

**Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
«Детская школа искусств №1»
г. Липецка**

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Основы хореографии»**

ПРОГРАММА
по учебному предмету
«РИТМИКА И ТАНЕЦ»

Хованская Г.В., заместитель директора по УВР

ЛИПЕЦК
2020

Структура программы учебного предмета

- 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
- Сведения о затратах учебного времени
- Форма проведения учебных аудиторных занятий
- Цели и задачи учебного предмета
- Структура программы учебного предмета
- Методы обучения
- Описание материально-технических условий реализации учебного предмета

II.Содержание учебного предмета

- Учебно-тематический план
- Годовые требования

III.Требования к уровню подготовки учащихся

- Требования к уровню подготовки на различных этапах обучения

IV.Формы и методы контроля, система оценок

- Аттестация: цели, виды, форма, содержание

V.Методическое обеспечение учебного процесса

- Рекомендации педагогическим работникам

VI.Список учебной и методической литературы

- Список рекомендуемой нотной литературы
- Список рекомендуемой методической литературы

I.Пояснительная записка

1. Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе

Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа по учебному предмету «Ритмика и танец» разработана на основе «Рекомендаций по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств» в соответствии письмом Министерства культуры Российской Федерации от 21.11.2013 №191-01-39/06-Г и предназначена для обучения учащихся на отделении ранне-эстетического развития.

С древних времен известно воздействие ритмичного движения и музыки на состояние здоровья человека. Специально подобранные упражнения развивают у детей музыкальный слух, память, внимание, ритмичность, пластичную выразительность движений, положительно влияют на психическое самочувствие, совершенствуют координацию движений, формируют красивую походку, культуру движений, экспрессию мимики, свободу ориентации в музыкальных ритмах.

2.Срок реализации учебного предмета

Программа по учебному предмету «Ритмика и танец» предназначена для отделения ранне-эстетического развития по направлению «Основы хореографии» и рассчитана на два учебных года. Программа ориентирована на детей в возрасте 4-6 лет . Дети могут поступать в ДШИ в течении всего учебного года, с условием готовности ребенка к реализации программы в сокращенные сроки.

3.Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательной организации на реализацию учебного предмета «Ритмика и танец» составляет 144 час.

Срок обучения	1 год обучения	2 год обучения
Максимальная нагрузка в часах	72	72
Количество часов на аудиторную нагрузку	72	72
Общее количество часов на аудиторные занятия	144	
Недельная аудиторная нагрузка	2	2

4. Сведения о затратах учебного времени на реализацию учебного предмета «Ритмика и танец»:

Вид учебной работы, нагрузки	Затраты учебного времени		Затраты учебного времени		Всего за 2 года
Годы обучения	1 год		2 год		
Полугодия	1	2	1	2	
Количество занятий	16	20	16	20	72
Аудиторные занятия в часах	32	40	32	40	144
Максимальная учебная нагрузка	72		72		144

5. Форма проведения учебных аудиторных занятий - групповая (состав группы 12-14 человек).

6. Цель и задачи учебного предмета «Ритмика и танец»

Цель:приобщение детей к танцевальному искусству, воспитание эмоциональной отзывчивости, развитие навыков в умении слушать музыку и передавать в движении ее образное содержание.

Основными задачами предмета являются:

- формирование двигательных навыков и умений;
- развитие физических данных, координации движения, пластичности, хореографической памяти, выносливости;
- формирование умения соотносить движения с музыкой;
- овладение свободой движения;
- психологическое раскрепощение учащихся;
- воспитание любви и интереса к искусству хореографии.

Для решения задач, выдвигаемых данной программой, требуется учитывать психологию детей младшего школьного возраста: особенности их внимания, восприятия, мышления, а также физиологические особенности организма. В процессе обучения у детей необходимо формировать такие качества, как внимание, собранность, целеустремленность,

работоспособность, коллективизм. Важнейшей воспитательной задачей является формирование творческого отношения к труду.

7. Структура программы учебного предмета «Ритмика и танец»

Программа содержит следующие разделы:

- распределение учебного материала по годам обучения;
- требования к уровню подготовки учащихся;
- формы и методы контроля, система оценок, итоговая аттестация;
- методическое обеспечение учебного процесса.

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

8. Методы обучения

Наглядность. Показ физических упражнений, образный рассказ, подражание;

Доступность. Изучение движений от простого к сложному, от известного к неизвестному;

Систематичность. Регулярность занятий, повышение нагрузки, увеличение количества упражнений;

Закрепление навыков. Многократное выполнение упражнений, умение выполнять их самостоятельно;

Индивидуальный подход. Учет особенностей возраста, особенностей каждого ребенка;

Сознательность. Понимание пользы упражнений, потребность их выполнения в домашних условиях.

9. Описание материально-технических условий реализации учебного предмета

Для реализации учебного предмета школа располагает учебными аудиториями, специализированными кабинетами и материально-техническим обеспечением, включающими в себя:

- балетные залы площадью не менее 40 кв. м., имеющие пригодное для танца напольное покрытие (деревянный пол), балетные станки (палки) и зеркала;
- раздевалки для обучающихся и преподавателей.

Оборудование балетного зала: фортепиано и звукотехническая аппаратура.

II. Содержание программы

Программа учебного предмета «Ритмика и танец» включает в себя следующие разделы:

- Ритмика и танцевальные движения;
- Игровые танцы и танцевальные игры;
- Танцевальные этюды и танцы.

Раздел «Ритмика и танцевальные движения» изучается на протяжении всего курса обучения (2 года) и состоит из ритмических упражнений, музыкальных заданий по слушанию и анализу танцевальной музыки, движений под музыку. Упражнения этого раздела должны научить детей вслушиваться в музыку, различать выразительные средства, сформировать умение согласовывать движение с музыкой. Следует учитывать, что недостаточное музыкальное развитие детей на первом этапе обычно является основным тормозом в развитии их танцевальных способностей. В этом разделе ставится задача подготовить организм ребенка к выполнению более сложных и интенсивных упражнений следующей части занятия. В содержание этого раздела входят упражнения ритмики, танцевальные движения, упражнения на внимание и координацию. Их можно использовать в любом возрасте с той разницей, что детям 4-5 лет (1-й год обучения) рекомендуется делать их более медленно, спокойно. Вся группа упражнений исполняется на середине зала.

Раздел «Игровые танцы и танцевальные игры» входит в программу 1-ого года обучения. Здесь решаются задачи постепенного перехода организма ребенка к другим видам деятельности. Выполнение простых танцевальных движений в игровой форме расширяет двигательные навыки детей, приучает их координировать свои движения согласно музыке. Разучиваются игровые танцы, которые педагог сочиняет сам под знакомую детям музыку. Рекомендуется не спешить с переходом от танца к танцу. Надо добиваться качественного исполнения. Помимо игровых танцев проводятся танцевальные игры, позволяющие активизировать детей, развивать их внимание и фантазию. Игры и танцы дети исполняют стоя в линиях или в кругу (по усмотрению преподавателя).

Раздел «Танцевальные этюды и танцы» входит в программу 2-ого года обучения и включает в себя танцевальные игровые композиции, которые обогащают детей яркими образными движениями, создают условия эмоциональной разрядки, улучшают функции внимания. Очень полезна этюдная работа над небольшими сюжетными танцами, отражающими школьную жизнь, сказочные образы, животных, птиц, явлений природы. Широко могут быть использованы этюды, составленные самим педагогом. Очень полезно в качестве игровой атрибутики использовать реквизиты: платочки, цветочки, ленты, мячи, куклы и другие игрушки. Это способствует

развитию внимания, формированию вестибулярных реакций: координации, равновесия, ориентировки в пространстве.

Годовые требования

1-й год обучения

Календарные сроки	Темы и содержание занятий	Кол-во часов
1 полугодие	<i>I. Ритмика и танцевальные движения</i>	
	Элементы музыкальной грамоты	2
	Построение по сценической площадке	2
	Различные виды ходьбы и бега	2
	Упражнения для головы	1
	Упражнения для плечевого пояса, рук, кистей	1
	Упражнения для корпуса	1
	Упражнения для ног	1
	Танцевальные движения и ритмические упражнения	8
	<i>II. Игровые танцы и танцевальные игры</i>	14
	Всего:	32ч
2 полугодие	<i>I. Ритмика и танцевальные движения</i>	
	Элементы музыкальной грамоты	2
	Построение по сценической площадке	2
	Различные виды ходьбы и бега	2
	Упражнения для головы	2
	Упражнения для плечевого пояса, рук, кистей	2
	Упражнения для корпуса	2
	Упражнения для ног	2
	Танцевальные движения и ритмические упражнения	10
	<i>II. Игровые танцы и танцевальные игры</i>	16
	Всего:	40ч

2-й год обучения

Календарные сроки	Темы и содержание занятий	Кол-во часов
1 полугодие	<i>I. Ритмика и танцевальные движения</i>	
	Элементы музыкальной грамоты	2
	Построение по сценической площадке	2
	Различные виды ходьбы и бега	2
	Упражнения для плечевого пояса, рук, кистей	2
	Упражнения для корпуса	2

	Танцевальные движения и ритмические упражнения	10
	<i>II. Танцевальные этюды и танцы</i>	12
	Всего:	32ч
2 полугодие	<i>I. Ритмика и танцевальные движения</i>	
	Элементы музыкальной грамоты	2
	Построение по сценической площадке	2
	Различные виды ходьбы и бега	2
	Упражнения для плечевого пояса, рук, кистей	2
	Упражнения для корпуса	2
	Танцевальные движения и ритмические упражнения	15
	<i>II. Танцевальные этюды и танцы</i>	15
	Всего:	40ч

1-й год обучения

РАЗДЕЛ I. «Ритмика и танцевальные движения»

I. ЭЛЕМЕНТЫ МУЗЫКАЛЬНОЙ ГРАМОТЫ

1. Понятие «вступление»
2. Понятие быстрой и медленной музыки
3. Понятие о характере музыки
4. Понятие «предложение»

II. ПОСТРОЕНИЕ ПО СЦЕНИЧЕСКОЙ ПЛОЩАДКЕ

1. Ориентировка в пространстве
2. Понятия «линия», «колонна», «круг»
3. Умение держать интервал

III. РАЗЛИЧНЫЕ ВИДЫ ХОДЬБЫ И БЕГА

1. Шаг с вытягиванием носка («Танцевальный марш»)
2. Ходьба на полупальцах и пятках
3. Шаг с высоким подъемом колена вперед
4. Бег со сгибанием колена назад
5. Бег с высоким подъемом колена вперед
6. Боковой галоп

IV. УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ГОЛОВЫ

1. Наклоны вправо-влево, вперед-назад (сначала с остановкой, затем без нее)
2. Повороты головы (с остановкой и без нее)
3. Круговое движение головы, полукруги

V. УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ПЛЕЧЕВОГО ПОЯСА, РУК, КИСТЕЙ

1. Попеременные и одновременные подъемы плечей при различных положениях рук (внизу, на поясе)
2. Круговые движения плечами (веред, назад, попеременно) при различных положениях рук – на поясе, внизу, на плечах
3. «Замки» (соединение рук за спиной) с поворотом и наклоном
4. «Крылышки» (руки согнуты в локтях, кулаки прижаты к плечам) – подъемы согнутых рук вверх и опускание вниз, соединение локтей перед лицом и разведение в сторону и назад
5. Круговые вращения прямыми руками вперед и назад, одновременно и попеременно
6. «Ножницы» – скрещивание прямых рук на уровне груди (быстрые и медленные)
7. Круговые и кивательные движения кистями при движении рук вверх и вниз
8. Подъем рук вперед, в стороны, вверх и перевод из положения в положение

VI. УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ КОРПУСА

1. Наклоны корпуса вперед, назад, в стороны
2. Боковые растяжки верхней части корпуса (руки раскрыты в сторону на уровне груди, ноги на ширине плеч). Упражнение должно выглядеть как смещение верхней части корпуса относительно нижней
3. Повороты корпуса (руки согнуты в локтях) на 180° вправо-влево

VII. УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ НОГ

Поднимание вперед ноги, согнутой в колене (стопа вытянута)

1. Полуприседание и полное приседание по VI позиции
2. Подъем на полупальцы по VI позиции
3. Сочетание подъема на полупальцы с последующим приседанием по VI позиции
4. Поочередный подъем пятки с нажимом на подушечку стопы
5. Прыжки по VI позиции (сначала с остановкой, затем подряд)

VIII. ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ ДВИЖЕНИЯ И РИТМИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

1. Приставные шаги по всем направлениям по VI позиции и фиксацией ноги на каблук.
2. Подскоки на месте и в продвижении.
3. Боковой галоп.
4. Хлопки в ладоши.
5. Притопы

РАЗДЕЛ II. «Игровые танцы и танцевальные игры»

I. Игра "Вправо-влево".

Игра помогает запомнить правую и левую стороны тела. Слова: "Правой ручкой хлоп-хлоп-хлоп, левой ручкой хлоп-хлоп-хлоп. Правой ножкой топ-топ-тол, левой ножкой топ-топ-топ. Голова направо, голова налево, голова вперед-назад, повторяем, все подряд" Повторять, постоянно ускоряя темп, нужное число раз.

II. Игра "Вопрос-ответ".

Играющие делятся на две команды. Педагог делит танец на движения по 8 счетов и просит одну команду танцевать первые 8 движений ("вопрос"), вторую - продолжать следующие 8 движений ("ответ"). Во время исполнения движений одной командой, вторая стоит, и наоборот. Во время этой игры можно закрепить любой разученный танец, научиться слушать музыкальные фразы.

III. Игра "Эхо".

Играющие делятся две команды, но теперь вторая команда повторяет движения первой на половину музыкальной фразы. При этом команды внимательно наблюдают друг за другом и после окончания игры выбирают лучшего исполнителя из противоположной команды.

IV. Игра "Совушка".

Звучит музыка. Водящий (сова) "Спит", закрыв глаза и отвернувшись от игроков. Дети танцуют тот танец, который звучит. Водящий должен хорошо знать танец и мысленно танцевать его. В любом месте музыкальной фразы музыка останавливается. Дети замирают в том положении, в котором находятся в данный момент. Водящий выбирает "совушку" из тех, кто, по его мнению, остановился в правильном танцевальном движении. Игра продолжается.

V. Игра-танец "Бесконечный".

Музыка польки или гопака. Дети встают по кругу парами, лицом друг к другу. Одна пара берется за руки, а остальные, не держась за руки, встают на расстоянии 1-2 шагов друг от друга так, чтобы получился бесконечный коридор по кругу. Танец начинается с того, что пара, держащаяся за руки, начинает прыгать галопом, проходя внутри коридора, образованного

другими парами. Остальные дети хлопают в ладоши. Как только первая пара прошла мимо второй, вторая берется за руки и прыгает вслед за первой и т.д. Каждая пара должна пройти целый круг и вернуться на место. Вернувшись, нужно обязательно разойтись, чтобы остальные пары свободно проходили внутри коридора.

VI. Игра "Снежный ком".

Ведущий находится в центре хоровода. Когда музыка обрывается, он выбирает из круга кого-то из ребят. Танец продолжается, и в центре танцуют уже двое. При следующей остановке они выбирают из хоровода еще двоих, т.е. в центре уже танцуют четверо и т.д., пока все не перейдут из круга в центр.

VII. Игра "Учительница".

Под любую ритмичную музыку стоящий перед ребятами или в центре танцующего круга "ребенок-учительница" показывает любые танцевальные движения. Остальные повторяют за ним. На свое место "учительница" выбирает того ребенка, чье исполнение танца ей наиболее понравилось, а сама присоединяется к другим ребятам. Желательно, чтобы в роли "учительницы" побывали все дети.

VIII. Игра "Сделай этак, сделай так".

Играющие становятся в круг, выполняя под музыку различные движения. Педагог в это время говорит следующие слова: "Сделай этак" и делает какое-либо танцевальное движение. Играющие повторяют это движение за ним. Но когда педагог, сделав какое-либо движение, говорит: "Сделай так", повторять за ним это движение уже нельзя.

2-й год обучения

РАЗДЕЛ I. «Ритмика и танцевальные движения»

I. ЭЛЕМЕНТЫ МУЗЫКАЛЬНОЙ ГРАМОТЫ

1. Характер музыкального произведения, его темп
2. Динамические оттенки
3. Ритмический рисунок
4. Акценты
5. Сильные, слабые доли.

II. ПОСТРОЕНИЕ ПО СЦЕНИЧЕСКОЙ ПЛОЩАДКЕ

1. Упражнения на ориентировку в пространстве:

- различие правой, левой ноги, руки, плеча,
- повороты вправо, влево,
- изучение 8 точек в классе,
- движение по линии танца и против линии танца,
- движение по диагонали.

2. Перестроения:

- в колонну и по одному,
- в пары и обратно,
- из колонны по два в колонну по четыре и обратно,
- из колонны в шеренгу,
- круг,
- сужение и расширение круга,
- свободное размещение в зале.

3. Построения:

- «звездочка»,
- «карусель»,
- «воротца»,
- «змейка».

III. РАЗЛИЧНЫЕ ВИДЫ ХОДЬБЫ И БЕГА

1. Шаги:

- бытовой,
- легкий шаг с носка (танцевальный),
- шаг на полупальцах,
- шаг с подскоком,

2. Легкий бег на полупальцах

3. Боковой галоп разными плечами

4. Прямой галоп

5. Подготовительное движение к шагу польки (три переступания с подскоком по VI).

IV. УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ КОРПУСА

1. Постановка корпуса

2. Подъем и опускание плеч в различных комбинациях,

3. Круговые движения плеч,

4. Наклоны корпуса вперед, назад, в стороны

5. Боковые растяжки верхней части корпуса (руки раскрыты в сторону на уровне груди, ноги на ширине плеч). Упражнение должно выглядеть как смещение верхней части корпуса относительно нижней

6. Повороты корпуса (руки согнуты в локтях) на 180° вправо-влево

7. Наклоны корпуса вперед и в сторону,

8. Повороты корпуса, выводя вперед правое или левое плечо.

V. УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ НОГ

1. Позиции ног: I, III (полувыворотные), VI.

2. Упражнения для стопы по VI позиции.

3. Движение натянутой ногой носком по полу:

– из VI позиции вперед, в сторону,

– из I позиции вперед, в сторону.

4. Подъем на полупальцы по VI позиции.

5. Поклон для мальчиков и девочек в ритме вальса.

VI. ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ ДВИЖЕНИЯ И РИТМИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

1. Прыжки на двух ногах по VI позиции:

– с вытянутыми ногами,

– с поджатыми ногами.

2. Хлопки в ладоши с разными ритмическими рисунками.

3. Раскрывание рук вперед, в сторону из положения на талии в характере русского танца.

4. Шаг с подскоком с продвижением вперед и в повороте по точкам.

5. Шаг с выносом ноги на каблук вперед

6. Присядка «мячик».

РАЗДЕЛ II. «Танцевальные этюды и танцы»

1. Русский хоровод (свободная композиция на рисунки танца)

2. Танцы типа «Веночек», «Травушка-муравушка», «Полянка».

3. Танцы в ритме польки

4. Сюжетные танцы.

5. Этюды на образ.

6. Детские танцы: «Чунга-чанга», «Пингвины», «Буратино» и так далее.

III. Требования к уровню подготовки учащихся

1. Требования к уровню подготовки на различных этапах обучения

Первый раздел «Ритмика и танцевальные движения» предусматривает

- приобретение учащимися двигательных навыков и умений,

- овладение большим объемом новых движений;

- развитие координации, формирование осанки и физических данных, необходимых для занятий хореографией;

- приобретение учащимися знаний в области музыкальной грамоты;

-умение различать выразительные средства, умение согласовывать движение с музыкой.

Второй раздел «Игровые танцы и танцевальные игры» предусматривает

- умение воспользоваться имеющимся объемом движений;
- изучение средств музыкальной выразительности на основе танцевальных движений;
- воспитание чувства ритма и музыкального слуха.

Третий раздел «Танцевальные этюды и танцы» предполагает изучение разноплановых танцевальных композиций и танцев, которые помогут учащимся:

- освоить ориентировку в танцевальном классе;
- освоить понятие «ансамбль», почувствовать «работу в паре»;
- развить их внимание и фантазию.

IV.Формы и методы контроля, система оценок

1.Аттестация: цели, виды, форма, содержание

Контроль знаний, умений, навыков учащихся обеспечивает оперативное управление учебным процессом и выполняет обучающую, проверочную, воспитательную и корректирующую функции. Разнообразные формы контроля успеваемости учащихся позволяют объективно оценить успешность и качество образовательного процесса.

Особенностью текущего контроля успеваемости детей дошкольного возраста является преобладание словесной оценки над балльной системой. Преподавателю необходимо разработать свою систему оценивания работы учащихся. Это может быть словесная оценка и запись её в дневник, может быть оценка с помощью символов. Текущий контроль успеваемости включает проверку домашней (самостоятельной) работы.

Определить результат развития учащегося и степень освоения им учебных задач позволяют контрольные (открытые) уроки, которые проводятся в конце каждого полугодия.

Формы контроля:

- поурочные оценки за самостоятельную работу;
- контрольные уроки;
- концертные выступления;
- итоговая аттестация.

Методы контроля:

- обсуждение выступления

- самоанализ учащегося
- выставление оценок

Содержание аттестации

По окончании 1-ого года обучения аттестация проводится в виде контрольного урока в открытой форме. На уроке должны быть показаны движения первого раздела программы и 1-2 игровых танца или 2-3 танцевальных игры. Учащиеся должны продемонстрировать владение объемом движений (возможно исполнение совместно с преподавателем); навыки формирования координации и осанки, необходимых для занятий хореографией; первоначальное умение согласовывать движение с музыкой.

По окончании 2-ого года обучения аттестация проводится в виде контрольного урока в открытой форме. На уроке должны быть показаны движения первого раздела программы и 2-3 танцевальных этюда или танца. Учащиеся должны продемонстрировать владение большим объемом движений; координацию, умение держать осанку; знания в области музыкальной грамоты; умение ориентироваться в танцевальном классе; чувство «ансамбля», работу «в паре».

V. Методическое обеспечение учебного процесса

1. Рекомендации педагогическим работникам

Занятия проводятся в чистом проветренном помещении. Дети одеты, по возможности, легко, спортивно. Обувь – балетная. Каждый урок обязательно начинается и заканчивается общим поклоном.

Специфика обучения хореографии связана с систематической и большой физической нагрузкой. При этом, сам по себе, физический труд, как таковой, не имеет для ребенка воспитательного значения, если он не связан с творчеством, не сочетается с трудом умственным. Решающим фактором, воздействующим на ум ребенка, являются не только указания и разъяснения педагога, но и сам урок: содержание материала, композиция урока в целом, построение отдельных учебных заданий. В руках педагога-мастера это важнейшее средство развития мышления и творческого отношения к процессу тяжелой физической работы.

Чтобы двигаться в соответствии с характером музыки, образом танца нужно иметь определенный запас движений. Нужно помнить, что движения должны иметь достаточно большую амплитуду, включать элементы координации рук, ног, туловища, развивать группы мышц, воспитывать навыки выразительного движения. При всех движениях нужно приучать

ребенка следить за правильностью занятой позы, воспитывать хорошую осанку.

Игра должна быть средством достижения намеченной педагогом цели, содержать в себе элементы волевых усилий, упорного труда. Тогда игра будет путем, ведущим к умению трудиться, и при этом самая напряженная «скучная» для детей работа приобретет интерес.

VI.Список учебной и методической литературы

1.Список рекомендуемой нотной литературы

Музыкально-ритмические упражнения

- Б. Годар «Марш»
- Ф. Шуберт «Марш»
- М. Глинка «Чувство»
- В. Витлин «Бубенцы»
- Л. Бетховен «Контрданс»
- Н. Ладухин «Маленькая пьеса»
- Ф. Госсек «Гавот»
- Ф. Шуберт «Экосез»
- С. Прокофьев «Марш»
- Ю.Богословский «Марш»
- И. С. Бах «Гавот»
- Д. Шостакович «Гавот»
- Ф. Шуберт «Вальс»
- А. Александров «Вальс»
- А. Хачатурян «Андантино»
- Ф. Шуберт «Скерцо»
- Н. Раков «Полька»
- Л. Бетховен «Богатень»
- П. Чайковский. Мазурка из «Детского альбома»
- А. Гречанинов «Моя лошадка»
- Н. Дадухи «Маленькая пьеса»
- Б. Барток «Детская пьеса»
- М. Красев «Веселый человек»
- М. Красев «Танец снежинок»
- Н. Руднева «Щебетала пташка»
- Л. Бетховен «Шесть контрдансов»
- А. Лядов «Музыкальная табакерка»
- Ф. Шуберт «Сентиментальный вальс»

А. Моцарт «Начало симфонии»

Марши:

Т. Понатенко «Марш спортсменов»

Р. Глиер «Маленький марш»

И. Дунаевский «Веселый ветер», «Физкультурный марш», «Дружное, наше звено»

А. Кулеш «Торжественный марш»

Польки:

М. Красев «Полька»

А. Гедике «Полька»

В. Слонов «Полька»

Т. Ломова «Полька»

Ю. Чичков «Полька»

М. Глинка «Полька»

Н. Сизов «Полька»

И. Дунаевский «Полька»

И. Штраус «Полька»

Галопы:

И. Дунаевский «Галоп»

М. Грачев «Галоп»

Н. Сизов «Галоп»

Л. Соколов «Галоп»

М. Красев «Галоп»

А. Вронский «Галоп»

Танцевальные этюды и танцы

Е. Кузнецов «Современные танцы»

Е. Сиротин «Уральская кадриль»

Н. Будашкин «Кадриль»

Бунин «Кадриль»

«Донецкая кадриль»

Г. Крейтнер «Русский танец»

В. Локтев «Топотушки»

Ю. Чичиков «Песенка про жирафа»

А. Рыбников «Песенка красной шапочки»

В. Шаинский «Когда мои друзья со мной», «Вместе весело шагать», «Улыбка», «Антошка», «Голубой вагон», «Чунга-Чанга», «Песенка про кузнечика», «Дважды два – четыре»

А. Островский «Галоши», «Спят усталые игрушки», «Тик-Так»

Г. Гладков «Песенка львенка и черепахи», «Песня солдата»

Е. Крылатов «Песенка о лете»
Е. Ботяров «Подружитесь с носорогом»
Е. Птичкин «Сказки гуляют по свету»
Н. Соколов «Когда с тобою рядом верный друг»

Хороводы:

«Русский хоровод», «Весенний хоровод», «Зоренька»,
«Родничок», «Лирический хоровод», «Рябинушка», «Грустиночка»

Плясовые:

«Весна», «Цветочек», «Перепляс», «Веселинка»,
«Зеркальце», «Скакалочка», «Шутница»

2. Список рекомендуемой методической литературы

Базарова Н., Мей В. «Азбука классического танца» – Л., 1983
Бахто С.Е. «Ритмика и танец» – М., 1984
Бекина С.И. «Музыка и движение» – М., 1983
Васильева Т.И. «Балетная осанка – основа хореографического воспитания детей». – М., 1983
Езикеева В. «Развитие способности восприятия у дошкольников» – М., 1959
Зуев В.И. «Волшебная сила растяжки». – М., 1990
Конорова Е.В. «Методическое пособие по ритмике». – М., 1979
Конорова Е.В. «Эстетическое воспитание средствами хореографического искусства». – М., 1963
Константинова А.И. «Игровой стретчинг» – СПб., 1993
Костровицкая В., Писарев А. «Школа классического танца» – Л., 1976
Лисенкова И.Н., Меньшова В.Н. «Развитие пластики в современных танцевальных ритмах» – М., 1989
Макарова Е.П. «Ритмическая гимнастика и игровой танец в занятиях стретчингом» – СПб., 1993
Обухова Л. «Этапы развития детского мышления» – М., 1972
«Ритмика и танец». Программа для хореографических школ и хореографических отделений школ искусств. – Воронеж, 1990
«Ритмика и танец». Программа для отделений общеэстетического образования и хореографических отделений школ искусств. – М., 1980
«Ритмика». Методические рекомендации для преподавателей ДМШ и ДШИ. – М., 1989
Савин М. «Педагогика» – М., 1976
«Сюжетно-ролевые игры для дошкольников». Приложение к методике игрового стретчинга – СПб., 1994
Ткаченко А. «Детский танец» – М., 1962

«Учебная практика». Методические рекомендации для преподавателей хореографических отделений детских школ искусств и хореографических школ. – М., 1988

Халабузарь П. «Эстетическое воспитание в школах искусств» – М., 1988