



Федеральное государственное казенное общеобразовательное учреждение
«Московский кадетский корпус «Пансион воспитанниц Министерства
обороны Российской Федерации»

РАССМОТРЕНО
на заседании ПМО
(дополнительные
образовательные
программы)
Протокол № 1 от
«28» июня 2015 г.
Старший методист

Савинкова Е.В. *ЭМ*

СОГЛАСОВАНО
Заместитель Начальника
Пансиона по УР
Обломкова А.В. *А.В.Обл*
«18» августа 2015 года

УТВЕРЖДАЮ
Начальник ФГКОУ МКК
«Пансион воспитанниц МО
РФ»
Максимова Л.Ю.
«26» августа 2015 года

Программа дополнительного образования детей
«Бальные танцы»

Направление: физкультурно-спортивное

Возраст воспитанниц: 10-12 лет
Срок реализации образовательной программы: 2 года
Преподаватель первой категории: Сергеева Оксана Михайловна

Москва, 2015

1. Пояснительная записка

Нормативная база и распорядительные документы по организации внеурочной деятельности	<p>Приказ Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. № 1008 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам".</p> <p>Приказ ДОгМ № 922 от 17.12.2014 года «О мерах по развитию дополнительного образования детей в 2014/2015 учебном году».</p> <p>Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р).</p> <p>Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014 г. № 41 "Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».</p> <p>Примерные программы внеурочной деятельности. Под ред. В.А. Горского</p>
Основные идеи программы дополнительного образования, их актуальность и предлагаемая востребованность	<p>Эмоциональная сфера является важной для полноценного развития учащихся. Творчество и искусство может стать проводником, который поможет в становлении личности растущего человека. Актуальность программы связана с многогранностью бального танца, который сочетает в себе средства музыкального, пластического, спортивно-физического, этического и художественно-этического развития и образования. В процессе обучения все эти средства взаимосвязаны, взаимообусловлены.</p>
Цели и задачи программы	<p>Изучение хореографии и бального танца, как вида искусства направлено на достижение следующих целей:</p> <ul style="list-style-type: none"> - становление хореографической культуры как неотъемлемой части духовной культуры; - развитие музыкальных и физических данных воспитанниц, образного мышления, фантазии и памяти, формирование творческой активности, артистических и исполнительских способностей воспитанниц, интереса к танцевальному искусству. - освоение образцов танцевального исполнения национальной, зарубежной, классической и современной, усвоение знаний об истории развития танца, музыкальной танцевальной грамоте, жанровом и стилевом многообразии, особенностях танцевальной подачи танца; танцевальном фольклоре, классическом наследии и современном творчестве отечественных и зарубежных хореографов; выявление особенностей воздействия звуков музыки и танца, на чувства, настроение человека. - владение практическими умениями и навыками основ хореографического искусства; владеть своим телом, обучить культуре движения, основам хореографии, музыкальной грамоте, координировать свои движения с

	<p>музыкой.</p> <p>- воспитание устойчивого интереса к танцу своего народа и других народов мира; эстетически-нравственного восприятия воспитанниц, трудолюбия, самостоятельности, целеустремленности, умение работать в коллективе.</p>
Особенности данной программы	<p>Программа посвящена процессу физического, эстетического и нравственного воспитания воспитанниц средствами бальной хореографии.</p> <p>Данная программа модифицированная, базируется на передовом опыте хореографов и педагогов, работающих в среде бальной хореографии - Ю.Н. Шутиков, Кондратенко Г.М. Туганковой О.И.</p> <p>Программа является интегрированной и предусматривает тесное взаимодействие одного предмета с другими.</p> <p>При разработке программы использовались следующие принципы: доступность; наглядность; систематичность; последовательность; прочность усвоения знаний; индивидуальный подход;</p>
Характеристика возрастных особенностей	5-6 класс возраст 10-12 лет, в этом возрасте они полны сил и энергии, они стремятся активно проявлять себя в различных видах деятельности. Усиливается внимание к эстетическому облику человека, они привыкают сознательно контролировать свою манеру держаться и двигаться, придают большое значение внешности и костюму. Эмоциональность, стремление жить и действовать в коллективе и, в тоже время, желание ярко проявить свою индивидуальность характерно для этого возраста.
Формы и режим проведения занятий	<p>Формы проведения занятий: беседа, практическое занятие, занятие-постановка, заключительное занятие.</p> <p>Группа занимается один раз в неделю, по одному академических часу. Всего в году - 35 занятий, 35 часов.</p> <p>Каждое занятие строится по схеме:</p> <p>Подготовительная часть имеет целью подготовить организм учащихся к выполнению упражнений в основной части занятия: разминка основных групп мышц и связочного аппарата, упражнения в движении, на растяжение, дыхательную и сердечнососудистые системы, упражнения у станка.</p> <p>Основная часть предполагает, прежде всего, изучение программного материала – того или иного действия или упражнения.</p> <p>Заключительная часть занятия – имеет цель: приведение организма учащихся в спокойное состояние, подведение итогов занятия, дать задание для самостоятельной подготовки.</p>

2. Тематический план

1год обучения

№ п/п	Наименование раздела, темы	Всего часов	Форма организации
Тема 1	Организационная работа.	1	
	Задачи коллектива на учебный год. Инструктаж по технике безопасности.		Беседа
Тема 2	Элементы музыкальной грамоты.	2	
	Понятие о характере и особенностях танцевальной музыки. Слушание и разбор музыкальных отрывков. Определение ритма и такта. Темп. Начало и конец музыкального отрывка. Понятие о музыкальном размере 2/4, 3/4, 4/4. Упражнения с различным музыкальным рисунком. Построение и перестроения в зале под различную музыку, ритмический рисунок и темп.		Беседа Практика
Тема 3	Танцевальная азбука.	12	
	Упражнения для развития мышц головы и шеи. Наклоны и повороты головы с различным темпом. Позиции ног. Положения и движения ног. Движения ног с различной работой ступни. Упражнения для развития «мышечного чувства». Движения с различным положением корпуса. Перенос тяжести Подъем и опускание плеч, напряжение и расслабление рук и ног. Упражнения для рук с различным характером музыки. Осанка, манера, грация. Упражнения у палки.		Беседа Практика
Тема 4	Освоение основных движений танцев и плясок.	10	
	Знакомство с особенностями танцев и плясок разных народов. Различные виды шагов: бодрый шаг, тихий шаг, беговой шаг, скользящий шаг, приставной шаг, быстрый шаг, высокий шаг, перекрецивающийся шаг, шаг полонеза, топающие шаги, хороводные шаги. Различные виды бега: легкий бег, стремительный бег. Подскоки: легкие прыжки, пружинные прыжки, прыжки с одной ноги на другую, с двух ног на одну и др. Элементы танца: «вежливый» танец (на приставных шагах), боковой галоп. Положения рук в русских танцах. Притопы. Шаги с притопом. Этюды. Вынос ноги па каблук. Шаги польки. Шассе. Дробные шаги. Тройной шаг. Русский переменный ход. Этюды. Прыжки с хлопками в различном темпе. Повороты и прыжки отдельно и в паре. Танец-игра «Полька тройками».		Беседа Практика
Тема 5	Отечественные бальные танцы.	10	
	Знакомство с танцами народов России. Разучивание танцев: «Фигурный вальс», «Вальс-мазурка», «Полонез», «Падеграс», «Полька-тройка».		Беседа Практика
	Итого:	35	

3. Тематический план **2 год обучения**

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов	Форма организации
Тема 1	Организационная работа	1	
	Задачи коллектива на учебный год. Инструктаж по технике безопасности.		Беседа
ТЕМА 2	Танцевальная азбука.	10	
	Особенности техники исполнения танцев в паре. Роль баланса, ПДК, работа ступни. Направления движения в танцевальном зале. Композиции со сложной координацией движения. Этюды на пройденном материале и в характере современной пластики. Осанка, манера, грация. Упражнения у палки.		Беседа Практика
Тема 3	Историко-бытовые танцы.	6	
	Возникновение и развитие танцев данной группы. Место исторических бальных танцев в отечественной бальной хореографии. Разучивание танцев: Фигурный вальс, Вальс-мазурка, Фигурная полька, Полька произвольной композиции.		Беседа Практика
Тема 4	Отечественные бальные танцы.	10	
	Краткие сведения об истории развития отечественной бальной хореографии. Связь бального танца с истоками народного творчества. Разучивание композиции на основе вальса Постановка и разучивание композиции на основе хоровода «Берлинская полька», танец-игра «Вальс-дружба» «Па Зефир», «Вальс миньон»		Беседа Практика
Тема 5	Танцы произвольной композиции.	8	
	Особенности стиля и техники исполнения танцев данной группы. Медленный вальс: открытые перемены вперед и назад, Самба: основной ход, виск вправо и влево, повороты на месте. Джайв: основное движение, разъединение, закрытие, сольные повороты Д. под рукой.		Беседа Практика
	Итоги	35	

--	--	--	--

4. Содержание программы

1 год обучения

Тема 1. Организационная работа.(1ч)

Форма организации: Беседа.

Теоретические сведения: Инструктаж по технике безопасности поведения на уроке. Объяснение целей и задач. Предупреждение ошибок и профилактики травматизма при обучении.

Тема 2. Элементы музыкальной грамоты. (2 ч)

Форма организации: Беседа.Практика.

Теоретические сведения: Важнейшей особенностью танцевальной музыки является ее ясная ритмическая определенность, повторяемость какой-либо характерной ритмической формулы. Благодаря этому учащиеся не только распознают танцевальную и не танцевальную музыку, но и легко отличают вальс от польки, ча-ча-ча от самбы. Четкий ритм музыкального сопровождения танца не только организует движения танцующих, но и обладает эмоциональной силой воздействия.

Музыкальный ряд: Уже на первых занятиях дети должны сразу почувствовать, что движения и музыка в каждом упражнении связаны с содержанием и формой. Для этого восприятие музыки и двигательная реакция должны протекать одновременно. Для детей должно стать естественным точно заканчивать движение вместе с окончанием музыкальной мысли — и после ходьбы или бега, и в упражнениях, исполняемых на месте. На всех урока у воспитанниц развивается умение вслушиваться в музыку, постигать ее язык. Для воспитания четкой ритмичности движения большое значение имеют такие упражнения, которые дети выполняют сообща, держась за руки или отдельно. Детей захватывает общий ритм, и их движения четко согласуются с музыкой.

Упражнения: В музыкально-двигательном материале темп, протяженность, ритм движений определяются всем характером музыки, а не только ее временной организацией. Например, не всякой польке соответствует движение в ритме «полочного» шага: на одну дети отвечают бегом, а на другую поскоками, хотя счет 2/4 в обоих случаях. Три очень сходные по ритмическому рисунку мелодии в зависимости от обработки рождают: одна бег по восьмым, другая— прыжки по четвертям, третья—движение по половинным нотам. Но если в музыке ритмический рисунок является ведущим, это безусловно должно отразиться в движении.

Задание: Отработка навыков упражнений.

Материалы и инструменты: Методический материал. Видео материал.

Тема 3. Танцевальная азбука. (12ч)

Форма организации: Беседа. Практика.

Теоретические сведения: Основная стойка помогает включиться в движение с началом звучания музыки - быть готовым к движению. Такая готовность достигается, если работают только те группы мышц, напряжение которых необходимо для поддержания тела в описанном положении; остальные - свободны. Движения в упражнениях, играх и танцах просты и естественны: это основные движения человеческого тела (ходьба, бег, поскоки, прыжки, сгибания-разгибания, повороты). Музыкальное движение - всегда средство для воплощения музыкально-двигательного образа.

Упражнения: От простого к сложному, от медленного к быстрому, постоянно варьируя изученные элементы с целью освоения более сложных по координации движений.

- Положения и направления движения частей тела (ног, рук, корпуса, головы). Упражнения для развития мышц головы и шеи. Наклоны и повороты головы с различным темпом.

- Позиции ног. Положения и движения ног (опорная нога, свободная нога, полупальцы). Движения ног с различной работой ступни.
 - Упражнения для развития «мышечного чувства». Движения с различным положением корпуса.
 - Перенос тяжести тела с каблуков на всю ступню и обратно, перенос тяжести тела с одной ноги на другую.
 - Подъем и опускание плеч, напряжение и расслабление рук и ног. Свободные движения рук и ног (пружинные, маховые, плавные).
 - Позиции рук (1, 2, 3 позиции, открытое и закрытое положение рук, на талии, положение рук на бедрах и др.). Движения рук. Упражнения для рук с различным характером музыки.
- Осанка, манера, грация.**
- Упражнения у палки.Demi-plie, Grand plié, Battement tendu в первой позиции, Battement tendu jete, Battement fondu, Battement releve lent на 90 градусов, Grand Battement, Rond de jambe par terre,
 - Упражнения для бедер.
 - Упражнения на сохранение равновесия.
 - Наклоны и перегибы корпуса.

Задание: Отработка навыков упражнений. Над упражнениями третьей темы необходимо работать в течение всего года, постепенно совершенствуя и уточняя исполнение.

Материалы и инструменты: Методический материал: Ваганова А.Я. «Основы классического танца», Базарова Н.П. Мей В.П. «Азбука классического танца», видео материал.

Тема 4. Освоение основных движений танцев и плясок. (10 ч)

Форма организации: Беседа. Практика.

Теоретические сведения: Знакомство с особенностями танцев и плясок разных народов.

Упражнения:

- Различные виды шагов: бодрый шаг, тихий шаг, беговой шаг, скользящий шаг, приставной шаг, быстрый шаг, высокий шаг, перекрещающийся шаг, шаг полонеза, топающие шаги, хороводные шаги.
- Различные виды бега: легкий бег, стремительный бег.
- Подскoki: легкие прыжки, пружинные прыжки, прыжки с одной ноги на другую, с двух ног на одну и др.
- Элементы танца: «вежливый» танец (на приставных шагах), боковой галоп.
- Положения рук в русских танцах.
- Притопы. Шаги с притопом. Этюды.
- Вынос ноги па каблук. Шаги польки. Шассе.
- Дробные шаги. Тройной шаг. Русский переменный ход. Этюды.
- Прыжки с хлопками в различном темпе. Повороты и прыжки отдельно и в паре. Этюды и танцы на пройденном материале Танец-игра «Полька тройками». Самым характерным движением для польки является шаг с подскоком, который исполняется легко и «воздушно» с акцентом на подскоках. Подскок является главным составным элементом па польки и имеет несколько вариантов исполнения.

В процессе совершенствования или разучивания разнообразных видов движения педагог воспитывает у воспитанниц технические навыки, развивает у них динамичность, ритмичность, устремленность движений.

Задание: Отработка навыков упражнений.

Материалы и инструменты: методические материалы. И.Сироткина «Свободное движение и пластический танец в России», Видео материалы.

Тема 5 Отечественные бальные танцы. (10 ч)

Форма организации: Беседа. Практика.

Теоретические сведения: Знакомство с танцами народов России.

Упражнения: состоят из простых движений, которые исполняются в разных направлениях. Эти движения вырабатывают у воспитанниц хорошую осанку, учат их движению в паре, общению друг с другом Разучивание танцев: «Фигурный вальс», «Вальс-мазурка», «Полонез», «Падеграс», «Полька-тройка».

Задание: Отработка навыков упражнений.

Материалы и инструменты: Методический материал. Видео материалы.

5. Содержание программы **2 год обучения**

Тема 1 Организационная работа (1ч)

Форма организации: Беседа. Практика.

Теоретические сведения: Инструктаж по технике безопасности поведения на уроке. Объяснение целей и задач. Предупреждение ошибок и профилактики травматизма при обучении.

Тема 2 Танцевальная азбука (10 ч)

Форма организации: Беседа. Практика.

Теоретические сведения: Особенности техники исполнения танцев в паре. Роль баланса. На 2 году обучения продолжается совершенствование пластики всего тела.

Упражнения:

Приведенные ниже упражнения позволяют создавать композиции на основе современной пластики, используя дополнительно материал 1 года обучения. В танце - устойчивость, равновесие, баланс, позволяют учащимся двигаться не только уверенно, но и музыкально.

- Волна вперед и назад, боковая волна - соединяет мягкое движение от ступней, коленей к бедрам и талии в сторону, вправо и влево.
- Ступенчатое расслабление корпуса. Позволяет ступенчато расслаблять кисти рук, предплечья, локти, руки, шею, плечи, сочетая с глубоким приседанием.
- Наклоны - верхней части корпуса вперед, назад, вправо и влево.
- Направления движения в танцевальном зале.
- Композиции со сложной координацией движения. Этюды на пройденном материале и в характере современной пластики.
- Осанка, манера, грация.
- Упражнения у палки: Demi-plié, Grand plié на середине , Battement tendu в пятой позиции, Battement tendu jete, Battement fondu на полупальцах, Battement releve lent на 90 градусов, Grand Battement, Rond de jambe par terre, Battement soutenu, Releve на полупальцы на второй и пятой позиции. Полуповорот в пятой позиции на полупальцах.

Задание: Отработка навыков упражнений. Над упражнениями третьей темы необходимо работать в течение всего года, постепенно совершенствуя и уточняя исполнение.

Материалы и инструменты: Методический материал: Ваганова А.Я. «Основы классического танца», Базарова Н.П. Мей В.П. «Азбука классического танца», видео материал.

Тема 3 Историко-бытовые танцы. (6 ч)

Форма организации: Беседа. Практика.

Теоретические сведения Бальный танец в России в XIX веке занимал прочное место в программе воспитания, окончательно формируется русская школа бального танца и утверждаются педагогические принципы русских учителей: связь с национальными хореографическими традициями; обучение бальному танцу на общей хореографической основе, строгость, простота и внутренняя чистота исполнительской манеры; методическая обоснованность в изучении материала (обучение не определенному танцу, а умению танцевать).

Музыкальный ряд: Бальные танцы XIX века в своем подавляющем большинстве рожденны славянскими народами-русскими, чехами, поляками, словаками. Их народная основа обеспечивает им долголетие, жизнеспособность. Многие бальные танцы, бытовавшие за границей, были критически усвоены и переработаны на русской почве. Нередко эти изменения настолько сильны, что дают совершенно новую жизнь бальному танцу.

Упражнения: Разучивание танцев: Фигурный вальс, Вальс-мазурка, Фигурная полька, Полька произвольной композиции.

Задание: Отработка навыков упражнений.

Материалы и инструменты: методические материалы. Васильева-Рождественская М. Историко-бытовой танец. Видео материалы.

Тема 4 Отечественные бальные танцы. (10 ч)

Форма организации: Беседа. Практика.

Теоретические сведения: Краткие сведения об истории развития отечественной бальной хореографии. Связь бального танца с истоками народного творчества

Упражнения: Разучивание композиции на основе вальса

Постановка и разучивание композиции на основе хоровода

«Берлинская полька»,

танец-игра «Вальс-дружба»

«Па Зефир» - спокойный, плавный танец, состоит из простых движений и поз, исполняется сдержанно, мягко и плавно. Темп умеренный. В нем исполняются: Основное движение па зефира. Двойной скользящий шаг. Основное движение Падеграса.

«Вальс мион». Танец состоит из шага - глиссад и вальсового поворота, делится на две половины и чаще всего входит как составная часть в танец МИНЬОН. Разучивание этого танца позволяет лучше усвоить вальс по 3 позиции. Он воспитывает мягкость, хорошую осанку, особую плавность движений.

Задание: Отработка навыков упражнений.

Материалы и инструменты: методические материалы. Васильева-Рождественская М. Историко-бытовой танец. Видео материалы.

Тема 5 Танцы произвольной композиции. (8 ч)

Форма организации: Беседа. Практика.

Теоретические сведения: Данная тема рассматривает как модные танцы, возникающие с появлением новых ритмов и мелодий, так и танцы, относящиеся к спортивным танцам. Танец Медленный вальс в отличие от вальса, встречающегося в историко-бытовых и отечественных бальных танцах (вальса по 3 позиции), исполняется по 6 позиций и значительно отличается по технике исполнения и по расположению в паре.

Музыкальный ряд: На начальной стадии обучения разучиваются простейшие фигуры отдельно и в паре. Медленный вальс имеет М/Р 3/4, темп 29...31 такт в минуту, акцент на первую долю такта. Все шаги одинаковые по темпу, каждый шаг занимает 1/4 такта. Более сложные фигуры имеют другую протяженность.

Упражнения:

Медленный вальс: открытые перемены вперед и назад.

Самба: основной ход, виск вправо и влево, повороты на месте.

Джайв: основное движение, разъединение, закрытие, сольные повороты Д. под рукой.

Задание: Отработка навыков упражнений.

Материалы и инструменты: методические материалы. «Азбука танцев» - Автор: Диниц Е.В., Ермаков Д.А., «Техника Латинских танцев» - Автор: Уолтер Лайред Видео материалы.

6. Ожидаемые результаты. Методика их выявления, диагностики и оценки

Личностные результаты	Знание правил поведения и этикета. Укрепление и развитие мышц корпуса. Развитие анализаторного аппарата: зрительной, слуховой, вестибулярной чувствительности. Развитие координации движения. Знание основных сведений о разучиваемых танцах, быте, нравах и обычаях того народа, чей танец разучивается. Умение ориентироваться в зале и на сцене, умение принимать участие в массовых мероприятиях и показательных выступлениях.
Метапредметные результаты	Знание и умение исполнять простейшие танцы Умение слушать музыку; умение двигаться в соответствии с музыкой; умение двигаться в паре; умение находить, систематизировать, преобразовывать информацию из разных источников; демонстрировать зрительскую, слушательскую, читательскую культуру во время посещения театров, концертов, музеев.
Воспитательные результаты	Воспитание навыков эмоционально-осознанного восприятия музыки, умения анализировать её содержание, форму. воспитание эстетически - нравственного восприятия воспитанниц и любви к прекрасному, трудолюбия, самостоятельности, целеустремленности, умение работать в коллективе.

7. Методические и дидактическое обеспечение программы. Задание для самостоятельной работы

Методическое обеспечение программы	Анализ двигательных навыков и умений. Основные положения тела. Основы ритмики. Организационно-пространственные упражнения. Учебно-тренировочная работа. Основные законы постановки номера. Сценическое
------------------------------------	---

	движение в театрализованном представлении
Дидактическое обеспечение программы	Видеозаписи танцевальных композиций, шоу, видеозаписи концертов, сборники музыкальных композиций.
Задания для самостоятельной работы	Отработка навыков упражнений. Просмотр видео материалов. Прослушивание музыкальной подборки.

8. Механизм и условия реализации программы

Механизм реализации программы	Реализация программы предусматривает перспективное развитие навыков танцевального мастерства, подчинение основному образовательному принципу - от простого к сложному, от знаний к творчеству, к увлекательным делам и танцевальному исполнению. Тематическая направленность программы позволяет наиболее полно реализовать творческий потенциал воспитанниц, способствовать развитию целого комплекса умений, совершенствованию навыков, помогает реализовать потребность в общении.
Условия реализации программы	Программа будет успешно реализована: <ul style="list-style-type: none"> - если будет выдан весь предусмотренный программой теоретический и практический материал; - будут учитываться возрастные и личностные особенности обучающихся, мотивация их деятельности; - будет использован разнообразный методический материал по программе учебного курса; - будут разработаны в кабинете технические средства, отвечающие условиям учебного процесса.

9. Список использованной и рекомендуемой детям литературы

Список использованной литературы	1.Бухвостова Л.В., Заикин Н.И., Щекотихина С.А. «Балетмейстер и коллектив», Орел-2007; 2.Ж.Г. Хаас «Анатомия танца», Минск, Попурри, 2011г.; 3.Алексидзе Г. Д. «Школа балетмейстера», ГИТИС, 2011г.; 4.Ваганова А.Я. «Основы классического танца», СПб., 2000г.; 5.Ерохина О.В. «Школа танцев для детей», Ростов н/Д 2003г.; 6.Джозеф Хавилер «Тело танцора», М., Новое слово, 2007г.; 7.Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. «Учите детей танцевать» "Век информации", 2009г.; 8.И.Сироткина «Свободное движение и пластический танец в России», Москва, Новое литературное обозрение,2011г.; 9. Базарова Н.П. Мей В.П. «Азбука классического танца» 2008 г. 4-е изд., исп.- СПб изд. «Лань» 10.Васильева-Рождественская М. Историко-бытовой танец. – М.: Искусство, 1993. 11.Историко-бытовой и бальный танец. Автор: Толстых И.Н. 12.Алекс Мур. Пересмотренная техника европейских танцев. Санкт-Петербург, 1993 г 13.Техника латинских танцев“ Уолтер Лэрд (Уолтер Лайред) Перевод и редакция Л.Д. Весновского
Список рекомендуемой детям литературы	Историко-бытовые бальные танцы (Базовые танцы). Самоучитель. Погорелов В.П. Изд. "Век информации"