Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
«Детский сад общеразвивающего вида № 55»

Рекомендовано к принятию
Педагогическим советом
МБДОУ «Детский сад №55»

«30» августа 2018 г.
Протокол № 4

Утверждено:
Приказом № 56
от «06» сентября 2018 г.

Дополнительная образовательная программа кружка « Каблучок »

Для детей 3 лет (младшая группа)

Направленность программы - художественная
Разработчик программы: Чернова Наталья Николаевна, воспитатель

г.Новомосковск,
2018 г.

СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Целевой отдел
1.1. Пояснительная записка
1.2. Цели и задачи реализации Программы
1.3. Принципы и подходы к формированию Программы
1.4. Планируемые результаты освоения программы

2. Содержательный раздел
2.1.**Содержание психолого-педагогической работы**
2.2. Методы и формы реализации программы.
2.3. Возрастные особенности детей
2.4. Способы и направления поддержки детской инициативы в освоении Программы
2.5. Перспективный план
2.6. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников

3. Организационный раздел
3.1. Расписание занятий
3.2.Учебный план
3.3. Особенности организации предметно-пространственной среды
3.4. Материально-техническое обеспечение Программы
3.5. Методическое обеспечение.

Целевой раздел

Пояснительная записка.

Хореография - это мир красоты движения, звуков, световых красок, костюмов, то есть мир волшебного искусства. Особенно привлекателен и интересен этот мир детям. Танец обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Соединение движения, музыки и игры, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, делают его движения естественными и красивыми. На занятиях хореографией дети развивают слуховую, зрительную, мышечную память, учатся благородным манерам. Воспитанник познает многообразие танца: классического, народного, бального, современного и др. Хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, она развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

Необходимо продолжать развивать у дошкольников творческие способности, заложенные природой. Музыкально-ритмическое творчество может успешно развиваться только при условии целенаправленного руководства со стороны педагога, а правильная организация и проведение данного вида творчества помогут ребенку развить свои творческие способности.

Существующие программы музыкально-ритмического воспитания не имеют прямого отношения к хореографии, т.е. раздел ритмические движения является лишь частью программы музыкального воспитания. Поэтому и возникла потребность создать программу по хореографии, где танцевальное искусство охватывается в широком диапазоне, тщательно отбирая из всего арсенала хореографического искусства то, что доступно детям 5-7 лет.

Новизна настоящей программы заключается в том, что в ней интегрированы такие направления, как ритмика, хореография, музыка, пластика, сценическое движение и даются детям в игровой форме и адаптированы для дошкольников. Ее отличительными особенностями является: - активное использование игровой деятельности для организации творческого процесса – значительная часть практических занятий. Педагогическая целесообразность программы заключается в поиске новых импровизационных и игровых форм.

Цель программы:

Прививать интерес дошкольников к хореографическому искусству.

Задачи:

Образовательные:

- Обучить детей танцевальным движениям.
- Формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальными движениями.

- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.
- Формировать умение ориентироваться в пространстве.
- Формировать правильную постановку корпуса, рук, ног, головы.

Воспитательные:

- Развить у детей активность и самостоятельность, коммуникативные способности.
- Формировать общую культуру личности ребенка, способность ориентироваться в современном обществе.
- Формировать нравственно-эстетические отношения между детьми и взрослыми.
- Создание атмосферы радости детского творчества в сотрудничестве.

Развивающие:

- Развивать творческие способности детей.
- Развить музыкальный слух и чувство ритма.
- Развить воображение, фантазию.

Оздоровительные:

- укрепление здоровья детей.

Принципы и подходы к формированию Программы.

принцип сознательности и активности — обучение эффективно, когда ребенок проявляет познавательную и двигательную активность.

принцип системности и последовательности предполагает преподавание и усвоение навыков и умений в определенном порядке, системе;

принцип доступности требует учитывать особенности развития детей, их уровень усвоения музыки и движений;

принцип наглядности — ИКТ включают в работу максимальное количество органов чувств зрительный, слуховой и тактильный;

принцип полноты и целостности музыкального образования детей, подразумевающий совокупность знаний, умений и навыков по всем видам детской музыкально-двигательной деятельности, их органическую взаимосвязь.

Планируемые результаты освоения программы.

В результате проделанной работы дети проявляют стойкий интерес и потребность к музыкально-ритмическим занятиям, осваивается необходимый объём движений классического, народного, бального танцев, а также танцев современного направления. У них формируется основа культуры движения, красивая осанка. Более совершенным становится чувство ритма, что играет важную роль в обучении их игре на детских музыкальных инструментах.

Дети понимают ориентировку на себе – правая рука (нога), левая рука (нога), и от себя – (направо, налево, вперёд, назад). Они хорошо ориентируются в пространстве зала и выполняют различные построения и перестроения: в колонну, в шеренгу, по диагонали, врассыпную, по линии танца, противоходом и т.д.

У детей появляются такие личностные качества, как уверенность, целеустремлённость, активность, желание показать свои достижения зрителям. Меняется и протекание психических процессов: отмечается сосредоточенность, устойчивость внимания, улучшение запоминания и воспроизведения, проявление творческого воображения.

Дети приобретут следующие умения и навыки:

1. Коллективно-порядковые навыки и умения:
- строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно под музыку;
- занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, не сутулиться, без лишнего напряжения в коленях и плечах);
- равняться в шеренге, в колонне;
- ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;
- маршировать вместе со всеми и индивидуально;
- выполнять основные движения (ходьба и бег) в умеренном и быстром темпе;
2. Музыкально-ритмические навыки и умения:
- упражнять в умении самостоятельно различать темповые изменения в музыке и отвечать на них движением;
- передавать в хлопках более сложный ритмический рисунок, чем в начале года;
- самостоятельно начинать движения после вступления;
- выразительно, ритмично передавать движения с предметами (ложки, палочки, платочки).
3. Навыки и умения выразительного движения:
- слушать танцевальную мелодию до конца, узнавать знакомые мелодии;
- замечать изменения в звучании мелодии (тихо – громко);
- выполнять танцевальные движения: притопывать попеременно двумя ногами и одной ногой, кружиться в парах, выполнять прямой галоп, двигаться под музыку с предметами (флажки, листочки, веточки и т.п.), игрушками, без них;
- передавать игровые и сказочные образы: идет медведь, крадется кошка, бегают мышата, скачет зайка, ходит петушок, клюют зернышки цыплята, летают птички, едут машины, летят самолеты, идет коза рогатая и др.;
- приветствовать учителя («Поклон – приветствие»);
- элементы народных танцев;
- русские народные танцы: «Зоренька», «Матрешки»;
- «Полька», «Снежинки», «Мишки».

Ожидаемые результаты и способы их проверки.

В соответствии с поставленными целями и задачами образовательной программы хореографической студии «Весёлый Каблучок» после освоения содержания программы ожидаются следующие результаты.

Дошкольник будет знать:

- музыкальные размеры, темп и характер музыки;
- хореографические названия изученных элементов;
- требования к внешнему виду на занятиях;
- знать позиции ног.

Воспитанник будет уметь:

- воспроизводить заданный ритмический рисунок хлопками;
- владеть корпусом во время исполнения движений;
- ориентироваться в пространстве;
- координировать свои движения;
- исполнять хореографический этюд в группе.

Итоговое занятие проводится в форме концерта или музыкально-хореографического спектакля. Концерт (спектакль) является основной и конечной формой контроля знаний, умений, навыков и творческой самореализации дошкольников

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ.

Программа рассчитана на один год обучения и рекомендуется для занятий детей с 3 до 4 лет. Программа танцевального кружка предлагает проведение занятий 1 раз в неделю. Исходя из календарного года (с 1октября по 31 мая) количество часов, отведенных для занятий танцевального кружка 36 ч.

Содержание работы по музыкально-ритмическому воспитанию детей 3-4 лет

В этом возрасте у детей появляется возможность выполнять более сложные по координации движения; возрастает способность к восприятию тонких оттенков музыкального образа, средств музыкальной выразительности.

Приоритетные задачи: развитие гибкости, пластичности, мягкости движений, а также воспитание самостоятельности в исполнении, побуждение детей к творчеству.

Развитие музыкальности:

- воспитание интереса и любви к музыке, потребности в ее слушании, движении под музыку в свободных играх;
- обогащение слушательского опыта – включение разнообразных произведений для ритмических движений: народных, современных детских песен и некоторых доступных произведений изобразительного характера композиторов-классиков («Детский альбом» П.Чайковского, «Бирюльки» М. Майкапара);
- развитие умения передавать в пластике разнообразный характер музыки, различные оттенки настроения (веселое-грустное, шаловливое-спокойное, радостное, торжественное, шуточное, беспокойное и т.д.);
- развитие умения передавать основные средства музыкальной выразительности: темп (умеренно быстрый – умеренно медленный, быстрый); динамику (громко-тихо, умеренно громко, усиление звучания и уменьшение); регистр (высокий, низкий, средний); метроритм (сильную долю, ритмическую пульсацию мелодии, сочетание восьмых и четвертных); различать 2-3 частную форму произведения, вариации с контрастными по характеру частями;
- развитие способности различать жанр произведения (плясовая, колыбельная, марш) и выражать это самостоятельно в соответствующих движениях и в слове.

Развитие двигательных качеств и умений

Развитие способности передавать в пластике музыкальный образ, используя перечисленные ниже виды движений.

Основные:

- ходьба – бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, топающим шагом, вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг) в разном темпе и ритме, ходьба на четвереньках;
- бег – легкий, ритмичный, передающий различный образ («Бабочки», «Птички», «Ручейки» и т.д.), широкий («Волк»), острый (бежим по «горячему песку»);
- прыжковые движения – на двух ногах на месте, продвижением вперед, прямой галоп – «лошадки», легкие поскоки;

общеразвивающие упражнения на различные группы мышц и различный характер, способ движения (упражнения на плавность движений, махи, пружинность); упражнения на гибкость, плавность движений;
имитационные движения разнообразные образно-игровые движения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние («веселый» или «трусливый зайчик», «хитрая лиса», «усталая старушка», «бравый солдат» и т.д.). Уметь передавать динамику настроения.
плясовые движения – элементы народных плясок, доступных по координации.
***Развитие умений ориентироваться в пространстве*:** самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становится в пары и друг за другом, строится в шеренгу и колонну, в несколько кругов.
Развитие творческих способностей:

- воспитание потребности к самовыражению в движении под музыку;
- формирование умений исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях, под другую музыку;
- развитие воображения, фантазии, умения самостоятельно находить свои, оригинальные движения, подбирать слова, характеризующие музыку и пластический образ.

Развитие и тренировка психических процессов:

- развитие умения самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой – развитие слухового внимания, способность координировать слуховое представление и двигательную реакцию;
- развитие умения выражать эмоции в мимике и пантомимике – радость, грусть, страх, удивление, обида и т.д.;
- тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов на основе движения в различных темпах и ритмах;
- развитие восприятия, произвольного внимания, воли, всех видов памяти (слуховой, зрительной, двигательной), мышления, речи – в умении выразить свое восприятие в движениях, а также рисунках, в словесном описании.

Развитие нравственно – коммуникативных качеств личности:

- воспитание умения сочувствовать, сопереживать, воспринимая музыкальный образ, настроение, объясняя свои чувства словами и выражая их в пластике;
- формирование чувства такта;
- воспитание культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми, привычки выполнять необходимые правила самостоятельно: пропускать старших впереди себя, мальчикам уметь пригласить девочку на танец и затем проводить ее на место, извиниться, если произошло нечаянное столкновение и т.д.

Показателем уровня развития является не только выразительность и непосредственность движений под музыку, но и умение точно координировать движения с основными средствами музыкальной выразительности, способность к запоминанию и самостоятельному исполнению композиций, использование разнообразных видов движений в импровизации под музыку.

В работе педагог использует различные методические приемы:
• показ образца выполнения движения без музыкального сопровождения, под счет;
• выразительное исполнение движения под музыку;
• словесное пояснение выполнения движения;
• внимательное отслеживание качества выполнения упражнения и его оценка;
• творческие задания.

Методические приемы варьируются в зависимости от используемого хореографического материала (игра, пляска, упражнение, хоровод и т.д.), его содержания; объема программных умений; этапа разучивания материала; индивидуальных особенностей каждого ребенка. Все приемы и методы направлены на то, чтобы хореографическая деятельность детей была исполнительской и творческой.

2.3. Возрастные особенности детей

Младшая группа (от 3 до 4 лет)

Рост на четвертом году жизни несколько замедляется относительно первых трех лет. К 2 годам рост увеличивается на 10-12 см, к 3 годам – на 10 см, к четырем годам – на 6-7 см. В 3 года средний рост мальчиков – 92,7, девочек – 91,6 см, а в 4 года – 99,3 и 98,7 см.

Дети высокого роста бегают быстрее сверстников, а невысокие ребята делают относительно мелкие шаги, но дополняют их высоким темпом передвижения. Способность к быстрому бегу определяется также индивидуальными различиями, координационными возможностями. Способность к быстрому бегу определяется также индивидуальными различиями, координационными возможностями, которые в данной возрастной группе еще не велики.

В возрасте от трех до шести лет прибавка в весе составляет в среднем 1,5-2 кг. В 3 года вес мальчиков- 14, 6 кг, а девочек – 14, 1 кг. К 4 годам – 16, 1 кг и 15, 8 кг. Окружность грудной клетки увеличивается. Разница между мальчиками и девочками незначительна. В 3 года – 52, 6 см (мальчики) и 52 см (девочки), в 4 года – 53, 9 см и 53, 2 см.

1. Опорно-двигательный аппарат. К 3-4 годам завершается срастание затылочной кости. К четырем годам приобретает свою форму и височная кость, завершается формирование межкостных швов. Объем черепа продолжает увеличиваться, достигая к трем годам 80% объема черепа взрослого человека.

Физиологические изгибы позвоночника в 3-4 года неустойчивы, кости и суставы легко подаются деформации под влиянием неблагоприятных воздействий.

Рост и развитие костей связаны с работой мышц. Мышечный тонус (упругость) у младших школьников еще недостаточный. В период 3-4 лет диаметр мышц увеличивается в 2-2,5 раза, происходит дифференциация мышечных волокон. Строение мышц, характерное для детей четвертого года жизни, сохраняется без существенных изменений до шестилетнего возраста. Мускулатура по отношению к общей массе тела и мышечная сила у ребенка 3-4 лет недостаточно развиты. Кистевая динамометрия (правая рука) у мальчиков – 4,1 кг, у девочек – 3,8 кг.

В этом возрасте крупная мускулатура в развитии преобладает над мелкой. Детям даются движения всей рукой, но постепенно в других видах деятельности совершенствуются движения кисти, пальцев.

2. Органы дыхания. Рост легких с возрастом происходит за счет увеличения количества альвеол и их объема, что важно для процессов газообмена. Жизненная емкость легких в среднем равна 800-1100 мл. В раннем возрасте главной дыхательной мышцей является диафрагма, поэтому у малышей преобладает брюшной тип дыхания.

3. Сердечнососудистая система. Сердечнососудистая система ребенка, по сравнению органов дыхания, лучше приспособлена к потребностям растущего организма. Однако сердце ребенка работает хорошо лишь при условии посильных нагрузок.

4. Высшая нервная деятельность. Продолжается совершенствование центральной нервной системы, как морфологическое, так и функциональное. К трем годам у ребенка значительно развита способность к анализу, синтезу и дифференциации (различению) раздражений окружающей среды. В этих процессах значительная роль принадлежит непосредственным восприятиям и речи, с помощью которых обобщаются и уточняются

получаемые ребенком впечатления.

2.3. Способы и направления поддержки детской инициативы в освоении Программы
Приоритетная сфера инициативы детей, научение:
- Вводить адекватную оценку результата деятельности ребенка с одновременным признанием его усилий и указанием возможных путей и способов совершенствования продукта.
- Спокойно реагировать на неуспех ребенка и предлагать несколько вариантов исправления
работы: повторное исполнение спустя некоторое время, доделывание, совершенствование деталей и т.п.
- Рассказывать детям о трудностях, которые вы сами испытывали при обучении плаванию.
- Создавать ситуации, позволяющие ребенку реализовать свою компетентность, обретая уважение и признание взрослых и сверстников:
1. Обращаться к детям с просьбой, показать педагогу и научить его тем индивидуальным достижениям, которые есть у каждого.
2. Поддерживать чувство гордости за свой труд и удовлетворения его результатами.
3. Создавать условия для разнообразной самостоятельной деятельности детей.
4. При необходимости помогать детям в решении проблем при организации игры.
5. Учитывать и реализовать их пожелания и предложения.

2.5. Особенности взаимодействия педагога с семьями воспитанников
Важнейшим условием развития детей является взаимодействие с родителями по вопросам образования ребёнка, непосредственного вовлечения их в образовательную деятельность.
Цель взаимодействия с семьёй: создание необходимых условий для развития ответственных и взаимозависимых отношений с семьями воспитанников, обеспечивающих целостное развитие личности ребёнка.
Взаимодействие с семьёй должно быть построено на основе гуманно-личностного подхода, согласно которому признаётся право родителей на уважение, понимание..
Задачи взаимодействия детского сада с семьёй:
- Изучение отношения педагогов и родителей к различным вопросам физического развития детей, условий организации разнообразной деятельности в семье;
- Информирование друг друга об актуальных задачах обучения детей на разных возрастных этапах их развития и о возможностях детского сада и семьи в решении данных задач;
- Создание в условий для разнообразного по содержанию и формам сотрудничества, способствующего развитию конструктивного взаимодействия педагогов и родителей с детьми, возникновению чувства единения, радости, гордости за полученные результаты;
1. Привлечение семей воспитанников к участию в совместных с педагогами мероприятиях.
2. Поощрение родителей за внимательное отношений к разнообразным стремлениям и потребностям ребёнка и создание необходимых условий для их удовлетворения в семье.

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Расписание занятий

- занятия проводятся в музыкальном зале, в специально отведенное время, под руководством специалиста.

День недели	***Время***
среда	17.30 – 18.00

Структура занятия состоит из трех частей:

Занятие состоит из трех частей:

1. Вводная - в нее входит поклон, маршировка, разминка.(3-5 минут)
2. Основная - она делится на тренировочную (изучение нового материала, повторение, закрепление пройденного) и танцевальную (разучивание танцевальных движений, комбинаций, композиций).(15-20минут)
3. Заключительная – музыкальные игры, вспомогательные и корригирующие упражнения, поклон. (5 минут)

3.2. Учебный план

1	Организациякружка. Собрание с родителями. Требования к занятиям. Техника безопасности на занятиях.	октябрь	1
2	Предмет «Хореография».		2
3	Коллективно-порядковые упражнения: «Встреча», «Ворота», «Змейка», «В круг».		3
4	Ритмические упражнения: «Растет дерево», «Птицы просыпаются», «Капельки росы». Музыкальное сопровождение – марш, полька, вальс.		3
5	Передача в движении ритмических рисунков (упражнения с лентами, ложками, платочками, цветочками).		3
6	Музыкальные игры: «Ладушки», «Шуточка», «Бег с ленточками», «Бабочки», «Утята».		2
7	Народный танец. Элементы русского танца.		2
	Итого		**16**
1	Упражнения на середине зала: «Спокойная ходьба», «Ронять руки», «Лошадки», «Чей кружок скорее соберется».	ноябрь декабрь	3
2	Ритмические упражнения и игры: «Осень спросим» (с бубнами), «Котик и козлик».		3
3	Коллективно-порядковые упражнения: «Шаг с высоким подъемом ног и поскоки», «Упражнение с флажками».		4
4	Танцевальные элементы и композиции: «Птички», «Зоренька», «Снежинки», «Матрешки».		6
	Итого		**16**

1	Упражнения на середине зала: «Марш», «Торжественная ходьба».	январь февраль март	4
2	Ритмические упражнения и игры: «Упражнения с флажками», «Поскачем», «Козлик попрыгает», «Бусинки».		6
3	Коллективно-порядковые упражнения: «Побегаем, попрыгаем», «Мягкий шаг кошечка)», «Полетаем на самолете», «Передача платочка».		5
4	Танцевальные элементы и композиции: - танцевальный шаг (шаг с носка), - бег на полупальцах, - прыжки, - па галопа - «Матрешки», «Мишки», «Полька».		5
	Итого		**20**
1	Упражнения на середине зала: «Марш», «Величавый шаг», «Чей кружок соберется скорее»	апрель май	3
2	Ритмические упражнения и игры: «Ворон» (с пением), «Поскачем», «Смелый наездник», «Будь ловким», «Кот и мыши».		4
3	Коллективно-порядковые упражнения: «Передача мяча», «Цветные флажки», «Вертушки».		3
4	Танцевальные элементы и композиции: - хороводный шаг, - бег на полупальцах, - прыжки, - па галопа, - па польки на месте сначала без прыжка, с продвижением вперед, полька по одному.		5
5	Творческий отчет		1
	Итого		**16**

	Итого за год		**68**

3.3. Организация предметно-пространственной развивающей среды.

К организации предметно-пространственной среды относятся условия, обеспечивающие качество уровня развития у дошкольников музыкально-ритмпических и танцевально-творческих навыков:

- музыкальный зал, специально оборудованный танцевальный зал с зеркалами и хореографической стойкой;

-наличие музыкальной аппаратуры, музыкальный центр, компьютер, мультимедиаплеер;

-наличике музыкально-дидактических игр, пособий и атрибутов к танцам;

-костюмерная с достаточным количеством косюмов для танцевального творчества дошкольников, выступлений;

-музыкальный инструмент (фортепиано)

Материально – техническое обеспечение:

1. Музыкальный зал.
2. Нотно-методическая литература.
3. Учебники, методические пособия по всем разделам хореографической деятельности:

а) Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста Аудиокассеты, СД – диски, видеодиски.

4. Аппаратура для озвучивания занятий: магнитофон, музыкальный центр.
5. Фортепиано.
6. Иллюстрации с изображением танцев различных эпох и стилей, фотографии с изображением танцевальных коллективов.

Литература

1. Азбука хореографии – Барышникова Т. (г. Москва 1999год);
2.Ритмическая мозаика - Буренина А.И.(г. Санкт – Петербург 2000 год);
3.«Танцевальная мозаика» - хореография в детском саду – Слуцкая С.Л.(2006 год);
4. Ладушки «Потанцуй со мной дружок» - Каплунова И., Новоскольцева И.;
5.«Са-фи-дансе» -танцевально-игровая гимнастика для детей – Фирилёва Ж.Ё., Сайкина Е.Г.;
6.«Расскажи стихи руками» - Егоров В. (г. Москва 1992 года).. - СПб, 2000. - 220 с.
7. Ветлугина Н.А. Музыкальное развитие ребенка. - М.: Просвещение, 1967. – 203 с.
8. Голицина Н.С. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении. –М.: Скрипторий, 2003, 2006. – 72 с.
9. Зарецкая Н., Роот З., Танцы в детском саду. – М.: Айрис-пресс, 2006. – 112 с.
10. Каплунова И., Новоскольцева И. Этот удивительный ритм. Развитие чувства ритма у детей. –СПб.: Композитор, 2005. - 76 с.
11. Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду.- М.: Линка-пресс, 2006. - 272 с.
12. Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей 4. – СПб.: Музыкальная палитра, 2006. – 44 с.
13. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-Фи-Дансе» - танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: Детство-пресс, 2006. -352 с.

Всего пронумеровано,
прошнуровано, скреплено
печатью [illegible] листа
/Л.Н. Баранова/