

Управление образования Администрации города Когалыма

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 7» города Когалыма
(МАОУ СОШ № 7)**

Принята на заседании
Методического совета,
Протокол № 4
от 18.05.2024г.

Утверждаю
Директор МАОУ СОШ № 7
_____ А.А. Овсянников
приказ от 02.09.2024г. № 673

**Дополнительная общеобразовательная программа
«Основы хореографических навыков»**

направленность: художественная

Уровень: базовый
Возраст детей: 7-17 лет
Сроки реализации: 1 год

Составитель:
педагог дополнительного образования
первой квалификационной категории
Чистихина Людмила Петровна

**Когалым
2024**

Дополнительная общеобразовательная программа
художественной направленности
«Основы хореографического искусства»

Направленность программы - художественная.

Уровень освоения программы - базовый.

Место реализации программы – МАОУ СОШ №7 города Когалыма.

Адрес реализации программы: 628484, Тюменская область, ХМАО–Югра, город Когалым, улица Степана Повха, 13.

Введение

Хореография-это понятие условное и узко-специфическое. Первоначальное значение в переводе с греческого- «запись танца». Сейчас хореографией называют танцевальное искусство в целом, во всех его разновидностях. Хореографическое искусство знакомит нас с миром танца, приобщает к прекрасному, учит красоте и выразительности движений, развивает физическую силу, координацию, формирует фигуру.

Пояснительная записка

Настоящая программа представляет собой программу художественного направления, эстетического и общекультурного воспитания учащихся. Дополнительное образование располагает большим потенциалом для развития детей в неформальной обстановке, предоставляет свободу и право выбора вида деятельности. Большое значение имеет возможность выбирать занятия в соответствии со своими интересами непосредственно в общеобразовательной школе. Этим формируется особая образовательная среда и атмосфера заинтересованности всех участников образовательного процесса.

Программа является модифицированной (адаптированной), составлена на основании анализа государственных программ для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ таких как:

1. Авторская программа дополнительного образования танцевального клуба «Юниор» спортивные балльные танцы (автор Иванова Е.В., Саратов)
2. Программа курса внеурочной деятельности «Танец» (1-4 класс) (разработчик программы - Рябина Л. М., хореограф г. Новосибирск)
3. Программа Духовно-нравственного развития и воспитания обучающихся на ступени начального общего образования, авторы-составители - А.Я. Данилюк, А.А. Логинова
4. Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа в области искусств «Эстрадный танец» (разработчик Кузьмина Н.А., хореограф, г. Самара).

Все перечисленные программы имеют свою ценность: в одних предусматривается знакомство с каким-то одним видом работы, другие слишком углубленные и взаимодействуют с другими видами танцевального искусства. Содержание программ носит или краткий, сжатый характер и нацелено на первоначальное знакомство и овладением простейшими приёмами работы, или же

более углубленное и расширенное изучение, применяемое только в детских музыкальных, школа, школах искусств, танцевальных клубах.

Актуальность программы обусловлена тем, что в программе учтены и адаптированы к возможностям обучающихся разных возрастов основные направления танца, включающие: балльный, историко-бытовой, народный, современный танец. Занятия танцевальным творчеством позволяют формировать позитивное отношение к здоровому образу жизни, развивать художественно-эстетический вкус, воспитывать музыкально-хореографическую и общую культуру. Балльные танцы – это танцы парные (дуэтные). Как в любом дуэте, непременным условием этих танцев, является взаимодействие танцоров, умение работать в паре. Танцы учат быть внимательными друг к другу, слушать и понимать партнера. Работая в коллективе (ансамбле) дети становятся коммуникабельными, учатся добиваться поставленной цели сообща, избегая конфликтов.

Особенность программы «Основы хореографического искусства» заключается в следующем:

- позволяет в условиях общеобразовательной школы через дополнительное образование привлечь детей к миру танцевального искусства;
- она ориентирована на развитие творческого потенциала, физических данных школьников разных возрастных групп;
- включены в занятия упражнения по формированию правильной осанки, упражнения системы «Пилатес»;
- применяются игры и упражнения, которые развивают ориентирование в пространстве, развивают память, воображение, внимание, умение взаимодействовать с другими детьми.
- дать детям представление об истории танца, традициях салонных танцев (историко-бытовых), балльных танцев, истории современного танца;
- содержание программы «Основы хореографического искусства» может быть основой для организации учебно-воспитательного процесса по индивидуальной траектории, развития танцевальных умений и навыков как групп обучающихся, так и отдельно взятых учеников;
- для учащихся с яркими танцевальными способностями предусмотрена дополнительная работа с возможностью продолжения обучения танцевальному мастерству по индивидуальной программе;
- танцевальный репертуар подобран с учетом традиционных дней, тематических праздников и других мероприятий по совместному плану воспитательной направленности общеобразовательной школы;
- Позволяет наиболее полно реализовать творческий потенциал ребенка, способствует физическому, эстетическому и эмоциональному развитию, совершенствованию танцевальных навыков, помогает реализовать потребность в самовыражении и общении.

Новизна программы заключается в том, что она отвечает запросам и требованиям, предъявляемым ФГОС НОО – это формирование творческой, всесторонне-развитой личности, создание условий для реализации тех универсальных учебных действий, которыми должна обладать личность в настоящее время. Планируется сотворчество с воспитанниками вокальной студии МАОУ СОШ №7 г. Когалым, театральной студии «Дебют», с учениками кадетских классов.

Целесообразность программы заключается в том, что несомненно, велика роль танцев в эстетическом воспитании детей и подростков. Танцевальное искусство обладает возможностью порождения множества настроений, мыслей и чувств, глубже понимать и ощущать прекрасное, является средством духовного обогащения человека, способствуя его культурному становлению. Танец помогает решать еще одну из важнейших задач педагогики – обучение детей социальному опыту. У детей формируется культура поведения и общения, прививается навык вежливости, умение вести себя в обществе, быть подтянутым, элегантным, корректным.

Цель программы: эстетическое и общекультурное воспитание личности учащегося посредством танцевального искусства, развитие творческих способностей, совершенствование духовного мира учащихся. Физическое развитие ребенка и укрепление здоровья.

Задачи

1. Привить навыки вежливости, умение вести себя в обществе, формировать культуру общения
2. Познакомить учащихся с многообразием танцевальной культуры
3. Сформировать общие представления о культуре движений
4. Развитие музыкальности, способности, чувствовать, эстетически переживать музыку в движениях.
5. Формирование красивой осанки, выразительности пластики движений и жестов в танцах,
6. Овладеть техникой исполнения отдельных элементов и танцев в целом.

Концептуальная основа программы «Основы хореографического искусства» разработана в соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 №273, Конвенции ООН о правах ребенка, Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р). Концепция базируется на идеях личностно-ориентированного образования, современных подходах к формированию творческой индивидуальности школьников, многообразии индивидуальных исполнительских манер и жанровой многоплановости.

В основу разработки программы «Основы хореографического искусства» положены технологии, ориентированные на формирование общекультурных компетенций обучающихся:

- технология развивающего обучения;
- технология индивидуализации обучения;
- личностно-ориентированная технология;
- компетентностного и деятельностного подхода.

Объем учебной нагрузки (всего, в месяц, в неделю)

Программа рассчитана на 1 год обучения – 2 часа в неделю, 72 часа в год.

Адресат программы - Количественный состав участников студии не более 20 человек, возраст от 7 до 17 лет.

Возрастные особенности обучающихся.

Работая с первым классом, необходимо учитывать, что в этом возрасте дети очень подвижные, любознательные, впечатлительные и вместе с тем не умеют

долго концентрировать свое внимание на чем-либо. Учитывая эти особенности, урок строится на частой смене деятельности (различные физические упражнения, танцевальные движения, игры).

На втором году обучения ребенок полностью адаптировался к школе. Умеет понимать и принимать учебные цели и задачи, сотрудничать с учителем. Дети в этом возрасте умеют выражать свои мысли, желания и эмоции. Ребенок может проявлять волевые усилия, старается сосредоточивать свое внимание в течение необходимого времени, он быстро устает. Задача педагога рационально использовать время на уроке, распределять его таким образом, чтобы необходимая нагрузка сочеталась с упражнениями на расслабления и играми.

На третьем году обучения, ребенок уже осознанно относится к занятиям, у него есть навыки и умения, которые он приобрел за предыдущие два года обучения. Он хорошо понимает цели и задачи, которые ставит перед ним педагог. В этом возрасте у ребенка присутствует острое желание быть успешным. Поэтому реализация своих способностей очень важна. Выступления на конкурсах, фестивалях, концертах помогут повысить самооценку, воспитать уверенность в себе, научат работать в команде на достижение определенных результатов. Задача педагога, подготовка учащихся к выступлениям на достаточном объеме.

На четвертом году обучения школьник приобрел умение учиться: он способен качественно усваивать предлагаемые знания и, в случае необходимости, добывать их самостоятельно. В этом возрасте педагогу активно ставить творческие и технические задачи перед учеником и добиваться самостоятельного их решения.

В пятом классе школьники вступают в новый период — подростковый. В этом возрасте им предстоит пройти важнейший личностный кризис — **кризис идентичности** у большинства учащихся появляются первые признаки кризиса — стремление к нарушению социальных норм, повышенная эмоциональная чувствительность. Проявляется это по-разному. Ученики могут игнорировать слова взрослого, отворачиваться и демонстративно не обращать на него внимания. У ребят повышается уровень эмоционального реагирования на трудности. Важная задача педагога, учитывая эти возрастные особенности, находить подход к каждому ребенку, заинтересовывать, направлять эмоции на решения творческих задач.

Форма занятий - занятия могут проходить со всем коллективом, по подгруппам, индивидуально.

Условиями отбора детей в хореографическую студию являются: их желание заниматься именно этим видом искусства и способность к систематическим занятиям. В процессе занятий возможен естественный отбор детей, способных заниматься танцами, но не по принципу их одарённости, а в силу различных, в том числе организационных, обстоятельств.

Предусматривается возможность индивидуальных занятий с солистами и парами (балльные, историко-бытовые танцы), а также небольшими группами.

Программа предусматривает комплекс воспитательных мероприятий: вечера отдыха, встречи с интересными людьми, посещение концертов, фестивалей, конкурсов, музеев и других учреждений культуры; совместную работу педагога, родителей и детей.

Форма обучения – очная.

При реализации программы возможно применение дистанционных образовательных технологий - взаимодействие учащегося и педагога осуществляется на основе педагогически организованных информационных технологий.

Основу образовательного процесса составляет целенаправленная и контролируемая интенсивная самостоятельная работа учащегося, который может учиться в удобном для себя месте, по индивидуальному расписанию и иметь согласованную возможность контакта с педагогом.

Ведущие теоретические идеи, принципы и технологии - развитие творческих способностей, духовное воспитание, физическое воспитание, навыки здорового образа жизни в разное время было предметом особой заботы педагогической общественности и сообщества деятелей культуры. Как правильно развить физические данные ребенка, скорректировать недостатки, помочь ребенку стать более выносливым, координированным, сильным. Грамотно привить навык правильной постановки корпуса, как основы технической подготовки танцора. Как раскрепостить, развить артистические способности, привить музыкальный вкус и тонкое восприятие музыки, готовность передать характер, настроение музыки, через движения в танце. На эти вопросы искали ответы многие педагоги-хореографы и мастера танцевального искусства прошлого и современности. Ответ на этот вопрос можно найти и в данной программе.

- В основу программы «Основы хореографического искусства» для организации творческого процесса воспитания танцоров в условиях школьной студии положены, практические рекомендации отечественных специалистов Юрия Самуиловича Пин, Виктора Николаевича Секистова, они подготовлены с учетом богатого опыта педагогов.
- В программу заложены принципы системы физических упражнений, оздоровления тела, посредством осознанного движения Джозефа Пилатеса. Принципы данной системы совпадают с основными принципами правильной постановки корпуса в танцах. Идут как дополнение к танцевальному развитию учеников.
- Данная программа опирается на концепцию духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, разработанную А.Я Данилюк, А.М Кондаков, В.И Тишков.

Виды занятий:

- Беседа, на которой излагаются теоретические сведения.
- Практические занятия, где дети разучивают элементы танцев, развивают свои физические данные, работают над техникой танцевальных движений, музыкальностью, артистизмом.
- Занятие-постановка, репетиция, отрабатываются концертные номера, развиваются актерские способности детей.
- Заключительное занятие, завершающее тему – занятие-концерт. Проводится для самих детей, педагогов, гостей, родителей.
- Выездное занятие – посещение концертов, праздников, конкурсов, фестивалей.

- Дистанционное занятие - взаимодействие учащегося и педагога осуществляется на основе педагогически организованных информационных технологий.

Методы обучения:

- словесный (объяснение, замечание);
- наглядный (личный показ педагога, видеоматериалы, просмотр выступлений детских танцевальных коллективов);
- практический (объяснение и показ педагогом движений, поз, переходов, рисунков танца с последующим повторением учениками; разучивание по частям; временное упрощение заданий, соединение отдельных комбинаций в фигуры танца).

Принципы педагогического процесса:

- принцип единства художественного и технического развития;
- принцип гармонического воспитания личности;
- принцип постепенности и последовательности в овладении мастерством танца, от простого к сложному;
- принцип успешности;
- принцип соразмерности нагрузки уровню и состоянию здоровья сохранения здоровья ребенка;
- принцип творческого развития;
- принцип доступности;
- принцип ориентации на особенности и способности - природосообразности ребенка;
- принцип индивидуального подхода;
- принцип практической направленности.

Воспитательная работа программа реализуется в единстве учебной и воспитательной деятельности по основным направлениям воспитания в соответствии ФГОС.

Гражданское воспитание реализуется с помощью бесед, разучивание с учащимися танцевальных номеров в которых музыкальное сопровождение, текст песни, содержания танца способствует формированию российской гражданской идентичности, принадлежности к общности граждан Российской Федерации, к народу России. Выступление учащихся с танцевальными номерами гражданской тематики на школьных и городских мероприятиях, таких как «День народного единства», «День защитника отечества», конкурсах чтецов гражданской тематики, конкурсах и фестивалях посвященные дружбе народов.

Патриотическое воспитание реализуется с помощью обучение русскому народному танцу, танцам народов России. Беседы с учащимися о традициях русского народа, народов России, как эти традиции отразились в танцах и костюмах. Выступление на школьных и городских мероприятиях.

Духовно-нравственное воспитание реализуется в сотрудничестве детей друг с другом и педагогом на каждом занятии. При подготовке к мероприятиям и участию в них, дети работают в коллективе и парами. Учатся уважать друг друга, учатся понимать, что только от старания каждого участника коллектива, от

доброго, честного отношения к друг другу, к педагогу, к зрителю возможно добиться хорошего результата.

Эстетическое воспитание реализуется путем приобщения детей к различным направлениям хореографического искусства. Посещение концертов, выставок. Посещение и участие в различных культурно-массовых мероприятиях. Развитие музыкального вкуса, умение вести себя в обществе.

Физическое воспитание реализуется на каждом занятии, так как хореография подразумевает сложнокоординационный вид физической деятельности, аэробная нагрузка, укрепление всех мышц, работа над правильной осанкой. Прививается правильное отношение к здоровому образу жизни.

Трудовое воспитание реализуется в бережном отношении к своим танцевальным костюмам и личным вещам. Включает в себя самостоятельную починку, украшение костюмов. Помощь педагогу в наведении порядка в танцевальном зале и раздевалке.

Экологическое воспитание реализуется посредством бесед с детьми об ответственном, бережном отношении к природе к окружающей среде на основе российских традиционных духовных ценностей. Объяснять детям, что даже незначительные действия каждого гражданина могут помочь сберечь природу.

Воспитание ценности научного познания реализуется благодаря практическому применению на занятиях знаний приобретенных на других предметах, что вызывает интерес к получению данных познаний. Занятия хореографией не возможны без познания анатомии. Обучающийся хореографией на практике познает работу и названия групп мышц, понимает строение позвоночника и его отделов, узнает как работают суставы их названия. На практике в построении танца применяет знания геометрии. Понимает движение и перестроения из одной геометрической фигуры в другую, имеет понятия о параллельных линиях и диагоналях. Понимает степень поворота на $\frac{1}{2}$, $\frac{3}{4}$ и т.д. Понимает так же на сколько градусов нужно сделать тот или иной поворот. Так же применяются при овладении техникой танцевальных движений законы физики. Учащийся понимает характер поступательного, вращательного или совместного поступательного с вращательным движением (правый поворот вальса). Понятие изменения скорости движение, понятия инерционного движения и т.д.

Прогнозируемые результаты обучения

Предметные результаты

- ✓ учащиеся должны уметь готовиться к занятиям, строиться в «шахматном» порядке, находить свое место в зале, держать и сохранять интервалы;
- ✓ под музыку приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняться в шеренге, в колонне;
- ✓ овладеть техникой выполнения упражнений на развития гибкости, силы и координации;
- ✓ овладеть основными фигурами танцев: «Медленный вальс», «Ча-ча-ча», «Квикстеп», «Полонез», знать основные позиции рук, ног в классическом и современном танце.

Метапредметные результаты

- ✓ формирование здорового жизненного стиля и реализация индивидуальных способностей каждого ученика;

- ✓ формирование отношения к здоровому образу жизни, как к одному из главных путей в достижении успеха;
- ✓ формирование умения наблюдать за разнообразными явлениями жизни и искусства в учебной и внеурочной деятельности;
- ✓ решение творческих задач, поиск, анализ и интерпретация информации с помощью педагога; способность обучающегося понимать и принимать учебную цель и задачи, в сотрудничестве с педагогом ставить новые учебные задачи.

Личностные результаты

- ✓ активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями, проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей;
- ✓ положительного отношения к физическим упражнениям;
- ✓ развитие эстетического вкуса, культуры поведения, общения, художественно-творческой и танцевальной способности

Универсальные учебные действия, формируемые в ходе реализации данной программы:

Личностные УУД

- Наличие широкой мотивационной основы учебной деятельности, включающей
- социальные, учебно–познавательные и внешние мотивы;
- Ориентация на понимание причин успеха в учебной деятельности;
- Наличие эмоционально - ценностного отношения к искусству;
- Реализация творческого потенциала в процессе коллективного танцевания;
- Позитивная оценка своих творческих способностей.

Коммуникативные УУД

- Разрешение конфликтов, постановка вопросов.
- Наличие стремления находить продуктивное сотрудничество (общение, взаимодействие) со сверстниками при решении творческих задач;
- Участие в творческой жизни класса (школы, города).
- Умение применять знания о танце вне учебного процесса
- Регулятивные УУД
- Умение строить речевые высказывания о танце (хореографическом произведении) в устной форме;
- Осуществление элементов синтеза как составление целого из частей;
- Умение формулировать собственное мнение и позицию.
- Умение целостно представлять истоки возникновения хореографического искусства.

Познавательные УУД:

- Умение проводить простые сравнения между хореографическими произведениями, музыкальными произведениями и произведениями изобразительного искусства по заданным критериям.
- Умение устанавливать простые аналогии (образные, тематические) между произведениями хореографии, музыки и изобразительного искусства;
- Осуществление поиска необходимой информации для выполнения учебных заданий.

- Формирование целостного представления о возникновении и существовании хореографического искусства

Обще учебные УУД:

- Умение структурировать знания.
- Выделение и формулирование учебной цели.
- Поиск и выделение необходимой информации.
- Анализ объектов.
- Синтез, как составление целого из частей.
- Классификация объектов.

Особую роль в формировании хореографической культуры детей играет опыт концертных выступлений. Он помогает преодолевать психологические комплексы – эмоциональную зажатость, боязнь сцены, воспитывает волю и дает детям опыт самопрезентации.

Учебно-тематический план

№	Наименование разделов и тем	Общее количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1.	Развитие физических данных				
	1.1 Растяжка мышц спины	5	1	4	Тестирование
	1.2 Укрепление мышц спины, пресса, грудных мышц	5	1	4	Тестирование
	1.3 Упражнения на гибкость	5	1	4	Тестирование
	1.4 Упражнения на растяжку ног	5	1	4	Тестирование
	1.5 Укрепление мышц ног	5	1	4	Тестирование
	1.6 Комплексные упражнения на все группы мышц	5	1	4	
	1.7 Упражнения на развитие координации движения	5	1	4	
2.	Сюжетный детский танец				
	2.1 Прослушивание музыкальных произведений, обсуждение	2	2	-	Беседа
	2.2 Разучивание шагов и элементов. Работа над артистизмом и музыкальностью	10	1	9	Просмотр
	2.3 Работа над сюжетом	3	1	2	Просмотр
3.	Бальный танец				
	3.1 «Медленный вальс»	5	1	4	Контрольный просмотр. Наблюдение
	3.2 «Квикстеп»	5	1	4	Контрольный просмотр. Наблюдение

	3.3 «Ча-ча-ча»	5	1	4	Контрольный просмотр. Наблюдение
5.	Учебно-постановочная работа				
	5.1 Постановка сюжетного детского танца	7	1	6	Беседа. Просмотр
	Всего часов за год:	72	15	57	

Содержание курса дополнительного образования

1. Физическая подготовка

- укрепление мышц, способствующих формированию правильной осанки и мышц опорно-двигательного аппарата;
- формирование правильной постановки корпуса, как фундамента для успешного освоения танцевальной программы на весь период обучения
- развитие координации движения, гибкости и скоростных способностей.

2. Техническая подготовка танцора

- сформировать умение выполнять основу техники танцевальных движений;
- овладение основными элементами двигательных действий, из которых складываются соединения (фигуры), а затем, соединение фигур (комбинации).
- ознакомление с основными фигурами танца «Медленный вальс» (маленький квадрат, большой квадрат);
- ознакомление с фигурами танца «Ча-ча-ча» (таймстеп, основной шаг);
- ознакомления с фигурами танца «Квикстеп» (типл шассе, локстеп)
- ознакомление с основными позициями рук, ног, в классическом танце;
- постановка сюжетной танцевальной композиции

3. Психологическая подготовка.

Направление психологической подготовки: формирование мотивации к занятиям танцами.

- Отчетные концерты
- Выступления на школьных мероприятиях.
- Посещение в качестве зрителя концертов, фестивалей, конкурсов.

Условия реализации программы

Календарный учебный график

Учебный период				Итого недель в учебный период
Реализация дополнительных общеобразовательных программ для групп дополнительного образования				
1 полугодие		2 полугодие		34 недели
Период	Количество недель	Период	Количество недель	
02.09.2024г.- 28.12.2024г.	16 недель	09.01.2025г.- 26.05.2025г.	18 недель	
Сроки организации промежуточного и итогового контроля реализации дополнительных общеобразовательных программ				
19.12.2024г. - 23.12.2024г., 22.04.2025г. – 29.04.2025г.				
Учебный период				
Реализация дополнительных общеобразовательных программ образовательных проектов в каникулярный период*				Итого недель в учебный период
Период		Количество недель		2 недели
28.10.2024-02.11.2024г.		1 неделя		
24.03.2025-29.03.2025г.		1 неделя		
Итого в учебный период с 02.09.2024г. по 26.05.2025г.				36 недель

* Пришкольные лагеря с дневным пребыванием детей

Кадровое обеспечение

Программу реализует педагог дополнительного образования, имеющий высшее образование (в том числе по направлению, соответствующему направлению данной дополнительной общеразвивающей программы) и высшую квалификационную категорию. К реализации программы возможно привлечение лиц, получающих высшее или среднее профессиональное образование в рамках укрупненных групп направлений подготовки высшего образования и специальностей среднего профессионального образования "Образование и педагогические науки" в случае рекомендации аттестационной комиссии и соблюдения требований, предусмотренных квалификационными справочниками.

Материально-техническое обеспечение

1. Танцевальный зал.
2. Музыкальный центр.
3. Аудиозаписи, видеоносители.
4. Зеркала
5. Станки
6. Компьютер

Учебно-методическое обеспечение

Видеокурсы

1. Бёрнс, Д. Ча-ча-ча, танцевальный тренинг.
2. Бёрнс, Д. Самба, танцевальный тренинг.
3. Пин, Ю. Социальные танцы.
4. Пин, Ю. Фигуры латино-американских танцев.
5. Секистов, В. Медленный вальс, хореография для младших классов.
6. Пино, В. Квикстеп, как стать чемпионом.

Список литературы

1. Галеев, А.Р. Двигательные координации в системе подготовки спортсменов-танцоров / А.Р. Галеев // Теория и практика физической культуры. – 2007. – № 10. С.12
2. Галеев, А.Р. Исследование мотивов занятий спортивными танцами / А.Р. Галеев // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2007. – № 6. С. 15
3. Ганеева, М.А. Музыкально-ритмическая игра – одна из частей занятий балльными танцами с детьми 6-9 лет / М.А. Ганеева // Спортивные танцы: бюллетень РГАФК. – 1998. – № 3. С.8
4. Говард, Г. Техника европейских танцев. – М.: Артис, 2003. – 255с.
5. Лерд, У. Техника латиноамериканских танцев.- М.: Артис, 2003.– 242с.
6. Смит-Хэмпшир, Г. Современный балльный танец. – М.: Артис, 2000. – 288с.
- 7.Ховард, Г. Вопросы и ответы по технике стандартных танцев.- М.: Артис, 2005. – 48с.
8. Эльдельман, Л.Н. Методика применения танцевально-хореографических упражнений для формирования осанки детей дошкольного возраста // Теория и практика физической культуры. – 2009. – №3. С. 34
9. Мелихов А.В.Искусство балетмейстера. Композиция и постановка танца: учебное пособие/ А.В.Мелихов: Урал. гос. пед. ун-т.- Екатеринбург, 2015.- 128с.
10. Никитин В. Модерн-джаз танец: начало обучения. – М., 1995 г. – («Я вхожу в мир искусств»).
11. Никитин В. Модерн-джаз танец: История. Методика. Практика. - М.: Изд-во "ГИТИС", 2000 г
- 12.Галеев А.Р. Развитие двигательной координации в танцевальном спорте: Монография.- Нижневартовск: Изд-во Нижневарт. гос. Университета, 2016г.- 108с.