

Департамент образования Администрации города Екатеринбурга
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования – детский
оздоровительно-образовательный центр – «Центр поддержки детства»

Методическая разработка
принята Методическим советом
МБУ ДО «ЦПД»
Протокол от 25.05.2023 № 8

Методическая разработка

**«Методы театральной технологии как средство создания
развивающей среды для формирования пластической
выразительности танца обучающихся 13-15 лет»**

Автор: Дылдина Ольга Алексеевна,
педагог дополнительного образования, 1КК

Екатеринбург, 2023

Аннотация

На этапе разработки эксперимента по применению методов театральной технологии на занятиях объединения «Студия современной хореографии», реализующей программу «Студия современной хореографии», была создана цепочка занятий по современному танцу, которые, в свою очередь, были разделены на блоки – начальный, средний, заключительный. Все занятия перекликаются между собой, используется принцип - от простого к сложному. Занятия построены так, что в результате обучающиеся оказываются хорошо подготовленными и без труда осваивают новый материал, отрабатывают его и сразу применяют на практике.

Пояснительная записка

Философско-методологические основания

Театральная педагогика как технология реализации программы

Накопленный опыт позволяет утверждать, что театральная педагогика обладает богатым арсеналом средств для создания условий творческого развития детей и для создания мотивирующей обучающей среды. Также использование театральных технологий способствует повышению профессионализма педагога и мотивирует его на творчество в своей педагогической деятельности.

Театральная педагогика помогает педагогу решать следующие образовательные задачи:

- Построить игровую ситуацию, в которой возможно подключение собственного опыта обучающихся;
- Развить воображение ребят на основе игрового ассоциативного тренинга.

Личность педагога, его опыт, характер, мировоззрение являются инструментом профессиональной деятельности. «Я – инструмент свой», - говорил о сущности актерской профессии великий русский актер Михаил Чехов. Эти слова в полной мере можно отнести к педагогу по хореографическому искусству.

На сегодняшний день театральной педагогикой разработана богатейшая система упражнений и тренингов, развивающих внимание, память, воображение, ассоциативное мышление, способность к действию. Эти упражнения необходимы для творческого развития и обучающихся, и педагога.

Педагогу театральные технологии позволяют:

- Овладеть творческим самочувствием и творческой психотехникой – это значит развивать: навыки саморегуляции, внимание, пространственное видение, память, воображение, фантазию, а также восприятие мира всеми органами чувств: осязанием, зрением, обонянием, слухом.

- Овладеть голосом как инструментом эффективного взаимодействия. Сделать речь выразительной, связать слова и чувства. Владеть темпоритмом речи. Уметь интонировать.
- Эффективно организовать взаимодействие внутри объединения. Развить эмпатию. Овладеть различными «пристройками». Освоить вербальные и невербальные способы взаимодействия.
- Создавать необходимую атмосферу к каждой теме занятия. Наполнить атмосферу занятия чувствами, мыслями, стилем жизни людей. Различать внутреннюю и внешнюю атмосферу.
- Освоить режиссуру занятия.

Применение принципов и методологии театрального искусства помогает создать новые интересные формы занятий. Механизм игры позволяет осуществить переход из реального мира в мир хореографии, соединить различные пространства бытия, наделить новыми смыслами понятия, явления, объекты.

Обучающийся в такой игре вместе с педагогом последовательно проходит следующие этапы:

- вхождение в ситуацию (постановка задачи);
- проживание ситуации и постижение ситуации изнутри (накопление информации);
- выстраивание своего отношения ко всему происходящему в данной ситуации, опираясь на свой эмоционально - чувственный опыт и анализ ситуации (анализ, осмысление накопленного материала);
- рождение образа как «хореографического рисунка»;
- создание своей творческой работы (реализация, воплощение новой идеи в конкретную форму, в результат) – этюда на свободную и заданную тему.

Занятие организуется как процесс творчества, а не как репродуктивный процесс передачи информации по предмету. В процессе такой деятельности, когда обучающийся постоянно оперирует с визуальными образами, происходит тренировка мышления, нарабатывается быстрота

оперирования образами. Ситуация творчества, анализа и принятия решения становится для ребенка нормой мышления.

Современному человеку, находясь в ситуации мобильного, стремительно развивающегося, чрезмерно наполненного событиями мира, необходимо иметь культурную и нравственную ориентацию в социуме, а это невозможно без понимания своего единства с историей и культурой своего народа и мировой культурой. На занятиях происходит духовное становление личности ребенка, им осваиваются нравственные и общечеловеческие ценности: ответственность, совесть, любовь, вера, воля, свобода, достоинство.

Реализация на занятиях методов театральной технологии

Занятие — это тренировка чувств, многопланового внимания, памяти, образного, ассоциативного и логического мышления, а также накопление опыта, в том числе и опыта творческой работы.

Педагог организует **поисковый диалог** и игры, помогающие ощутить, почувствовать, осмотреть с разных сторон тему занятия, найти необычный ракурс танцевального движения, увидеть полностью, установить связи с окружающим миром, заглянуть внутрь, разложить на составляющие части и понять эти внутренние связи, проанализировать, классифицировать известные свойства и качества.

Рассмотрим одно из занятий по современному танцу, возраст обучающихся 13-15 лет.

Тема занятия: «Взаимосвязь технической составляющей танцевальной практики и творческого процесса, их взаимодействие».

Тип занятия: комбинированный.

Цель занятия: улучшение техники движений и эмоциональной выразительности обучающихся путем повторения и отработки пройденных движений. Выявление уровня освоения программы.

Задачи:

Образовательные:

- закрепление знаний, умений и навыков, полученных на предыдущих занятиях;
- развитие осмысленного исполнения движений;
- развитие познавательных интересов и творческого потенциала обучающихся.

Развивающие:

- развитие координации движений;
- укрепление опорно-двигательного аппарата;
- развитие выносливости и постановки дыхания;
- психологическое раскрепощение учащихся.

Воспитательные:

- формирование эстетического воспитания, умения вести себя в коллективе;
- формирование чувства ответственности;
- активизация творческих способностей;
- умение творчески взаимодействовать на уроках с педагогом.

Оборудование:

Магнитофон, хореографические станки, зеркала, журнал посещаемости, фонограммы с музыкальным материалом занятий и спектакля, распечатанный конспект урока и заданий, распечатанный сценарий спектакля, шариковая ручка или карандаш для коррекции материалов на месте, коврики, утяжелители для ног, полотенце, вода.

Структура занятия

1. Приветствие
2. Включение
3. Постановка целей
4. Разминка
5. Середина
6. Кросс
7. Растяжка

8. Перерыв
9. Показ домашнего задания
10. Творческие задания
11. Репертуар
12. Заключение
13. Рефлексия (используется на каждом этапе)

Ход занятия

1. Приветствие.

Слова педагога: «Здравствуйте, ребята! Рад(а) всех видеть! Как ваше настроение? Сегодня наше занятие будет очень интересным и плодотворным. Готовы начать? Отлично, мы начинаем!». Все проговаривается в позитивной манере, с улыбкой, и глядя в глаза каждому ученику.

2. Включение.

Здесь целесообразно дать активное задание обучающимся, то есть сразу включить их в процесс, настроить на продуктивную работу и задать темп занятию без затянутого вступления (так как это занятие-продолжение на базе пройденного материала).

Задание: придумать свой поклон на 4 счета, проверить его под музыку.

Далее идет индивидуальный показ каждого обучающегося своего творения (сочиненного поклона), и затем общий показ всех ребят. Здесь также используется метод коррекции.

- Слово педагога. На этом этапе педагог дает оценку предыдущему заданию, объясняет - с чем оно связано, что можно улучшить. Далее он задает вопросы ребятам по этому заданию: что можно улучшить? Понравилось ли задание? и другие, слушает ответы, происходит дискуссия.

- Проверка домашнего задания. Здесь педагог только спрашивает у ребят - выполнили ли они домашнее задание, но просмотр домашнего задания предполагается после тренажной части занятия, потому что для показа необходимо, чтобы тела учеников были уже разогретыми. Тем не менее,

наводящие вопросы уже подготавливают сознание учеников к тому, что скоро они будут демонстрировать свои умения.

3. Постановка целей.

Следующий этап это проговаривание плана действий на сегодняшнее занятие. Для того чтобы дети настроились на весь урок в целом, это проявление уважения и заботы к детям со стороны преподавателя. Такими маленькими действиями устанавливаются хорошие взаимоотношения, и достигается сотрудничество. Так как нередко на этом этапе ребята выдвигают свои предложения по ходу урока. Конечно, здесь смена решения на усмотрение педагога, однако, я всегда прислушиваюсь к тому, что хотят и говорят дети, применяя разум.

4. Разминка.

Используется нестандартная динамическо-образная разминка. Когда за основу берется момент спонтанности и быстроты реакций обучающихся, а также погружение их в различные состояния. На физическом уровне такая разминка может быть более эффективной, чем статическая, потому что задействует одновременно все группы мышц.

Разминка на данном занятии включает в себя принципы, используемые в спектакле. Таким образом, на каждом последующем занятии прорабатываются различные состояния и навыки, которые необходимы для реализации этюдного проекта – работа в группе, внимательность, образное мышление.

Важным моментом в такой разминке являются комментарии педагога. Его голос должен быть ярким, выразительным, наполненный смыслом, способным отображать образы и погружать в состояния всех обучающихся

То есть сам педагог является участником всего процесса, а не просто наблюдателем и диктором заданий. Порой он даже двигается вместе с ребятами, показывает пример, поддерживая своих учеников, чтобы растворить любые барьеры на пути к развитию.

Методами обучения современному танцу являются задания разминки:

Задание 1: Ходьба хаотично по залу (ребята уже знают правила, что ходить нужно внимательно, развивая эмпатию). Педагог дает ассоциации – ходим по углям; по стеклу; по мокрому асфальту; по песку и так далее.

В это время учащиеся моментально представляют эти состояния и выражают их через тело. Также может использоваться различный темп.

Задание 2: прожить определенное состояние и выразить его через тело – двигаемся в воде, в мёде, ноги завязаны веревкой и другие.

Здесь важно качество исполнения. В зависимости от названного состояния, меняется и исполнение, его характер.

Задание 3: Бег на месте с заданным образом – прогулка по парку, где поют птицы; погоня; бег с препятствиями (лужи, кочки и пр.)

Здесь осуществляется аэробная нагрузка, полезная для танцоров. А разнообразие образов развивает воображение.

Задание 4: дотянуться до точек разными частями тела.

Задание на вытяжение различных мышц тела, достижения эластичности движения.

Задание 5: «Ролл даун» в медленном темпе.

Упражнение на расслабление и восстановление дыхания.

Задание 6: выбрать одного человека и по команде педагога подойти к нему.

Это задание очень интересно для обучающихся, так как носит коммуникативный характер. Всегда получаются неповторимые сочетания и комбинации групп ребят.

Задание 7: выбрать 2 человека и держать между ними равнобедренный треугольник.

Это задание направлено на улучшение ориентации в пространстве, на развитие глазомера, чувства эмпатии.

Рефлексия. На этом этапе все участники процесса делятся своими ощущениями, открытиями. Проговаривают все, что заметили. Преподаватель подчеркивает важные моменты, поощряет открытость и вдохновение

обучающихся. **Важна атмосфера** – дружеская, теплая. Только в таких условиях обучающийся может полностью раскрыться.

Интересным является то, что можно совмещать два действия одновременно. В данном случае это Обсуждение + Растяжка. То есть обсуждать что-либо можно, сидя в шпагатах, канатах или других формах растяжения мышц ног. Здесь важным является то, что мы учим не терять время даром, то есть обозначаем времени ценность. И пока кто-то из участников группы высказывается, другие ученики могут заниматься развитием своего тела. В данном случае концентрация внимания не теряется, наоборот, когда мы при слушании задействуем свое тело, информация усваивается намного лучше.

5. Середина

На этом этапе занятия происходит основная тренажная нагрузка. Все упражнения выполняются на середине зала. Здесь обучающиеся получают новый материал и отрабатывают пройденный, который в основном касается танцевальной техники. А также развивают такие профессиональные понятия как – устойчивость, работа с весом тела, натяжение стоп, фиксация, эластичность, слитность, приземление, ракурсы и другие.

В данном занятии используются:

1) Деми плие, Гранд плие, Батман тандю, Батман тандю жете, Батман фондю, Гранд батман, Адажио.

2) Прыжки:

Соте, Эшаппе, Шажман.

3) Партер:

Свинги, перекаты в комбинации, слайды двух видов.

4) Новый материал: Подкачки для ног, выпады, прыжок «Бочка», упражнение «Пингвин».

Стандартная форма обучения предполагает, что ребята обучаются танцу, находясь в простых рисунках - линиях, шахматный порядок, диагональ. Направление взгляда направлено на педагога, в зеркало.

На этом занятии я использую другие приемы обучения, методы **театральной технологии**. Например, при исполнении любого из разделов данного этапа обучающиеся изначально выбирают себе место. **Они встают туда, где им комфортно**. Таким образом, я могу проанализировать наглядную картину позиционирования обучающихся в этой группе и социума в целом, ведь коллектив — это миниатюрная модель нашего социума. Наблюдая за ребятами не одно занятие и не один год, я могу иметь представление о каждом ученике, знать его психоэмоциональную основу. И при обнаружении первых признаков внутреннего дисбаланса, я имею возможность корректировать ситуацию в группе. **Внимательность к каждому – основа личностного подхода на наших занятиях**.

Также, совместно с классическими формами обучения, в уроке часто используется прием - смена мест обучающихся («Алиса в стране чудес» Л.Кэрролла). Смена по линиям, по группам, по составу групп, по расположению групп или линий и так далее. **Применяются различные рисунки и ракурсы**, то есть расположение ребят в пространстве (по углам, в центре, в кругу, «из-за кулис» и другие). **Такой прием добавляет динамики, неожиданности. Позволяет уйти от скучных форм исполнения, просыпается интерес**. Также он позволяет «побывать» ребятам в разных частях зала, в том числе и в первой линии, которая является синонимом – ведущая, ответственная, лидирующая. **Помогает налаживать коммуникации внутри коллектива**, потому что дети могут оказаться в разных составах и учатся сотрудничать со всеми участниками коллектива, а не только с ограниченным кругом общения. Ребята привыкают к нестандартным условиям (новое место, люди) и уже, в последующем, проще адаптируются к новым условиям на выступлениях (сцена, пространство, аудитория и другие).

Отмечу, что к такому приему необходимо обучающихся предварительно подготовить, потому что применение его на не подготовленных может дать обратные результаты.

Добавление образа. Этот прием используется для того, чтобы обучающиеся исполняли тренажные задания не механическим способом. Не секрет, что, когда человек концентрируется на физических упражнениях, он забывает про эмоциональную составляющую, и, наоборот. С помощью данного метода можно в разы повысить эффективность и продуктивность занятия. Благодаря тому, что ученик одновременно концентрируется на двух составляющих танцевального процесса, усвоение материала происходит гармоничнее, быстрее, увлекательнее.

6. Кросс

Динамическая часть в уроке, когда упражнения выполняются по длине зала с большим продвижением или амплитудой.

В данном занятии используются:

Гранд батман, перекаты, комбинации из гимнастических элементов, силовые элементы, партерные элементы, большие и малые прыжки, вращения двух видов.

Методы: словесный, наглядный, повторения, коррекции и другие.

- Также здесь часто использую задания на синхронное исполнение в парах, тройках.
- Задания на развитие ритмического слуха и музыкальности, на отображение характера музыки.
- Предлагается много ассоциаций.
- Также обращаю внимание обучающихся на исполнение друг друга, чтобы ребята могли анализировать исполнение свое и другого человека, на основе дружбы и поддержки.
- Метод отдача-принятие: преподносится как игра. Если обучающиеся видит, что у кого-то очень хорошо получилось упражнение, элемент, достигнута пластическая выразительность в танце, то необходимо подойти к этому ученику и сказать комплимент, а затем коснуться его стоп и своей головы. А тот, к кому подошли, он спокойно делится своим знанием. **То есть обучающиеся таким образом выражают почтение друг другу. Учатся отдавать без жалости, гордости, со скромностью.** Надо сказать, принцип

«отдачи» порождает много хороших качеств в человеке. Также устанавливаются отношения. Формируются постепенно неформальные лидеры в классе.

7. Растяжка

В этой части занятия обучающиеся вовлекаются в процесс развития своих физических данных, в частности танцевального шага, выворотности, наработки красивого подъема стопы, гибкости суставов, растяжения групп мышц всего тела.

В данном занятии используются:

Шпагат с правой и левой ноги, провис со скамейки в разных положениях; канат, провис со скамейки в разных положениях; парные растяжки; различные положения тела, позаимствованные из системы хатха-йоги направленные на развитие всего тела; упражнения для развития гибкости позвоночника; растяжение мышц рук.

- Ключевым методом здесь является - осознанность. То есть глубокое понимание процессов, происходящих с физическим телом и ментальными процессами, отслеживание связи разум-тело.

- Также важным является прием – «погружения» в себя. Когда обучающийся может абстрагироваться от внешней среды и полностью сосредоточиться на внутренних процессах.

- «Разговор» с телом. Этот прием применяется в кризисный момент, когда у ученика что-то не получается, то есть тело сопротивляется. И с помощью наводящих вопросов преподавателя ученик может решить свою проблему.

- Совокупность приемов может объединиться в устойчивый навык – настрой на себя. Этот термин, как правило, используется как экспресс подсказка в условиях быстрой настройки обучающихся на выступление. Однако он требует определенного времени наработки и предшествующих этому заданий.

8. Перерыв

Ребята могут отдохнуть несколько минут, привести себя в порядок, переодеться, попить воды, сделать все необходимые для них действия, чтобы

«перезагрузиться» и подготовиться к следующей части занятия. Часто это бывают минуты неформального позитивного общения, ребята делятся чем-то, рассказывают истории, вдохновляют друг друга и так далее.

9. Показ домашнего задания

Используется здоровьесберегающий принцип. Дети показывают свои домашние задания тогда, когда тело полностью готово к работе. Показ бывает сольный, в малых группах и всей группой одновременно. Обязательные методы – коррекция, обратная связь, работа над ошибками, поощрение, вдохновение, позитивный пример.

10. Творческие задания

На этом этапе реализуется основная доля исследовательской и экспериментальной работы обучающихся и педагога. **Сам раздел в рамках занятия можно определить как инновацию.** Для этого этапа были разработаны новые методы обучения хореографическому искусству, которые имеют форму заданий.

Все задания перекликаются с темой, целью и задачами урока, а также способствуют развитию обучающихся в области сотрудничества и личностного роста. Посредством подобных заданий постепенно выстраивается структура спектакля и становится продуктивным процесс постановки.

Задание 1: представить себя стеной. Использовать мелкие движения в своем теле, пробовать мелкие перемещения.

Задание 2: Бег по кругу. Обгонять с разными ассоциациями (соперничество, безразличие, концентрироваться на центре круга, побывать в центре толпы и на периферии и так далее).

Задание 3: Выбросы (как рыба из воды, как выстрел, как взрыв и так далее).

Задание 4: Разбор техники отталкивания от стены. Работа с весом тела. Внимательность при работе в хаотично выстроенной группе.

Задание 5: «Удиви жюри». Необходимо сделать прыжок в центре зала. Смотреть в глаза и дать эмоциональную окраску.

Задание 6: «Картинка». 2 человека выходят на центр зала и, не сговариваясь, делают по команде педагога позу. Задание на эмпатию и сочетаемость поз.

Задание 7: Танцевальная импровизация. Сольно и групповая.

Задание 8: Прыжок+уход в пол+выход на руку+прыжок. **Ребята сочиняют все сами. Используется прием импровизации.**

Задание 9: Отработка комбинаций для спектакля.

Задание 10: Вопросы по спектаклю. Ребята задают любые вопросы, связанные со сценарием, ролям, движенческим аспектам, театральным нюансам и так далее.

11. Репертуар

Повторение, отработка и коррекция танцевальных номеров, которые входят в репертуар данной группы.

Хореографический номер «Искаженное время».

12. Заключение

Этот этап характеризуется как результат проведенного занятия. Как правило, после такого насыщенного занятия, обучающиеся и педагог остаются наполненными. Конечно, физическая усталость дает о себе знать, но ощущение внутренней заряженности вдохновляет всех участников процесса.

Так как рефлексия присутствовала во всех этапах занятия, то здесь педагог кратко обобщает всю деятельность, свои впечатления, дает домашнее задание и спрашивает ребят об их достижениях, тех, которые были для них самыми важными на сегодня. Сохраняется позитивный настрой от общения друг с другом. **Важным моментом является - благодарность**. Можно выделить это понятие как отдельный метод обучения и сотрудничества. Потому что он является фундаментальным при формировании нравственной личности. Все участники процесса благодарят друг друга за встречу на занятии. В конце занятия педагог и ребята делают друг другу поклон и договариваются о следующей встрече.

Итоги

Все цели и задачи этого занятия решены в полном объеме. Тема раскрыта на протяжении всего занятия посредством применения методов театральной технологии обучения современному танцу, таких как: создание атмосферы (внешней и внутренней, настрой на занятие), «эстетическая игра», нестандартные творческие задания, рефлексия, организация занятия на основе осознанного включения обучающихся в пространство занятия, благодарность, командно-образующие задания, ценностно-ориентированное обучение, поощрение, настрой, осознанность, анализ, отдача-принятие и многих других.

В ходе занятия улучшились технические навыки обучающихся, а их образное раскрепощение предстало в новом облике, раскрылся потенциал ребят. **Позитив и вдохновение** также можно отнести к эффективным методам работы, они пронизывают весь учебный процесс. И здесь ключевая роль отводится педагогу, потому что действует закон – что внутри, то и снаружи. Поэтому подчеркиваю важность развития всех участников учебного процесса – и обучающихся, и педагога, и родителей, и организации в целом. Только в таких условиях возможно достичь устойчивого положительного результата в профессиональной и личной жизни, а также привнести неоценимый вклад и пользу всему обществу.

Критерии для оценивания работ обучающихся

Для оценки каждой из характеристик используется следующая шкала:

- в – параметр проявляется часто
- х – параметр проявляется скорее часто, чем редко
- с – параметр проявляется скорее редко, чем часто
- н – параметр проявляется редко

ФИ	Предметные результаты			
	Умение самостоятельно выполнять ритмические комбинации	Умение согласовывать музыку и движение.	Умение создать ритмический рисунок на заданную тему	Умение создать ритмический рисунок на свободную тему
1.	в	х	х	х
2.	х	в	с	х

ФИ	Метапредметные результаты			
	Умение создать яркий образ в танце	Умение видеть ошибки при выполнении учебных заданий	Умение вступать в коммуникацию	Умение определять цель учебных действий и составлять план достижения цели
1.	в	х	х	х
2.	х	в	с	х
ФИ	Личностные результаты			
	Уровень эмпатии	Уровень креативности	Умение сотрудничать со сверстниками	Уровень развития самостоятельности, ответственности
1.	в	х	х	х
2.	в	в	в	в

Список литературы для педагога

1. Балет. Танец. Хореография: Краткий словарь танцевальных терминов и понятий. 2-е изд., испр. И доп. / Сост. Н.А. Александрова. – Спб.: Издательство «Лань»; «Издательство ПЛАНЕТА МУЗЫКИ», 2017. – 624с.: ил. - (Мир культуры, истории и философии).
2. Громова Е.Н. Детские танцы из классических балетов с нотным приложением: Учебное пособие / Под ред. н.а. России Ю. И. Громова. 2-е изд., испр. – Спб.: «Издательство ПЛАНЕТА МУЗЫКИ»; Издательство «Лань», 2018. – 384 с., нот. (+ вклейка, 16 с.). – (Учебники для вузов. Специальная литература).
3. Дрожжина Е.Ю., Снежкова М.Б. Обучение дошкольников современным танцам. Методическое пособие. – М.: Центр педагогического образования, 2017. – 64 с.
4. Зайфферт Д. Педагогика и психология танца. Заметки хореографа: Учебное пособие/Пер. с нем. В. Штакенберга. – Спб.: Издательство «Лань»; «Издательство ПЛАНЕТА МУЗЫКИ», 2012. – 128 с.: ил. – (Учебники для вузов. Специальная литература).
5. Майстрова, Л.Ф. Хореография, ребенок и природа. Воспитание эмоционально-нравственного отношения к природе у детей 6-10 лет по программе «Экотанцпластика» / Л.Ф. Майстрова. – М.: Издательство ГНОМ, 2012. – 224 с.
6. Цори А.Я. Грамматика танцевального искусства и хореографии. 2-е изд., испр. – Спб.: «Издательство ПЛАНЕТА МУЗЫКИ»; Издательство «Лань», 2011. – 544 с.: ил. – (Мир культуры, истории и философии).

7. Шарова Н.И. Детский танец. – СПб.: «Издательство ПЛАНЕТА МУЗЫКИ», Издательство «Лань», 2011. – 64 с. (+ вклейка, 8с.; +DVD). – (Мир культуры, истории и философии).

Список литературы для детей

1. Бакланова Т.И. Музыка для детей: музыкальные путешествия и встречи. В гостях у народов России. – М.: АСТ-Астрель, 2009.
2. Гваттерини М. Азбука балета. – М., 2001.
3. Дешкова И. Загадки Терпсихоры. – М: Детская литература, 1989.
4. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. - Ярославль: Академия развития, 2000.

Электронные образовательные ресурсы

- Энциклопедия по хореографии: <https://need4dance.ru/>
- Всё для хореографов: <https://www.horeograf.com/>
- Балетная и танцевальная музыка: <http://www.balletmusic.ru/>
- Сборник по хореографии и танцам: <https://nsportal.ru/blog/obshcheobrazovatel'naya-tematika/all/2012/09/23/nuzhnye-knigi-po-khoreografii-i-tantsam>
- Веселая зарядка: https://www.youtube.com/watch?v=3ILs_uu5arQ&t=31s
- Танец от древнейших времен до наших дней. Виртуальная библиотека: <http://www.gallery.balletmusic.ru/>
- Хореографический ресурс: <https://choreoesour.ru/>
- Методическая копилка для педагога хореографа: <https://vk.com/club202206113>
- Методический отдел педагога хореографа: <https://choreoesour.ru/raznoe.html>
- Страница в ВК: <https://vk.com/danceritmplus>