

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Ленинградской области
«Назийский центр социально-трудовой адаптации и профориентации»**

02 - 13

Принято на заседании педагогического совета
Протокол № 1 от 28.08.2023 года

Утверждено приказом директора по школе
Приказ № 17 – ОД от 28.08.2023 года

**Дополнительная адаптированная
общеразвивающая программа
художественной направленности
творческого объединения «Сюрприз»**

Возраст обучающихся: 7 –18 лет

Срок реализации курса: 1 год

Составитель
Великова Ирина Владимировна

**пгт Назия
2023**

Оглавление

1. Пояснительная записка	3
1.1. Актуальность и педагогическая целесообразность программы	3
1.2. Цель и задачи программы.....	5
1.3. Отличительные особенности программы.....	6
1.4. Возраст и особенности детей, участвующих в реализации программы...6	
1.5. Сроки реализации программы	8
1.6. Формы и режим занятий	8
1.7. Ожидаемые результаты и способы определения результативности.....9	
1.8. Формы подведения итогов реализации программы	12
2. Учебно - тематический план	13
3. Содержание изучаемого курса.....	13
4. Оценочные материалы.....	14
5. Календарный учебный график на 2023– 2024 учебный год.....	15
6. Информационно-методическое обеспечение дополнительной общеразвивающей программы	16
7. Материально-техническое обеспечение программы.....	16
Список литературы.....	17

1. Пояснительная записка

Музыка – величайший источник эстетического и духовного наслаждения. Она сопутствует человеку на протяжении всей жизни. Наблюдая ритмичность движения в природе и в трудовых процессах, изучая законы жизни, ученые-физиологи, ученые-врачи обращают внимание на вопросы использования музыки в сочетании с движением в лечебных целях. «Движение под музыку оказывается одним из самых эффективных методов развития музыкальности – методом, основанным на естественной реакции на музыку свойственной любому ребенку». Особенно ярко проявляется взаимосвязь музыки и движений у детей. Известно, что при помощи движений ребенок познает мир. Выполняя различные движения в играх, танцах дети расширяют свои познания о действительности.

Танец – открывает для детей богатый мир добра, света, красоты, научит творческой преобразовательной деятельности.

В процессе занятий музыкально-ритмическими движениями у детей развиваются музыкальный слух, память, внимание; воспитываются морально-волевые качества: ловкость, точность, быстрота, целеустремленность; вырабатываются такие свойства движения как мягкость, пружинистость, энергичность, пластичность; укрепляется организм ребенка, улучшается осанка. Музыкальный ритм способствует упорядочению движений и облегчает владение ими. При правильном отборе музыкально-ритмические движения укрепляют сердечные мышцы, улучшают кровообращение, дыхательные процессы, развивают мускулатуру.

Видя красоту движения в играх, плясках, танцах, хороводах, стремясь выполнить движения как можно красивее, изящнее, согласовывать их с музыкой, ребенок развивается эстетически, приучается видеть и создавать прекрасное.

Приобщаясь к образцам народной, русской классической и современной музыки, формируется нравственный образ ребенка, развивается музыкальность и художественный вкус, воспитывается любовь к Родине.

Исполняя групповые, парные танцы, участвуя в подвижных музыкальных играх, у детей воспитывается активность, дисциплинированность, чувство коллективизма, умение оценить себя и товарища.

1.1. Актуальность и педагогическая целесообразность программы

Танцевальный кружок – это единый многоступенчатый процесс обучения и воспитания, это процесс педагогического взаимодействия педагога с ребёнком и детским коллективом. Дети усваивают хореографические знания и умения общечеловеческих ценностей. Это

сложный процесс, в ходе которого осуществляется развитие личности. Знакомство с основными элементами народного и современного танца, приобретение в процессе занятий специальных навыков развивает у детей художественный вкус, воспитывает у них благородство и изящество исполнения, формирует общую культуру. Занятия танцами учат детей красоте и выразительности движений, силе и ловкости, развивают и совершенствуют их мышечно-двигательный аппарат, дыхательную и сердечнососудистую системы. Кроме того, занятия танцами требуют от учащихся напряженных усилий и собранности, повышает их трудолюбие, закаляет волю, характер, способствует всестороннему развитию личности. Танцы - один из любимых и популярных видов искусства - дают широкие возможности в деле физического, эстетического и этического воспитания детей с задержкой психического развития. Плановые систематические тренировки с постепенно возрастающей нагрузкой развивают мышцы, укрепляют связки, придают гибкость, подвижность суставов, помогают гармоничному росту детей. У них вырабатывается правильная осанка, походка, исправляются физические недостатки. Танцы развивают естественную грацию, музыкальную ритмичность. Занятия в танцевальном коллективе приучают детей с задержкой психического развития к самодисциплине, ответственности, культуре внешнего вида. Занятия в кружке раскрывают индивидуальные возможности детей, их творческие способности.

Обучение танцевальному искусству осуществляется с помощью различных видов деятельности:

- Художественная деятельность развивает эстетическое мироощущение, потребность в прекрасном, способность к художественному мышлению и тонким эмоциональным отношениям, стимулирующим художественную самодеятельность школьника

- Познавательная деятельность, которая расширяет кругозор школьника, развивает любознательность, которая формирует потребность в образовании.

- Трудовая деятельность, направленная на создание, сохранение, приумножение материальных ценностей в виде самообслуживающего общественно-полезного труда.

- Общественная деятельность, которая содействует социализации школьника, формирует его гражданскую позицию.

- Коммуникативная деятельность, осуществляемая как досуг школьника, когда содержанием целью его деятельности является общение с другим человеком как ценностью.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: раскрытие индивидуальных возможностей личности ребенка в целом и его определенных способностей.

Задачи программы:

Образовательные:

- обучение детей танцевальным движениям;
- формирование умения слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их с помощью танцевальных движений;
- формирование культуры движения, выразительности движений и поз;
- формирование умения ориентироваться в пространстве;

Воспитательные:

- развитие у детей активности и самостоятельности;
- формирование общей культуры личности ребенка;
- создание атмосферы радости детского творчества в сотрудничестве – уметь радоваться успехам других и вносить вклад в общий успех;
- привлечение детей к изучению танцевальных традиций;

Развивающие:

- развитие творческих способностей детей, воображения и фантазии;
- развитие музыкального слуха и чувство ритма, темпа;
- развитие исполнительских навыков в танце;

Оздоровительные:

- укрепление здоровья детей;
- развитие ловкости, гибкости, координации движений, умения преодолевать трудности;
- формирование осанки.

Успешное решение поставленных задач возможно только при использовании педагогических принципов:

- принцип доступности и индивидуальности (учет возрастных особенностей, возможностей ребенка, индивидуальный подход к каждому воспитаннику);
- принцип постепенного повышения требований (выполнение ребенком все более трудных, новых заданий);
- игровой принцип (занятие строится на игре);
- принцип повторяемости материала (повторение вырабатываемых двигательных навыков);
- принцип наглядности (практический показ движений).

1.3. Отличительные особенности программы

Программа творческого объединения «Сюрприз» имеет свои специфические особенности:

1. Предназначена для дополнительного образования детей с ЗПР школьного возраста (7-18 лет);
2. Занятия имеют коррекционную направленность;
3. Программный материал адаптирован и соответствует возрасту детей

1.4. Возраст и особенности детей, участвующих в реализации программы

Дети с задержкой психического развития 7- 18 лет.

Задержка психического развития (ЗПР)- это пограничная форма интеллектуальной недостаточности, личностная незрелость, негрубое нарушение познавательной сферы, синдром временного отставания психики в целом или отдельных её функций (моторных, сенсорных, речевых, эмоциональных, волевых). Это не клиническая форма, а замедленный темп развития.

ЗПР проявляется в несоответствии интеллектуальных возможностей ребёнка его возрасту. Эти дети не готовы к началу школьного обучения по своим знаниям и навыкам, личностной незрелости, поведению. У них не сформированы умения, навыки, не достаёт знаний программного материала. Они не в состоянии без специальной помощи овладеть счетом, письмом, чтением. Им трудно соблюдать принятые в школе нормы поведения. Они испытывают трудности в произвольной организации деятельности. Эти трудности усугубляются ослабленным состоянием их нервной системы. Ребёнок часто конфликтует со сверстниками, не воспринимает и не

выполняет школьных требований, затрудняется в организации собственной целенаправленной деятельности, но в то же время очень хорошо чувствует себя в игре

Характерные особенности детей с ЗПР

- Снижение работоспособности;
- Повышенная истощаемость;
- Неустойчивое внимание;
- Недостаточность произвольной памяти;
- Отставание в развитии мышления;
- Своеобразное поведение;
- Бедный словарный запас слов;
- Низкий навык самоконтроля;
- Незрелость эмоционально-волевой сферы;
- Ограниченный запас общих сведений и представлений.

Тенденции развития ребенка с ЗПР те же, что и нормально развивающегося. Некоторые нарушения – отставание в овладении предметными действиями, отставание и отклонение в развитии речи и познавательных процессов – в значительной мере носят вторичный характер. При своевременной и правильной организации воспитания, возможно более раннем начале коррекционно-педагогического воздействия многие отклонения развития у детей могут быть скорректированы и даже предупреждены.

Несмотря на трудности формирования представлений и усвоения знаний и навыков, задержку в развитии разных видов деятельности, дети с ЗПР все же имеют возможности для развития. У них в основном сохранно конкретное мышление, они способны ориентироваться в практических ситуациях, ориентированы на взрослого, у большинства из них эмоционально-волевая сфера более сохранна, чем познавательная, они охотно включаются в трудовую деятельность.

Для осуществления продуктивного воспитания и обучения необходимо строить взаимодействия на основе сотрудничества и взаимопонимания.

1.5. Сроки реализации программы

Сроки реализации программы – 2 года

Этапы образовательного процесса

1 год обучения	5 часов в неделю	170 часов
----------------	------------------	-----------

1.6. Формы и режим занятий

Формы и методы организации работы:

Основная форма образовательной работы с детьми с задержкой психического развития: музыкально-тренировочные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого ребёнка. Занятия включают чередование различных видов деятельности: музыкально-ритмические упражнения и игры, слушание музыки, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и движения, творческие задания. Программой предусмотрены занятия теоретическими дисциплинами: музыкальная грамота, беседы о хореографическом искусстве. Организация игровых ситуаций помогает усвоению программного содержания, приобретению опыта взаимодействия, принятию решений. Беседы, проводимые на занятиях, соответствуют возрасту и степени развития детей. С детьми с задержкой психического развития проводятся беседы – диалоги, обсуждения, которые помогают развитию способности логически мыслить. На занятиях дети получают информацию о хореографическом искусстве, его истории развития и традициях.

Периодичность занятий:

Группа (1– 9 классы) –5 часа в неделю;

Продолжительность занятия: 40 минут

Объем программы: 170 часа.

Возраст участников кружка: 7-18лет.

1.7. Ожидаемые результаты и способы определения результативности

Планируемые результаты освоения программы:

Личностные результаты.

У учеников будут сформированы:

- потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению членов коллектива;
- этические чувства, эстетические потребности, ценности и чувства на основе опыта исполнения танцевальных движений;
- осознание значимости занятий танцами для личного развития.

Метапредметными результатами изучения курса является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

Обучающийся научится:

- понимать и принимать учебную задачу, сформулированную педагогом;
- планировать свои действия на отдельных этапах работы над танцем;
- осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности;
- анализировать причины успеха/неуспеха, осваивать с помощью учителя позитивные установки типа: «У меня всё получится», «Я ещё многое смогу».

Познавательные УУД:

Обучающийся научится:

- понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий;
- проявлять индивидуальные творческие способности подборе движений

Коммуникативные УУД:

Обучающийся научится:

- включаться в диалог, в коллективное обсуждение, проявлять инициативу и активность
- работать в группе, учитывать мнения партнёров, отличные от собственных;
- обращаться за помощью;
- формулировать свои затруднения;
- предлагать помощь и сотрудничество;
- слушать собеседника;
- договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности, приходить к общему решению;
- формулировать собственное мнение и позицию;

- осуществлять взаимный контроль;
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Предметные результаты.

Учащиеся научатся:

- Выразительно и ритмично двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, музыкальными образами;
- Передавать несложный музыкальный ритмический рисунок;
- Самостоятельно начинать движения после музыкального вступления;
- Выполнять различные упражнения с зеркального показа;
- Синхронно выполнять движения в танце;
 - Слышать и чувствовать музыку;
 - Оценить себя в танце и т.д.

Диагностика

Диагностика проводится в форме открытых занятий в конце учебного года. Результаты оцениваются визуально, в зависимости от начальных природных данных ребенка.

Критериями оценки усвоения программы являются следующие:

- восприятие музыкальных образов (эмоциональная отзывчивость на музыку, умение импровизировать);
- элементарные знания в области музыкальной грамоты (характер, темпы, динамические оттенки, ритмический рисунок, строение музыкального произведения);
- развитие природных данных детей (музыкальный слух, ритм, координация, осанка, шаг, стопа, вестибулярный аппарат);
- знание элементарных танцевальных понятий;
- степень усвоения танцевального репертуара

Проведение диагностики музыкально-ритмического развития ребёнка необходимо для:

- Выявления уровня развития музыкальных и двигательных способностей детей, состояния эмоциональной сферы.
- Проектирования индивидуальной работы.
- Оценки эффекта педагогического воздействия.

В процессе наблюдения педагог оценивает проявления детей, сравнивая их между собой, и условно ориентируется на лучшие показатели, выявленные для данного возраста.

ЦЕЛЬ ДИАГНОСТИКИ: Выявление уровня музыкально-ритмического развития ребёнка, гибкости и пластики.

Метод диагностики: Наблюдение за детьми в процессе движения под музыку в условиях исполнения знакомых танцев и упражнений, разучивания новых движений, тестирование на гибкость, показ танцевальных и акробатических элементов, танцев.

№	Ф.И	Внима ние	Памя ть	Имита ционн ые дв-ия	Эмо ции	Пласт ичнос ть	Координ ация дв-ий	Чувст во ритма	Танце вальн ые дв-ия	Гимн астик а	Акр обат ика	Синх рон ность

В процессе оценки деятельности детей используется 5-бальная шкала. Критерии развития танцевальной и гимнастической деятельности ориентированы на объём умений воспитанников.

5 баллов - движения выражают музыкальный образ и совпадают с музыкальными фразами, точно и четко выполняют задание (танец, элемент и т.д.), владеют основами артистического и сценического искусства.

4- балла – владеют собственным телом, знают танец, хореографию, элементы; верно выполняют задания, но есть 1 ошибка или 2 недочета.

3 балла – передают характер, темп, ритм, слабо владеют артистическими и сценическими навыками, присутствуют 2-3 ошибки или 3-4 недочета.

2 балла - передают только общий характер, темп и метроритм, 4-5 ошибок.

0-1 балл – движения не совпадают с темпом, метроритмом музыки, ориентированы только на начало и конец звучания, а так же на счёт и показ взрослого, более 6 ошибок и недочетов.

К концу учебного года проводится повторная диагностика детей и составляется диаграмма показателей развития детей.

Критерии определения результативности программы

1. *Музыкальность* – способность воспринимать и передавать в движении образ и основными средствами выразительности изменять движения в соответствии с музыкальными фразами, темпом, ритмом.

2. *Эмоциональность* – выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в позе, жестах разнообразную гамму чувств, исходя из музыки и содержания хореографической композиции (страх, радость, удивление, настороженность, восторг, тревогу, печаль и т.д.)

3. *Гибкость, пластичность* – мягкость, плавность и музыкальность движений рук, подвижность суставов, гибкость позвоночника, позволяющие

исполнить несложные акробатические упражнения («рыбка», «полушпагат», «лодочка», «мостик» и т.д.).

4. *Координация, ловкость движений* – точность исполнения упражнений, правильное сочетание движений рук и ног в танце.

5. *Творческие способности* – умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные оригинальные «па».

6. *Внимание* – способность не отвлекаться от музыки и процесса движения (выполнять композиции самостоятельно, без подсказок).

7. *Память* – способность запоминать музыку и движения.

1.8. Формы подведения итогов реализации программы

Формой подведения итогов реализации программы являются выступления танцевального коллектива на школьных, муниципальных и районных праздниках, участие в конкурсных программах.

Формы контроля

Для полноценной реализации данной программы используются разные виды контроля:

- текущий – осуществляется посредством наблюдения за деятельностью ребенка в процессе занятий;
- промежуточный – праздники, занятия-зачеты, конкурсы;
- итоговый – открытые занятия.

2. Учебно – методический план

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Групповые занятия		Индивидуальные занятия
			теория	практика	
1.	Введение. Знакомство с различными группами мышц.	8	2	6	
2.	Знакомство с различными позициями рук и ног.	20	4	12	4
3.	Использование элементов ритмики, движение под музыку.	24	4	20	
4.	Развитие сценического мастерства.	24	4	16	4
5.	Постановка простейших композиций.	44	4	36	4
6.	Подготовка и проведение праздников. Концертная деятельность.	50		50	

В году 34 недели.

5 часа в неделю.

Всего за год – 170 часа.

3. Содержание изучаемого курса

Программа следует принципам системности и последовательности:

Знакомство с позициями рук и ног, развитие чувства ритма, координации, осваивание простейших композиций, развитие актёрского исполнительства. На первом году обучения участники знакомятся с позициями рук, ног, осваивают простейшие координации, а также элементами танцев, понятные детям. Выработка умения двигаться на площадке в различных рисунках и ракурсах, развитие чувства позы, навыка координации, культуры обучения с партнёром, начальных навыков танцевального исполнения, эмоциональной отзывчивости, умения передавать в движении стиливые особенности танца. С первых занятий ребёнок учится красиво ходить с натянутыми пальцами стоп, с ощущением стройности натянутой ноги. Знакомство с несложными рисунками танцев, жанрами танцев, с простыми элементами танцевальных движений, развитие актёрского исполнительства, осваивание ритмических композиций, постановка танцев с усложнёнными элементами.

4. Оценочные материалы

Для оценки эффективности реализации программы необходима система отслеживания и фиксации результатов работы учащихся.

Цель диагностики - проследить динамику развития и рост мастерства обучающихся. Результативность усвоения дополнительной образовательной программы отслеживается путем проведения первичного, промежуточного и итогового этапов диагностики:

1 этап - предварительный (первоначальный)

Цель его - определение уровня имеющихся у обучающихся знаний, умений, навыков в начале обучения.

Формы проведения: тестирование, анкетирование, наблюдение.

2 этап - текущий (промежуточный)

Его цель - подведение промежуточных итогов обучения, оценка успешности продвижения обучающихся.

Формы проведения, показатели, критерии разрабатываются индивидуально по направлению деятельности.

3 этап - итоговый учёт

Подведение итогов года.

Подведение итогов очень важный этап работы, поскольку он обеспечивает формирование у детей представление о результативности своей деятельности, развивает их самопознание. Важно, чтобы анализ деятельности детей, оставил у них только позитивные чувства и стремление к дальнейшей работе.

Подведение итогов проводится в течение учебного года, по окончании больших тем, а также после участия в выставках и конкурсах. В конце каждого этапа проводится итоговое занятие, с обязательным применением игровых приёмов.

Формы проведения: выставки, конкурсы, конференции, практическая самостоятельная работа.

При оценке результатов работы обучающихся, выделяются такие аспекты, как: критерии и форма оценки результата подготовки каждого обучающегося и оценка общего уровня подготовки всех обучающихся творческого объединения. Очень важно продумать и форму оценки результата ребенка. Она должна быть конкретна, понятна, отражать реальный уровень их подготовки.

5. Календарный учебный график на 2023 – 2024 учебный год

Занятия проводятся 4 раза в неделю.

Учебных недель – 34.

1 ЧЕТВЕРТЬ

Начало: 01 сентября 2023 г.

Окончание четверти: 27 октября 2023г.

ОСЕННИЕ КАНИКУЛЫ: с 28 октября 2023 года по 06 ноября 2023 г. (10 календарных дней)

2 ЧЕТВЕРТЬ

Начало: 07 ноября 2023 г.

Окончание четверти: 30 декабря 2023 г.

ЗИМНИЕ КАНИКУЛЫ: с 30 декабря 2023года по 08 января 2024года (14 календарных дней)

3 ЧЕТВЕРТЬ

Начало: 09 января 2024 г.

Окончание четверти: 24 марта 2024г

ВЕСЕННИЕ КАНИКУЛЫ: с 25 марта 2024 года по 02 апреля 2024 года (10 календарных дней)

4 ЧЕТВЕРТЬ

Начало: 03 апреля 2024г.

Окончание четверти: 24 мая 2024 года

ЛЕТНИЕ КАНИКУЛЫ: 24 июня - 31 августа 2024 года

6. Информационно-методическое обеспечение программы

Результат реализации программы «Сюрприз» во многом зависит от подготовки помещения, материально-технического оснащения и учебного оборудования.

Помещение для занятий должно быть светлым, сухим, теплым и по объему и размерам полезной площади соответствовать числу занимающихся воспитанников.

Печатные пособия:

1. Справочно-информационная литература
2. Комплекты журналов.
3. Карточка с образцами выполнения упражнений
4. Техника изучения танцев.
5. Программа «Сюрприз»
6. Календарно – тематическое планирование

Видео- аудиоматериалы:

1. Инструментальная музыка
2. Классическая музыка
3. Музыка для разминки
4. Музыка для эстрадных танцев
5. Народная музыка
6. Современная музыка
7. Современные эстрадные танцы для детей

7. Материально – техническое обеспечение программы

В процессе реализации программы овладеть необходимыми знаниями, умениями и навыками обучающимся помогают средства обучения. Для непрерывного и успешного учебного процесса в наличии имеются оборудование и материалы:

- аудио, видео аппаратура;
- аудиокассеты, диски с записями русской народной музыки, песен, танцев;
- костюмы для выступлений;
- элементы русского народного костюма к играм, пляскам, инсценировкам: ленты, платочки, кокошники, косынки.

Список литературы

Литература, используемая для разработки программы.

1. Белкин А.С. Ситуация успеха и как ее создать: Кн. для учителя. М., 2002г.
2. Браиловская Л.В. Самоучитель по танцам. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2003.
3. Выготский Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте: Психологический очерк: Кн. для учителя. 3-е изд. – М.,2003г.
4. Горский В.А. Примерные программы внеурочной деятельности. Начальное и основное образование. М., Просвещение, 2010.
5. Григорьев Д.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор: пособие для учителя /Д.В. Григорьев, П.В. Степанов. М.:Просвещение, 2010.
6. Григорьев Д.В., Куприянов Б.В. Программы внеурочной деятельности. Художественное творчество. М., Просвещение, 2011
7. З.Я. Роот. Танцы в начальной школе-М: Айрис Пресс,2006.
8. Климов А. Основы русского народного танца.- М.: Искусство, 1981.
9. Колодницкий Г.А. Физическая культура. Ритмические упражнения, хореография и игры./Методическое пособие. М., 2004г.
10. Теория и методика физического воспитания./ Под ред. Б.М. Шияна. М., 2004г.
11. Т.А. Затымина, Л.В. Стрепетова. Музыкальная ритмика./Учебно-методическое пособие. М.,2009г.
12. Шевченко Ю.С. Музыкаотерапия детей и подростков./Психокоррекция: теория и практика. М.,2005г.

Литература, рекомендуемая для детей и родителей.

1. Х.Идом, Н.Кэтрэк. Хочу танцевать. М.,2008г.
2. А.И.Буренина. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей. С-Пб., 2001г.

Интернет – ресурсы:

1. Хореографический этюд - YouTube
2. Гимнастический этюд - YouTube
3. Акробатический номер – YouTube
4. «Мы маленькие звезды» - YouTube
6. Современные эстрадные танцы для детей до 9 лет. mp4. - YouTube
7. Этюды. Экзамен по сценической пластике. Курс Д. Богомазова - YouTube
9. Ритмика и танец 1 – YouTube
10. Детский балетный класс/Children ballet class – YouTube
11. Ансамбль «Березка» – YouTube