


Комитет администрации Усть-Калманского района по образованию
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Новобурановская средняя общеобразовательная школа»
Усть-Калманского района Алтайского края

Рассмотрена
на заседании методического Совета
Протокол № 2
от « 01 » 10 2019г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «Новобурановская СОШ»:
 Н.П. Сорокина
Приказ № 158 от « 04 » 10 2019г.



Адаптированная рабочая программа
учебного предмета «Ритмика»
для детей начального общего образования
с задержкой психического развития 1,3 классов (Вариант 7.2.)
на 2019-2020 учебный год

Составитель: Гордяскина Г.А., учитель физической культуры

с. Новобураново, 2019 год

Пояснительная записка

Рабочая программа разработана на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (ФГОС НОО) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ),
- примерной адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с задержкой психического развития;
- на основе программ для общеобразовательных учреждений коррекционно – развивающее обучение: начальные классы 1-4 классы, авторской программы. Ритмика. Авт.: Цыпина Н.А. М: «Просвещение», 2013г.
- учебного плана учреждения на 2019-2020 учебный год (приказ от 26.08.2019, № 126),

Данная **программа направлена** на коррекцию моторной сферы младших школьников с ЗПР, что может способствовать как их познавательному развитию (в первую очередь совершенствованию регуляции деятельности), так и эстетическому развитию, основанному на гармонизирующем воздействии музыки и танца. Содержание программы *полностью соответствует* требованиям федерального компонента государственного образовательного стандарта начального образования, поэтому **изменения в программу не внесены.**

Место учебного предмета в учебном плане

Рабочая программа рассчитана на 33 часа в год (1 раз в неделю) в 1 дополнительном классе, 34 часа в год (1 раз в неделю) в 3 классе. Курс реализуется во внеурочной деятельности.

В связи с тем, что данный курс реализуется с 07.10.19г, то с целью выполнения программного материала в полном объеме в календарно-тематическом планировании выполнено уплотнение следующих тем уроков в 1 классе: №3-№4, №7-№8, №16-№17, №23-№24, №32-№33; в 3 классе : №11-№12, №23-№24, №27-№28, №30-№31, №32-№33.

Формы, методы, средства оценки образовательных результатов обучающихся

1 класс

В 1 классе безотметочное оценивания результатов освоения содержания программы.

Программа считается освоенной, если ребенок присутствовал не менее, чем на половине занятиях по ритмике.

Проведение открытых уроков для родителей;

Участие в праздничных программах, концертах, внеклассных мероприятиях.

Проведение итогового занятия в конце учебного года.

Оценивание результатов освоения программного материала не производится.

3 класс

Текущий контроль-

письменные и устные работы

проекты

творческие работы

Мониторинг

Тематический контроль-

самоанализ и самооценка

наблюдения

практические работы

Промежуточная аттестация-

Мониторинг (личностных, предметных, метапредметных результатов)

аттестация на ступени начального общего образования должна проводиться с учетом возможных специфических трудностей обучающегося с ЗПР в овладении письмом, чтением или счетом.

Критерии и нормы оценок по курсу «Ритмика»

Важнейшая функция оценки на уроке ритмики - этическая: поддержать стимулировать активность учащихся.

- 5 (*отлично*) - ставится, если учащийся точно и грамотно выполнил задания;
- 4 (*хорошо*) – ставится при некоторой неточности в исполнении заданных движений и комбинаций, недочетов в исполнении танцевальных композиций;
- 3 (*удовлетворительно*) - ставится, если исполнение неряшливо, недостаточно грамотно и маловыразительно.

Содержание программы коррекционного курса «Ритмика» в 1 дополнительном классе

Программа содержит 5 разделов:

«Музыка и движения» (основные упражнения и основные упражнения в парах);

«Музыка и танец»;

«Музыка, танец и музыкальные инструменты»

«Движения и речь»;

«Музыка, движение и речь».

Содержание программы 1 дополнительный класс.

В соответствии с выделенными направлениями занятия ритмикой в 1 дополнительном классе могут быть конкретизированы и обозначены следующими разделами: «Музыка и движение» (основные упражнения и основные упражнения в парах), «Музыка и танец», «Музыка, танец и музыкальные инструменты», «Движения и речь», «Музыка, движение и речь».

«Музыка и движение» (основные упражнения) является первым разделом, который предполагает овладение базовыми знаниями и умениями в области ритмики.

На первых занятиях большое значение уделяется объяснению основ организации занятий (как готовиться к занятиям, как строится, входить в зал под музыку и т.д.). Кроме этого обучающихся с ЗПР учат слушать музыку и подстраивать темп своих движений под ее темп.

В первой четверти 1 дополнительного класса дети должны научиться двигаться в темпе музыки, овладеть элементарными шагами, построениями, перестроениями и прыжками. Необходимо учить первоклассников с ЗПР прохлопыванию и протоптыванию простых ритмических рисунков. На первых занятиях важны такие упражнения как поочередное и одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки. На каждом занятии проводится комплекс общеразвивающих упражнений. Он может включать выпрямления и повороты головы,

повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»), наклоны, движение рук в разных направлениях, отстукивание, сгибание, разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение внутрь, упражнения на расслабления мышц и др.

Во второй четверти продолжается изучение раздела «Музыка и движение», где основные упражнения ритмики осваиваются в парах. У обучающихся с ЗПР формируются умения разбиться на пары и обратно построиться в шеренги. Этому можно обучать и через игры под музыку. Учатся выполнять ритмико-гимнастические упражнения в парах. Конец второй четверти посвящен изучению раздела «Музыка и танец». Сформированные у обучающихся с ЗПР базовые умения в области ритмики позволяют начать овладение танцевальными движениями и разучивать элементарные танцы (групповые и в парах) и пляски. Общеразвивающие упражнения могут дополняться такими упражнениями как выставление ноги на носок вперед, в сторону, назад, ходьба с высоким подниманием колен, приседание с опорой и др.

В третьей четверти изучается раздел «Музыка, танец и музыкальные инструменты». Обучающихся с ЗПР учат играть на элементарных инструментах: погремушка, металлофон, бубен, ксилофон, барабан, румба, маракас, треугольник, ложки и др. Важно, чтобы в процессе танца под музыку дети смогли научиться использовать музыкальные инструменты. Такая работа только начинается, поэтому целесообразно только фрагменты танца сопровождать музыкальными инструментами.

Вторая половина третьей четверти посвящена разделу «Движение и речь», который направлен на овладение базовыми умениями выполнять движения с речевым сопровождением. Для этого могут использоваться различные стишки и речевки, которые помогают задать определенный темп и динамику при выполнении шагов, построений, перестроений и различных двигательных комплексов. Далее учат выполнять ритмико-гимнастические движения под музыку или речевки. Общеразвивающие упражнения расширяются по своему объему. Дети с ЗПР повторяют уже изученные и осваивают новые: перекрестные движения рук одновременные движения правой руки вверх, левой в сторону; правой руки вперед, левой вверх, маховые движения рук, выставление ноги на носок вперед, в сторону и назад, наклоны, повороты туловища вправо, влево и др.

В четвертой четверти реализуется самый сложный раздел «Музыка, движение и речь», который предполагает исполнение танцев под музыку с одновременной выразительной декламацией стихов и песен. К концу учебного года дети должны знать комплекс общеразвивающих упражнений, выполнять его под контролем взрослого.

Допускается, что в качестве ведущего могут выступать наиболее способные дети. Они показывают остальным как нужно выполнять упражнение и задают общегрупповой темп. Итоговое занятие по ритмике проводится в виде отчетного концерта.

Содержание коррекционного курса «Ритмика», 3 класс

Программа по ритмике состоит из четырёх разделов:

1. Упражнения на ориентировку в пространстве.
2. Ритмико-гимнастические упражнения.
3. Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку.
4. Народные пляски и современные танцевальные движения.

1.упражнения на ориентировку в пространстве

Ходьба в соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, на носках, широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину. Построение в колонны по три. Перестроение из одного круга в два, три отдельных маленьких круга и концентрические круги путем отступления одной группы детей на шаг вперед, другой — на шаг назад. Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг.

Выполнение движений с предметами, более сложных, чем в предыдущих классах.

2. ритмико-гимнастические упражнения.

Общеразвивающие упражнения. Наклоны, повороты и круговые движения головы. Движения рук в разных направлениях: отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой с обхватом плеч; разведение рук в стороны с напряжением (растягивание резинки). Повороты туловища в сочетании с наклонами; повороты туловища вперед, в стороны с движениями рук. Неторопливое приседание с напряженным разведением коленей в сторону, медленное возвращение в исходное положение. Поднимание на носках и полуприседание. Круговые движения ступни. Приседание с одновременным выставлением ноги вперед в сторону. Перелезание через сцепленные руки, через палку. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений. Взмахом отвести правую ногу в сторону и поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, повернуть голову в сторону, противоположную взмаху ноги. Круговые движения левой ноги в сочетании с круговыми движениями правой руки. Упражнения на сложную координацию движений с предметами (флажками, мячами, обручами, скакалками). Одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением (под барабан, бубен). Самостоятельное составление простых ритмических рисунков. Протопывание того, что учитель прохлопал, и наоборот.

Упражнения на расслабление мышц. Выпрямление рук в суставах и напряжение всех мышц от плеча до кончиков пальцев; не опуская рук, ослабить напряжение, давая плечам, кистям, пальцам слегка пассивно согнуться (руки как бы ложатся на мягкую подушку). Поднять руки вверх, вытянуть весь корпус — стойка на полупальцах, быстрым движением согнуться и сесть на корточки. Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону.

3. импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку

Передача в движениях частей музыкального произведения, чередование музыкальных фраз. Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта. Самостоятельное ускорение и замедление темпа разнообразных движений. Исполнение движений плавнее, спокойнее, с размахом, применяя для этого известные элементы движений и танца. Упражнения в передаче игровых образов при инсценировке песен. Передача в движениях развернутого сюжета музыкального рассказа. Смена ролей в импровизации. Придумывание вариантов к играм и пляскам. Действия с воображаемыми предметами. Подвижные, игры с пением и речевым сопровождением.

4. народные пляски и современные танцевальные движения.

Повторение элементов танца по программе 2 класса. Шаг на носках, шаг польки. Широкий, высокий бег. Сильные поскоки, боковой галоп. Элементы русской пляски: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку, присядка и полуприсядка на месте и с продвижением. Движения парами: боковой галоп, поскоки. Основные движения народных танцев.

Планируемые результаты реализации программы коррекционного курса «Ритмика», 1 класс

В общей системе коррекционно-развивающей работы курс «Ритмика» в 1 дополнительном классе позволяет проконтролировать наличие позитивных изменений по следующим параметрам: совершенствование двигательных умений и навыков, развитие эмоционально-волевой и познавательной сфер.

В области формирования двигательных умений и навыков:

- умение различать музыку по темпу, плавности и силе звучания для выполнения разнообразных ритмико-гимнастических и танцевальных упражнений;
- умение соблюдать темп движений и выполнять общеразвивающие упражнения в определённом ритме и темпе;
- совершенствование координационных движений (быстрота и точность реагирования на словесные и звуковые сигналы, согласованность действий рук, ног, туловища и др.);
- умение выполнять простейшие построения и перестроения; – умение ходить в шеренге и разными видами шага;
- овладение простейшими элементами танца;
- умение выразительно передавать различные игровые образы, придумывать варианты образных движений в играх;
- появление возможности выполнять танцевальные движения под музыку с одновременным использованием музыкальных инструментов или декламацией стихов и песен (появление «тройных» связей);
- владение техникой элементарной мышечной релаксации.

В области развития эмоционально-личностной сферы и коррекции ее недостатков:

- проявление волевых и нравственных качеств при подготовке и участии в публичных выступлениях (концерты и праздники);
- умение выполнять задания взрослого и не подводить своих одноклассников, действовать в группе слаженно и сообща;
- умение управлять своими эмоциями в процессе взаимодействия со сверстниками;
- умение быть дисциплинированными, проявлять инициативность, ответственность.

В области коррекции недостатков развития познавательной сферы и формирования высших психических функций:

- расширение сферы жизненной компетенции за счет совершенствования ориентировки в пространстве, расширение знаний о танцах и танцевальных шагах, умении регулировать свое поведение на занятиях, концертах и праздниках;
- умение действовать по показу и по речевой инструкции при выполнении упражнений;
- умение контролировать технику выполнения движений, исправлять ошибки после указания на них;

- умение анализировать и творчески применять полученные знания во внеурочное время под руководством взрослого и самостоятельно;
- умение адекватно оценивать собственные физические и творческие возможности;
- овладение индивидуальными комплексами упражнений лечебной и корригирующей гимнастики;
- умение оценивать и распределять физическую и эмоциональную нагрузку в соответствии со своими возможностями.

Планируемые результаты реализации программы коррекционного курса «Ритмика» 3 класс

Личностные результаты освоения АООП НОО обучающимися с ЗПР включают индивидуально-личностные качества и социальные (жизненные) компетенции, социально значимые ценностные установки, необходимые для достижения основной цели современного образования — введения обучающихся с ЗПР в культуру, овладение ими социо-культурным опытом.

С учетом индивидуальных возможностей и особых образовательных потребностей обучающихся с ЗПР **личностные результаты** освоения АООП НОО должны отражать:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметные результаты освоения АООП НОО включают освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные), обеспечивающие овладение ключевыми компетенциями (составляющими основу умения учиться) и межпредметными знаниями, а также способность решать учебные и жизненные задачи и готовность к овладению в дальнейшем АООП основного общего образования.

С учетом индивидуальных возможностей и особых образовательных потребностей обучающихся с ЗПР **метапредметные результаты** освоения АООП НОО должны отражать:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий ритмикой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе её выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых движениях, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты освоения АООП НОО с учетом специфики содержания предметных областей включают освоенные обучающимися знания и умения, специфичные для каждой предметной области, готовность их применения.

С учетом индивидуальных возможностей и особых образовательных потребностей обучающихся с ЗПР **предметные результаты** должны отражать:

- планировать занятия в режиме дня;
- представлять ритмику как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

В общей системе коррекционно-развивающей работы **курс «Ритмика»** в 3 классе позволяет проконтролировать наличие позитивных изменений по следующим параметрам: совершенствование двигательных умений и навыков, развитие эмоционально-волевой и познавательной сфер.

В области формирования двигательных умений и навыков:

- умение различать музыку по темпу, плавности и силе звучания для выполнения разнообразных ритмико-гимнастических и танцевальных упражнений;
- умение соблюдать темп движений и выполнять общеразвивающие упражнения в определённом ритме и темпе;
- совершенствование координационных движений (быстрота и точность реагирования на словесные и звуковые сигналы, согласованность действий рук, ног, туловища и др.);
- умение выполнять простейшие построения и перестроения;
- умение ходить в шеренге и разными видами шага;
- овладение простейшими элементами танца;
- умение выразительно передавать различные игровые образы, придумывать варианты образных движений в играх;
- владеть техникой элементарной мышечной релаксации.

В области развития эмоционально-личностной сферы и коррекции ее недостатков:

- проявление волевых и нравственных качеств при подготовке и во время участия в публичных выступлениях (концерты и праздники);
- умение выполнять задания взрослого и не подводить своих одноклассников, действовать в группе слаженно и сообща;

- умение управлять своими эмоциями в процессе взаимодействия со сверстниками;
- умение быть дисциплинированными, проявлять инициативность, ответственность.

В области коррекции недостатков развития познавательной сферы и формирования высших психических функций:

- расширение сферы жизненной компетенции за счет совершенствования ориентировки в пространстве, расширение знаний о танцах и танцевальных шагах, умении регулировать свое поведение на занятиях, концертах и праздниках;
- умение действовать по показу и по речевой инструкции при выполнении упражнений;
- умение контролировать технику выполнения движений, исправлять ошибки после указания на них;
- умение анализировать и творчески применять полученные знания во внеурочное время под руководством взрослого и самостоятельно;
- умение адекватно оценивать собственные физические и творческие возможности;
- овладение индивидуальными комплексами упражнений лечебной и корригирующей гимнастики;
- умение оценивать и распределять физическую и эмоциональную нагрузку в соответствии со своими возможностями.

Основные требования к знаниям и умениям обучающихся

Обучающиеся должны знать:

- термины, определяющие характер музыки (5—6 определений);
- термины, связанные с различными перестроениями;
- названия различных танцевальных шагов (5—6 названий).

Обучающиеся должны уметь:

- начать и закончить движения одновременно с началом и окончанием музыкальной фразы;
- обращаться с четырьмя-пятью звучащими инструментами в отдельности;
- передавать движением или на инструменте сильную и слабые доли такта;
- свободно двигаться под музыку различного характера;
- участвовать в пяти-шести новых плясках.

**Календарно-тематический план
1 дополнительный класс**

№ п/п		Дата проведения	Тема занятия	Примечание
			Музыка и движения (основные упражнения) (11 ч).	
1	1		Инструктаж по Т.Б. Разновидности ходьбы	
2	2		Простые танцевальные движения	
3	3		Свободное, естественное движение под музыку.	уплотнение
4	4		«Похлопаем, потопаем»	
5	5		Определение сильных, слабых долей такта притопами и хлопками.	
6	6		Построения, перестроения и прыжки	
7	7		Ритмичный бодрый шаг. Игры под музыку	уплотнение
8	8		Перестроение в круг из шеренги	
9	9		Ходьба имитационная. Игры под музыку «Делаем в парах»	
10	10		Прыжки, подскоки под разную музыку. Ходьба в парах.	
11	11		Выполнение ритмико-гимнастических упражнений в парах	
			Музыка и танец (4 ч)	
12	1		Танцевальные движения	
13	2		«Танец в парах». Притопы одной ногой и поочередно	
14	3		«Танцы и пляски». Утверждающие притопы	
15	4		Игры под музыку «Потанцуем»	
			Музыка, танец и музыкальные инструменты (7 ч)	
16	1		Игры под музыку «Потанцуем»	уплотнение
17	2		Музыкальные инструменты	
18	3		Разучивание танца с использованием простого музыкального инструмента	
19	4		Упражнение на умение сочетать движение с музыкой, упражнения на внимание	
20	5		Танец с использованием простого музыкального инструмента	
21	6		Игры под музыку «Поиграем, потанцуем»	
22	7		Исполнение танцев для гостей	
			Движение и речь (3 часа)	
23	1		«Потанцуем» (повторение)	уплотнение
24	2		«Построение и перестроение с речевкой»	
25	3		«Скажем и сделаем»(обобщение)	
			Музыка, движение и речь (8 часов)	
26	1		Упражнения с речевкой «Повторим еще раз»	
27	2		«Музыка, стихи и танец»	
28	3		Танец «Зайчата»	
29	4		Упражнение на развитие танцевального творчества	
30	5		Танец «Дождик»	
31	6		Элементы русских народных плясок	
32	7		«Песня, танец, музыка»	уплотнение
33	8		«Концерт» (обобщающий урок)	
			Всего 33 часа	

КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН, 3 класс

№ п/п		Тема занятия	Примечание
Ритмико-гимнастические упражнения (10 часов)			
1	1	Вводный. Инструктаж по Т.Б. Разные виды ходьбы под счет, под музыку, виды бега	
2	2	Разновидности ходьбы	
3	3	Танцевальный шаг на полупальцах	
4	4	Перестроения	
5	5	Подбрасывание малого мяча, обруча в заданном ритме	
6	6	Перекатывание, катание, бросание малого мяча, обруча под музыку	
7	7	Упражнения с препятствиями и на координацию движений	
8	8	Упражнения с обручем, скакалкой, гимнастической палкой	
9	9	Подбрасывание малого мяча, обруча в заданном ритме	
10	10	Игры с пением и речевым сопровождением.	
Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами (6 ч)			
11	1	Отстукивание ритма на слух	уплотнение
12	2	Упражнения на внимание	
13	3	Упражнение на расслабление мышц	
14	4	Упражнение на координацию движений и на развитие двигательной активности	
15	5	Импровизация движений с колокольчиками на музыкальные темы	
16	6	Упражнение на передачу в движении характера музыки	
Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку (10 ч)			
17	1	Импровизация движений	
18	2	Упражнение в равновесии	
19	3	Индивидуальное творчество	
20	4	Упражнения с гимнастическими палками и с обручем	
21	5	Упражнения для развития ритма	
22	6	Упражнения на передачу в движении характера музыки	
23	7	Упражнения на умение сочетать движение с музыкой	уплотнение
24	8		
25	9	Упражнения на внимание	
26	10	Упражнения на передачу в движении характера музыки	
Народные пляски и современные танцевальные движения (8 часов)			
27	1	Танцевальные упражнения	уплотнение
28	2	Танцевальные движения	
29	3	Соединение движения с музыкой	
30	4	Упражнения на развитие танцевального творчества	уплотнение
31	5		
32	6	Элементы русских народных плясок	уплотнение
33	7		
34	8	Основные движения народных плясок	
Всего 34 часа			

Лист корректировки

дата	Содержание корректировки	причина

Учебная литература, используемая для реализации программы.

1. В качестве учебно-методического обеспечения работы с детьми рекомендуется использовать следующие *методические разработки и пособия*:
2. Бекина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. Музыка и движение. - М.; Просвещение, 1984. - 288 с.
3. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. - СПб.: Петербургский центр творческой педагогики "Аничков Мост", 2015. - 196 с.
4. Зимина А.Н. Образные упражнения и игры в музыкально-ритмическом развитии детей 4-8 лет. - М.: Гном-Пресс, 1998. - 32 с.
5. Коренева Т.Ф. Музыкально-ритмические движения для детей дошкольного и младшего школьного возраста: уч.- мет. пособие. В 2 ч. - М.: ВЛАДОС, 2001. - 104 с.
6. Лифиц И.В. Ритмика: уч. пособие. - М.: Издательский центр «Академия», 1999. -223 с.
7. Луговская А. Ритмические упражнения, игры и пляски. - М.: Советский композитор, 1991. - 112 с.