения кисти, пальцев. Catch step. Повороты с шагом. Проучивание танцевальных комбинаций. Растяжки из положения falls. Battement tendu в современном танце. Pas de bourree turn (повороты вправо и влево). Туры в воздухе с прямыми и подогнутыми ногами. Kick step. Kick step с чередованием шагов.
5.	Итоговое занятие.	2	0	2	Подведение итогов. Практика: отчетное выступление.
		68	10	58	

4. Календарно – тематическое планирование

Хореография для обучающихся 5 классов, 68 часов в год

№	Тема урока (содержание)	Количество часов	Факт
1	Правила поведения на уроках, о технике безопасности, о форме одежды для занятий.	1 час	
	Построения и перестроения .	8 часов	
2	Роль танца в жизни древних славян. Становление современного танца.	2 часа	
3	«Пружинка», крестный ход, «постукивания» на месте.	2 часа	
4	Характер музыки и передача его через движение со сменой перестроений: шеренга, круг, две шеренги напротив друг друга.	2 часа	
5	Двигательные навыки. Упражнения на координацию движения, осанку и силу мышц.	2 часа	
	Партерная гимнастика	10 часов	
6	Упражнения для развития подъёма и выворотности стоп.	2 часа	
7	Упражнения для развитие гибкости спины: «лодочка», «корзинка», «кольцо», «берёзка», «мостик» с положения лёжа, «мостик» с положения стоя.	2 часа	
8	Упражнения для развития подвижности тазобедренных суставов.	2 часа	
9	Классический танец в партере.	2 часа	
10	Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса и спины. Упражнения для развития силы ног.	2 часа	
	Отработка танцевальных движений.	18	
11	Ознакомиться с основным мягким шагом в хороводе. Основные фигуры хоровода (корзиночка, воротца, улитка, круг).	2 часа	
12	Отработка танцевальных движений танца «хоровод».	2 часа	
13	Изучение движений русского народного танца «хлопушки», моталочки, молоточки.	2 часа	
14	Вращение: шине. Правила выполнения шине. Точка во время выполнения вращений.	2 часа	
15	Прыжки: соте по 1, 2 параллельной позиции ног, поджатые прыжки, подскоки.	2 часа	
16	Отработка ранее изученных движений.	2 часа	
17	Движения рук в джаз-танце: jass dance second, jass dance fifth, jerk position, движения кисти, пальцев. Catch step. Повороты с шагом.	2 часа	
18	Разучивание танцевальных комбинаций. Растяжки из положения falls. Battement tendu в современном танце. Kick step. Kick step с чередованием шагов	2 часа	

19	Повторение изученных комбинаций в современном танце.	2 часа	
	Импровизация, игры.	9 часов	
20	Понятия «импровизация», «фантазия», «воображение».	3 часа	
21	творческая деятельность на развитие фантазии и воображения; знакомство с играми. Игры: «Ручеек», «Делай как я».	2 часа	
22	творческая деятельность на развитие фантазии и воображения; знакомство с играми. Игры: «Зеркало», «Кошки – мышки»	2 часа	
23	Танцы-игры.	2 часа	
	Постановка, изучение танца.	20 часов	
24	Идея номера «Сансара». Разучивание выхода под счет.	2 часа	
25	Разучивание движений под счёт и под музыку.	2 часа	
26	Разучивание перестроений в танце.	2 часа	
27	Работа в парах. Разучивание движений в парах.	2 часа	
28	Разучивание движений в партере.	2 часа	
29	Техника выполнения поддержки в танце.	2 часа	
30	Отработка танца под счёт и под музыку.	2 часа	
31	Идея и история танца «Сиртаки». Основной шаг танца.	2 часа	
32	Разучивание перестроений и новых танцевальных элементов в танце.	2 часа	
33	Отработка танца «Сиртаки» под счёт и под музыку.	2 часа	
34	Итоговое занятие	2 часа	
	Всего	68 часов	

Хореография для обучающихся 6 классов, 68 часов в год

№	Тема урока (содержание)	Количество часов	Факт
1	Правила поведения на уроках, о технике безопасности, о форме одежды для занятий.	1 час	
	Построения и перестроения .	8 часов	
2	Развитие Русского народного танца. Движения народного танца, характерные для Донецкой области.	2 часа	
3	Элементы русской пляски. Дроби.	2 часа	
4	Характер музыки и передача его через движение со сменой перестроений: шеренга, круг, две шеренги напротив друг друга.	2 часа	
5	Двигательные навыки. Упражнения на координацию движения, осанку и силу мышц.	2 часа	
	Партерная гимнастика	10 часов	
6	Упражнения для развития подъёма и выворотности стоп.	2 часа	

7	Упражнения для развитие гибкости спины: «лодочка», «корзинка», «кольцо», «берёзка», «мостик» с положения лёжа, «мостик» с положения стоя.	2 часа	
8	Упражнения для развития подвижности тазобедренных суставов.	2 часа	
9	Классический танец в партере.	2 часа	
10	Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса и спины. Упражнения для развития силы ног.	2 часа	
	Отработка танцевальных движений.	18	
11	Ознакомиться с основным мягким шагом в хороводе. Основные фигуры хоровода (корзиночка, воротца, улитка, круг).	2 часа	
12	Отработка танцевальных движений танца «хоровод».	2 часа	
13	Изучение движений русского народного танца «хлопушки», моталочки, молоточки, верёвочка, ковырялочка.	2 часа	
14	Вращение: шине, пируэт, сотеню.	2 часа	
15	Прыжки: соте по 1, 2 выворотной позиции ног, поджатые прыжки, подскоки, эшапе, шажман по 5 позиции ног.	2 часа	
16	Отработка ранее изученных движений.	2 часа	
17	Движения рук в джаз-танце: jass dance second, jass dance fifth, jerk position, движения кисти, пальцев. Catch step. Повороты с шагом.	2 часа	
18	Разучивание танцевальных комбинаций. Растяжки из положения falls. Battement tendu в современном танце. Kick step. Kick step с чередованием шагов	2 часа	
19	Повторение изученных комбинаций в современном танце.	2 часа	
	Импровизация, игры.	9 часов	
20	Понятия «импровизация», «фантазия», «воображение».	3 часа	
21	творческая деятельность на развитие фантазии и воображения; знакомство с играми. Игры: «Ручеек», «Делай как я».	2 часа	
22	творческая деятельность на развитие фантазии и воображения; знакомство с играми. Игры: «Зеркало», «Кошки – мышки»	2 часа	
23	Танцы-игры.	2 часа	
	Постановка, изучение танца.	20 часов	
24	Идея номера. Разучивание выхода под счет.	2 часа	
25	Разучивание движений под счёт и под музыку.	2 часа	
26	Разучивание перестроений в танце.	2 часа	
27	Работа в парах. Разучивание движений в парах.	2 часа	
28	Разучивание движений в партере.	2 часа	
29	Техника выполнения поддержки в танце.	2 часа	

30	Отработка танца под счёт и под музыку.	2 часа	
31	Идея и история танца. Основной шаг танца.	2 часа	
32	Разучивание перестроений и новых танцевальных элементов в танце.	2 часа	
33	Отработка танца под счёт и под музыку.	2 часа	
34	Итоговое занятие	2 часа	
	Всего	68 часов	

Хореография для обучающихся 7-9 классов, 68 часов в год

№	Тема урока (содержание)	Количество часов	Факт
1	Правила поведения на уроках, о технике безопасности, о форме одежды для занятий.	1 час	
	Партерная гимнастика	25 часов	
2	Название мышц, работающих при выполнении упражнений. Развитие мобильности плечевого сустава, растяжка мышц рук.	3 часа	
3	Классический танец в партере.	2 часа	
4	Упражнения для развития брюшного пресса. «Солдатик», планки с различными модификациями. Поднимание туловища из положения лёжа с различными модификациями.	2 часа	
5	Упражнения на координацию движения, осанку и силу мышц.	2 часа	
6	Упражнения для развития подъёма и выворотности стоп.	2 часа	
7	Упражнения для развитие гибкости спины: «лодочка», «корзинка», «кольцо», «берёзка», «мостик» с положения лёжа, «мостик» с положения стоя.	2 часа	
8	Упражнения для развития подвижности тазобедренных суставов.	2 часа	
9	Классический танец в партере.	2 часа	
10	Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса и спины. Упражнения для развития силы ног.	2 часа	
11	Подготовительные упражнения к «скорпиону».	2 часа	
12	Подготовительные упражнения к стойке на локтях.	2 часа	
13	Подготовительные упражнения к стойке на руках.	2 часа	
	Постановка, изучение танца.	24 часа	
14	Идея номера. Разучивание выхода под счет.	2 часа	
15	Разучивание движений под счёт и под музыку.	2 часа	
16	Разучивание перестроений в танце.	2 часа	
17	Работа в парах. Разучивание движений в парах.	2 часа	
18	Разучивание движений в партере.	2 часа	
19	Техника выполнения поддержки в танце.	2 часа	
20	Отработка танца под счёт и под музыку.	3 часа	

21	Идея и история танца. Основной шаг танца.	2 часа	
22	Разучивание перестроений и новых танцевальных элементов в танце.	2 часа	
23	Танцы-игры.	2 часа	
24	Отработка выученных ранее танцевальных номеров.	2 часа	
25	Подготовка к концертам.	2 часа	
	Основы современного танца	16 часов	
26	Разучивание движения рук в джаз-танце: jass dance second, jass dance fifth, jerk position, движения кисти, пальцев.	2 часа	
27	Catch step. Повороты с шагом. Разучивание танцевальных комбинаций.	2 часа	
28	Растяжки из положения falls. Battement tendu в современном танце. Pas de bourree turn (повороты вправо и влево).	2 часа	
29	Туры в воздухе с прямыми и подогнутыми ногами. Kick step. Kick step с чередованием шагов.	2 часа	
30	Упражнения современного танца в партере.	2 часа	
31	Изучение танцевальных комбинаций в стиле джаз-модерн.	2 часа	
32	Изучение танцевальных комбинаций в стиле контемпорари.	2 часа	
33	Повторение ранее изученных комбинаций.	2 часа	
34	Итоговое занятие	2 часа	
	Всего	68 часов	

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса

- Компьютер;
- музыкальная фонотека
- CD– диски;
- костюмы, декорации

5. Учебно-методическое обеспечение

1. А. Степанова «Сюжетные танцы» государственное издательство «Искусство» - М.: 2004г.
2. В. Швец «Танец живота. Я всё могу!» - М.: ОЛМА ПРЕСС Инвест, 2014 г. 3. З.П. Резникова «Встаньте, дети, встаньте в круг...», издательство «Советская Россия», - М.: 2013 г.
3. З.Я. Роот «Танцевальный калейдоскоп» - М.: «АРКТИ» 2015 г.
4. К. Силаева «Школа танца для юных» - М.: ЭКСМО Санкт Петербург издательство «Теория» 2013 г.
5. Л.Смит «Танцы. Начальный курс» - М.: издательство «АСТРЕЛЬ» АСТ 2012 г.
6. О.В. Иванникова «Классические танцы» Государственное издательство «Искусство» - М.: 2011 г.
7. Т. Устинова «Современность в танце» издательство «Искусство» - М.: 1998 г.

Для обучающихся:

1. А. Степанова «Сюжетные танцы для младшего возраста» издательство «Искусство» - М.: 2008г.
2. В. Швец «Танец живота. Я всё могу!» детская литература - М.: ОЛМА ПРЕСС Инвест, 2012 г.
3. Л.Смит «Танцевальная азбука» - М.: издательство «АСТРЕЛЬ» АСТ 2013 г.