

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
школа №449 Пушкинского района Санкт-Петербурга**

Принято
на Педагогическом совете
Протокол № 1
«29» августа 2022 г.

Утверждаю
Директор ГБОУ школы №449
Приказ № 195
от «29» августа 2022 г.

_____ О.В. Аксенова

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Эстрадный танец»**

Разработчик программы:
Насырова Рамиля Тагировна

Возраст учащихся: 8-10 лет (2-4 класс)
Срок реализации: 1 год

**Санкт-Петербург
2022 г.**

Пояснительная записка

Программа разработана в соответствии с:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Указ Президента РФ от 07.05.2012 г. № 599 «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки»;
- Распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р «об утверждении концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г.»;
- Распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р «Об утверждении стратегии развития воспитания в РФ (2015–2025)»;
- приказом Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 г. № 629 «об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Танец – это универсальный язык тела, с помощью которого можно выражать эмоции, чувства, передавать информацию, рассказывать истории, освещать события и т.д. Все вышеперечисленное возможно благодаря различным хореографическим стилям, техникам и направлениям: классический танец; народный танец; hip-hop; house dance; contemporary dance; jazz modern и т.д. Однако, самым актуальным направлением хореографического искусства является «эстрадный танец». На сегодняшний день, эстрадный танец наиболее распространен в любительских коллективах, поскольку: «Эстрадное искусство объединяет разнообразные жанровые разновидности, общность которых заключается в легкой приспособляемости к различным условиям публичной демонстрации, в кратковременности действия, в концентрированности его художественный выразительных средств, содействующей яркому выявлению творческой индивидуальности исполнителя.» (Кузнецов Евг. «Из прошлого русской эстрады» М., «Искусство», 1958). Эстрадному танцу, как правило, свойственна синтетичность выразительных средств, с особой быстротой и гибкостью отвечает вкусам и потребностям общества.

В процессе обучения по дополнительной общеобразовательной программе «эстрадный танец» учащиеся должны усвоить и закрепить знания, полученные в период обучения, приобрести умения и навыки по основным видам исполнительской деятельности, опыт сценических выступлений и участия в репетиционной работе.

В результате освоения основной дополнительной общеобразовательной программы «эстрадный танец» учащийся сможет исполнять элементы современных видов хореографии; создавать пластические образы в различных хореографических композициях; взаимодействовать с участниками процесса подготовки и исполнения концертного номера; публично выступать в концертных программах.

Актуальность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Эстрадный танец» составлена с учетом требований и ориентиров, изложенных в стратегических нормативных документах, регламентирующих систему образования в РФ, а также с учетом запросов учащихся и их родителей.

В Законе РФ «Об образовании в РФ», В Концепции развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства РФ от 24.09.14. № 1726-р) отмечается роль дополнительного образования детей в качестве инструмента позитивной

социализации, удовлетворения потребностей учащихся в занятиях творчеством, укрепления здоровья.

Актуальность программы обусловлена тем, что занятия танцами благотворно влияют на физические способности, а также улучшают работу нервной системы. Ученые А.Гиршон, К. Витакер и В.Бамберри считают, что хореографическая деятельность вырабатывает большое количество веществ, отвечающие за нервные волокна, благодаря чему улучшается мозговая деятельность обоих полушарий: одно регулирует работу за образным мышлением, активизирующееся при импровизации, второе отвечает за логику движений. Такое улучшение способствует повышению у танцора координации движений и ловкости. («Влияние занятий хореографией на человека» Гугушвили Н.С. журнал «Молодой ученый №3(83)»)

Цель программы

Развитие творческих и физических способностей посредством хореографии.

Задачи программы

Обучающие:

- ознакомить с миром современного танцевального искусства;
- ознакомить со специальной танцевальной терминологией;
- обучать навыкам сценической выразительности;
- формировать навыки сольного и ансамблевого исполнения;
- обучать выполнять общеразвивающие и специальные упражнения разминки и тренажа;
- обучать элементам сценического действия;
- формировать способность к импровизации.

Развивающие:

- развивать музыкально-ритмическую координацию;
- совершенствовать музыкально-двигательную память;
- повысить уровень физической подготовки;
- развивать пластику тела, формировать навыки пластического движения;
- развивать внимание;
- развивать умение ориентироваться в пространстве;
- развивать творческие способности;
- развивать образное мышление;
- способствовать эстетическому развитию личности;
- развивать эмоциональную сферу личности;
- развивать навыки самоорганизации творческой деятельности;
- формировать навык публичных выступлений.

Воспитательные:

- воспитывать чувство ответственности;
- воспитывать волевые качества характера: трудолюбие, выносливость, работоспособность;
- формировать мотивацию к работе на результат;
- воспитывать коммуникативные навыки;
- формировать умение работать в коллективе, чувство коллективизма;
- формировать положительное отношение к процессу обучения;
- воспитывать способность адекватной самооценки учебных достижений;

- воспитывать установку на здоровый образ жизни, мотивацию к занятиям физическими упражнениями;
- способствовать приобретению опыта участия в общественно-полезной социально-значимой деятельности (через участие в выступлениях)

Объем и сроки реализации программы

Программа реализуется в течение одного года в объеме 144 ч.

Условия реализации программы

Возраст детей: 8 -10 лет

Набор осуществляется свободным образом по желанию учащихся параллелей 2-4-х классов, не имеющие медицинских противопоказаний. (рекомендации классного руководителя или специалиста службы воспитания школы приветствуются).

Режим занятий: 36 недель (включая осенние и весенние каникулы): 4 часа в неделю, 144 часов в год, 2 раза в неделю: по 2 часа.

Продолжительность занятий: 45 минут.

Форма проведения занятий

Основные формы проведения занятий – комбинированное занятие, практическое занятие. Данные формы проведения занятий наиболее оптимальны для предметной области, к которой относится программа и отражают ее практикоориентированный характер.

Также предусмотрена реализация программы в дистанционном режиме с помощью онлайн-ресурсов Zoom Meetings, Skype.

Формы организации деятельности детей на занятии – фронтальная (беседа, показ, объяснение), коллективная (выполнение коллективных заданий, выступления), групповая (выполнение упражнений в малых группах), индивидуальная в рамках фронтальной (при выполнении дифференцированных заданий).

Материально-техническое оснащение

- ✓ Отдельный, хорошо освещенный кабинет, оборудованный зеркалами (Помещение, соответствующее санитарно-гигиеническим нормам и технике безопасности);
- ✓ ПК или ноутбук для показа презентаций, проектор, экран.
- ✓ Музыкальный центр;
- ✓ USB флеш накопитель с музыкой;
- ✓ Гимнастические коврики для выполнения упражнений на полу;
- ✓ Бумага ф.А-4;
- ✓ Карандаши

Учебный план

| № | Название раздела, темы | Количество часов | | | Формы контроля |
|---|------------------------|------------------|----------------|-------------|---------------------|
| | | Теория (час) | Практика (час) | Всего (час) | |
| | Введение | 1 | - | 1 | опрос в ходе беседы |

| | | | | | |
|--|--|-----------|------------|------------|---|
| | Тема1. Основы музыкальной грамотности | 1 | 2 | 3 | практическая работа, самостоятельная работа |
| | Тема2. Тело в пространстве | - | 14 | 14 | Практическая работа, самостоятельная работа |
| | Тема3. Учебно-тренировочная работа | 4 | 26 | 30 | практическая работа, самостоятельная работа |
| | Тема4. Танцевальные движения | 4 | 26 | 30 | практическая работа, самостоятельная работа |
| | Тема5. Импровизация | 2 | 18 | 20 | |
| | Тема6. Постановочная деятельность | 4 | 36 | 40 | практическая работа, самостоятельная работа |
| | Итоговое занятие | - | 2 | 2 | творческий отчет, коллективное обсуждение |
| | Учебно-массовые мероприятия | - | 4 | 4 | творческое выступление, конкурс |
| | Итого часов | 16 | 128 | 144 | |

Календарный учебный график

| Год обучения | Дата начала обучения | Дата окончания обучения | Всего учебных недель | Кол-во учебных часов | Режим занятий |
|--------------|----------------------|-------------------------|----------------------|----------------------|--------------------------|
| 1 год | 10.09. | 31.08 | 36 | 144 | 2 раз в неделю по 2 часа |

Введение

Знакомство. Расписание занятий. Правила поведения на занятии, техника безопасности. Внешний вид и форма одежды для занятий для девочек и мальчиков (обувь, репетиционный костюм, прически).

Тема 1. Основы музыкальной грамотности

Изучение понятий: «ритм», «счет», «размер», «тактов и музыкальных Фраза», «вступление», «основная часть, тема».

Практика.

Упражнения на изучение и развитие основ музыкальной грамотности:

1.«Наглядный пример»

- 2.«Считаем вслух»
- 3.Хлопки и шаги (марш) в такт музыке, несложные танцевальные комбинации под музыку на 2/4 и 4/4.
- 4.Ускорение и замедление данных комбинаций.
- 5.Составление собственных комбинаций учащимися без музыки создавая собственный ритм.

Тема 2. Тело в пространстве

Упражнения на ориентировку в пространстве.

Практика.

Игры, которые предусматривают использование пространства танцевального зала:

1.«каравай»

2.«кубики»

Самостоятельное или групповое составление и построение танцевальных рисунков.

Тема 3. Учебно-тренировочная работа

Техника различных акробатических и гимнастических упражнений, а также правила безопасности при их исполнении.

Практика.

1.Растяжки и гимнастические упражнения:

- Упражнения на продольную и поперечную растяжку мышц ног.
- Упражнения на растяжку мышц спины.
- Силовые упражнения на мышцы брюшного пресса, спины, ягодиц, ног, рук.
- Упражнения на координацию, на ориентацию движений.

2.Работа над изолированным движением различных частей тела.

3.Разучивание акробатических упражнений: «колесо», «мост», перевороты вперед и назад и т.п.

Тема 4. Танцевальные движения

Изучение базовых движений:

- народный танец;
- классический танец;
- современные направления (хип-хоп, хаус денс) в упрощенной форме.

Практика.

Создание и изучение танцевальных комбинаций с использованием простых базовых движений

Тема 5. Импровизация

Импровизировать – создавать что-либо без предварительной подготовки, непосредственно в момент исполнения либо создания произведения.

Практика.

Импровизация со сменой: темпа, характера, музыки, стиля, манеры, уровня

Тема 6. Постановочная деятельность.

Знакомство с темой и содержанием концертного номера. Пояснения к образу, характеру исполнения.

Практика. Создание и изучение фрагментов танцевального номера. Работа над образом, характером исполнения.

Репетиционная работа. Отработка рисунка танца, точности движений, пластики, музыкальности.

Итоговое занятие

Практика. Творческий отчет коллектива (открытые занятия с презентацией итогового танца). Коллективное обсуждение

Учебно-массовые мероприятия

Посещение тематических концертов, танцевальных фестивалей, конкурсов. Участие в учебно-массовых мероприятиях. Также учащиеся участвуют в мероприятиях (фестивали, концерты, конкурсы) районного и городского уровней.

План учебно-массовых мероприятий составляется ежегодно.

Планируемые результаты

Предметные

- сформированность представления о мире современного танцевального искусства
- знание танцевальной терминологии
- знание базовых движений современного эстрадного танца
- владение приемами правильного исполнения движений современного эстрадного танца
- способность выражать эмоционально-зримые образы музыки посредством пластических этюдов, композиций;
- умение выполнять общеразвивающие и специальные упражнения разминки и тренажа
- владение элементами сценического действия, как средствами выражения своих мыслей, чувств и физических ощущений
- сформированность актерской выразительности, музыкально-ритмической координации, музыкально-двигательной памяти, двигательного воображения, образного мышления
- сформированность способности к импровизации
- повышение уровня физической подготовки
- сформированность навыков пластического движения
- сформированность навыков ансамблевого и сольного исполнения

Метапредметные

- сформированность адекватной самооценки учебных достижений
- способность свободно ориентироваться в пространстве
- умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности
- способность осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности
- освоение способов решения проблем творческого характера
- сформированность навыка публичных выступлений
- сформированность положительного отношения к процессу обучения
- получение опыта организации собственной творческой деятельности на основе сформированных регулятивных учебных действий

Личностные

- сформированность волевых качеств характера: трудолюбия, выносливости, работоспособности
- наличие мотивации к творческому труду, работе на результат
- формирование установки на здоровый образ жизни
- обогащение опыта эстетического восприятия
- формирование коммуникативной компетентности
- приобретение навыков сотрудничества, содержательного и бесконфликтного участия в совместной работе
- сформированность чувства ответственности
- приобретение опыта участия в общественно-полезной социально-значимой деятельности.

Календарно-тематическое планирование

| Дата занятия | | Название раздела, темы | Всего (час) | Примечание |
|--------------|-------------|---|-------------|------------|
| Планируемая | фактическая | | | |
| | | Введение. ТБ. Тема1.Основы музыкальной грамотности. Основные понятия: «темп», «ритм», «вступление», «основная часть, тема» | 2 | |
| | | Танцевальные комбинации под музыку на 2/4 и 4/4 и составление собственных комбинаций без музыки | 2 | |
| | | Тема2. Тело в пространстве. Самостоятельное составление и построение танцевальных рисунков. | 2 | |
| | | групповое составление и построение танцевальных рисунков. | 2 | |
| | | Игры в пространстве | 2 | |
| | | Игры в пространстве | 2 | |
| | | Игры в пространстве | 2 | |
| | | Самостоятельное составление и построение танцевальных рисунков. | 2 | |
| | | групповое составление и построение танцевальных рисунков. | 2 | |
| | | Тема3. Учебно-тренировочная работа. Растяжка. | 2 | |
| | | Акробатические упражнения: «колесо» и «мост» | 2 | |
| | | Гимнастические упражнения. Силовые упражнения. Стойка на руках. | 2 | |
| | | Акробатические упражнения. Техника исполнения переворотов вперед и назад. | 2 | |
| | | Растяжка | 2 | |
| | | Силовые упражнения | 2 | |
| | | Растяжка | 2 | |
| | | Силовые упражнения | 2 | |
| | | Работа над изолированным движением | 2 | |

| | | | | |
|--|--|--|---|--|
| | | Работа над изолированным движением | 2 | |
| | | Гимнастические упражнения. Силовые упражнения. Стойка на руках. | 2 | |
| | | Акробатические упражнения. Техника исполнения переворотов вперед и назад. | 2 | |
| | | Растяжка | 2 | |
| | | Силовые упражнения | 2 | |
| | | Растяжка | 2 | |
| | | Тема4. Танцевальные движения. Народный танец. Переходы и рисунки. | 2 | |
| | | Классический танец. Прыжки и повороты. | 2 | |
| | | Народный танец. Изучение комбинации. Стилизация | 2 | |
| | | Классический танец. Изучение комбинации. Стилизация. | 2 | |
| | | Хип -хоп. Грувв. Изучение комбинации. | 2 | |
| | | Хаус дэнс. Степы. | 2 | |
| | | Хип -хоп. Грувв. Изучение комбинации. | 2 | |
| | | Хип -хоп. Грувв. Изучение комбинации. | 2 | |
| | | Хаус дэнс. Степы. Комбинации | 2 | |
| | | Хаус дэнс. Степы. | 2 | |
| | | Хип -хоп. Грувв. | 2 | |
| | | Хип -хоп. Грувв. | 2 | |
| | | Хаус дэнс. Степы. Комбинации | 2 | |
| | | Хаус дэнс. Степы. | 2 | |
| | | Повторение ранее пройденного материала | 2 | |
| | | Тема5. Импровизация. Создание образа | 2 | |
| | | Импровизация с использованием различных образов | 2 | |
| | | Задача 1. Смена уровней. (пример: импровизация лежа, сидя на полу – выход на верх, прыжки) | 2 | |
| | | Задача 2. Смена характера (мягко, плавно- резко, тяжело) | 2 | |
| | | Задача 3. Смена темпа и ритма (быстро-медленно, чередовать, менять) | 2 | |
| | | Задача 4. Смена музыкального сопровождения, стиля и манеры исполнения (классический танец, народный и современный) | 2 | |
| | | Задача 1. Смена уровней. (пример: импровизация лежа, сидя на полу – выход на верх, прыжки) | 2 | |
| | | Задача 2. Смена характера (мягко, плавно- резко, тяжело) | 2 | |
| | | Задача 3. Смена темпа и ритма (быстро-медленно, чередовать, менять) | 2 | |

| | | | | |
|-----------------------|--|--|--------------|--|
| | | Задача 4. Смена музыкального сопровождения, стиля и манеры исполнения (классический танец, народный и современный) | 2 | |
| | | Темаб. Постановочная деятельность. Знакомство с темой и содержанием танцевального номера. | 2 | |
| | | Знакомство с темой и содержанием танцевального номера. | 2 | |
| | | Создание и изучение фрагментов танцевального номера | 2 | |
| | | Создание и изучение фрагментов танцевального номера | 2 | |
| | | Создание и изучение фрагментов танцевального номера | 2 | |
| | | Создание и изучение фрагментов танцевального номера | 2 | |
| | | Создание и изучение фрагментов танцевального номера | 2 | |
| | | Создание и изучение фрагментов танцевального номера | 2 | |
| | | Создание и изучение фрагментов танцевального номера | 2 | |
| | | Работа над образом, характером исполнения. | 2 | |
| | | Репетиционная работа. «чистка» танцевальных комбинаций | 2 | |
| | | Репетиционная работа. «чистка» танцевальных комбинаций | 2 | |
| | | Репетиционная работа. «чистка» танцевальных комбинаций | 2 | |
| | | Репетиционная работа. «чистка» танцевальных комбинаций | 2 | |
| | | Репетиционная работа. «чистка» танцевальных комбинаций | 2 | |
| | | Репетиционная работа. «чистка» танцевальных комбинаций | 2 | |
| | | Репетиционная работа. Отработка рисунка танца | 2 | |
| | | Репетиционная работа. Отработка рисунка танца | 2 | |
| | | Репетиционная работа. Отработка рисунка танца | 2 | |
| | | Репетиционная работа. Отработка рисунка танца | 2 | |
| | | Репетиционная работа. Генеральный Прогон. | 2 | |
| | | Итоговое занятие. | 2 | |
| | | Учебно-массовое мероприятие | 2 | |
| | | Учебно-массовое мероприятие | 2 | |
| 36 занятий | | | 144 ч | |

Оценочные и методические материалы

Оценочные материалы

Система контроля результативности обучения по программе

| Вид контроля | Срок | Форма выявления | Форма фиксации | Форма предъявления результатов |
|------------------------------|-------------------------------------|--|---|---|
| ПРЕДМЕТНЫЕ ДОСТИЖЕНИЯ | | | | |
| <i>Входной</i> | Сентябрь | Педагогическое наблюдение, собеседование | Протокол фиксации результатов входного контроля. | Протокол фиксации результатов входного контроля. |
| <i>Текущий</i> | В течение учебного года | Анализ качества выполнения практической работы, наблюдение, беседа, опрос. | Тетрадь наблюдений педагога. Видеоматериалы | Тетрадь наблюдений педагога. Видеоматериалы |
| <i>Промежуточный</i> | По окончании и изучения каждой темы | Анализ качества выполнения практической работы опрос. | Видеоматериалы Тетрадь наблюдений педагога. | Видеоматериалы Грамоты, дипломы, полученные на конкурсах. |
| <i>Итоговый</i> | Май | Творческий отчет, участие в конкурсах различного уровня. | Видеоматериалы Фотоматериалы Грамоты и дипломы. Отзывы Протокол фиксации результатов итогового контроля | Видеоматериалы Фотоматериалы Творческий отчет. Открытые занятия. Отзывы Грамоты, дипломы, полученные на конкурсах. |

Оценочный материал включает в себя образовательный и воспитательный компонент и содержит 6 параметров: самостоятельность при выполнении заданий, сложность выполненных заданий, качество выполнения заданий, культура поведения, творческие способности, активность на занятиях в коллективе. Каждый из параметров оценивается по 4-ём уровням: 2 балла - самый низкий уровень, 5 баллов – наивысший уровень.

Кроме того, фиксация результатов входного контроля осуществляется по трем параметрам: музыкально-двигательная координация, способность к импровизации, физическая подготовка. Фиксация результатов промежуточного и итогового контроля освоения программы производится по 4 параметрам: теоретическая подготовка, практическая подготовка, личностные и поведенческие качества, артистизм. Каждый параметр оценивается по трехбалльной шкале: 1 – низкий уровень, 2 – средний, 3 – высокий.

Итоги диагностики педагог заносит в информационную карту, специально разработанную для данной программы, используя следующую шкалу:

| <i>Оценка параметров</i> | <i>Уровень</i> |
|----------------------------|-----------------------------------|
| Начальный уровень - 1 балл | 11- 15 баллов – начальный уровень |
| Средний уровень – 2 балла | 16 – 28 баллов – средний уровень |
| Высокий уровень – 3 балла | 29-33 балла – высокий уровень |

Методические материалы

Используемые методы, приемы, технологии

Методы:

- словесный (устное изложение, беседа, рассказ, объяснение и т.д.)
- наглядный (наблюдение, показ (выполнение) педагогом, работа по образцу и др.)
- практический (выполнение работ самостоятельно)
- объяснительно-иллюстративный – учащиеся воспринимают и усваивают (запоминают) готовую информацию
- репродуктивный – учащиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности, работая по шаблону;
- частично-поисковый – творческая работа по собственному замыслу.

Методы стимулирования и мотивации учебно-познавательной деятельности:

творческие задания, комфортная среда занятия и др.

Методы воспитания: беседы, метод примера, педагогическое требование, побуждение, создание воспитательных ситуаций, соревнование, поощрение.

Методы контроля - контрольные задания в виде творческих заданий, участие в конкурсах и др.

Основные приемы – рассказ, беседа, пояснение, упражнение, практическая работа, самостоятельная работа, демонстрация практических приемов работы, творческая работа, элемент взаимообучения, коллективное обсуждение, устный обучающий контроль, игровой элемент.

Используются следующие современные педагогические технологии:

- Личностноориентированные технологии: подбор индивидуальных заданий с учётом интересов учащихся и их индивидуальных особенностей.
- Здоровьесберегающие технологии: выполнение упражнений физической подготовки, формирование установки на здоровый образ жизни и т.д.
- Информационно-коммуникационные технологии (показ презентаций)

Дидактические средства:

- Аудиозаписи разнообразной музыки
- Видеозаписи с демонстрацией современных стилей танца
- Презентации о современных стилях танца
- Литература по тематике программы

Информационные источники

Список литературы

Для педагога:

- ❖ Антонова Л. В. Фитнес и ваше здоровье - М.:Вече, 2008
- ❖ Аэробика. Теория и методика проведения занятий: учебное пособие для студентов вузов физической культуры/ Под ред. Е. Б. Мякинченко и М.П Шестакова – М.:СпортАкадемПресс, 2002.
- ❖ Барышникова, Т. Азбука хореографии / Т.Барышникова – СПб, 1996.
- ❖ Большая книга игр- М.: Эксмо,2007.
- ❖ Дункан А. Танец будущего. Моя жизнь - Киев, 1989.
- ❖ Захаров Р. Искусство балетмейстера - М., 1954.
- ❖ Игры – Обучение, Тренинг, Досуг/Под. Ред.В.В Петрусинского, в четырех книгах –М.: Новая школа, 1994.
- ❖ Кох И.Э. Основы сценического движения – Л., 1970.
- ❖ Михайлова, М.А. Танцы, игры, упражнения для красивого движения / М.А.Михайлова, Н.В.Воронина – Ярославль, 2000.
- ❖ Подвижные игры - М.: Мой Мир ГмбХ & Ко. КГ, 2007- 256с.: ил. (Азбука дошкольного воспитания).
- ❖ Руднева С., Фиш Э. Музыкальное движение. Методическое пособие для педагогов музыкально-двигательного воспитания, работающих с детьми дошкольного и младшего школьного возраста - СПб, 2000.
- ❖ Руднева С., Фиш А. Ритмика. Музыкально-ритмические движения – М.: Просвещение, 1972.
- ❖ Румнев А. О пантомиме - М., 1964.
- ❖ Станиславский К. С. Работа актера над собой. Собр. соч., т.2 - М., 1989.
- ❖ Шереметьевская Н. Танец на эстраде – М.: Искусство, 1985.
- ❖ Ястребов Ю. От замысла до художественного воплощения. Библиотечка “В помощь художественной самодеятельности”, №11 - М., 1978.

Для учащихся и родителей:

- ❖ Антонова Л. В. Фитнес и ваше здоровье - М.:Вече, 2008
- ❖ Михайлова, М.А. Танцы, игры, упражнения для красивого движения / М.А.Михайлова, Н.В.Воронина – Ярославль, 2000.
- ❖ Шереметьевская Н. Танец на эстраде – М.: Искусство, 1985.
- ❖ Ястребов Ю. От замысла до художественного воплощения. Библиотечка “В помощь художественной самодеятельности”, №11 - М., 1978.

Интернет источники:

1. <https://ynds.art/hip-hop/>
2. https://vk.com/topic-38566403_26681780

3. https://white-on-black.at.ua/publ/spisok_bazovykh_dvizhenij_khip_khopa/1-1-0-2
4. https://www.youtube.com/results?search_query=dictionary+hip+hop
5. <http://olgakonysheva.blogspot.com/2013/06/hip-hop-house.html>
6. <http://online-stage.ru/ru/#blog>
7. https://vk.com/horeograf_club
8. <http://roomfor.ru/katya-ganyushina-lectures/>