МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
ІМЕНІ ІВАНА БОБЕРСЬКОГО

КАФЕДРА ХОРЕОГРАФІЇ ТА МИСТЕЦТВОЗНАВСТВА

"Ритміка і ритм".

(лекція №2 для студентів ІІ курсу ФПО)
(4 год.)
Рівень вищої освіти – другий бакалаврський
Ступінь вищої освіти - бакалавр
Спеціальність 024 Хореографія)

Розробила:Зайдель Т.В.
ст. викладач

«ЗАТВЕРДЖЕНО»
на засіданні кафедри хореографії та мистецтвознавства
Протокол № 1 від «19» серпня 2024 р.
Зав. кафедри: проф., к.п.н._____Сосіна В. Ю.

ЛЬВІВ 2024

ПЛАН.

1. Система музично-ритмічного виховання швейцарського педагога і композитора Еміля Жак-Далькроза
2. Ритміка,її коротка характеристика та визначення основних понять.
3. Ритм. Музичний ритм.
4. Зміст і завдання музично-ритмічного та хореографічного виховання.
5. Засоби музично-ритмічної підготовки, їх коротка характеристика.
6. Ритміка у Галичині, фахові хореографічні школи на початку ХХ ст.. Оксана Суховерська.

«Ти сам твір мистецтва – відкрий мистецтво у самому собі»

Система музично-ритмічного виховання швейцарського педагога і композитора Еміля Жак-Далькроза отримала визнання ще на початку ХХ століття. Вона мала прогресивний характер, принципову новизну та гуманістичну спрямованість, які проявились в прагненні Жак-Далькроза виховати особистість через залучення до мистецтва, звеличити її духовне життя.

Створення педагогічної системи було реакцією на *однобокий технічний інтелектуалізм музичного навчання, на обмеженість фізичної активності дитини, коли розум і почуття – інертні.* Головними недоліками традиційної «співацької» методики музичного виховання того часу Жак-Далькроз вважав ізольованість видів діяльності та поділ процесу осягнення музики на низку навчальних дисциплін і позбавлення музичного виховання його сутнісної основи – емоційності.

Повернення в вихованні до емоційності та розвиток справжньої музикальності можливі лише на шляху естетичного осягнення музики та її виражальних засобів. Тому педагог прагнув відродити традиції античного музичного виховання - його головну *ідею триєдності музики, слова і жесту* як засобу формування гармонійно розвиненої особистості. Та, якщо слово Жак-Далькроза майже не цікавило, то ***музика в поєднанні з рухом склали основу його методу «евритмії». який згодом було названо ритмічною гімнастикою.***

Ритмічна гімнастика – це поєднання музики з пластикою жестів («переливання звуків в людські рухи»), яке мало в своїй основі глибоке переживання й розуміння краси і законів музики.

Ритм розглядався як провідний виховний чинник і розумівся у широкому значенні – як часовий і акцентний елемент мелодії, гармонії, фактури, тематизму та інших елементів музичної мови. Саме синтез ритму з усіма елементами музичної мови, зі структурою і формою твору, виразним

характером усіх елементів і співвідношень надає його системі цілісності і широти комплексного впливу на особистість.

Завдяки використанню людського тіла як своєрідного музичного інструмента водночас розвивається ритмічне почуття, рухова координація, закладаються умови для формування інших компонентів музикальності.

На відміну від звичайної гімнастики підпорядкованої лише метру, в ритмопластичних вправах Жак-Далькроза усі рухи йшли від музики, яка була основним системотворним елементом музичних занять, і вони мали розкривати її художній і емоційний зміст. Завдання вчителя полягало в тому, щоб навчити дітей виразно передавати рухами характер музики, втілюючи образний зміст музичного твору. В процесі роботи над рухами під музику формується художній смак дітей, розвиваються їхні творчі здібності, почуття прекрасного в мистецтві та дійсності, виховується увага, зосередженість, прагнення досягти мети, виробляється злагодженість дій всього колективу.

Система Жак-Далькроза складалась з трьох частин: ритмічної гімнастики, сольфеджіо і виховання слуху та музично-пластичних імпровізацій.

Жак-Далькроз, вважав, що часте використання однієї й тієї ж музики унеможливлює спонтанні, індивідуальні прояви рухової активності, сприяє утворенню штампів рухових форм емоційного відгуку на знайому музику. ***Тому в основі його педагогічної системи лежала саме імпровізація*** *як метод осягнення музики та музичного виховання.*

«*Таємниця педагогіки Жак-Далькроза – любов і радість. Ритмічна гімнастика – це радість, що народжена гармонією. Бажання пережити цю радість притягувало до занять ритмікою не лише дітей, а й дорослих*».

Еміль Жак-Далькроз вважав, що, передусім, слід навчати відчувати музику, проникатися відчуттями, які породжує ритм і звуки, відгукуватися на них рухами тіла. *Педагог наголошував на різниці ритміки й танцю: спонтанність, довільність, свобода замість завчених «па» і класичних поз.*

М'язи і нервова система дитини, на думку Еміля Жак-Далькроза, мають бути привчені до відтворення різноманітних ритмічних рухів, резонувати на звуки, немов струни, а вухо — правильно сприймати звучання, бо це й дає поштовх для його пластичних втілень. Тому *важливим у музичному вихованні педагог вважав сприймання музики: вслухаючись у музичний твір, дитина емоційно налаштовується на його характер, а відтак рухається відповідно до нього.*

Основним елементом ритмічної гімнастики є крок — своєрідна одиниця, яка і відміряє час, і структурує простір. Крок вкладається в межі четвертної ноти. Коротшим тривалостям відповідають коротші кроки, а довшим — кроки, що поєднуються з рухами рук і тіла.

Крок — це основа, на яку в ритмічних вправах зазвичай «нанизують» багато інших рухів:

Основні — ходьба, біг, стрибки;

загальнорозвиваючі — махи, вправи з предметами на розвиток плавності, пластичності, гнучкості й точності рухів;

імітаційні — відтворення дій людей, поведінки тварин, руху транспорта тощо.

Ри́тміка (грец. rhythmikos — мірний, рівномірний) — вчення про ритм.

Ритміка – це система рухових вправ, побудованих на зв'язку рухів і музики. Дослідження ритміки розпочалися ще задовго до н.е., породивши

чимало наукових напрямів, відмінних філософськими та методологічними позиціями. Її внутрішню природу пов'язують з музикою або зі стопою (теорія стоп), або з інтонацією чи фіксуванням масового повторення однорідних елементів (статистичний метод) і т.п., однак поки ще не існує інтегрованої системи ритміки (ритмології).

Завдання ритміки це - вивчення змістовності ритму, тобто визначення його значення як одного із суттєвих засобів виразності історично конкретної художньо-літературної мови в зв'язку з усіма іншими її елементами.

Ритміка – складова фізичного і музично - ритмічного виховання дітей, яка заснована на чергуванні частин або систематики рухів, визначених за тривалістю виконання та характером докладених зусиль, і направлена на формування почуття ритму, тобто система фізичних вправ, яка побудована на зв'язку рухів з музикою.

Основу ритміки складають два компоненти:

ритм як біоритмічна основа функціонування організму, і

музично - ритмічні рухи, як засіб розвитку психомоторної, емоційної та фізичної сфер організму.

Еміль Жак-Далькроз вважав ***ритм*** універсальним началом, що формує тіло і дух людини: допомагає корегувати фізичні вади, позбавляє від психологічних комплексів, дає змогу знайти радість життя через творчість. Аби наблизити дітей до розуміння музичного ритму, педагог робив акцент на таких видах діяльності, як:

сприймання музики;

пластична імпровізація.

Розвиток відчуття ритму є одним із джерел підвищення життєвого тонусу людини, запорукою її мобільності, орієнтування у просторі. Ритмічні здібності є однією з універсальних базових здібностей людини. Міжсенсорні зв'язки, що перебувають в основі почуття ритму, сприяють розвитку рухової сфери, перцептивних та когнітивних процесів, емоційних реакцій, мовної активності. Саме сприйняття ритму викликає багато кінестетичних почуттів.

Ритм сприяє координації рухів, покращенню просторово- часової організації рухових актів. Різноманітність танцювальних рухів, що використовуються в процесі навчання на заняттях з ритміки, різнобічно впливають на формування організму (як прямо, так і опосередковано). ***Прямий вплив ритміки*** проявляється у здатності виконувати різні рухові завдання,

Опосередкований вплив полягає в тому, що м'язова діяльність викликає підвищення тонусу організму.

Основними складовими занять з ритміки є

виконання музично-ритмічних вправ,

прослуховування і сприймання музики,

інсценування музичних образів, творів.

Таким чином, на заняттях з ритміки та хореографії (музично-ритмічного виховання) необхідно спиратися на:

– розвиток навичок сприймання метро-ритму;

– підвищення інтересу до музики,

– розвиток уміння емоційно сприймати її;

– розширення музичного світогляду.

Отже, ***музично-ритмічне виховання це*** – процес, направлений на організацію рухової активності ,
виховання певних ритмічних навичок,
усвідомлення учнями естетичної виразності ритму як елемента музичної мови.

Головними засобами музично-ритмічного та хореографічного виховання є

- спеціальні музично-ритмічні вправи та ігри,
- вправи класичної хореографії,
- ритмічної та аеробічної гімнастики,
- елементи бальних, народних та сучасних
танців.

Ритм - / від грецького reuvmos - спів розмірність, злагодженість;
основне значення: такт / - закономірне чергування спів розмірних та чуттєво відчутних елементів / звукових, мовних, образотворчих, рухових і т.п. /.

Одним з найважливіших проявів ритму є повторність елементів;
мірність їх чергування. На основі цієї мірності складається вся
різноманітність ритмічних співвідношень, наприклад, звуків - у музиці, колон, аркад і т.п. - в архітектурі. Ритм притаманний різним явищам природи, він відчувається у диханні і рухах живої істоти, будові кристалів, прибої і т.п.; він притаманний і різним трудовим процесам.

Відображаючи об'єктивно існуючий у природі ритм, формується і ритмічний стрій художніх творів.

Як естетична категорія ритм має свої особливі закономірності,
специфічні для кожного виду мистецтва. Ці закономірності обумовлені художніми засобами різних мистецтв:
слова - в літературі; звуки -у музиці; рух - у танці і т.п..

Виходячи з цього розрізняють:
ритм віршовий,
природній ритм;
фізіологічний ритм;
смисловий ритм;
музичний ритм;
мовний ритм;
руховий ритм / ритм руху /

Музично-ритмічне та хореографічне виховання має велике значення, особливо у роботі з дітьми дошкільного та молодшого шкільного віку. (Див. Тема 1)

Конкретні завдання музично-ритмічного виховання полягають у
- точно і правильно відтворювати характер музики за допомогою рухів;
- починати і закінчувати рухи у повній відповідності з музикою;
- вміти розпізнавати музичний і руховий такт, розмір такту;
- відтворювати за допомогою рухів зміну ритму, темпу і динаміки
музичного твору;
- виділяти і передавати в рухах музичні контрасти;
- тонко реагувати на музичні відтінки;
- знати основи музичної грамоти.

До засобів музично-ритмічної підготовки відносять:

- музичні завдання, вправи, ігри;
- музично - просторові композиції;
- танцювальні комбінації, композиції;
- завдання на імпровізацію;
- ритмічні етюди

Видатне місце серед індивідуальних шляхів розвитку нового мистецтва, проявів експериментального підходу в європейському досвіді посіла М. Віґман, яка в центр своєї танцювальної ідеології поставила людину та всесвіт, поєднання особистого з універсальним. Це танець урочистого настрою, містики й символів, без випадковостей та сценічних ефектів. Він народився з німецького розуму, але має зв'язок з інстинктом і серцем. Танець наблизився до драми, вимагаючи від виконавців інтелігентності й освіти.

Перша школа віґманівського танцю була заснована 1920 р. у Дрездені. Її учні ведуть школи в Західній Європі, США, Японії. У школах віґманівського танцю у Львові, Кракові, Варшаві та Відні вчилися молоді українки, які працювали в обраній мистецькій діяльності, зберігаючи основні принципи, розвиваючи власну хореографічну думку, позначаючи її українським національним колоритом [2]. *Таким поєднанням універсальної ритмопластичної структури з національною образністю взагалі вирізняється стиль українських представниць модерного танцю.* Саме духовна складова переважає і в балетному, і в модерному началах їхніх творів. Так, Р. Прийма, наслідуючи в ранній творчості окремі експресіоністичні особливості М. Віґман і Х. Кройцберга, пізніше, вже в канадській еміграції, використовувала український репертуар, який відтворював жіночі фольклорні образи та побутові портрети. Її композиції «Русалка», «Відьма», «Жниця», «Обливаний понеділок», «Сваха», «Верховина» переважно були засновані на рухах українського танцю. Підсумковим для певних тенденцій цього періоду став сольний танець Р. Прийми «Ікона» з ремінісценціями візантійської образотворчості.

М. Пастернакова, зокрема, вважає, що Д. Нижанківську-Снігурович на початку творчого шляху приваблювали, насамперед, «танечні інтерпретації українських народних пісень» [8]. Попри впливи дунканівських та віґманівських підходів, які вона отримала під час студіювання, Д. Нижанківська-Снігурович прийшла до поєднання прийомів фольклорного танцю та класичного балету.

Першу школу вільного танцю на Гуцульщині відкрила Ірина Голубовська-Гогульська, яка навчалася у Варшаві, Кракові, та Відні, опанувала системи Жака-Далькроза, М. Віґман, а у 1931-1939 рр. виступала в Коломиї, Станіславі (Івано-Франківську) та інших західноукраїнських містах [7].

Істотно, що І. Голубовська-Гогульська була однією з учасниць святкової концертної програми Жіночого українського конгресу, який відбувся у Станіславі 1934 р. М. Пастернакова відзначила її неперсічну музикальність, можливо, зумовлену особливостями родинного виховання, й обґрунтовано вважала, що І. Голубовська-Гогульська в зрілому віці уже не належала до певної виконавської школи, обираючи з кожної традиції те, що «не вишколює професіоналів, а є засобом мистецького виховання» [8].

Базою для розвитку українського танцю 20-30 рр. XX ст. в Україні став досвід використання новітніх прийомів у створенні сучасних форм хореографічного мистецтва. Історично важливим вбачається нині фактор зміцнення ціннісних засад етнічного танцю. Обидва шляхи — і розвиток балетного репертуару професійними творчими колективами театрів опери і балету, й індивідуальні шляхи авторських шкіл танцю — були спрямовані на збереження національних традицій та цінностей. Так, українські професійні балетні колективи театрів Центральної та Східної України, спираючись на російський досвід і сюжети класичної спадщини, використовували принципи симфонізму, поліфонії, стилізації, віртуозності, театральності у вирішенні хореографічного образу на основі техніки класичного й народного танцю. Незважаючи на те, що пряме перенесення фольклорного танцю на балетну сцену виглядало наївним або дивертисментним, ускладнення техніки в бік віртуозності – розважальним, а сакральне начало — надто складним для сприйняття, загалом розглянутий досвід виявився перспективним і актуальним у професійному просторі сьогодення.

Оксана Федів (у заміжжі — Суховерська) (8.04.1891 — 13.01.1977) народилася у с. Жашків (тепер село Зашків Золочівського р-ну Львівської обл.). У 1910 році закінчила учительський семінар Українського педагогічного товариства у Львові та склала іспит зрілості для вчителів. Упродовж 1910—1914 років під керівництвом професора Івана Боберського займалася руханкою у товаристві «Сокіл-Батько», неодноразово виступала на руханково-вокальних вечорах та готувала програми (серед іншого, мала честь виступити 7 грудня 1913 року у рухівні «Сокола-Батька» у Львові на вул. Руській, 20 з нагоди відзначення 40-літньої творчої праці Івана Франка), приватно навчалась гри на фортепіано та закінчила польську школу ритміки. Підвищувала рівень своєї професійної освіти та майстерності на курсах у Відні, Берліні та Празі. У липня 1914 року склала іспит з гімнастики у Львівському університеті, отримавши диплом учителя гімнастики (українською — «руханки»), який давав можливість викладання у середніх школах.

У роки Першої світової війни працювала учителькою руханки у Львові — у 1915—1916 роках у народній школі імені Б. Грінченка, у 1916—1920 роках — в учительській семінарії «Рідної школи». Упродовж 1920—1939 років — учителювала, викладаючи руханку, у жіночій гімназії СС Василіянок та гімназії «Рідної Школи» УПТ імені Іллі та Іванни Кокорудзів у Львові (викладачка руханки й тіловиховання та керівничка студії ритміки). Опікунка 2-го пластового полку, з 1924 року – куреня імені Марти Борецької, який діяв у жіночій гімназії СС Василіянок. З розв'язанням «Пласту» (у 1930 році) очолила роботу руханково-спортивного гуртка, в якому відбувалися заняття з відбиванки (волейболу), кошиківки (баскетболу), совгарства (ковзанярства), легкої атлетики, лещетарських прогульок (лижних походів) взимку і туристичних мандрівок улітку. Гурток називався «Жіночий український спортовий кружок» (ЖУСК) і співдіяв із географічним гуртком.

Вела позашкільні курси ритмічної гімнастики. Упродовж 1910—1939-их років Оксана Суховерська, як учениця і послідовниця професора Івана Боберського — активна учасниця та ініціаторка новітніх форм українського гімнастичного (насамперед сокільського) руху, а також одна з активних діячок

руханкових і спортивних товариств, зокрема «Сокола-Батька», «Пласту», «Жіночого українського спортового кружка». Одна з перших українських фахівців, що спеціалізувалися на жіночій гімнастиці та ритміці, пропагує їх на рівні краю, розробляє їх методику і дидактичну базу. Так, у львівській пресі 1924 року подавалось оголошення: «Товариство "Сокіл-Батько" улаштовує для учительства м. Львова, провідниць захистів і захоронок та для всіх тих, що інтересуються фізичним вихованням, курс забав і гор». 1-го жовтня 1930-го р. вона відкрила першу в краї школу ритмопластики, (що діяла здебільшого в залі «Ремісничної громади» та в будівлі Товариства «Сокіл»), в якій до 1932 року виокремились чотири курси: дитячий, два для молоді, один жіночий.

Була не лише досвідченим педагогом, ініціатором спортивних змагань, прогульок, але й залучала своїх вихованок до участі у найрізноманітніших творчих проектах та масових урочистостях: шкільних виставах, руханково-патріотичних дійствах, професійних театральних постановках, в музично-поетичних вечорах, програмах руханково-пластичних танців на підставі евритміки швейцарської системи Еміля Жака-Далькроза та вільного танцю Айсидори Дункан.

У численних святкових та мистецьких програмах товариства «Українська захоронка», жіночої учительської семінарії, Кружків Рідної Школи імені Ганни Барвінок та Петра Могили у Львові, дівочої школи імені Т. Шевченка, «Драматичних Гуртків Молоді» поряд з руханковими показами, Оксана Суховерська готувала сольні й групові танцювальні програми своїх найменших і старших учениць на підставі прочитання музики М. Вербицького, О. Нижанківського, К. Сен-Санса, С. Рахманінова, Ф. Ліста, Е. Шютта, Р. Шумана, В. Балтаровича, поезії Т. Шевченка, Лесі Українки, К. Малицької, Ю. Федьковича. Такі творчі проекти найчастіше відбувалися на сцені театру «Ріжнородностей», Народного дому, а окремі – навіть у Великому міському театрі. Особливо резонансними були Вечір народного промислу (у співпраці зі сценаристом Юрою Шкрумеляком, режисерами. Марією Свірською і Лесею Кривіцькою, музичним супроводом С. Пшенички і Іларіона Гриневецького, проектами костюмів Марії Морачевської), музична комедія Григора Меріам-Лужницького «Жабуриння» у виконанні професійних і аматорських акторських сил музично-театрального гуртка «Сцена Богеми» (з музикою Володимира Балтаровича, режисурою Петра Сороки, декораціями вихованців школи Олекси Новаківського, Романа Чорнія і Антіна Малюци), Всестудентські вечорниці за участю піаніста Богдана Перфецького, бандуриста Юрія Сінгалевича, оркестрів Леоніда Яблонського та Івана Костюка, інсценізація «Перебенді» Тараса Шевченка (також за участю Ю. Сінгалевича), постановки фантастичної драми «Лісова пісня» Лесі Українки на сцені Міського театру, Академія до 100-річчя Юрія Федьковича (зі сценічною ілюстрацією композиції Остапа Нижанківського «Гуляли-гуляли» в режисурі Романа Купчинського, за участі хору «Сурма», актора О. Гірняка та автентичних гуцульських музик), балету «Лебедине озеро» П. Чайковського ***виключно силами ритмопластичної школи О. Суховерської та керованих нею гімназичних гуртків. З цих виступів стають відомими імена її майбутніх послідовниць та діячок хореографічного мистецтва української діаспори Дарії Нижанківської-***

Снігурович, Ірени Соколовської, акторки і хореографа Ірини Залеської та інших.

У міжвоєнний період організовувала щорічні виступи гімназисток на площі «Сокола-Батька». Серед них наймасштабнішим було Свято Молоді «Рідної Школи» у червні 1934 року, де численні комплекси укладених нею рухових вправ і танцювальних композицій «Весняні забави» об'єднали 1700 учасників різного віку зі Львова, Станиславова (нині – м. Івано-Франківськ), Стрия, Рогатина, Лагодова (Перемишлянщина) і Крем'янця під виконання народних пісень хором під орудою І. Гриневецького та оркестром під керівництвом педагога «Рідної школи» Василя Манька.

Практик і теоретик шкільної гімнастики, особливо жіночої, Оксана Суховерська узагальнила свій досвід у низці теоретико-методичних праць з проблем фізичного виховання («Рухові забави й гри з мелодіями й примівками», «Роля жінки у фізичному вихованні», «Ритміка» у 2-х томах) та ін.

У роки Другої світової війни вона — викладач руханки в школі № 4 (у 1939—1941 роках), викладач ритміки у ремісничій і господарській школах (у 1941—1944 роках). На початку німецької окупації Оксана Суховерська увійшла до складу трупи «Український оперний театр», як постановниця хореографічних композицій у його першій оперній виставі «Запорожець за Дунаєм» у червні 1941 року, та в опереті «Циганський барон».

Від 1944 до 1958 року ***Оксана Суховерська — викладач ритміки у Державній музичній школі-десятирічці при Львівській консерваторії*** (тепер Львівська середня спеціалізована музична школа-інтернат імені Соломії Крушельницької). У цей же ж час керувала танцювальним колективом при Будинку народної творчості у Львові. У 1950–70-их роках проживала у Львові за адресою: вул. Новаківського 4, кв. 2.

Померла у Львові. Похована на 21 полі Янівського цвинтаря. На могилі встановлено металевий хрест із написом: "Тут спочиває Оксана Суховерська * 8.4.1891 † 13.1.1977 / Вічна память".

Оксана Суховерська, як і її вчитель Іван Боберський, була талановитим педагогом та патріотом України. Навчаючи руханки, ритміки і танців, прищеплювала своїм учням любов до мистецтва, історії та традицій рідного краю.

Гімназистка Олександра Гургула писала: "… А ось світські педагоги: перед веде незрівнянна Олена Степанівна, наш ідеал. Оксана Суховерська, гімнастка, що, крім програмної руханки, вчила нас поєднувати гімнастичні рухи з народною піснею… Цілий сонм професорів – справжніх знавців своєї справи. Всі вони хотіли і зуміли передати свої глибокі знання нам, своїм ученицям". Сама ж Оксана Суховерська в інтерв'ю, опублікованому у львівській газеті "Нова хата" 1936 р. твердила: "Чи я вдоволена своєю працею? Хіба ви не знаєте, скільки перешкод стоїть у нас на дорозі цього мистецтва? Але праця сама дає мені вдоволення. Це навіть мало сказано, – це зміст мого життя".

Список літератури

Основна

1. Березова Г. О. Хореографічна робота з дошкільнятами / Г. О. Березова. – К. : Муз. Украина, 2001 – 204 с.
2. Бондаренко Л.А. Ритміка і танець у 1-4 класах загальноосвітньої школи. К.– Музична Україна 1989.- 199с.
3. Гімнастична термінологія: навч. посібник. Ю.М. Салямін та ін. Київ: Олімпійська література, 2010. 144 с. 4.
4. Годовський В. М. Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом: методичні рекомендації, лекції, навчальна програма / В. М. Годовський, В. І. Арабська – Рівне: РДГУ, 2000 – 76 с.
5. Голдрич О.С. Методика викладання хореографії: навч. посіб. / О. С.
6. Голдрич – Львів: «Сполом», 2006 – 84 с.
7. Голдрич О.С. Методика роботи з хореографічним колективом: посібник для студентів хореографів мистецьких навчальних закладів України І-ІІ рівня акредитації. Вид. 2-е. / О. С.
8. Деменко Б. Полиритмика. – К., 1998.
9. Кривохижа А. М. Гармонія танцю: навч.-метод. посібн. для студентів пед. навч. закладів / А. М. Кривохижа. – Кіровоград: РВЦ КДПУ ім. В. Винниченка, 2005 – 324 с. 10.2.
10. Смаглій Г.А., Маловик Л.В. Основи теорії музики: Підручник для навчальних закладів освіти, культури і мистецтва. – 2-ге вид., доп. і перероб. – Х.: Факт, 2001. – 384.
11. Сосина В. Ю., Фабкан Э. М. Ритмическая гимнастика. – К.: «Радянська школа», 1990. -279 с

Допоміжна

1. Рехліцька А. М. Класичний танець: програма навчального курсу /А. М. Рехліцька. – Херсон : Атлант. 2003 – 116 с.
2. Цвєткова Л. Ю. Методика викладання класичного танцю: підручник. / Л. Ю. Цвєткова. – К.: Альтепрес, 2005 – 324 с.

Інформаційні ресурси

1. Бібліотека ЛДУФК
2. Бібліотека кафедри хореографії та мистецтвознавства ЛДУФК
3. Читальний зал відділу мистецької літератури Львівської обласної універсальної бібліотеки
4. Всесвітня мережа Інернет.: відеоматеріали (матеріали YouTube)