

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ УКРАЇНИ**

ТРЕНЕРСЬКИЙ ФАКУЛЬТЕТ

КАФЕДРА ХОРЕОГРАФІЇ І ТАНЦОВАЛЬНИХ ВИДІВ СПОРТУ

ЗАТВЕРДЖЕНО

Науково-методичною радою
(протокол № 1 від 27 серпня 2020 р.)
Голова Науково-методичної ради

_____ М. В. Дутчак

**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
ПРАКТИКУМ ЗІ СПОРТИВНОГО ВДОСКОНАЛЕННЯ В ОБРАНОМУ
ВИДИ СПОРТУ**

рівень вищої освіти: перший (бакалаврський)

спеціальність: 017 Фізична культура і спорт

спеціалізація/освітньо-професійна програма: Тренерська

діяльність в обраному виді спорту

код дисципліни в освітньо-професійній програмі: ВК.ТД 18

мова навчання: українська

Київ – 2020

Розробники:

Соронович Ігор Михайлович, завідувач кафедри хореографії і танцювальних видів спорту, кандидат наук з фізичного виховання і спорту, soronovych@ukr.net

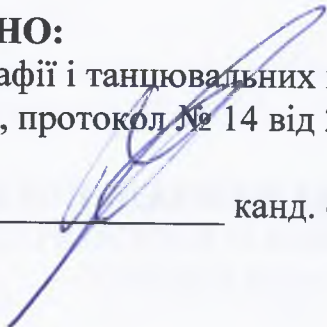
Бойко Оксана Володимирівна, старший викладач кафедри хореографії і танцювальних видів спорту, oksana_boyko@ukr.net

Чернявський Іван Сергійович, викладач кафедри хореографії і танцювальних видів спорту, ivan.st.la@ukr.net

Хом'яченко Олеся Олександрівна, викладач кафедри хореографії і танцювальних видів спорту, olesiakhomiachenko@ukr.net

РЕКОМЕНДОВАНО:

Кафедрою хореографії і танцювальних видів спорту
(засідання кафедри, протокол № 14 від 26.08.2020 р.)

Завідувач кафедри  канд. фіз. вих. і спорту, Соронович І. М.

ПОГОДЖЕНО:

Начальник навчально-методичного відділу

 С. І. Попович

Начальник відділу забезпечення якості вищої освіти

 О. І. Рудешко

Анотація навчальної дисципліни. Дисципліна спрямована на формування визначених освітньо-професійною програмою загальних та фахових компетентностей, зокрема здатності до застосування у професійній діяльності інноваційних засад на досягнення передбачених результатів навчання. Обсяг дисципліни – 3 кредити ЄКТС. Основні теми: вдосконалення конкурсних комбінацій латиноамериканської програми, вдосконалення конкурсних комбінацій стандартної програми; побудова тренувального процесу. Підсумкова оцінка формується з урахуванням результатів поточного контролю та заліку.

Abstract of a discipline. The discipline is aimed at forming the general and professional competences defined by the educational and professional program, in particular the ability to apply innovative principles in the professional activity to achieve the envisaged learning outcomes. Discipline - 3 ECTS credits. The main topics are: improvement of competitive combinations of the Latin American program, improvement of competitive combinations of the standard program; construction of training process. The final grade is based on the results of the current examination and test.

Мета навчальної дисципліни – формування визначених освітньо-професійною програмою загальних та фахових компетентностей, зокрема здатності до застосування у професійній діяльності набутих знань з питань методики викладання стандартної та латиноамериканської програм, інноваційних засад управління тренувальним процесом у спортивних танцях.

Перелік компетентностей, які формуються під час вивчення навчальної дисципліни відповідно до освітньо-професійної програми «Практикум зі спортивного вдосконалення в обраному виді спорту» першого (бакалаврського) рівня вищої освіти за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт галузі знань 01 Освіта/Педагогіка(нова редакція)

Шифр	Компетентності
Інтегральні компетентності	
ІК1	Здатність розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми у сфері фізичної культури і спорту, зокрема з тренерської діяльності в обраному виді спорту, або у процесі навчання, що передбачає застосування теорій та методів наук з фізичного виховання і спорту, та характеризується комплексністю та невизначеністю умов.
Загальні компетентності	
ЗК1	Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями.
ЗК3	Здатність працювати в команді.
ЗК5	Здатність планувати та управляти часом.

ЗК6	Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово.
ЗК7	Здатність спілкуватися іноземною мовою.
ЗК8	Навички використання інформаційних і комунікаційних технологій.
ЗК9	Навички міжособистісної взаємодії.
ЗК10	Здатність бути критичним і самокритичним.
ЗК12	Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
Фахові компетентності спеціальності	
ФК1	Здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості.
ФК2	Здатність проводити тренування та супроводження участі спортсменів у змаганнях.
ФК3	Здатність до організації оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення.
ФК10	Здатність здійснювати навчання, виховання та соціалізацію людини у сфері фізичної культури і спорту, застосовуючи різні педагогічні методи та прийоми.
ФК12	Здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар.
ФК14	Здатність до безперервного професійного розвитку.

Обсяг навчальної дисципліни – 3 кредити ЄКТС, які розподіляються у годинах:

Форми навчання	Види навчальних занять				Самостійна робота	Разом
	лекції	лабораторні	практичні	семінарські		
Денна	0	0	40	0	50	90
Заочна	0	0	12	0	78	90

Статус навчальної дисципліни: вибіркова.

Передумови для вивчення навчальної дисципліни:

- вміння концентрувати та розподіляти увагу;
- володіння базовою технікою стандартної та латиноамериканської програм;
- володіння елементарними навичками професійної підготовки майбутніх фахівців у сфері фізичної культури і спорту.

Програма навчальної дисципліни.

Тематичний план навчальної дисципліни

Номер і назва теми	Кількість годин							
	денна форма навчання				заочна форма навчання			
	усього	у тому числі			усього			
		л.	прак	с. р.		л.	прак.	с. р.
Тема 1. Вдосконалення конкурсної хореографії танцю повільний вальс.	10	-	4	6	10	-	2	8
Тема 2. Розробка варіантів покращення змагальної комбінації танцю ча-ча-ча.	10	-	4	6	10	-	2	8
Тема 3. Використання сучасних підходів до вдосконалення змагальних хореографій танцю танго.	10	-	4	6	10	-	2	8
Тема 4. Методи варіювання конкурсної хореографії танцю самба.	10	-	4	6	10	-	2	8
Тема 5. Схема виконання танцю віденський вальс, як засіб покращення змагального виступу.	8	-	4	4	6	-	-	6
Тема 6. Пошук кращих сторін виконання конкурсної хореографії танцю румба.	8	-	4	4	8	-	-	8
Тема 7. Методи	8	-	4	4	8	-	-	8

вдосконалення змагальної комбінації танцю повільний фокстрот.								
Тема 8. Розвиток варіантів конкурсної хореографії танцю пасодобль.	10	-	4	6	8	-	-	8
Тема 9. Варіанти побудови «свінгових» та «стрибкових» частин конкурсної комбінації танцю квікстеп.	8	-	4	4	10	-	2	8
Тема 10. Схема покращення змагальної хореографії танцю джайв.	8	-	4	4	10	-	2	8
Всього	90	-	40	50	90	-	12	78

Зміст навчальної дисципліни за темами.

Тема 1. Вдосконалення конкурсної хореографії танцю повільний вальс.

Особливості побудови конкурсної хореографії у танці повільний вальс.

Поєднання класичних та сучасних фігур танцю повільний вальс. Побудова та демонстрація композиції. Методи ускладнення конкурсної хореографії повільного вальсу.

Тема 2. Розробка варіантів покращення змагальної комбінації танцю ча-ча-ча.

Варіанти побудови конкурсної хореографії у танці ча-ча-ча. Використання різних ритмів та ускладнених варіацій. Методи покращення змагальної комбінації.

Тема 3. Використання сучасних підходів до вдосконалення змагальних хореографій танцю танго.

Використання адаптованих аргентинських фігур та ритмів. Схема побудови рейтингової хореографії танцю танго. Варіанти ускладнення конкурсної хореографії танго.

Тема 4. Методи варіювання конкурсної хореографії танцю самба.

Особливості використання синкопованих ритмів для побудови конкурсної хореографії у танці самба. Методи розміщення та ускладнення конкурсної комбінації.

Тема 5. Схема виконання танцю віденський вальс, як засіб покращення змагального виступу.

Особливості схеми побудови виконання танцю віденський вальс. Орієнтування по паркету, правильне розміщення акцентів. Використання класичного методу виконання змагальної комбінації.

Тема 6. Пошук кращих сторін виконання конкурсної хореографії танцю румба.

Сучасні тенденції в побудові конкурсної хореографії танцю румба. Використання пріоритетних фігур, як засіб вдосконалення змагальної варіації. Підхід до процесу ускладнення конкурсної хореографії румби.

Тема 7. Методи вдосконалення змагальної комбінації танцю повільний фокстрот.

Поєднання синкопованих та базових фігур конкурсної комбінації. Особливості побудови та ускладнення змагальних варіацій з використанням сучасних підходів у танці повільний фокстрот.

Тема 8. Розвиток варіантів конкурсної хореографії танцю пасодобль.

Методика використання фігур підвищеної складності. Особливості використання ваги тіла у постановці позиції. Варіанти ускладнення хореографії на 1,2,3 джипс (акцент) у танці пасодобль.

Тема 9. Варіанти побудови «свінгових» та «стрибкових» частин конкурсної комбінації танцю квікстеп.

Схема використання різних частин варіацій для правильної побудови рейтингової комбінації. Варіанти розміщення ритмів у комбінації танцю. Методи ускладнення конкурсної хореографії квікстеп.

Тема 10. Схема покращення змагальної хореографії танцю джайв.

Модернізація класичних фігур та їх використання у змагальній комбінації. Тенденції у розміщенні різних частин конкурсної хореографії у танці джайв. Методи ускладнення конкурсної хореографії джайву.

Тематика практичних занять

Номер і назва теми дисципліни	Номер і назва теми практичних занять	Кількість годин	
		Денна форма навчання	Заочна форма навчання
Тема 1. Вдосконалення конкурсної хореографії танцю повільний вальс.	Особливості поєднання класичних та сучасних фігур в побудові конкурсної хореографії танцю повільний вальс.	2	2

	Методи ускладнення конкурсної хореографії повільного вальсу.	2	-
Тема 2. Розробка варіантів покращення змагальної комбінації танцю ча-ча-ча.	Особливості побудови конкурсної хореографії у танці ча-ча-ча на основі використання різних ритмів.	2	2
	Варіанти ускладнення конкурсної хореографії ча-ча-ча.	2	-
Тема 3. Використання сучасних підходів до вдосконалення змагальних хореографій танцю танго.	Особливості використання адаптованих аргентинських фігур в побудові змагальної хореографії у танці танго.	2	2
	Методи ускладнення конкурсної хореографії танго.	2	-
Тема 4. Методи варіювання конкурсної хореографії танцю самба.	Особливості побудови конкурсної хореографії з урахуванням синкопованих ритмів у танці самба.	2	2
	Підходи до ускладнення конкурсної хореографії самби.		
Тема 5. Схема виконання танцю віденський вальс, як засіб покращення змагального виступу.	Особливості розміщення та виконання фігур відносно змагальної площадки у танці віденський вальс.	2	-
	Методи ускладнення конкурсної хореографії віденського вальсу.	2	-
Тема 6. Пошук кращих сторін виконання конкурсної хореографії танцю румба.	Використання пріоритетних фігур в побудові конкурсної хореографії у танці румба.	2	-
	Методи та варіанти ускладнення конкурсної хореографії румби.	2	-
Тема 7. Методи вдосконалення змагальної комбінації танцю повільний фокстрот.	Особливості використання синкопованих та базових фігур при побудові змагальної комбінації у танці повільний фокстрот.	2	-

	Сучасні методи ускладнення змагальної комбінації повільного фокстроту.	2	-
Тема 8. Розвиток варіантів конкурсної хореографії танцю пасодобль.	Методика використання фігур підвищеної складності при побудові конкурсної хореографії у танці пасодобль.	2	-
	Методи ускладнення хореографії пасодоблю (1,2,3 джипс (акцент)).	2	-
Тема 9. Варіанти побудови «свінгових» та «стрибкових» частин конкурсної комбінації танцю квікстеп.	Особливості побудови «свінгових» та «стрибкових» частин комбінацій танцю квікстеп.	2	2
	Методи ускладнення різних частин конкурсної хореографії квікстепу.	2	-
Тема 10. Схема покращення змагальної хореографії танцю джайв.	Варіанти модернізації класичних фігур та їх використання у конкурсній хореографії танцю джайв.	2	2
	Методи ускладнення конкурсної хореографії джайву.	2	-
Всього годин:		40	12

Завдання для самостійної роботи студентів

Номер і назва теми дисципліни	Завдання	Кількість годин	
		Денна форма навчання	Заочна форма навчання
Тема 1. Вдосконалення конкурсної хореографії танцю повільний вальс.	1. Розробка конкурсної хореографії танцю повільний вальс.	4	4
	2. Ускладнений варіант конкурсної хореографії повільного вальсу.	2	4

Тема 2. Розробка варіантів покращення змагальної комбінації танцю ча-ча-ча.	1. Розробка конкурсної хореографії танцю ча-ча-ча.	4	4
	2. Ускладнений варіант конкурсної хореографії ча-ча-ча.	2	4
Тема 3. Використання сучасних підходів до вдосконалення змагальних хореографій танцю танго.	1. Розробка конкурсної хореографії танцю танго.	4	4
	2. Ускладнений варіант конкурсної хореографії танго.	2	4
Тема 4. Методи варіювання конкурсної хореографії танцю самба.	1. Розробка конкурсної хореографії самба.	4	4
	2. Ускладнений варіант конкурсної хореографії самби.	2	4
Тема 5. Схема виконання танцю віденський вальс, як засіб покращення змагального виступу.	1. Розробка конкурсної хореографії танцю віденський вальс.	2	4
	2. Ускладнений варіант конкурсної хореографії віденського вальсу.	2	2
Тема 6. Пошук кращих сторін виконання конкурсної хореографії танцю румба.	1. Розробка конкурсної хореографії танцю румба.	2	4
	2. Ускладнений варіант конкурсної хореографії румби.	2	4
Тема 7. Методи вдосконалення змагальної комбінації танцю повільний фокстрот.	1. Розробка конкурсної хореографії танцю повільний.	2	4
	2. Ускладнений варіант конкурсної хореографії повільного фокстроту.	2	4
Тема 8. Розвиток варіантів	1. Розробка конкурсної хореографії танцю	4	4

конкурсної хореографії танцю пасодобль.	пасодобль.		
	2. Ускладнений варіант конкурсної хореографії пасодоблю.	2	4
Тема 9. Варіанти побудови «свінгових» та «стрибкових» частин конкурсної комбінації танцю квікстеп.	1. Розробка конкурсної хореографії танцю квікстеп.	2	4
	2. Ускладнений варіант конкурсної хореографії квікстепу.	2	4
Тема 10. Схема покращення змагальної хореографії танцю джайв.	1. Розробка конкурсної хореографії танцю джайв.	2	4
	2. Ускладнений варіант конкурсної хореографії джайву.	2	4
Всього:		50	78

Очікувані результати навчання з дисципліни: застосування теоретичних та практичних положень у тренувальній діяльності, підготовки (самостійно або у складі групи) та організації реалізації у відповідній сфері знань з методики викладання спортивних танців та підготовки спортсменів-танцюристів, завдяки:

знати: загальну характеристику спортивного танцю як виду спорту, ритмічні характеристики танців стандартної та латиноамериканської програм, принципи методики викладання техніки та побудови конкурсної хореографії спортивних танців, методи вдосконалення техніки та ускладнення змагальних комбінацій танців стандартної та латиноамериканської програм.

вміти: побудувати та провести розминку, розробити конкурсні хореографії танців стандартної та латиноамериканської програм, продемонструвати техніку виконання варіацій танців стандартної та латиноамериканської програм та їхні ускладнені варіанти.

Перелік програмних результатів навчання, яких досягають під час вивчення навчальної дисципліни відповідно до освітньо-професійної програми «Практикум зі спортивного вдосконалення в обраному виді спорту» першого (бакалаврського) рівня вищої освіти спеціальністю 017 Фізична культура і спорту галузі знань 01 Освіта/Педагогіка(нова редакція)

Шифр	Програмні результати навчання
ПРН1	Здійснювати аналіз суспільних процесів у сфері фізичної

	культури і спорту, демонструвати власне бачення шляхів розв'язання існуючих проблем.
ПРН4	Показувати навички самостійної роботи, демонструвати критичне та самокритичне мислення.
ПРН5	Засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег.
ПРН7	Здійснювати навчання руховим діям та розвиток рухових якостей людини в умовах різних форм організації занять фізичними вправами.
ПРН13	Використовувати засвоєнні уміння і навички занять популярними видами рухової активності оздоровчої спрямованості.
ПРН17	Знати та розуміти сутність, принципи, методи, форми та організацію процесу навчання і виховання людини.
ПРН18	Аналізувати психічні процеси, стани та властивості людини під час занять фізичною культурою і спортом.
ПРН19	Застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати.
ПРН22	Оцінювати задатки та здібності особи в процесі спортивного відбору та орієнтації в обраному виді спорту.
ПРН23	Демонструвати ґрунтовні знання та вміння з визначення змісту та планування тренувального процесу спортсменів на окремих етапах першої стадії багаторічної підготовки в обраному виді спорту.
ПРН24	Застосовувати знання, вміння та навички для ефективного проведення тренувальних занять зі спортсменами з урахуванням їх вікових, статевих та індивідуальних особливостей, рівня підготовленості та закономірностей становлення спортивної майстерності в обраному виді спорту.

Порядок оцінювання результатів навчання з дисципліни

Підсумкова оцінка з навчальної дисципліни формується з урахуванням результатів поточного контролю та екзамену.

Протягом семестру здобувач вищої освіти може отримати максимальну кількість балів – 100 як суму балів за результатами поточного контролю на практичних (семінарських, лабораторних) заняттях та під час консультацій науково-педагогічних працівників з тем, на які не передбачено аудиторних годин. Робочою програмою навчальної дисципліни для студентів заочної

форми навчання, або в установленому порядку з тем, заняття з яких було пропущене здобувачем вищої освіти. Використовуються такі форми поточного контролю та розподіл балів, які може отримати студент за тему:

Номер і назва теми практичних занять	Засоби оцінювання	Кількість балів за тему
1. Особливості поєднання класичних та сучасних фігур в побудові конкурсної хореографії танцю повільний вальс.	Здача комбінації, демонстрація кроків партнера та партнерки	5
2. Методи ускладнення конкурсної хореографії повільного вальсу.	Здача комбінації, демонстрація кроків партнера та партнерки	5
3. Особливості побудови конкурсної хореографії у танці ча-ча-ча на основі використання різних ритмів.	Здача комбінації, демонстрація кроків партнера та партнерки	5
4. Варіанти ускладнення конкурсної хореографії ча-ча-ча.	Здача комбінації, демонстрація кроків партнера та партнерки	5
5. Особливості використання адаптованих аргентинських фігур в побудові змагальної хореографії у танці танго.	Здача комбінації, демонстрація кроків партнера та партнерки	5
6. Методи ускладнення конкурсної хореографії танго.	Здача комбінації, демонстрація кроків партнера та партнерки	5
7. Особливості побудови конкурсної хореографії з урахуванням синкопованих ритмів у танці самба.	Здача комбінації, демонстрація кроків партнера та партнерки	5
8. Підходи до ускладнення конкурсної хореографії самби.	Здача комбінації, демонстрація кроків партнера та партнерки	5
9. Особливості розміщення та виконання фігур відносно змагальної площадки у танці віденський вальс.	Здача комбінації, демонстрація кроків партнера та партнерки	5
10. Методи ускладнення конкурсної хореографії віденського вальсу.	Здача комбінації, демонстрація кроків партнера та партнерки	5
11. Використання пріоритетних фігур в побудові конкурсної хореографії у танці румба.	Здача комбінації, демонстрація кроків партнера та партнерки	5
12. Методи та варіанти ускладнення	Здача комбінації,	5

конкурсної хореографії румби.	демонстрація кроків партнера та партнерки	
13. Особливості використання синкопованих та базових фігур при побудові змагальної комбінації у танці повільний фокстрот.	Здача комбінації, демонстрація кроків партнера та партнерки	5
14. Сучасні методи ускладнення змагальної комбінації повільного фокстроту.	Здача комбінації, демонстрація кроків партнера та партнерки	5
15. Методика використання фігур підвищеної складності при побудові конкурсної хореографії у танці пасодобль.	Здача комбінації, демонстрація кроків партнера та партнерки	5
16. Методи ускладнення хореографії пасодоблю (1,2,3 джипс (акцент)).	Здача комбінації, демонстрація кроків партнера та партнерки	5
17. Особливості побудови «свінгових» та «стрибкових» частин комбінацій танцю квікстеп.	Здача комбінації, демонстрація кроків партнера та партнерки	5
18. Методи ускладнення різних частин конкурсної хореографії квікстепу.	Здача комбінації, демонстрація кроків партнера та партнерки	5
19. Варіанти модернізації класичних фігур та їх використання у конкурсній хореографії танцю джайв.	Здача комбінації, демонстрація кроків партнера та партнерки	5
20. Методи ускладнення конкурсної хореографії джайву.	Здача комбінації, демонстрація кроків партнера та партнерки	5
Всього:		100

Лектор під час завершення лекції з теми дисципліни знайомить здобувачів вищої освіти з відповідними завданнями для самостійної роботи та темами практичних занять.

Перед початком практичного (семінарського, лабораторного) заняття науково-педагогічний працівник ознайомлює здобувачів вищої освіти із формами поточного контролю, які будуть застосовуватись, і кількістю балів, які вони можуть отримати. Під час завершення кожного заняття кожному присутньому здобувачу вищої освіти оголошується кількість отриманих ним балів.

Здобувач вищої освіти, який протягом семестру отримав менше 34 балів, до заліку/екзамену не допускається, і може в установленому порядку пройти повторне вивчення цієї дисципліни.

Заліки/екзамени проводяться у порядку, визначеному у Положенні про організацію освітнього процесу в університеті.

Рекомендовані джерела інформації:

1. Алекс Мур. Бальные танцы. – Санкт-Петербург, 1993. – 420 с.
2. Ермакова В.Н., Творец, или живая история бального танца. Х: Изд-во ООО «Контур», 2007.- 216 с.
3. Осадців Т.П. Спортивні танці. Навч.посібник // Л.:ЗУК - 2001.-340с.
4. Римантас Мотиюонас. Инновационная система динамического стереотипа танцора. – Электронная версия, 2012. – 123 с.
5. Роман с танцем. Укладач М.Ю. Єрьоміна // СПб., ООО ТФ „Созвездие” - 1998,- 252 с.
6. Рубштейн Н. Психология танцевального спорта или что нужно знать, чтобы стать первым. – М.: Советский спорт, 2000. – 320 с.
7. Современные тенденции спортивного танца // Спортивные танцы / Под ред. Коваленко А.А. Центр танц. спорта ВФСО "Динамо". – М., 2003. – N 4 (32): сент.-дек. 2003. – С. 56-60.
8. Туманян Г.С. Стратегия підготовки чемпіонів: настольная книга тренера / Г.С. Туманян. – М., 2006. – 494 с.
9. Уолтер Лэрд. Техника латиноамериканских танцев. В 2-томах. Серия: современный бальный танец // М.: АРТИС, 2003. – 430 с.
10. Чапкис Г.Н., Танец и любовь: секрет долголетия. Автобиографическая повесть. – К.: «Ателье 16», ЗАО «Випол», 2007. – 240с.:ил.
11. Шаталова А. и др. Бальные танцы: методическое пособие — М.: Новая Реальность, 2013. — 71 с.
12. Diane Amans. An Introduction to Community Dance Practice Paperback. – Palgrave, 2017. – P.312.
13. Edel Quin, Sonia Rafferty and Charlotte Tomlinson. Safe Dance Practice. - Human Kinetics Australia, 2015. – P.328.
14. Eric Franklin. Conditioning for Dance: Training for Peak Performance in All Dance Forms. Human Kinetics, 2003. – P. 248.
15. Franklin Eric: Conditioning for dance – Human Kinetics – U.S. – 2004.
16. Franklin Eric: Dance imagery for technique and performance – Human Kinetics – U.S. - 2004.
17. Haas, Jacqui Greene: Dance anatomy – Human kinetics – U.S. – 2010.
18. Larissa Tanja, Furfeyer Thomas: Posen in den Standardtanzen – Line figures in Ballroom dancing – Dusseldorf; DeutscherTanzbuchverlagdtb 2007.
19. Mouzafiarova Youlie, Pillinger David: Fifty Latin Dance Exercises – Fast-Print Publishing – England – 2012.
20. Multimedia Sport Service, La Preparazione Del Danzatore, Italy – 2005.
21. Valerie Preston-Dunlop. Looking at Dances: A Choreological Perspective on Choreography. - Verve Publ., Great Britain, 1998 – P.216.

Електронні ресурси:

1. <http://www.wdcdance.com/>
2. <http://www.worlddancesport.org/>
3. <http://danceinfo.com.ua/>
4. <http://supadance.com.ua/>
5. <http://udsa.com.ua/>
6. <http://www.uni-sport.edu.ua/>
7. <http://dancesportinfo.net/>
8. <http://dancesportglobal.com/>