

**Міністерство України у справах сім'ї,
молоді і спорту
Міністерство освіти і науки України
Львівський державний університет
фізичної культури
Кафедра гімнастики і хореографії**

ОСНОВИ КЛАСИЧНОГО ТАНЦЮ

**Методичні рекомендації для студентів 1 курсу
спеціалізації «Хореографія»**

Львів – 2010

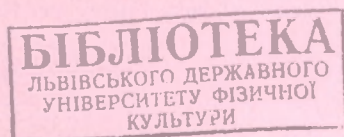
Основи класичного танцю: Методичні рекомендації для студентів 1 курсу спеціалізації «Хореографія» / Укладач А.Б.Бойко. – Львів: ЛДУФК, 2010. – 26с.

Укладач: **Бойко А.Б.** – викладач кафедри гімнастики та хореографії ЛДУФК

Рецензенти: **Сяболга В.Г.** – заслужений діяч мистецтв України, директор Львівської державної хореографічної школи
Сосіна В.Ю. – доцент, кандидат педагогічних наук

Затверджено на засіданні кафедри гімнастики і хореографії (протокол №10 від 10 травня 2010р.)

Підтверджено Вченою радою ЛДУФК факультету фізичного Виховання (протокол № 1 від 7 жовтня 2010 р.)



Вступ

Методика викладання класичного танцю містить в собі знання рухів, в його підготовчій та заключній формі, а також заходу і методу, якій вивчається той чи інший рух.

Результати естетичного виховання засобами хореографії, як і будь-якого іншого, залежить від методів викладання. При правильно обраній та науково-обгрунтованій методиці, що будується з урахуванням єдності форми та змісту, при провідній ролі змісту, природні задатки дитини виявляються, розвиваються, формуються всебічно.

Засновником класичної танцювальної методики була А.Я. Ваганова, професор, народна артистка РСФСР. В минулому солістка Маріїнського театру, потім перейшла на педагогічну роботу, систематизувала весь методичний матеріал і вперше в світі випустила книгу «Основи класичного танцю». До того часу вчили наочно: як робить педагог, так і учні.

Завдання педагога:

- Уміння проводити заняття так, щоб розвивати зацікавленість дітей до хореографії в цілому.
- Виробити увагу у дітей, і в свою чергу, оволодіти увагою всього класу.
- Навчити учня володіти м'язами свого тіла, виховувати самоконтроль через фізичне відчуття.

- Навчити учня слухати музику, розуміти характер музики і звертати увагу на розмір, ритм, темп.
- Педагог повинен навчити учня бачити помилки, основні та другорядні, навчити бачити ці помилки у інших і виправляти їх.
- Педагог формує поставу учня, тому треба звертати увагу на правильне виконання того чи іншого руху.
- Важливий індивідуальний підхід до учня, який підказується фізичними даними учня, його віком, його старанністю. Педагог повинен домогтися від учня простоти виконання, елегантності, виразності, гарної манери та смаку, музичності.

Музичне оформлення та супровід.

Музика є одним з найсильніших засобів виховання. Коли дитина слухає її у неї, незалежно від бажання і свідомості, виникають певні думки, почуття, образи; збагачується емоційна сфера, яка впливає на якість виконання рухів. Музика допомагає формувати осанку, координацію, знімає втому. Вона викликає процеси збудження і гальмування. В перших класах музичне оформлення уроку повинно бути різноманітним, простим по звучанню мелодії. Музичний супровід повинен підкреслювати характер даного руху.

Учня потрібно ознайомити з музичним розміром: $\frac{4}{4}$, $\frac{2}{4}$, $\frac{3}{4}$; кожна чверть містить дві восьмих, і рахується «раз і». Якщо рух ви-

конується на 3/4, то кожна чверть дорівнює такту в 3/4. При виконанні рухів може бути затакт: в 3/8 – «і 2 і», в 2/8 – «4 і», в 1/8 – «і».

Хореографічні вправи побудовані «квадратом» - це парна кількість тактів. Може бути 4 такти по 4/4, 8 тактів 4/4, 16 тактів по 4/4. Вправи можна будувати на півтори фрази: при розмірі в 4/4 буде 12 тактів. Але в початкових класах цього бажано не використовувати.

Класичний урок.

Класичний урок складається з декількох розділів:

1. Екзерсис біля палки, до якого входить цілий комплекс рухів, який виконується у чітко визначеній послідовності:

- *demi plie* і *grand plie*;
- *battement tendu* і *battement tendu jete*;
- *rond de jambe par terre*;
- *battement fondu*;
- *battement frappe* і *double frappe*;
- *rond de jambe en l'air*;
- *petit battement sur le cou de pied*;
- *battement developpe*;
- *grand battement jete*.

(Усі назви рухів екзерсису вимовляються на французькій мові)

2. Після весь екзерсис переводиться на середину залу.

3. *Allegro* (в перекладі з італійської – швидко, жваво) – це стрибки.

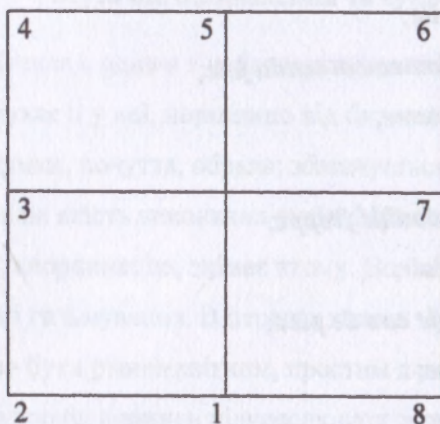
Починають та закінчують урок класичного танцю з уклону:
перший уклін – педагогу, другий – акомпаніатору.

Основні поняття класичного танцю

Основне завдання першого класу – формування правильної постави корпусу, позицій ніг, рук на найпростіших вправах класичного тренажу, розвиток елементарних навиків координації руху.

Починаємо формувати правильну поставу корпусу на середині залу, потім біля палки обличчям до неї. Після вивчення позицій рук і ніг на середині залу, учнів навчають, тримаючись однією рукою за палку.

Для хорошої орієнтації в залі, учням необхідно знати план класу для занять хореографією:



Дзеркало

Учень повинен знати положення корпусу *en face* – прямо, навпроти точки, до якої стоїть обличчям.

Формування правильної постави корпусу повинно відбуватися на середині залу в вільній позиції ніг, руки опущені до низу, згруповані в кисті і з'єднанні спереду корпусу.

Відстань між пальцями 1-2 см. Великий палець покласти зверху на фалангу третього пальця, вказівний палець доторкається до великого, інші вільні.

Руки не торкаються корпусу, лікті заокруглені, плечі опустити, м'язи ніг і сідниць підтягнуті.

Правильна постава корпусу в подальшому є запорукою стійкості (*aplomb*) і правильної техніки виконання хореографічних вправ. Правильна постава корпусу полегшить розвиток виворітності ніг, гнучкості і виразності корпусу, які необхідні в класичному танці.

Позиції рук.

В класичному танці є три основні позиції рук I, II, III, та підготовче положення рук.

Підготовче положення рук – руки опущені до низу і кисті заокруглені до середини.

I позиція рук – це положення рук перед корпусом - навпроти шлунку, кисті заокруглені до середини.

II позиція рук – відкриваємо руки в сторони із I позиції. В II позиції руки повинні бути продовженням плеча, лікоть не провисає донизу і знаходиться на одному рівні з мізинцем.

III позиція рук – руки округлені підняті догори, не піднімаючи голови треба побачити мізинці, кисті направлені до середини.

Всі інші положення рук – це похідні із I, II, III позиції. Пальці кисті згруповані; великий палець доторкається середнього; кисть не заламана в зап'ясті і продовжує загальну заокруглену лінію всієї руки від плеча.

Позиції ніг.

В класичному танці п'ять позицій ніг, які вивчаються в певній послідовності обличчям до палки.

1 позиція – ступні ніг стоять на одній лінії, п'ятки разом, носки нарізно, без завалів на великі пальці.

2 позиція – ступні ніг стоять на одній лінії, п'ятки на відстані своєї стопи одна від одної. Вага корпусу на двох ногах, а його центр – між ними.

3 позиція - ступні ніг в розверненому положенні, щільно притиснуті одна до одної до половини стопи. *3 позиція* ніг є підготовча до *5 позиції*. *3 позиція* в класичному танці не використовується.

5 позиція – ступні обох ніг утворюють паралельні лінії, п'ятка опорної ноги щільно притиснута до носка працюючої ноги, і навпаки.

4 позиція – вивчаємо після *5 позиції* і після того, як вивчили *battement tendu* вперед із *5 позиції*. Ступні паралельні одна до одної і розміщені одна від одної на відстань своєї стопи. Центр ваги корпусу – на двох ногах.

Поняття опорної та робочої ноги.

Це поняття умовне – у виконанні рухів беруть участь обидві ноги, обидві ноги працюють, але кожна нога має своє завдання під час виконання руху.

Опорна нога – та, на якій людина стоїть, завдання опорної ноги тримати центр ваги корпусу. Стійкість залежить від опорної ноги. Опорна нога сильно натягнута від стегна. М'язи сідниць підтягнуті.

Нога, яка знаходиться в русі, називається робочою, або працюючою ногою. Її завдання – виконувати рух, не залучаючи до роботи корпус.

Apłomb (стійкість, рівновага)

Розвиток стійкості – необхідна умова для виконавця.

Починаємо з екзерсису біля опори. Корпус прямий, підтягнути живіт, опустити плечі, коліна теж підтягнути, стояти в позиції, дотримуючись симетричного положення тіла. Правильна постава біля опори – дозволить виробити правильну стійкість на середині залу.

Для цього потрібно час від часу біля опори себе перевіряти: знімати руку з опори під час виконання руху.

Висіти на опорі не можна, рука напівзігнута, лікоть опустити.

Велике значення має спина, вона повинна бути прямою, без прогинання.

Градуси.

Вправи виконуються носком в підлогу, а також в повітря під кутом 15, 25, 45, 90 градусів (поняття градусів умовне).

15° - нога трохи відривається від підлоги (*battement tendu piquer*);

25°- положення ноги навпроти кісточки (*battement tendu jete*);

45°- працююча нога знаходиться на рівні ікри;

90°- працююча і опорна нога створюють прямий кут.

Preparation (підготовка).

Це підготовчий рух перед вправою. Це може бути окремий рух руками, або в комбінації з ногами.

Екзерсис біля опори.

Екзерсис – це рухи біля опори, які виробляють силу ніг, вивітність, еластичність м'язів, стійкість.

Plie.

В перекладі з французької – згинатися, складатися. **Plie** розподіляється на **demi-plie** – напівприсідання, п'ятки не відриваються від підлоги, виконується по всіх позиціях, і **grand-plie** – повне присідання, п'ятки трохи відірвані від підлоги, стопа на низьких півпальцях; виконується по всіх позиціях, тільки по 2 позиції п'ятки від підлоги не відриваються.

Demi-plie.

Спрямовано на розвиток ахіллового сухожилля, колінні та гомілкові зв'язки, міцність яких відіграє велику роль в класичному танці, розвиває виворотність, еластичність зв'язок і силу ніг.

Demi-plie є невід'ємною частиною всіх стрибків, з нього починають та закінчують усі стрибки. **Demi-plie**, як і всі рухи першого року навчання, виконуються по всіх позиціях обличчям до опори.

Музичний розмір 2 такти 4/4: перший такт опускання до низу, другий такт – підняття до гори. Присідання рівномірне по всіх позиціях: 1, 2, 3 і 5, пізніше 3 позиція не використовується; 4 позиція вивчається, тримаючись однією рукою за опору.

Правила виконання: вага корпусу на обох ногах; коли присідаємо, підтягнути сідничні м'язи, стояти рівно. Відчувати мізинці обох стоп, слідкувати за виворотністю позаду стоячої ноги в 4 і 5 позиціях.

Grand-plie.

Повне присідання, продовження **demi-plie**. **Grand plie** розвиває ті самі м'язи.

Музичний розмір 2 такти 4/4:

1 такт:

«1-і», «2-і» - до низу, п'ятки на підлозі;

«3-і» - п'ятки відриваються від підлоги, але їх потрібно притримувати;

«4-і» - опустилися до низу, не затримуємось;

2 такт:

«1-і», «2-і», «3-і» - повільно піднімаємось;

«4-і» - зміна позиції ніг.

Battement tendu.

Рух ногою. Кожний *battement tendu* супроводжує додатковий термін, який окреслює характер руху ноги. В класичному танці велика кількість *battement tendu*, і кожний має свій додатковий термін. З французької мови *battement tendu* перекладається, як рух напруженої ноги із одної позиції в іншу, відведення та приведення ноги.

В першому класі *battement tendu* починаємо вивчати обличчям до опори. Вчимо із 1 позиції – в бік, потім – назад. Якщо дозволяє відстань від опори до стіни – вивчаємо вперед, якщо ж ні, то вчимо, тримаючись однією рукою за опору.

Battement tendu в бік: виховує правильний хід ноги.

Музичний розмір 2 такти 4/4. Вихідне положення 1 позиція.

1 такт:

«1-і», «2-і» - права нога із 1 позиції ковзає всією стопою по підлозі в бік до 2 позиції. Ковзання відбувається до тих пір, доки п'ятка вже не може утримуватися на підлозі, стопа переходить на носок, торкаючись підлоги першим та другим пальцями, нога силь-

но натягнута, п'ятка високо піднята. Положення носка робочої ноги повинно бути навпроти п'ятки опорної ноги.

«3-і», «4-і» - пауза, вага корпусу на опорній нозі.

2 такт:

«1-і», «2-і» - робоча нога опускається на всю стопу через фаланги пальців, і всією стопою з відчуттям мізинця нога підтягується в 1 позицію.

«3-і», «4-і» - пауза.

Battement tendu із 1 позиції вперед:

Ковзання відбувається всією стопою з фіксацією п'ятки вперед, положення працюючої ноги на носку: п'ятка навпроти п'ятки опорної ноги. Нога повинна торкатися підлоги першим та другим пальцями. Зворотній рух в позицію спрямований від носка. Коліна сильно натягнути, вага тіла на опорній нозі. Стегна в рух не втягувати, не осідати на опорній нозі. Слідкувати за правильним положенням рук та корпусу.

Battement tendu із 1 позиції назад:

Відводимо ногу назад на носок всією стопою з відчуттям мізинця, якнайдовше утримуючи п'ятку на підлозі. Від цього залежить виворітність п'ятки працюючої ноги, коли нога буде на носок. Положення ноги позаду – п'ятка навпроти п'ятки. Слідкувати за тим, щоб плече працюючої сторони не відходило назад, відчувати протилежне плече. Приводимо ногу п'яткою вперед. Не відтягуватись від станка.

Battement tendu jete simple.

Це кидок витягнутою ногою на 25°, виконується з 1 – 5 позицій у всіх напрямках. При вивченні рух виконується рівномірно і з акцентом: від себе і до себе. В закінченій формі – акцент до опорної ноги. Використовується музичний розмір 4/4, 2/4.

Музичний розмір 2/4:

«1-і» - нога із позиції кидком піднімається у заданому керунку.

«2-і» - нога повертається в позицію.

Слідкувати за правильною поставою і за симетричним положенням плечей і стегон.

Rond de jambe par terre.

Перекладається, як рух ноги по колу, по підлозі.

Виконується в двох напрямках: *en dedans* – до середини, рух спрямований до себе; *en dehors* – назовні, рух спрямований від себе.

Музичний розмір 2/4, виконується з 1 позиції.

En dehors:

«1» - робоча нога за правилом виконання *battement tendu* витягується вперед на носок;

«і» - нога креслить коло носком по підлозі до 2 позиції;

«2» - нога продовжує коло назад до положення ноги – п'ятка опорної ноги навпроти п'ятки робочої ноги;

«і» - нога повертається в 1 позицію.

En dedans виконується так само, тільки нога виводиться з 1 позиції назад.

Battement tendu jete piquer.

Piquer – вколоти. Виконується по 1 і 5 позиціях по всіх напрямках. Музичний розмір 4/4. Виконання 2 **piquer**:

«1-і» - кидок ноги вперед на 45°;

«2-і» - нога опускається на носок на підлогу і одразу різко піднімається на 45° («як би обпікся»);

«3-і» - повторення «2-і»;

«4-і» - нога повертається в позицію.

Виконується через рух *battement tendu jete*.

Положення ноги sur le cou-de-pied.

Основне або учбове cou-de-pied:

Положення працюючої ноги спереду опорної ноги біля кісточки, торкаючись опорної ноги п'яткою, при цьому носок працюючої ноги витягнутий і відведений назад.

Умовне cou-de-pied спереду:

Працююча нога торкається опорної ноги витягнутими пальцями на рівні кісточки, п'ятка працюючої ноги відступає від опорної ноги.

Умовне cou-de-pied ззаду:

П'ятка працюючої ноги торкається опорної ноги ззаду на рівні кісточки, пальці витягнуті і відведені назад.

Учбове cou-de-pied використовується при виконанні **battement frappe**, а **умовне cou-de-pied** при виконанні **battement fondu**, **battement developpe**.

Battement fondu.

Складний рух: спочатку одночасне згинання робочої ноги sur le sou-de-pied і demi-plié на опорній нозі, потім – випрямлення працюючої ноги в будь-якому напрямку з одночасним випростуванням опорної ноги з demi-plié.

Виконується м'яко, «танучи», з використанням умовного sou-de-pied, з акцентом від опорної ноги.

Preparation на 2/4:

«1-і» - рука в 1 позиції;

«2-і» - нога і рука відкриваються в сторону.

Виконання **battement fondu**, музичний розмір 2/4:

«1-і» - одночасно згинаються ноги – працююча в коліні на умовне sou-de-pied, опорна робить demi-plié;

«2-і» - опорна нога витягується, працююча нога відкривається носком в підлогу одночасно з опорною ногою.

Правила виконання: коли працююча нога випрямляється з положення sur le sou-de-pied в будь-якому напрямку, не можна піднімати ногу. При згинанні на sou-de-pied стегно потрібно тримати виворітно, витягуючи вперед п'ятку опорної ноги. В зворотному напрямку – працююча нога згинається, коліно в сторону, п'ятка відстає, носок робочої ноги навпроти п'ятки опорної. Опорна нога, роблячи demi-plié, повинна бути у виворітному положенні, коліно в одному напрямку з носком. При виконанні руху в сторону – п'ятку слід тримати у виворітному положенні, як можна довше. При виконанні назад – згинання ноги виконується виворітно; коли нога згинається

на *cou-de-pied*, потрібно відводити стегно, утримуючи кульшові суглоби симетричними.

При виконанні руху на 45° нога згинається на умовне *cou-de-pied*, в цьому моменті згинання стегно не повинно падати, воно зберігає 45° . При повторенні руху, ногу слід відкривати в ту саму точку на 45° , не знижуючи і не піднімаючи.

При виконанні *battement fondu* ми стикаємось з умовним *demi-plié*, названим так, бо виконується на одній нозі; але відчуття, що вага корпусу на обох ногах.

Battement fondu виконується хрестом по два, але не більше 4-х раз в одному напрямку.

Battement frappe.

Виведення ноги ударом, з акцентом від опорної ноги. Рух починається з *preparation*, музичний розмір $2/4$.

Preparation на 45° :

«1» - 5 позиція зберігається;

«і» - нога і рука відкриваються в сторону;

«2» - нога піднімається на 45° ;

«і» - пауза.

Battement frappe в сторону, музичний розмір $2/4$:

«1-і» - працююча нога, у виворітному положенні, згинається в колінному суглобі і вдаряє опорну ногу по кісточці спереду на *cou-de-pied*;

«2-і» - нога відкривається в сторону.

При виконанні *battement frappe вперед*, потрібно подавати п'ятку вперед, при поверненні до кісточки першим відводиться коліно.

При виконанні *battement frappe назад*, ногу відкриваємо коліном, при поверненні до кісточки коліно відстає, при тому п'ятка подається вперед.

Рух виробляє силу ніг, рухливість колінного суглобу при умові нерухомого корпусу і закріпленого стегна.

Battement developpe.

М'яке, повільне відкривання ноги на 90° і вище в будь-яку сторону. Розвиває силу ніг, виворітність в кульшовому суглобі.

Перед вивченням *battement developpe* потрібно вивчити рух, який є його складовою частиною – *battement retire*. Його виконують на 4/4 з ноги, яка знаходиться і спереду, і позаду із 5 позиції:

«1-і» - працююча нога доходить на умовне *cou-de-pied* у виворітному положенні;

«2-і» - працююча нога носком спереду повільно пересувається по опорній нозі до середини коліна;

«3-і» - працююча нога ковзає назад по нозі;

«4-і» - вертається в 5 позицію.

Якщо працююча нога ковзає ззаду по опорній нозі, п'ятка знаходиться виворітно до коліна.

Виконання *battement developpe вперед*, музичний розмір 4/4:

«1-і» - робоча нога з 5 позиції виводиться на умовне *cou-de-pied* спереду, центр ваги на опорній нозі;

«2-і» - працююча нога повільно пересувається пальцями по опорній нозі спереду до середини коліна (*passé*);

«3-і» - нога відкривається вперед на 90°;

«4-і» - пряма нога опускається до низу на носок, і за правилами виконання *battement tendu* повертається в 5 позицію.

Якщо працююча нога стоїть позаду в 5 позиції, то з позиції вона пересувається ззаду п'яткою по опорній нозі до коліна, потім переводиться на носок і відкривається назад або в сторону.

Виконання *battement developpe в сторону* залежить від положення працюючої ноги попереду, чи позаду в 5 позиції.

Grand battement jete.

Великий кидок (мах) ногою. Виконується за правилами виконання *battement tendu jete*, але нога продовжує рух на висоту 90° і вище. При цьому корпус залишається нерухомим, а нога працює самостійно.

Тільки при виконанні *grand battement jete назад*, корпус трохи нахиляється вперед, а коли нога повертається в 5 позицію, корпус вирівнюється.

Releve.

Піднімання на півпальцях на одній чи обох ногах. Виконується по 1, 2, 3, 5 позиціях, обличчям до станка. При підніманні на півпальці працюють всі м'язи ніг від стопи до талії.

Можливе виконання *releve* на одній нозі, друга нога знаходиться в положенні *sur le cou-de-pied* спереду, або ззаду.

Музичний розмір 4/4:

«1-і», «2-і» - *releve* на півпальцях;

«3-і», «4-і» - опуститись в позицію.

Зміна позицій виконується за допомогою *battement tendu*. Найтяжче виконання *releve* по 5 позиції: при піднятті на півпальці треба слідкувати за виворітністю, щоб п'ятка ноги, яка стоїть ззаду не відводилася назад; сходити з півпальців потрібно з сильно натягнутими ногами.

Перелік питань та завдань

з основ класичного танцю

1. Які основні завдання педагога з хореографії?
2. Як використовується музичний супровід на уроках класичного танцю?
3. Визначити послідовність рухів класичного уроку біля опори?
4. Які основні позиції рук та ніг в класичному танці?
5. Поняття «опорної» та «робочої» ноги.
6. Методика виконання *demi-plie* та *grand-plie*.
7. Які існують різновиди групи *battement*?
8. Які напрямки руху використовуються при виконанні *rond de jambe par terre*?
9. Яка різниця між учбовим та умовним положенням ноги *sur le cou-de-pied*?
10. Яке тлумачення мають слова: *allegro*, *aplomb*, *exercice*, *preparation*, *releve*, *rond de jamb par terre*?

Словник хореографічних термінів

Allegro (алегро) – швидко, швидка частина уроку або танцю.

Aplomb (апломб) – стійкість, рівновага.

Battement developpe (батман девельопе) – виведення ноги вийманням.

Battement fondu (батман фондю) – тануче відведення ноги.

Battement frappe (батман 21рапе) – виведення ноги ударом.

Battement tendu (батман тандю) – відведення ноги.

Battement tendu jete (батман тандю жете) – відведення ноги кидком.

Demi-plie (демі пліє) – напівприсідання.

Developpe (девельопе) – виймання, відкривання ніг в будь-якому напрямі.

Double (дубль) – подвійний.

En dedans (ан дедан) – до середини, рух спрямований до себе.

En dehors (ан деор) – назовні, рух спрямований від себе.

En face (ан фас) – навпроти, обличчя до обличчя.

Exercice (екзерсис) – вправи; вправи біля станка і на середині залу.

Grand battement jete (гран батман жете) – великий кидок (мах) ногою.

Grand plie (гран пліє) – велике (повне) присідання.

Jete (жете) – кидати.

Passé (пасе) – прохідний рух.

Petit battement (пті батман) – невелике відведення ноги.

Piquer (піке) – вколоти.

Plie (пліє) – згинатися, складатися.

Preparation (препарасьон) – підготовка до руху.

Releve (релеве) – підніматися на півпальцях на одній чи двох ногах.

Retirer (ретіре) – витягувати, виймати.

Rond de jambe par terre (рон де жамб пар тер) – коло ногою по підлозі.

Rond de jambe en l'air (рон де жамб ан лер) – коло ногою у повітрі.

Simple (семпль) – простий, неускладнений вид.

Sur le cou-de-pied (сюр ле ку-де-пье) – на кісточку ноги.

Використана література

Базарова Р.П., Мей В.П. Азбука классического танца: Первые три года обучения. – Ленинград: Искусство. Ленинградское отд. – 1983. – 207с.

Ваганова А.Я. Основы классического танца. – Л.: Искусство, 1963. – 180с.

Годовський В.М., Арабська В.І, Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом: Метод. рекомендації, лекції, навчальна програма. – Рівне: РДГУ, 2000. – 76с.

Голдрич О.С. Хореографія: Посібник з основ хореографічного мистецтва та композиції танцю. – Вид. друге, доповнене. – Львів: СПОЛОМ, 2006. – 172с. + 28іл.

Костровицкая В.С., Писарев А.А. Школа классического танца. 3-е изд., испр. – Л.: Искусство, 1986. – 261с.

Мессерер Асаф. Уроки классического танца. – СПб.: Издательство «Лань», 2004. – 400с.

Цветкова Л.Ю. Методика викладання класичного танцю. Підручник. – К.: Альтер-прес, 2005. – 324с.

Зміст

1. Вступ.....	3
2. Основні поняття класичного танцю.....	6
3. Екзерсис біля опори.....	10
4. Перелік питань з основ класичного танцю.....	20
5. Словник хореографічних термінів.....	21
6. Використана література.....	23

Для нотаток