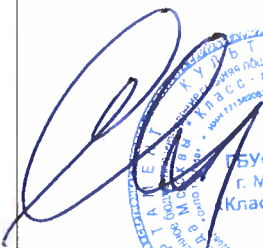


ДЕПАРТАМЕНТ КУЛЬТУРЫ ГОРОДА МОСКВЫ

Государственное бюджетное учреждение средняя общеобразовательная школа с дополнительным образованием города Москвы «Класс – Центр»

Принято художественно-педагогическим советом ГБУСОШДО г. Москвы «Класс-центр» протокол № 1 «28» августа 2026 г.	«Утверждаю» Директор ГБУСОШДО г. Москвы «Класс-центр»  Казарновский С.З.  «31» августа 2026 г.
--	---

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ПРЕДМЕТУ «СЦЕНИЧЕСКОЕ ДВИЖЕНИЕ» ДЛЯ 9-11Х КЛАССОВ

Программа составлена:
Преподавателем Кривошаповым Д.А.

Москва

2026

Пояснительная записка.

Программа курса «Сценическое движение» рассчитана на обучение подростков с 9 по 11 класс, на 68 учебных часов в год.

Темы курса: самоощущение тела, работа с пространством, владение телом, работа с предметом, работа с партнером, создание сценического образа.

Особенности курса по возрастным группам: курс непосредственно связан с возрастной динамикой психофизического созревания ребенка. В начале курса учащиеся знакомятся с основными понятиями, в дальнейшем идет углубление и разработка основных тем курса.

Основной целью курса является развитие умения обращения с телом как с инструментом физической и сценической реальности. Доминирующей ценностью на протяжении всего обучения является самостоятельность учащихся в решении творческих задач, своеобразие их личного подхода. На занятиях каждый учащийся знакомится с существованием «языка» действий, с выразительностью и содержательностью этого языка, с достижениями в пользовании им – обучающийся познает свои возможности в творчестве. Одним из основных инструментов является импровизация, которая позволяет, с одной стороны, контролировать качество усвоения материала, с другой стороны, является средством развития индивидуального мышления, а также удивительным источником новых идей.

Обучение основам движенческих техник (акробатика, «модерн-данс», «релиз») позволяет детям нарабатывать навык, усваивать логику обращения с физическим пространством и предметами, с жесткими поверхностями, что позволяет уменьшить риск травмирования в жизни и на сцене.

Предмет «Сценическое движение» позволяет каждому ребенку глубже раскрыть свои психофизические возможности и исследовать свои предпочтения в области движенческих дисциплин (спорт, танцы). Работая с телом, ребенок освобождается от излишних психофизических напряжений и от комплексов, присущих данному возрасту.

Курс «Сценическое движение» является смежным с курсом «Актерское мастерство», поэтому предполагает практическое решение таких задач, как создание танцев, постановка танцев, сценического боя, физического воплощения сценического образа для театральных работ. Умение слушать свое тело и свое состояние помогает исполнителю использовать весь арсенал выразительных средств.

Занятия часто сопровождаются специально подобранными педагогом музыкальными записями, воспроизводимыми на музыкальном центре.

Зачетный урок проводится один раз в полугодие и предусматривает демонстрацию умений и навыков, приобретенных в процессе освоения программы. Оценивать каждую работу ученика предполагается как по уровню выступления на зачетном показе, так и с учетом положительной динамики развития учащегося.

Подуровень образовательной программы: Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

Направление образовательной программы: Художественная

Тип программы: Авторская

Используемые формы реализации программы: Очная

Среднее количество часов реализации программы в год: От 34 до 72

Общие принципы

- Сцендвижение как предмет восполняет пластический пробел в развитии ребенка, развивает качества...навыки...
- предмет интегрирует интеллектуальные, бытовые, культурные знания
- предмет интегрирован в систему Школы - является структурным элементом, кирпичиком ее основной Программы
- работа в Школе для педагога является полем самообразования, местом проверки и отработки методики
- отчет педагога и ученика - это экзамен, открытый урок. Постановочная работа (спектакль, номер) в обязательную работу педагога не входит, но приветствуется
- сцендвижение контролирует пластическую работу в смежных дисциплинах, педагог следит за техникой применения пластики в актерском мастерстве, и т.д.
- сцендвижение дружит с физ.воспитанием и танцем. Педагоги знают об успехах и проблемах учеников в этих предметах. Сцендвижение опирается на пройденный материал в физ.воспитании.

Срок реализации учебного предмета «Сценическое движение».

Срок реализации данной программы составляет 3 года.

Программа составлена на основе Программы по курсу «Сценическое движение» кафедры сценической пластики Российской академии театрального искусства (ГИТИС).

Форма проведения занятий: групповые упражнения, игры, музыкальные упражнения.

Количество человек в группе: детей - не более 20-ти

Продолжительность занятий: одно занятие - 2 академических часа или 1,5 астрономических. Требование к помещению: просторная аудитория, свободная от мебели, с напольным покрытием или деревянным полом.

Мелкогрупповая форма занятий позволяет преподавателю построить процесс обучения в соответствии с принципом дифференцированного и индивидуального подходов.

Цель и задачи учебного предмета.

Цели:

1. Социально-адаптивная. Сформировать комплекс качеств личности ребенка, как культурного и нравственного субъекта общества, способного четко понимать и различать нормы и принципы культурного взаимодействия со средой.
2. Коррекционно-развивающая. Способствовать развитию необходимых актерских качеств личности (пластичности, координации, целенаправленности, контроль над своими действиями и т.д.)
Корректировать физические отклонения в рамках физиологии тела (осанка, походка, подвижность, пластичность) Важным условием, без которого невозможно выполнение программы, является глубокое взаимодоверие между педагогом и детьми, построенное на взаимном уважении и подлинном, живом интересе друг к другу.

Задачи программы:

Задачи предмета «Сценическое движение» вытекают из необходимости создать такой педагогический процесс, в котором могли бы сочетаться: воспитание воли, тренировка психофизических качеств и обучение двигательным навыкам. Для этого разработан комплекс специальных упражнений, которые систематизированы по темам, а в темах — по степени возрастающей трудности.

- Формирование общих двигательных навыков (точность движений, правильное распределение мышечных усилий, чувство баланса, координации);
- Познакомить с исторической стилистикой движения (историко-бытовой этикет);
- Привить чувство ответственности за каждое выполняемое им на сцене действие и даже отдельные движения;
- Научиться связывать между собою словесные и физические действия;
- Развитие пластики тела;
- Развитие у учеников способности взаимодействовать с другими людьми за счет расширения и развития двигательного-экспрессивного навыка;
- Развитие творческого потенциала, спонтанности в отношениях с другими;
- Признание участниками за собой и другими права на непохожесть, уникальность;
- Развитие и автоматизация навыков сценического движения;

- Формирование у учеников личностного целостного эстетического отношения к явлениям окружающей действительности;
- Развитие творческого потенциала детей;
- Формирование у учеников первоначальных представлений о средствах актёрской выразительности и актерского мастерства.

Разделы предмета и темы упражнений

1. Тренинг подготовительный.

Основная задача - подготовка костно-мышечного аппарата ребенка и определение степени готовности к активной работе на уроке.

Темы. Упражнения: - в потягивании, скручивании, прогибании, вращении;
 - в ходьбе, прыжках, беге;
 - в равновесии: наклоны, прогибы, вращения, прыжки, фиксированные позиции.

2. Тренинг развивающий.

Основная задача- развитие и совершенствование качеств, обеспечивающих гармоническое состояние костно-мышечного аппарата ребенка.

Темы. Упражнения: - на гибкость и растяжку;
 - на силу и выносливость;
 - на координацию и реакцию;
 - на прыгучесть и подвижность стопы;
 - на мышечную память;
 - на вестибулярный аппарат.

3. Тренинг пластический.

Основная задача - развитие внутреннего ощущения движения.

Темы. Упражнения: - на напряжение и расслабление;
 - на подвижность и выразительность рук;
 - на подвижность и ловкость;
 - на чувство непрерывного движения, формы, жеста, пространства.

4. Работа с предметом.

Решается целый комплекс задач, начиная с координации движений и заканчивая ловкостью в движениях.

Темы. Упражнения: - с мячом;
 - со стулом;
 - с различным театральным реквизитом.

5. Взаимодействие с партнером.

Задача - развитие способности видеть, чувствовать, понимать и контролировать движения партнера.

Темы. Упражнения: - гимнастические;
- на сопротивление и борьбу;
- с предметами;
- на бесконтактное взаимодействие и
распределение в пространстве;
- композиция, импровизация.

6. Сценический бой без оружия.

Основная задача - освоение навыков сценической борьбы и драки, а также проверка способности использовать приобретенные ранее навыки в острой, конфликтной ситуации физического противодействия.

Темы. - техника нанесения и приема ударов;
- техника защиты и озвучивания ударов;
- принципа построения и исполнения сценической драки;
- драка с использованием предметом;

7. Ритмика.

Задача - развитие чувства ритма в движении и способности сохранять и изменять заданный темпо-ритм, точно понимая его составляющие.

Темы. - понятие ритма, темпа, различных скоростей.
- движение в ритмических рисунках;
- сочинение ритмических схем.

8. Импровизация.

Задача – развитие способности импровизировать.

Темы. – импровизация под музыку и с музыкой
- импровизация на заданную тему

- Наличие оборудования и реквизита: в соответствии с изучаемыми темами.
- Преподаватели: педагоги сценического движения школы №:686 «Класс-Центр»

Обоснование структуры учебного предмета

«Сценическое движение».

Обоснованием структуры программы являются требования ФГТ, отражающие аспекты работы преподавателя с учеником. Программа содержит следующие разделы: - сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета; - распределение учебного материала по годам обучения; - описание дидактических единиц учебного предмета; - требования к уровню подготовки обучающихся; - формы и методы контроля, система оценок; - методическое обеспечение учебного

процесса. В соответствии с данными направлениями строится основной раздел программы «Содержание учебного предмета».

Методы обучения.

Подготовка по программе «Сценическое движение» сводится к следующим этапам:

1. Познание возможностей своего тела.
2. Совершенствование физической формы.
3. Привычные действия – автоматизмы, совершенные по форме, произвольно переносимые на сцену. Следовательно, вопрос о
4. Культура движения актера .
5. Эмоциональное стимулирование - представляет собой специально созданные педагогом цепочки таких ситуаций, в которых ребёнок добивается хороших результатов, что ведёт к возникновению у него чувства уверенности в своих силах и «лёгкости» процесса обучения.
6. Метод формирования готовности восприятия учебного материала с использованием способов концентрации внимания и эмоционального побуждения.
7. Метод стимулирования занимательным содержанием при подборе ярких, образных текстов, музыкального сопровождения.
8. Метод создания проблемных ситуаций заключается в представлении материала занятия в виде доступной, образной и яркой проблемы.
9. Метод создания креативного поля (или метод решения задач дивергентного характера) выступает ключевым для обеспечения творческой атмосферы в коллективе. Работа "в креативном поле" создаёт возможность поиска различных способов решений задач, поиска новых художественных средств воплощения сценического образа.

Методические приемы:

- Правильная последовательность задач в упражнении;
- Создание логической схемы при разучивании упражнения;
- Необходимость четырехкратного повторения упражнений при разучивании;
- Объяснение значения каждого упражнения в двигательной подготовке актера;
- Постепенное сокращение объяснений по мере усвоения техники упражнения;
- Словесное исправление ошибок. по ходу выполнения упражнения;
- Собеседование как средство проверки знаний студентов о назначении упражнений;
- Исправление типичных ошибок на показе неверного индивидуального исполнения;
- Контрольные упражнения как средство проверки;
- Внезапное применение новых заданий;
- Смена партнеров;

- Необходимость обязательно выполнять все упражнения;
- Воспитание этических и эстетических норм поведения.

Учебный материал распределяется по годам обучения – классам. Каждый класс имеет свои дидактические задачи и объем времени, предусмотренный для освоения учебного материала.

Содержание разделов

Тема 1. Тренинг подготовительный Коррекция – воспитательный процесс, направленный на исправление индивидуальных физических и психофизических недостатков, врожденных и приобретенных, ухудшающих или отягощающих внешние данные юного артиста, мешающих ему выявлять себя в ярких выразительных сценических формах. Задача – подготовка костно-мышечного аппарата учащегося и определение степени готовности к активной работе на уроке.

Тема 2. Тренинг развивающий Развитие и совершенствование качеств, обеспечивающих гармоничное состояние костно-мышечного аппарата учащегося. Упражнения: на гибкость, на силу, на координацию, на мышечную память, на вестибулярный аппарат, на баланс и т.д.

Тема 3. Тренинг пластичный Развитие внутреннего ощущения движения. Упражнения: на напряжение и расслабление, на подвижность, на ловкость, на чувство непрерывного движения, формы, жеста, пространства, характеров движения и т.д.

Тема 4. Тренинг специальный Развитие психофизических качеств учащегося, когда упражнения становятся средством познания своих возможностей при решении двигательной задачи, имеющей свое оправдание и внутренний импульс. Упражнения: на развитие чувства равновесия, чувство пространства, чувство инерции движения, чувство формы, чувство партнера и т.д.

Тема 5. Сценическая акробатика Освоение акробатических навыков и развитие комплекса психофизических качеств, когда акробатический навык трансформируется из спортивного в сценический и исполнение его предполагает свою причинно- следственную связь. Упражнения: подготовительные, индивидуальная акробатика (шпагаты, мосты, упоры, стойки, перекаты, кувырки, перекидки, перевороты колесом и т.д.), парная акробатика, акробатические композиции и вариации и т.д.

Тема 6. Историко-бытовой этикет Особенности историко-бытового этикета эпохи средневековья, эпохи Возрождения, этикет XVII, XVIII, XIX веков: -

история, костюм, аксессуары костюма и обращение с ним, осанка и походка, поклоны, этикет поведения в той или иной эпохи, этюды.

Тема 7. Сценический бой Освоение навыков сценической борьбы и драки, а также проверка способности использовать приобретенные навыки в острой, конфликтной ситуации физического противодействия. Упражнения: техника нанесения и приема удара, техника защиты и озвучивания ударов; принципы построения и исполнения сценической драки и т.д.

Тема 8. Взаимодействие с предметом Развивается целый комплекс задач, начиная с координации движения и заканчивая ловкостью в движениях. На заключительном этапе работы на основе полученных навыков учащиеся выполняют импровизированную игру с предметом. Упражнения, дающие навыки мастерского обращения с предметами, базирующиеся на высоком уровне координации движений и на точном учете пространства и времени; упражнения, развивающие фантазию и находчивость учащегося при обыгрывании предмета в сценическом действии. Упражнения: с мячом, с гимнастической палкой, тростью, со скалкой, с плащом и т.д.

Первый год обучения.

На первом году обучения основным направлением работы является, несомненно, развитие физических данных тела, что подразумевает под собой, прежде всего, приобретение вполне конкретных механических навыков. В первую ведётся работа по раскрепощению мышц, освобождению их от зажимов, приведение их в тонус. Происходит знакомство с возможностями собственного тела, анализ индивидуальных особенностей физического аппарата каждого конкретного учащегося. Прикладываются целенаправленные усилия в области развития гибкости, выносливости, силы, ловкости мышечного аппарата. Учащиеся знакомятся с простейшими акробатическими элементами и пробуют свои силы в их выполнении. Уже освоенные элементы каждый воспитанник пробует объединять в тематические пластически-акробатические зарисовки. Итогом творческой работы группы на первом году обучения является показ этих зарисовок, которые могут быть использованы в концертных мероприятиях, а так же, эпизодическое участие в пластических сценах спектаклей театральных групп. Содержание учебного предмета «Сценическое движение» 1 год обучения (9 класс)

Аудиторные занятия (темы).

Введение. Инструктаж по ТБ.

Тренинг подготовительный (работа на раскрепощение мышц, освобождению их от зажимов, приведение их в тонус)

Тренинг развивающий (работа на развитие гибкости, выносливости, координации, силы, ловкости мышечного аппарата)

Сценическая акробатика
Тренинг специальный
Контрольные уроки
Итого: 33

Требования к контрольному уроку:

Цели:

- Формирование начальных навыков реакции, решительности, динамичности;
- Развитие координации, подвижности различных частей тела;
- Воспитание общей культуры поведения и общения в творческом коллективе.

Задачи:

В обучении:

- Научить координации движений всех частей тела по отдельности и вместе;
- Научить элементарным акробатическим упражнениям;
- Научить правильной группировке тела и технике сценических падений;
- Научить верно оценивать возможности своего тела и учитывать свои индивидуальные особенности при распределении нагрузок.

В развитии:

- Развивать физические возможности тела через пластический тренинг и ознакомление с простейшими акробатическими элементами;
- Развивать творческое воображение учащихся через создание пластических и акробатических зарисовок в условиях сценической площадки;
- Развивать внимание, память, наблюдательность путём воссоздания на сценической площадке пластических образов, взятых из окружающего мира.

В воспитании:

- Воспитать у учащихся чувство сценического пространства;
- Воспитать навык постоянного контроля над собственным телом;
- Воспитать чувство ответственности за партнёра.

К концу первого года обучения учащиеся должны Знать:

- Правила техники безопасности поведения на занятиях по сценическому движению.
- Элементарные теоретические понятия: «потягивание», «фиксация», «отказ», «поддержка» и т.д.
- Комплекс упражнений на раскрепощение мышц.
- Безопасные способы растяжки мышц.
- Индивидуальные особенности своего тела и учитывать их при выполнении сценических упражнений.

Уметь:

- Простейшие акробатические элементы: кувырки, колёса, стойки, перекаты.
- Самостоятельно подготовить тело к выполнению физических упражнений.
- Правильно распределить нагрузку на мышцы.
- Воспроизводить посредством своего тела на сценической площадке повадки и особенности движений разных животных.
- Группироваться при выполнении различных видов падений.
- Верно выполнять подстраховку партнёра при выполнении акробатических элементов.

Второй год обучения.

Пластика – сложнейшая синтетическая дисциплина. Она имеет дело не только с тренировкой человеческого тела, но и обращается к интеллекту, эмоциональной сфере человека. Занятия пластикой направлены, прежде всего, на гармонизацию взаимодействия тела, разума и эмоций каждого отдельного человека и гармонизацию его взаимодействий с миром. Второй, третий год обучения, включает в себя воспитание в учащихся чувство эпохи и стиля, должны научиться держаться соответствующим образом в спектакле того или другого стиля, понимать и органически ощущать особенности костюма той или иной эпохи и его влияние на характер движения, правильно вести себя по отношению к партнеру и к окружающим, развить в учащихся вкус и артистичность и, таким образом, способствовать формированию актерского мастерства. Содержание учебного предмета «Сценическое движение» 2 год обучения (10 класс)

Введение

Тренинг развивающий (работа на развитие гибкости, выносливости, координации, силы, ловкости мышечного аппарата)

Тренинг пластический

Тренинг специальный

Историко-бытовой этикет: Историко-бытовой этикет эпохи средневековья «Бранль»

Историко-бытовой этикет эпохи Возрождения «Павана»

Историко-бытовой этикет XVII века «Романеска», «Менуэт» урок - 10

Историко-бытовой этикет XVIII века «Полонез»

Историко-бытовой этикет XIX век «Французская кадрили», «Вальс», «Полька», «Мазурка» урок

Контрольный урок

Итого: 33 33

К концу второго года обучения учащиеся должны знать:

- 10-12 видов растяжки ног, рук, спины;
- Понятия «баланс», «сед», «поддержка»;
- Технику безопасности поведения на занятиях по пластике;

- Особенности быта, костюма, этикета и его влияния на характер и манеру исполнения танцевальных композиций историко-бытового этикета;
- Историю возникновения и эволюционного развития бытовых этюдов прошлых эпох.

Уметь:

- Провести полный комплекс разминки и растяжки;
- Владеть характером и манерой исполнения этюдов определенной исторической эпохи;
- Владеть навыками применения историко-бытового костюма, его деталей и аксессуаров (плащ, веер, трость, шляпа и т.д.);
- Владеть техникой исполнения движений историко-бытовых этюдов.

Третий год обучения

На 3 году обучения учащиеся осваивают навыки сценического боя. Отработка навыков борьбы между двумя или несколькими персонажами, освоение техники приемов защиты и нападения без оружия для создания у зрителя впечатления рукопашной схватки. Освоение биомеханики сценических ударов, обеспечивающей их зрительную достоверность и безопасность. Последний год обучения должен выявить качество профессиональной пластической подготовленности каждого ученика, т.е. уровень психофизических качеств, умение пользоваться большим ассортиментом специальных общих и частных двигательных навыков и общий уровень артистичности в сценическом движении. Это наиболее важное для актера качество относительно легко определяется в исполнении этюдных и импровизационных упражнений.

Введение

урок 1 Тренинг пластический

урок 2 Тренинг специальный

урок 3 Взаимодействие с предметом

урок 5 Сценический бой: Сценические падения

урок 5 Пощечины

урок 5 Элементы кулачного боя

урок 5 Разнообразные удары

урок 5 Контрольный

Итого: 33

Требования к итоговому уроку.

Учащиеся должны:

Знать: - Комплекс упражнений по сценическому движению, их цели и задачи, понимает необходимость их применения; - Принципы

синтеза телесного проявления и актерской игры; -
Профессиональную терминологию; -Технические приемы
сценического движения, в том числе с использованием различных
театральных аксессуаров (шляпы, трости, плащи и т.д.)
Уметь: - Пользоваться техническими приемами сценического
движения, в том числе с использованием различных театральных
аксессуаров (шляпы, трости, плащи и т.д.); - Применить полученные
знания и умения на практике (спектакле, инсценировке, этюде); -
Определять характерность персонажа произведения по
двигательным характеристикам. **Может:** - Применить полученные
знания в актерской работе и повседневной деятельности; -
Практически использовать приобретенные навыки в актерской и
повседневной деятельности; - Самостоятельно использовать
тренинги и упражнения для дальнейшего самосовершенствования.

Требования к уровню подготовки обучающихся.

Полученные в процессе обучения навыки реализуются учащимися в конкретной творческой работе, которая показывается на зачете или контрольном уроке в конце каждого года обучения. Обучающиеся, освоившие программу должны обладать следующими знаниями, умениями и навыками: - необходимыми знаниями в области физической культуры и техники безопасности при исполнении пластических заданий на сцене; - знаниями технических приемов сценического движения, в том числе с использованием различных театральных аксессуаров (шляпы, трости, плаща и др.) для создания художественного образа; - знаниями профессиональной терминологии; - умением использовать элементы пластической техники при создании художественного образа; - умением использовать технические приемы сценического движения, в том числе с использованием различных театральных аксессуаров (шляпы, трости, плаща и др.) для создания художественного образа; - умением распределять движения во времени и пространстве; - навыками владения средствами пластической выразительности, комплексом физических упражнений.

Формы и методы контроля, система оценок .

1.Аттестация: цели, виды, форма, содержание Оценка качества реализации программы «Сценическое движение» включает в себя текущий контроль успеваемости, промежуточную аттестацию обучающихся. Успеваемость учащихся проверяется на различных выступлениях, контрольных уроках, экзаменах, концертах, просмотрах и т.д. Текущий контроль успеваемости обучающихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на

учебный предмет. Контрольные уроки и зачеты в рамках промежуточной аттестации проводятся по окончании четверти учебных занятий в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет. Требования к содержанию итоговой аттестации обучающихся определяются образовательным учреждением на основании ФГТ. Итоговая аттестация проводится в форме выпускных экзаменов.

2. Критерии оценок Для аттестации обучающихся создаются фонды оценочных средств, которые включают в себя методы контроля, позволяющие оценить приобретенные знания, умения и навыки. Качество подготовки учащихся оценивается по пятибалльной шкале: «5» («отлично») – отвечающая всем требованиям на данном этапе обучения (качественное, осмысленное исполнение упражнений и освоение сценических навыков) «4» («хорошо») – отметка отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами (понимание своих недочетов и умение их исправить) «3» («удовлетворительно») – исполнение с большим количеством недочетов, слабая физическая подготовка. «2» («неудовлетворительно») – непонимание материала и отсутствие психофизического развития в данном предмете. «зачет» (без отметки, аттестация) – отражает достаточный уровень подготовки и исполнения на данном этапе обучения (аттестация может быть выставлена по причине болезни, при владении материалом). При выведении итоговой (переводной) оценки учитывается следующее: - оценка годовой работы ученика; - оценка на экзамене; - другие выступления ученика в течение учебного года. Оценки выставляются по окончании каждой четверти и полугодий учебного года.

VI. Список рекомендуемой методической литературы

1. Вербицкая А.В. Основы сценического движения. – М. 1982г.
2. Гиппиус С.В. «Гимнастика чувств» - М., 1987
3. Дрознин А. Б.«Физический тренинг по методике А. Дрознина» - М.: ВЦХТ, 2004.
4. Ершова А., Букатов В. «Актёрская грамота – детям» - С.-П., 2005.
5. Ивановский Н.П. Бальный танец XVI – XIX веков.
6. Карпов А.С. и др. Воспитание правильной осанки. – М. Физкультура и спорт, 1968г.
7. Кнебль М.О. Поэзия педагогики. – М., ВТО, 1976г.
8. Кох И.Э. Основы сценического движения. –
9. Кудашева Т.Н. Руки актера. – М. Просвещение, 1970г.
10. Морозова Г.В. «Сценический бой» - М.: ВЦХТ, 2004.

11. Немеровский А. «Пластическая выразительность актёра» - М., 1982
12. Руднева С.Д., Фиш Э.М. Ритмика. Музыкальное движение. – М. Просвещение, 1972г.