

I. **Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразова-**

 **тельной общеразвивающей программы.**

1. Пояснительная записка.

2. Цель и задачи программы.

3. Планируемые результаты.

II. **Комплекс организационно-педагогических условий реализации программы.**

1. Учебно-тематическое планирование.

2. Условия реализации программы.

3. Расписание занятий. Организация образовательной деятельности.

4. Список используемой литературы.

  **1. Пояснительная записка.**

ВВЕДЕНИЕ:

 В духовной культуре человечества хореографическое искусство занимает своё особое значимое место. Являясь одним из самых древних видов искусства, появившись с рождением человечества, танец всегда неразрывно связан с жизнью.

 Изменялось общество - изменялось и танцевальное искусство. XXI век принёс с собой новую, более сложную технику, новые специальности, и новое отношение к хореографическому искусству. Танец стал больше, чем красивое зрелищное представление. На данном этапе развития танец раскрывает духовно-нравственный потенциал человека, его способность ценить красоту, совершенство мира природы и гармоничную взаимосвязь с ним. Танец - искусство многогранное, объединяющее искусство действия с музыкой, художественными образами, произведениями литературы.

Данная программа по хореографии «Танцевальная радуга» - это всего лишь начало пути, вступая на который, ребенок не только продвигается к вершине мастерства, преодолевая трудности образовательного процесса, но и постоянно находится в коллективе единомышленников, развивается духовно, эмоционально, интеллектуально, физически, приобретает навыки грациозных движений, участвует в концертных выступлениях, учится аккуратности, целеустремленности. И, конечно, детям вовсе не обязательно становиться профессиональными танцорами или избирать путь педагога – балетмейстера. Достаточно научиться красиво двигаться, чувствовать музыку, легко общаться с окружающими людьми и пронести по жизни любовь к танцу.

Задача педагога – развить творческие способности ребенка, осуществить дифференцированный подход к личности, направлять усилия воспитанников на достижение поставленных целей.

Программа «Танцевальная радуга» соответствует **ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ** и рассчитана на детей с разной степенью одаренности и склонности к танцевальному искусству.

По виду дополнительная общеразвивающая программа «Танцевальная радуга» является модифицированной.

По форме организации – кружковая.

Уровень освоения программы – стартовый.

 **АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОГРАММЫ.**

 Рост числа заболеваний среди школьников за последние годы стремительно набирает темпы. Наряду с экологическими, социальными и наследственными факторами формированию этих заболеваний способствует большое психоэмоциональное напряжение, связанное с условиями жизни и обучения, трудностями организации обучения школьников.

 На современном этапе актуальной становится задача обеспечения сохранения и укрепления здоровья учащихся. Танец - это движение, а движение - это жизнь. Он организует тело человека, благотворно влияет на все функции организма, нервную систему, делает собранным, внутренне ритмичным, свободным, воспитывает волю и внимание, обостряет восприятие, эмоциональность. Танцы являются хорошим средством борьбы с гиподинамией, оказывают благоприятное влияние на сердечно-сосудистую, дыхательную и нервную системы организма. Позволяют поддерживать гибкость позвоночника, содействуют подвижности в суставах и развивают выносливость, способствуют формированию правильной осанки, красивой и легкой походки, плавности, грациозности и изящества движений. С помощью танцевальных движений можно воспитывать внимание, умение ориентироваться во времени и пространстве, способствовать развитию ловкости и координации движений. Танец имеет большое воспитательное значение как средство воспитания национального самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох столь же необходимо, как изучение всемирной истории и этапов развития мировой художественной культуры, ибо каждый народ имеет свои, только ему присущие танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи и характер. Изучение танцев своего народа должно стать такой же потребностью, как и изучение родного языка, мелодий, песен, традиций, ибо в этом заключены основы национального характера, этнической самобытности, выработанные в течение многих веков. Актуальность программы также обусловлена социальным заказом на гуманистическую направленность образования и необходимостью художественного воспитания личности ребёнка, формирования общей культуры, возможностью последующей самореализации в жизни.

**НОВИЗНА ПРОГРАММЫ** состоит в том, что она в отличие от изученных программ данного профиля комплексная, направлена на синтез народной, бальной и современной хореографии. В данной программе адаптированы к возможностям детей разных возрастов основные направления танца и пластики, включающие: гимнастику, ритмику, народно-сценический, бальный и эстрадный танец. Такой подход направлен на раскрытие творческого потенциала и темперамента детей, а также на развитие их сценической культуры. Отличительной особенностью данной программы является совмещение нескольких танцевальных направлений, позволяющих осуществить комплексную хореографическую подготовку обучающихся в течение всего курса обучения. Занятия направлены не столько на профессиональное обучение танцевальному искусству, сколько на раскрепощение детей и их личностный рост. Важной отличительной особенностью программы является то, что дети начинают выступать перед зрителями уже с первого года обучения. Это развивает опыт сценической практики, закаляет детей морально, повышает самооценку и развивает мотивацию к обучению.

 **2. Цель и задачи программы.**

 **ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ** – воспитание нравственно – эстетических качеств личности средствами хореографического искусства.

Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных **задач:**

 **I. Обучающие**:

 • Обучить детей основам народно-стилизованного, бального и эстрадного танца;

• Сформировать у детей музыкально-ритмических навыки, красоту и правильность движений.

 **II. Развивающие задачи**  подразумевают постепенное физическое совершенствование и привитие специальных навыков: координации; ловкости; силы; выносливости; гибкости; правильной осанки, являющейся условием здорового позвоночника; музыкально-пластической выразительности; активизации специфических видов памяти (моторной, слуховой и образной):

 • Сформировать у детей движенческие навыки;

• Развить чувства ритма, умение слушать музыку и отражать в движении характер;

 • Развить творческое воображение ребенка, совершенствовать навыки творческого самовыражения;

**III. Воспитательные:**

• Воспитывать эстетический вкус (умение видеть красоту движения в танце);

• Воспитывать чувство коллективизма;

• Воспитывать навыки культурного общения в коллективе;

• Обучать воспитанников приемам самостоятельной и коллективной работы;

 • Воспитывать нравственные качества детей;

• Воспитывать у детей уважение к хореографическому искусству, народным истокам, к традициям и культуре своего народа, других народов.

**IV.Задачи в личностной области**:

• интегрировать духовно-нравственные ценности в содержание дополнительного образования;

• создать условия для формирования целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики;

• сформировать мотивацию к занятиям по изучению хореографии, стремление использовать полученные знания в процессе изучения других предметов и в жизни;

• способствовать сформированию коммуникативной компетентности в процессе образовательной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;

 • развивать творческий потенциал путем активизации воображения и фантазии;

 • развивать способность и готовность к принятию ценностей здорового образа жизни за счет знания основных гигиенических норм.

**V.Задачи в метапредметной области**:

• способствовать формированию адекватной самооценки, самостоятельному и осознанному определению жизненных и профессиональных планов;

 • ориентироваться в системе познавательных ценностей;

• выбирать целевые и смысловые установки в своих действиях и поступках по отношению к окружающему миру.

**VI.Задачи в предметной области:**

• организовать образовательный процесс, способствующий формированию осознанного восприятия целостности окружающего мира, освоения основ хореографической грамотности, элементарных правил нравственного поведения в окружающем мире и мире людей, норм здоровьесберегающего поведения в природной и социальной среде;

 • сформировать знания о значении танца в жизни человека.

 **3. Планируемые результаты.**

Предлагаемая рабочая программа ориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привития начальных навыков в искусстве танца.

В задачу первого года обучения входит:

- знакомство с позициями ног, рук, положением головы, корпуса во время исполнения простейших элементов, развитие элементарных навыков координации движений;

 -знакомство с простыми элементами и небольшие комбинациями русского стилизованного, бального и эстрадного танцев;

- развитие навыков координации движений и музыкального слуха.

 Знать:

-правила поведения на занятиях;

-правила постановки корпуса;

-позиции рук, ног, головы в танце.

Уметь:

-распознавать характер музыки;

-сохранять правильную осанку и позиции ног, рук, головы;

-выполнять простейшие танцевальные шаги;

-ориентироваться в пространстве;

-передвигаться по определенной площадке и в определенном рисунке, запоминая изменения рисунка;

 -переходить из одного движения в другое;

-различать музыкальные темпы, соединяя их с элементами упражнений;

-справляться с несложными танцевальными комбинациями.

Иметь навыки:

-чувства ритма, уметь отражать в движениях характер музыки;

-выполнения партерной гимнастики.

 Также к ожидаемым результатам нужно отнести созданные хореографические сюжетные народно стилизованные, бальные, эстрадные композиции, а также выступления и участие в школьных мероприятиях, концертах.

|  |  |
| --- | --- |
|   |  |

II. **Комплекс организационно-педагогических условий реализации**

 **программы.**

 **1. Учебно-тематическое планирование.**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | ***№ зан.*** | **тема** | **цель** | **час** | **дата** |
|  | 1 | Знакомство. Изучение элементов разминки.  |  Развитие музыкальности, умение координировать движения с музыкой. | 1 |  |
|  | 2 | Разминка. Музыкально ритмические игры. Постановка корпуса, рук, головы. | Развитие координации движений, подвижности нервных процессов, внимания, памяти. | 1 |  |
|  | 3 | Разминка. Соединение движений в танцевальные комбинации-связки.  |  Развитие музыкального ритма, точности движений. | 1 |  |
|  | 4 |  Разминка. Музыкальные жанры. Упражнения, укрепляющие мышцы спины, гибкость позвоночника. | Развитие физических способностей, гибкости тела и актёрского мастерства. | 1 |  |
|  | 5 |  Разминка. Позиции ног в танце. Разучивание танцевальных элементов | Способствовать развитию выразительности движений, образного мышления, чувства ритма. | 1 |  |
|  | 6 | Разминка. Изучение поворотов влево и вправо.  | Развитие вестибулярного аппарата и координаций движений | 1 |  |
|  | 8 |  Разминка. Повторение танцевальных позиций ног. Элементы эстрадного танца. | Развитие физических способностей, координации и ловкости движений, внимания. | 1 |  |
|  | 9 |   Разминка. Ритмика.  Изучение элементов эстрадного танца  | Развитие координации, точности движений. Ориентирование в темпе музыки. | 1 |  |
|  | 10 | Разминка. Ритмика. Изучение элементов танца  |  Развитие выразительности пластики, синхронность действий в группе во время движения | 1 |  |
|  | 11 | Разминка. Повороты в движении по диагонали. Постановка танца. Отработка движений | Развитие вестибулярного аппарата, внимания и творческих способностей. | 1 |  |
|  | 12 | Разминка. Упражнения на гибкость и растяжку. Отработка элементов танца  |  Развитие физических способностей, гибкости. Импровизация в игровой форме. | 1 |  |
|  | 13 |  Разминка. Изучение элементов эстрадного танца. | Развитие творческих способностей и воображения, а также выразительности движений, образного мышления, чувства ритма.   | 1 |  |
|  | 14 |   Разминка. Изучение  элементов эстрадного танца  | Развитие творческих способностей и фантазии. Способствовать развитию выразительности движений, образного мышления, чувства ритма.  Развитие эмоциональной сферы и выражение эмоций в мимике. | 1 |  |
|  | 15 | Разминка. Динамика и сила амплитуда исполнения танцевальных элементов. | Отработка точности движений, эмоциональной выразительности танца. | 1 |  |
|  | 16 | Разминка. Упражнения на гибкость и растяжку.Элементы танца. | Развитие физических способностей, пластики и гибкости. |  1 |  |
|  | 17 | Разминка. Взаимодействие в паре.Ведение в паре. | Определение приоритетных действий партнёра в управлении партнёршей. | 1 |  |
|  |   18 | Разминка. Коллективные действия. Синхронность исполнения танцевальных связок. | Освоение коллективных синхронных действий, тренировка внимания, «Чувство локтя». | 1 |  |
|  |  19 | Разминка. Коллективные действия. Синхронность исполнения танцевальных связок.  | Освоение коллективных синхронных действий, тренировка внимания, «чувство локтя» | 1 |  |
|  | 20 | Разминка. Постановочная работа. | Развитие творческого мышления, фантазии и внимательности. |  1 |  |
|  | 21 | Разминка. Постановочная работа. | Развитие творческого мышления, фантазии и внимательности. | 1 |  |
|  |   22 | Разминка. Постановочная работа. | Развитие творческого мышления. Фантазии и внимательности. | 1 |  |
|  |  23 | Разминка. Равнение и интервалы при исполнении танцевальных комбинаций. | Развитие внимания, чувства ответственности друг за друга, а также геометрического пространственного мышления. |  1 |  |
|  |  24 | Разминка. Равнение и интервалы при исполнении танцевального номера. | Развитие внимания, чувства ответственности дуг за друга, а также геометрического пространственного мышления. | 1 |  |
|  |  25 | Разминка. Понятие «боковое зрение». Упражнения на равнение в геометрических рисунках. | Развитие необходимых зрительных навыков при исполнении танцевальных перестроений. | 1 |  |
|  |  26 | Разминка. Коллективные упражнения на отработку равнения и интервалов. | Развитие необходимых зрительных навыков при исполнении танцевальных перестроений. |  1 |  |
|  |  27 | Разминка. Отработка танцевального номера. Эстрадный танец. | Отработка точности движений, эмоциональной выразительности танца. | 1 |  |
|  |   28 | Разминка. Отработка танцевального номера. Эстрадный танец. | Отработка точности движений, эмоциональной выразительности танца. | 1 |  |
|  |  29 | Разминка. Синхронность и ансамблевость исполнения номера. | Развитие коллективных действий с полным вниманием на равнение, интервалы и синхронность. | 1 |  |
|  |   30 | Разминка. Подготовка к выступлению. Эстрадный танец. | Создание правильного эмоционального фона и настроения для предстоящего выступления. | 1 |  |
|  |  31 | Разминка. Подготовка к выступлению на новогодней ёлке. | Отработка точности движений, эмоциональной выразительности танца. | 1 |  |
|  | 32 |  Разминка. Повороты. Повороты в движении по диагонали. | Развитие двигательных качеств и умений, координации движений, умения ориентироваться в пространстве.  | 1 |  |
|  | 33 | Разминка. Синхронность музыки и движений. Эмоции в танце. | Развитие эмоциональных качеств детей при исполнении танца. | 1 |  |
|  |   34 |  Разминка. Упражнения на гибкость и растяжку. Рисунок в танце. Танцевальные связки. |  Закрепить полученные навыки, развивать умение двигаться в соответствии с музыкой, обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений. | 1 |  |
|  |  35 | Разминка. Танцевальные позиции рук, ног, корпуса и головы в русском стилизованном танце. | Закрепление пройденного ранее материала. Освоение танцевальной манеры русского танца. |  1 |  |
|  |    36  | Разминка. Характер русского танца. Эмоциональность исполнения. | Развитие эмоциональности, закрепление танцевальных позиций. |  1 |  |
|  | 37 |  Разминка. Элементы русского стилизованного танца. | Развитие внимания и образного мышления. | 1 |  |
|  |  38 |   Разминка. Танцевальные перестроения (круг, линия, диагональ) |  Развитие умения ориентироваться в сценическом пространстве. | 1 |  |
|  |  39 |  Разминка. Характер музыки и танца. Эмоциональность в музыке и танце. |  Способствовать развитию умений воспринимать музыку, то есть чувствовать ее настроение, характер и понимать ее содержание. |  1  |  |
|  |  40 |   Разминка. Упражнения на пластику рук в русском стилизованном танце. | Развитие творческих способностей, потребности самовыражения в движении под музыку; развитие творческого воображения и фантазии. |  1 |  |
|  | 41 |  Разминка. Постановочная работа. Русский стилизованный танец. | Развитие выразительности движений, образного мышления, чувства ритма, способности к импровизации. |  1 |  |
|  | 42 | Разминка. Постановочная работа. Русский стилизованный танец. |  Развитие внимания, памяти.  | 1 |  |
|  | 43 |  Разминка. Постановочная работа. Русский стилизованный танец. | Развитие координации движений, силы и выносливости. Весёлый эмоциональный подъём в танце. | 1 |  |
|  | 44 |    Разминка. Вращения в паре в русском стилизованном танце. | Закрепление навыков поворотов, физическая подготовка, укрепление вестибулярного аппарата. | 1 |  |
|  |  |
|  | 45 |  Разминка. Работа над элементами в паре (партнёр и партнёрша) | Развитие физических качеств. Создание тёплого, уважительного отношения друг к другу при работе детей в парах. | 1 |  |
|  | 46 |  Разминка. Изучение танцевальных элементов в парах. | Развитие ритмического восприятия, изучение нового материала. | 1 |  |
|  | 47 | Разминка. Отработка танца. Динамика и амплитуда действий. | Отработка точности движений, эмоциональной выразительности танца. | 1 |  |
|  | 48 | Разминка. Отработка синхронности и манеры исполнения танца. |  Способствование развитию координации движений, подвижности, внимания, памяти. | 1 |  |
|  | 4950515253 54 55  56 57 58 59 60 61 62  63   64  65   66 67  68  |  Разминка. Отработка танца. Динамика и чёткость исполнения.Разминка. Работа над эмоциональным содержанием русского стилизованного танца. Разминка. История возникновения танца Вальс.Разминка. Позиция ног, рук, головы и корпуса в танце вальс.Разминка. Элемент "Качели". Постановка рук, корпуса и головы в танце Вальс  Разминка. Элемент "Качели"в парах.   Разминка. Тройной вальсовый шаг. Разминка. Работа в паре. Элемент «Качели»Разминка. Простые элементы фигурного вальса.Разминка. Простые элементы фигурного вальса. Разминка. Стойка в паре. Элемент «Качели» в паре.Разминка. Вальсовый шаг самостоятельно и в паре.Разминка. Изучение простых элементов вальса для постановки номера. Разминка. Постановка номера Школьный вальсРазминка. Постановка номера Школьный вальс Разминка. Синхронность коллективных действий в танцевальных перестроениях.Разминка. Отработка номера. Эмоциональное содержание танца. Повторение и отработка выученных танцев: эстрадного, русского стилизованного и вальса.Повторение и отработка выученных танца: эстрадного. Эмоциональное содержание танца. | Отработка точности движений, эмоциональной выразительности танца.Развитие координации движений, силы и выносливости. Весёлый эмоциональный подъём в танце.Приобретение новых знаний и интересных фактов из истории танцев.Теоретические и практические навыки манеры исполнения танцаТеоретические и практические навыки манеры исполнения танцаТеоретические и практические навыки манеры исполнения танцаРазвитие музыкальных и ритмических способностей, понимание трёхдольного ритма вальсового шага.Развитие музыкальных и ритмических способностей, понимание трёхдольного ритма вальсового шага.Развитие музыкальных навыков, приобретение теоретических и практических знаний о танце Вальс.Развитие танцевальных навыков, приобретение теоретических и практических знаний о танце Вальс.Развитие танцевальных навыков при движении в паре, сохранение правильных позиций в танце.Накопление практических навыков исполнения основных вальсовых шагов. Развитие творческого мышления, фантазии и внимательности.Развитие творческого мышления, фантазии и внимательности.Развитие двигательных качеств и умений, координации движений, умения ориентироваться в пространстве.Развитие двигательных качеств и умений, координации движений, умения ориентироваться в пространстве.Координация внимания, памяти. Создание сценического образа.Координация внимания, памяти. Создание сценического образа.Создание необходимого эмоционального фона и настроения для предстоящего выступления.Создание сценического образа.  | 1111  1 1 1 1 1 1 1 1 1 1  1 1 1 1 11 |  |
|  | 69 | Повторение и отработка выученных танца: русского стилизованного. | Создание необходимого эмоционального фона и настроения для предстоящего выступления. | 1 |  |
|  | 70 | Повторение и отработка выученных танца: вальса. | Создание необходимого эмоционального фона и настроения для предстоящего выступления. | 1 |  |
|  | 71 | Разминка. Повторение выученного материала | Репетиция. | 1 |  |
|  | 72 |  Подготовка к открытому занятию для родителей | Определение программы открытого урока. Репетиция. | 1 |  |

 **2. Условия реализации программы.**

**1.Материально - технические:**

 Для проведения занятий по хореографии необходима следующая материально-техническая база:

• Учебный класс для занятий – хорошо проветриваемое и освещенное помещение;

• Наличие оборудования для зала (зеркала, коврики, мультимедийная система); • Наличие у детей специальной формы и обуви для танцев;

• Комнаты для переодевания мальчиков и девочек;

• Комната для хранения сценических танцевальных костюмов реквизита и сценической обуви;

• Музыкальное сопровождение - технические средства обучения: звуко-техническое и видеооборудование (компьютер, музыкальный центр, микрофоны, пульт, DVD диски, USB носители, диски с записями);

 • Наличие сценических костюмов для концертных номеров;

**2. Психолого – педагогические условия**:

 Для осуществления данной программы педагог должен иметь:

• специальное хореографическое и педагогическое образование;

 • стаж работы с детьми;

 • знания особенностей физического и психологического развития школьников разной возрастной категории;

 • иметь опыт работы по различным направлениям хореографического искусства;

 • педагог должен быть психологом, внимательно относиться к индивидуальности каждого ребёнка, должен быть гибким в плане построения занятия;

• необходим тесный контакт с родителями;

• педагог должен быть требовательным, добиваться от детей грамотного исполнения заданий;

• педагог должен чувствовать настроение детей, их устремления, желания и возможности, в то же время, сам должен быть творческой, высоко духовной личностью, иметь широкий кругозор, идти в ногу со временем.

 **3. Расписание занятий. Организация образовательной деятельности.**

Срок реализации программы рассчитан на один год обучения.

Программа дополнительного образования реализуется 2 раза в неделю. Продолжительность 1-го занятия 45 минут. Занятия организуются в помещении актового зала.

Программа рассчитана на 72 учебных часа. С целью сохранения здоровья и исходя из программных требований продолжительность занятия соответствует возрасту детей.

*Структура занятия по хореографии* - общепринятая и состоит из трёх частей: подготовительной, основной и заключительной.

*Подготовительная часть* занятия занимает 5-15% общего времени. Задачи этой части сводятся к тому, чтобы подготовить организм ребёнка к работе, создать психологический и эмоциональный настрой. В нее входят: разминка, гимнастика, ритмика; музыкально - подвижные игры; танцы (танцевальные шаги, элементы хореографии, ритмические танцы); музыкально - ритмическая композиция.

*Основная часть* занимает 70-85% от общего времени. В этой части решаются основные задачи, идёт основная работа над развитием двигательных способностей. В этой части даётся большой объём знаний, развивающих творческие способности детей.

*Заключительная часть* занятия длится от 3 до 7 % общего времени. Здесь используются упражнения на расслабление мышц и игровой отдых. В конце занятия подводится итог, и дети возвращаются в класс.

 **4. Список используемой литературы .**

1.Барышникова Т. «Азбука хореографии». – Москва, Ральф, 2001

2. Бекина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. Музыка и движение -М., 2002

3. Богданов Г. Урок русского народного танца. – Москва, 1995

4. Ваганова А.Я. «Основы классического танца». – Ленинград, Искусство, 1980 5. Васильева Т. Секрет танца. – СПб., 1977 г.

6. Горский Б.А. Технология разработки авторской программы дополнительного образования детей. // Дополнительное образование – 2003 - №1.

7. Гусев Г.П. «Методика преподавания народного танца – Танцевальные движения и комбинации на середине зала», – М: Владос, 2004.

8. Джозеф С. Хавилер. Тело танцора, медицинский взгляд на танцы и тренировки. Изд. «Новое слово» - 2004.

9. Захаров В.М. Танцы народов мира. – М., 2001.

10. Ивановский Н.П. Бальный танец. – Калининград, 2004.

11. Кауль Н.Н. Как научить танцевать – Ростов, 2004.

12. Климов А. Основы русского народного танца – М., 2004.

13. Кулагина И.Е. «Художественное движение» Программы дополнительного образования Министерства образования Высшей школы РФ, 2005.

14. Мур А. Бальные танцы – М., 2004.

15. Мур А. Начальный курс танца – М., 2002.

16. Передреева О.Б. Что такое программа дополнительного образования нового поколения. // Дополнительное образование. – 2003. – №3.

 17. Полятков С. Основы современного танца. – Ростов-на-Дону, 2005

 18. Роот З. Танцы с нотами – М., 2006