

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №108 «Сказка» города Чебоксары Чувашской Республики
(МБДОУ «Детский сад № 108» г. Чебоксары)

СОГЛАСОВАНА

на заседании педагогического совета
протокол № 1 от 29.08.2024
МБДОУ «Детский сад № 108»
г. Чебоксары

УТВЕРЖДЕНА

Заведующий МБДОУ «Детский сад № 108»
г. Чебоксары
М.Е.Кириллова
Приказ № 18/П от 20.09.2024 г.

Дополнительная общеразвивающая программа
«Логоритмика»
Возраст обучающихся 3-4 года

Составитель: Майорова М.Н.,
музыкальный руководитель
Срок реализации программы – 1год

Чебоксары, 2024

Содержание

1. Целевой раздел	
1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Методика и содержание программы	5
1.3. Характеристика особенностей развития детей	5
1.4. Характеристика разделов программ	5
2. Организационный раздел	6
2.1. Организация образовательного процесса	6
2.1. Планирование занятий	7
2.2 Материально-техническое обеспечение	7
3. Содержательный раздел	7
3.1. Учебно-тематический план.	7
3.2. Первая младшая группа. Дети 2-3 года Первый год обучения	7
3.3. Перспективный план занятий по программе «Ритмопластика» I ая младшая группа	9
Используемая литература	14

1. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

Дошкольный возраст один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого человека. Именно в эти годы закладывается основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного и физического развития ребенка, формируется личность человека

В период от трех до семи лет ребенок интенсивно растет и развивается, движения становятся его потребностью.

Одной из универсальных базовых способностей человека является ритмическая способность. По слова известного педагога Э. Жака-Далькроза, «Пространство и время наполнены материей, подчиненной законам вечного ритма». Все в нашем организме подчинено ритму – работает ли сердце, легкие или мозговая деятельность. Развитие ритма тесно связано с формированием пространственно-временных отношений. Двигательный ритм влияет на становление речевых механизмов. Чувство ритма помогает быстрее и легче усваивать стихотворения, понимать музыкальные произведения. Поэтому в детском саду необходимо проводить занятия игровая логоритмика и ритмопластика.

Логоритмика полезна всем детям, имеющим проблемы становления речевой функции, в том числе, алалия, задержки речевого развития, нарушения звукопроизношения, заикание, аутистические расстройства. Очень важна логопедическая ритмика для детей с так называемым речевым негативизмом, так как занятия создают положительный эмоциональный настрой к речи, мотивацию к выполнению логопедических упражнений и пр. Логоритмические занятия направлены на всестороннее развитие ребёнка, совершенствование его речи, овладение двигательными навыками, умение ориентироваться в окружающем мире, понимание смысла предлагаемых заданий, на способность преодолевать трудности, творчески проявлять себя. Кроме того, логоритмика с использованием здоровьесберегающих технологий оказывает благотворное влияние на здоровье ребенка: в его организме происходит перестройка различных систем, например, сердечно-сосудистой, дыхательной, речедвигательной.

Ритмика – это ритмические движения под музыку, и именно она является начальным этапом освоения искусства танца. Танец – это средство воспитания и развития личности ребёнка, которое способно создать благотворную почву для раскрытия его потенциальных возможностей и самореализации. Гармоничное соединение движения, музыки, игры формирует атмосферу положительных эмоций, которые в свою очередь раскрепощают ребёнка, делают его поведение естественным и красивым.

Занятия ритмикой и танцем развивают физические качества, вырабатывают правильную осанку, посадку головы, походку, силу, ловкость, координацию движений, устраняют такие физические недостатки как сутулость, косолапость, искривление позвоночника, улучшает состояние здоровья.

Танцевально – ритмическая гимнастика основывается на простых общеразвивающих упражнениях. Эффективность - в ее разностороннем взаимодействии на опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую, дыхательную и нервную системы. Эмоциональность достигается не только музыкальным сопровождением и элементами танца, входящими в упражнения танцевально-ритмической гимнастики, но и образными упражнениями танцевально-ритмической гимнастики но и образными упражнениями, сюжетными композициями, которые отвечают возрастным особенностям дошкольников склонных к подражанию, копированию действий человека и животных.

Цель программы: является содействие всестороннему развитию личности дошкольника. Профилактика имеющихся отклонений в речевом развитии ребёнка посредством сочетания слова, движения, ритма, танца и гимнастики.

Задачи программы:

Речевое развитие

- ✓ развитие музыкально-речевых способностей
- ✓ использование музыкально-логопедической ритмики, как средства в проведении оздоровительно - образовательного процесса

- ✓ преодоление речевого нарушения путём развития и коррекции неречевых и речевых психических функций ребёнка через музыку и движение;
- ✓ адаптация ребёнка к условиям внешней и внутренней среды;

Развитие музыкальности:

- ✓ развитие способности чувствовать настроение и характер музыки;
- ✓ развитие чувства ритма;
- ✓ развитие музыкальной памяти.

Развитие двигательных качеств и умений:

- ✓ развитие точности, координации движений
- ✓ развитие гибкости и пластичности;
- ✓ формирование правильной осанки;
- ✓ развитие умения ориентироваться в пространстве;
- ✓ обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений.

Развитие творческих способностей, потребности самовыражения в движении под музыку:

- ✓ привитие основных навыков в умении слушать музыку и передавать в движениях её образное содержание;
- ✓ развитие творческого воображения и фантазии;
- ✓ развитие способности к импровизации;

Развитие и тренировка психических процессов:

- ✓ развитие восприятия, внимания, памяти;
- ✓ развитие мышления, воображения, находчивости

Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:

- ✓ воспитание умения сопереживать другому;
- ✓ воспитание умения вести себя в группе
- ✓ воспитание чувства такта.
- ✓ развивать лидерство и инициативу

Укрепление здоровья детей:

- ✓ способствовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата
- ✓ формирование правильной осанки
- ✓ содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма

Совершенствование психомоторных способностей.

- ✓ Развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности
- ✓ Содействовать развитию, умения согласовывать движения с музыкой
- ✓ Формировать навыки пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений и танцев

Законодательно-нормативное обеспечение программы:

- Закон РФ «Об образовании» № 273 – ФЗ от 29.12.12 .
- Санитарные нормы и правила, утвержденные совместным постановлением Министерства образования РФ и Госсанэпиднадзором от 15.05.2013 №26 СанПиН 2.4.1.3049-13.
- Устав образовательного учреждения.

В работе с дошкольниками обучение идет по спирали, с постепенным усложнением материала. На следующий год обучения пройденный материал подается на более высоком уровне с учетом возрастных особенностей детей.

В подходе к каждой конкретной группе детей проявляется определенная гибкость, учитывается при этом состав группы, физические данные и возможности детей.

1.2. Методика и содержание программы «Логоритмика».

Методы обучения, используемые в программе.

Все разделы программы объединяет игровой метод проведения занятий, Так в программу входят следующие методики;

- логоритмика: это комплексная методика, включающая средства логопедического, музыкально-ритмического и физического воспитания (речь, музыка и движение)
- танцевально ритмическая гимнастика: игрогимнастика, игропластика, игровой самомассаж
- ритмика: игротанец, музыкально подвижные игры, игроритмика, игры – путешествия

Игровой метод придает учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоения программы, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления воображения и творческих способностей ребенка.

1.3 Характеристика особенностей развития детей

Первая младшая группа (2-3)

В ходе совместной с взрослыми предметной деятельности продолжает развиваться понимание речи. Количество понимаемых слов значительно возрастает. К трем годам они осваивают основные грамматические структуры, пытаются сложные и сложноподчиненные предложения, в разговоре с взрослыми используют практически все части речи.

Развитие активности детей при подпевании и пении. Развитие умения подпевать фразы в песне

Развитие эмоциональности и образности восприятия музыки через движение.

Формирование способности воспринимать и воспроизводить движения, показываемые взрослым (хлопать, притопывать ногой, полуприседать, совершенствовать повороты кистей рук)

Формировать умение начинать движение с началом музыки заканчивать с ее окончанием, передавать образы (птичка летает, зайка прыгает, мишка косолапый идет)

Совершенствовать умение выполнять плясовые движения в кругу, врассыпную, менять движение с изменением характера музыки или содержания песни.

Называет музыкальные инструменты: погремушка, бубен, ложки, маракасы, бубенцы

Формировать навыки ориентировки в пространстве.

1.4.Характеристика разделов программы

Раздел «Логоритмика» - содержит упражнения, применяемы на всех уроках. Пальчиковые, речевые, музыкально – двигательные и коммуникативные игры, упражнения для развития крупной и мелкой моторики, песни и стихи, сопровождаемые движениями, двигательные упражнения.

Раздел «Игроритмика» - является основой для развития чувства ритма и двигательных способностей, позволяющих свободно, красиво и координационно правильно выполнять движения под музыку, соответственно ее структурным особенностям. В этот раздел входят специальные упражнения для согласования движений с музыкой, музыкальные задания и игры.

Раздел «Ирогимнастика» - служит основой для освоения ребенком различных видов движения, обеспечивающих эффективное формирование и умений и навыков необходимых при дальнейшей работе по программе. В раздел входят строевые

общеразвивающие, акробатические упражнения а так же на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.

Раздел «Игротанец» - направлен на формирование у воспитанников танцевальных движений , что способствует повышению общей культуры ребенка. Танцы имеют большое воспитательное значение и доставляют эстетическую радость, в этот раздел входит: танцевальные шаги, элементы хореографических упражнений.

Раздел «Танцевально ритмическая гимнастика» - это образно танцевальные композиции, каждая из которых имеет целевую направленность, сюжетный характер и завершенность.

Раздел «Игропластика» - основывается на методике развития мышечной силы и гибкости .

Раздел «Игровой самомассаж» - является основой закаливания и оздоровления детского организма. Такие упражнения способствуют формированию у ребенка сознательного стремления к здоровью развивая навык собственного оздоровления

Раздел «Музыкально подвижные игры» - содержит упражнения применяемые практически на всех уроках и являются ведущим видом деятельности. Здесь используются приемы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования, все то что требуется для достижения поставленной цели при проведении занятий по танцевально игровой гимнастике.

Раздел «Игры - Путешествия» - включает все виды подвижной деятельности, используя средства предыдущих разделов программы. Данный материал служит основой для закрепления умений навыков, приобретенных ранее.

Раздел «Креативная ритмопластика» - предусматривает целенаправленную работу упражнений, специальных заданий, творческих игр, направленных на развитие выдумки, творческой инициативы. Благодаря этим занятиям создаются благоприятные возможности для развития созидательных способностей детей их познавательной активности, мышления свободного самовыражения и раскрепощения.

Все разделы опираются на связь слова, музыки и движения. Взаимоотношения указанных компонентов могут быть разнообразными с преобладанием одного из них. Движение и речь выступает здесь как основное средство взаимодействий между ребенком и окружающим миром.

2. Организационный раздел

2.1.Организация образовательного процесса

№ п/п	Разделы программы	Год обучения (возрастная группа)
		1 (младшая)
1	Логоритмика	В течение года
2	Игроритмика	В течение года
3	Игροгимнастика	7
4	Игротанцы	В течение года
5	Танцевальная ритмическая гимнастика	20
6	Игропластика	В течение года
7	Пальчиковая гимнастика	По плану занятий
8	Игровой самомассаж	По плану занятий

9	Музыкально подвижные игры	По плану занятий
10	Игры путешествия	3
11	Креативная ритмопластика	По плану занятий
Всего часов		30

2.2. Материально-техническое обеспечение

Предметы, используемые для реализации программы

На занятиях используются различные предметы: платочки, бубны, обручи, плоские кольца, флажки, султанчики, погремушки, цветы, воздушные шары, мячи, колокольчики, шляпки.

Технические средства

Музыкальный центр, аудио материал

3. Содержательный раздел

3.1. Учебно-тематический план

Программа разделена по возрастам и рассчитана на четыре года обучения в соответствии с возрастными группами детей:

- ✓ Младшая группа – дети 3-4 лет - 15 мин.

3.2. Первый год обучения (младшая группа, 3-4 года)

1. **Логоритмика** Упражнения пальчиковой, ручной артикуляционной, дыхательной гимнастики. Постановка речевого выдоха. Постановка голоса. Специальные упражнения на согласования речи с движением.
2. **Игроритмика.** Специальные упражнения на согласования движений с музыкой. Хлопки в такт музыки. Ходьба сидя на стуле. Акцентированная ходьба. Акцентированная ходьба с одновременным махом согнутыми руками. Движения руками в различном темпе. Различия динамики звука «громко»- «тихо» Выполнение движений под музыку

4. Игрогимнастика.

4.1. Строевые упражнения (Построение в шеренгу и в колонну по команде. Передвижения в сцеплении. Построение в круг и передвижения по кругу в различных направлениях за педагогом. Построение в рассыпную. Перестроение из одной шеренги в несколько по ориентирам)

4.2. Общеразвивающие упражнения - Упражнения без предмета. Основные движения прямыми согнутыми руками ногами. Основные движения туловищем и головой. Полуприсед, упор присев, упор лёжа на согнутых руках, упор стоя на коленях, положение лежа на согнутых руках, упор стоя на коленях, положение лежа. Комплексы общеразвивающих упражнений. Упражнения предметами – Упражнения с погремушками, султанчиками (хлопками).

4.3. Упражнение на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. – Свободное опускание рук вниз. Напряжённое и расслабленное положение рук ног.

Потряхивание кистями рук. Расслабление рук с выдохом. Упражнение на осанку, стоя спиной к опоре. Имитационные образные упражнения.

5. Игротанцы.

5.1. Хореографические упражнения. Полуприседы, подъемы на носки, держать за опору. Стойка руки на пояс и за спину. Свободные, плавные движения руками. Комбинации хореографических упражнений.

5.2. Танцевальные шаги. Шаг с носка, на носок, полуприсед на одной ноге, другую вперед на пятку. Пружинные полуприседы. Приставной шаг в сторону. Шаг с небольшим подскоком. Комбинация из танцевальных шагов.

5.3. Ритмические танцы «Хоровод», «Мы пойдем сначала в право», «Танец сидя», «Галоп шестерками» (на приставном шаге), «Если весело живется», «Танец утят», «Гавота», «Кузнечик», «Две ладошки»

6. Танцевально ритмическая гимнастика. Специальные композиции и комплексы упражнений. «Большой олень», «На крутом берегу», «Буренка», «Хоровод», «Я танцую», «Чебурашка»

7. Игропластика. Специальные упражнения для развития мышечной силы и гибкости в образных игровых и двигательных действиях и заданий. Комплексы упражнений.

8. Игровой самомассаж. Поглаживание отдельных частей тела в образно игровой форме.

9. Игры путешествия. «На лесной опушке», «Путешествия по станциям», «Путешествие в морское царство», «В гости к чебурашке», «Поход в зоопарк», «Конкурс танца»

10. Креативная ритмопластика. Музыкально-творческие игры «Кто я», «Море волнуется».

Все части занятий выполняются с использованием музыки и песен.

11. Перспективный план занятий по программе «Логоритмика»

Младшая группа

Месяц	Неделя	Логоритмическая распевка,	Пальчиковая и артикуляционная гимнастика	Упражнения на дыхание	Общие упражнения	Упражнения на ритм	Подвижная игра/танец
октябрь	1 неделя	Аудиодиск Е. Железнова Дорожка 1-3	Речь движение (Р.Д) - «Осень» Веселая артикуляционная гимнастика (комплекс ВАГ) – комплекс 1 Мелкая моторика (М.М) - Стирка	Дудочка	Упражнение на стопы 1.	«Повтори»	«Две ладошки»
	2 неделя	Аудиодиск Е. Железнова Дорожка 1-3	Р.Д - «Осень» ВАГ – комплекс 1 М.М – Подарок мишке	Дудочка	Упражнение на стопы 2	«Ладочки»	Игра «Под зонтом»
	3 неделя	Аудиодиск Е. Железнова Дорожка 1-3	Р.Д «Овощи» - ВАГ – комплекс 1 М.М – По водицу	Дудочка	Упражнение на стопы 3	«Хлоп, Топ»	Танец «Утята»
	4 неделя	Аудиодиск Е. Железнова Дорожка 1-3	Р.Д «Овощи» - ВАГ – комплекс 1 М.М – Засолка капусты	Дудочка	Упражнение на сгиб и разгиб коленей:	М.И. Ложки	«Тучка разозлилась»
ноябрь	1 неделя	Аудиодиск Е. Железнова Дорожка 4-6	Р.Д «Фрукты» - ВАГ – комплекс 1 М.М – Апельсин	Губная гармошка	Упражнение «складочка»:	«Как я»	Игра «Самолеты»
	2 неделя	Аудиодиск Е. Железнова Дорожка 4-6	Р.Д «Фрукты» - ВАГ – комплекс 1 М.М – волшебник	Губная гармошка	«Сундучок (складочка)»:	Топатушки»	«Ножкой топ, топ, ручки хлоп, хлоп»
	3 неделя	Аудиодиск	Р.Д	Губная	Упражнение	«Повтори»	Танец

		Е. Железнова Дорожка 4-6	«Человек» ВАГ – комплекс 1 М.М – Балалайка и дудочка	гармошк а	«на кисти»:		«Листочки»
	4 неделя	Аудиодиск Е. Железнова Дорожка 4-6	Р.Д «Человек» ВАГ – комплекс 1 М.М – Бубен и скрипа	Губная гармошк а	Упражнение «на руки»:	«Ладшки»	Игра «Музыкальн ые прятки»
	5 неделя	Аудиодиск Е. Железнова Дорожка 4-6	Р.Д «Семья» ВАГ – комплекс 1 М.М – Баян, барабан и рояль	Губная гармошк а	Упражнение «бабочка»:	«Хлоп, Топ»	«Зоопарк»
декабрь	1 неделя	Аудиодиск Е. Железнова Дорожка 7-9	Р.Д «Семья» ВАГ – комплекс 1 М.М – Дом и ворота	Футбол	Упражнение «поднятие ног на 90°, лежа на спине»:	М.И. маракасы	Танец «Зарядка»
	2 неделя	Аудиодиск Е. Железнова Дорожка 7-9	Р.Д «Дом» ВАГ – комплекс 1 М.М – Бабушка	Футбол	Упражнение «велосипед»:	«Как я»	Игра «У медведя во бору»
	3 неделя	Аудиодиск Е. Железнова Дорожка 7-9	Р.Д «Дом» ВАГ – комплекс 1 М.М – В домике	Футбол	Упражнение «березка»:	Топотушки»	«Две ладшки»
	4 неделя	Аудиодиск Е. Железнова Дорожка 7-9	Р.Д Одежда» ВАГ – комплекс 1 М.М – Новый год	Футбол	Упражнение «наклоны, сидя в разножке»	«Повтори»	Игра «Под зонтом»
январь	3 неделя	Аудиодиск Е. Железнова Дорожка 7-9	Р.Д «Одежда» ВАГ – комплекс 1 М.М –Кольцо	Снег	Упражнение «наклоны, сидя в разножке»	«Ладшки»	Танец «Утят»
	4 неделя	Аудиодиск Е. Железнова Дорожка 7-9	Р.Д «Зима» ВАГ – комплекс 1 М.М – Орешки	Снег	Упражнение «саранча»:	«Хлоп, Топ»	«Тучка разозлилась »
	5 неделя	Аудиодиск Е. Железнова Дорожка 7-9	Р.Д «Зима» ВАГ – комплекс 1 М.М – Опасное купание	Снег	Упражнение «полу- мостик»:	М.И. Ложки	Игра «Самолеты»

февраль	1 неделя	Аудиодиск Е. Железнова Дорожка 10-13	Р.Д «Домашние птицы» ВАГ – комплекс 1 М.М – В лесу	Свеча	Упражнение «коробочка»	«Как я»	Игра: «Птичий двор!!!»
	2 неделя	Аудиодиск Е. Железнова Дорожка 10-13	Р.Д «Домашние птицы» ВАГ – комплекс 1 М.М – Белка	Свеча	«Зернышко»:	Топатушки»	«Ножкой топ, топ, ручки хлоп, хлоп»
	3 неделя	Аудиодиск Е. Железнова Дорожка 10-13	Р.Д Домашние животные» ВАГ – комплекс 1 М.М – Дом за кустом	Свеча	«Лягушка»:	«Повтори»	Танец «Листочки»
	4 неделя	Аудиодиск Е. Железнова Дорожка 10 -13	Р.Д Домашние животные» ВАГ – комплекс 1 М.М – Заяц и лиса	Свеча	«Кошка поднимает лапки»:	«Ладшки»	Игра «Музыкальн ые прятки»
март	1 неделя	Аудиодиск Е. Железнова Дорожка 14-15	Р.Д «Посуда, пища» ВАГ – комплекс 1 М.М – Слон и мышка	Буль - Буль	Упражнение на стопы 1.	«Хлоп Топ»	«Зоопарк»
	2 неделя	Аудиодиск Е. Железнова Дорожка 14-15	Р.Д «Посуда, пища» ВАГ – комплекс 1 М.М – Кошка и мышка	Буль - Буль	Упражнение на стопы 2	М.И. Бубны	Танец «Зарядка»
	3 неделя	Аудиодиск Е. Железнова Дорожка 14-15	Р.Д «Дикие животные» ВАГ – комплекс 1 М.М – Гуси и кошка	Буль - Буль	Упражнение на стопы 3	«Как я»	Игра «У медведя во бору»
	4 неделя	Аудиодиск Е. Железнова Дорожка 14-15	Р.Д «Дикие животные» ВАГ – комплекс 1 М.М – Белка и ворона	Буль - Буль	Упражнение на сгиб и разгиб коленей:	«Топотушки »	«Ножкой топ, топ, ручки хлоп, хлоп»
апрель	1 неделя	Аудиодиск Е. Железнова Дорожка 16-18	Р.Д «Птицы» ВАГ – комплекс 1 М.М – Колючий	Косарь	Упражнение «складочка»:	«Повтори»	Танец «Цветочки»

			клубок				
	2 неделя	Аудиодиск Е. Железнова Дорожка 16-18	Р.Д «Птицы» ВАГ – комплекс 1 М.М – Замок	Косарь	«Сундучок (складочка)»:	«Ладшки»	Игра « Собираемся в кружок»
	3 неделя	Аудиодиск Е. Железнова Дорожка 16-18	Р.Д «Весна» ВАГ – комплекс 1 М.М – Пёс и лошадь	Косарь	Упражнение «на кисти»:	«Хлоп, Топ»	«Веселая карусель»
	4 неделя	Аудиодиск Е. Железнова Дорожка 16-18	Р.Д «Весна» ВАГ – комплекс 1 М.М – Динозавры	Косарь	Упражнение «на руки»:	М.И. Бубенчики	«Четыре шага»
май	1 неделя	Аудиодиск Е. Железнова Дорожка 19-21	Р.Д «Дом» ВАГ – комплекс 1 М.М – Старушки хохатушки	Цветочн ый магазин	Упражнение «бабочка»:	«Как я»	Игра «Кошка и птички»
	2 неделя	Аудиодиск Е. Железнова Дорожка 19-21	Р.Д «Дом» ВАГ – комплекс 1 М.М – Забор	Цветочн ый магазин	Упражнение «поднятие ног на 90°, лежа на спине»:	Топатушки»	Танец «Утят»
	3 неделя	Аудиодиск Е. Железнова Дорожка 19-21	Р.Д «Транспорт» ВАГ – комплекс 1 М.М – Ёжик	Цветочн ый магазин	Упражнение «велосипед»:	«Хлоп топ»	Игра «Поезд»:
	4 неделя	Аудиодиск Е. Железнова Дорожка 19-21	Р.Д «Транспорт» ВАГ – комплекс 1 М.М – Осминог	Цветочн ый магазин	Упражнение «березка»:	М.И На выбор ребенка	Игра «Маши на»

Кадровое обеспечение: - 1 ставка преподавателя.

Список используемой литературы

1. Картушина М.Ю. «Логоритмика для малышей» Сценарий занятий с детьми с 3 -4 лет «Творческий центр» Москва 2005
2. Фирилева Ж. Е., Сайкина Е.Г. «Са-фи-дансе»: Танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: «Детство - пресс», 2000.
3. Чибрикова-Луговская А.Е. Ритмика. Москва 1998г.
4. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. Ярославль 2004г.
5. Бриске И.Э. Ритмика и танец. Челябинск, 1993г.
6. Константинова Л.Э. Сюжетно-ролевые игры для дошкольников. – СПб: Просвещение, 1994.