

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЕМ  
АДМИНИСТРАЦИИ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ПАВЛОВСКИЙ РАЙОН  
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
дополнительного образования «Дом детского творчества»  
станции Атаманской муниципального образования Павловский район  
(МБОУ ДО ДДТ ст. Атаманской)

Принята на заседании  
педагогического совета  
от «20» 10 2023 г.  
Протокол № 4

Утверждаю.  
И.о. директора МБОУ ДО  
ДДТ ст. Атаманской  
 В. Н. Кахикало  
приказ № 44  
от «20» 10 2023 г.

---

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

«Грани мастерства»

Уровень программы: ознакомительный

Срок реализации программы: 16 часов

Возрастная категория: от 7 до 16 лет

Состав группы: до 10 человек

Форма обучения: очная

Вид программы: модифицированная

Программа реализуется на бюджетной основе

ID-номер Программы в Навигаторе: **64238**

Автор-составитель:  
Котышева Валентина Григорьевна,  
педагог дополнительного образования

ст. Атаманская, 2023

## **Раздел 1 «Комплекс основных характеристик образования: объём, содержание, планируемые результаты»**

### **1.1. Пояснительная записка**

Каникулы – это маленькая жизнь. Именно в этот период годы дети получают максимум впечатлений, удовольствия и радости от общения со сверстниками и новых открытий. Осенние каникулы - это время открытий, знакомств, самореализации.

Программа сезонной школы «Грани мастерства» ориентирована на то, чтобы учащиеся смогли бы не только отдохнуть, но и воплотить свои собственные планы, обнаружить у себя нераскрытые таланты, реализовать свои собственные интересы, приобщиться к социокультурным ценностям.

Танец представляет собой, пожалуй, один из наиболее впечатляющих видов искусства, синтезирующих и музыку, и свет, и ритм, и пластику движений.

Хореографическое искусство предполагает и овладение рядом сложных психологических механизмов - способностью к высокой сосредоточенности и переключению внимания, к изобразительности и гибкости мышления, к воображению и фантазии.

Хореографическая деятельность, в любой области своего проявления, удовлетворяет двигательную потребность ребёнка. Отсюда и появляются различные направления танцевального искусства: акробатический танец, классический танец, народный танец. Поэтому хореографическое искусство было и будет актуально, и в каникулярное время будет продолжать приносить пользу в воспитании и развитии детей и подростков.

Специальность хореографа - одна из тех специальностей, которые требуют постоянного самосовершенствования на протяжении всей жизни. Выбор профессии хореографа, артиста, осуществляется людьми, которые действительно любят танцы и не представляют своей жизни без них. Но всё начинается с малого.

Данная программа разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами и методическими рекомендациями:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями).

2. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

3. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утверждённая распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года N 678-р.

4. Федеральный проект «Успех каждого ребенка», утвержденный 07 декабря 2018 г.

5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 года № 28 «Об утверждении санитарных

правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

6. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы), письмо Минобрнауки от 18.12.2015 г. № 09-3242.

7. Рекомендации по реализации внеурочной деятельности, программы воспитания и социализации и дополнительных общеобразовательных программ с применением дистанционных образовательных технологий, письмо Минпросвещения России от 7 мая 2020 г. № ВБ-976/04.

8. Устав МБОУ ДО ДДТ ст. Атаманской.

В основе данной программы – профориентационное направление деятельности.

Программа имеет **художественную направленность**, так как нацелена на развитие творческих способностей учащихся посредством изучения искусства хореографии и смежных видов искусства.

### **Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность программы**

**Новизна программы** заключается в том, что в процессе её реализации учащиеся познакомятся не только с профессией хореографа, но и другими профессиями, связанными с этим видом искусства, через практическую деятельность. Будут осуществляться поездки на мастер-классы в другие учреждения для обмена опытом и творческого взаимодействия. Программа «Грани мастерства» - это возможность познакомиться с профессией хореографа, тренера на деле и заранее подготовиться к осуществлению своей мечты.

#### **Актуальность программы.**

Разработка данной программы была вызвана:

- повышением спроса родителей и детей на организованный отдых детей;
- совершенствованием форм работы по профориентации учащихся;
- необходимостью реализации потребностей в самосовершенствовании, самоактуализации и творческого взаимодействия временного детского коллектива;
- возможностью использования накопленного опыта педагога и учащихся в области хореографии.

**Педагогическая целесообразность программы** заключается в создании такой среды, в которой каждый участник сезонной школы чувствовал себя максимально комфортно, имел бы широкие возможности для творческой самореализации.

Данная программа является **модифицированной**. Она создана на основе программы «Танцевальный хуторок» (педагог Ботвинко И.В., МАОУДО ЦВР г. Кропоткин).

**Отличительной особенностью** данной программы является то, что впервые учащимся предлагается почувствовать себя в роли хореографа,

тренера, постановщика, балетмейстера, мастера по сценическим причёскам. Содержание программы представлено в виде творческих заданий, баттлов, мастер-классов, командных и личных соревнований, возможности пообщаться с профессионалами своего дела (хореографом, тренерами по общей и прыжковой акробатике, мастером парикмахерского дела).

Программа «Грани мастерства» – гармоничное сочетание обучения, игры и отдыха.

### **Адресат программы**

Программа ориентирована на учащихся в возрасте от 7 до 16 лет.

Младший школьный возраст (7-11 лет) характеризуется восприимчивостью, внушаемостью, податливостью, большой подражаемостью, любознательностью, любовью и интересом к играм. Девочки более спокойны и уравновешены, мальчикам свойственна нетерпеливость и торопливость. Также в этом возрасте происходит интенсивное развитие костно-мышечного аппарата. Учащийся более гибкий, но быстро устаёт и теряет внимание, поэтому следует чаще чередовать упражнения и задания. Они предлагаются в игровой форме.

Средний школьный возраст (11-14 лет) характеризуется началом этапа полового созревания. В связи с этим происходят следующие изменения: учащиеся чаще отвлекаются, неадекватно реагируют на замечания, иногда ведут себя вызывающе, бывают раздражены, капризны, их настроение часто меняется. Все эти особенности объективны и они быстро проходят. Применяются щадящие методы и формы взаимодействия с учащимися. Мальчики и девочки развиваются неравномерно, девочки заметно опережают мальчиков. Повышается физическая выносливость, мышечная активность. Отмечается потребность к выполнению более сложных элементов.

Подростковый возраст (15-17 лет) характеризуется эндокринными изменениями, возможен скачок в росте, перестройка моторного аппарата, и, как следствие, резкое изменение настроения, бурное и непосредственное выражение эмоций. Главная потребность этого возраста – потребность в общении со сверстниками. Общение – это познание себя через других, поиск самого себя, внимание к своей внутренней жизни, самоутверждение личности. Эмоциональная сфера имеет колоссальное значение в жизни подростка. Разум отходит на второй план. В этом возрасте они любят «купаться» в собственных эмоциях – печали, одиночества, гнева, чувстве вины, эйфории. Необходимо грамотно регулировать такие эмоциональные всплески, особенно в разделе «импровизация», учитывать на занятиях, особенно при подготовке солиста. В этом возрасте подростков не удовлетворяют простые и доступные танцевальные движения, поэтому даётся более сложный материал, в значительно быстром темпе.

Состав группы – разновозрастный.

Зачисление на программу «Грани мастерства» осуществляется на основании подачи заявки через АИС «Навигатор».

### **Уровень программы, объём и сроки реализации**

Продолжительность образовательного процесса – 9 календарных дней. Общее количество учебных часов за весь период обучения – 28 часов. Программа реализуется на **ознакомительном** уровне. В процессе обучения по программе предполагается знакомство с профессией хореографа и другими смежными профессиями с этой областью искусства.

**Форма обучения** по данной программе – очная.

**Режим занятий**

5 раз в неделю по 4 часа.

Занятия проводятся с 15-минутным перерывом после каждого занятия. Продолжительность одного занятия – 45 минут.

**Особенности организации образовательного процесса**

Состав группы постоянный. Учебные занятия проводятся со всей группой.

Формы работы: конкурс, мастер-класс, игра, тренинг.

Их выбор зависит от цели и задач занятия, определённых педагогом.

Для повышения интереса к данному виду деятельности на занятиях демонстрируется большое количество фото- и видеоматериалов; планируется посещение занятий других танцевальных коллективов, мастер-классов.

## 1.2 Цель и задачи программы

**Цель программы** – содействие профориентации учащихся посредством ознакомления с хореографией и смежными видами искусства; организация содержательного досуга в каникулярный период.

### Задачи

#### Образовательные:

- познакомить учащихся с различными направлениями хореографического искусства;
- расширить первоначальные знания о профессии хореографа, о практических умениях специалистов данной профессии и смежных специальностей;
- дать необходимые сведения об учебных заведениях, обучающих профессии хореографа, тренера.

#### Личностные:

- создавать условия для самореализации учащихся, достижения состояния успешности через включение в творческую деятельность, приобщение к миру профессий;
- обеспечивать комплекс условий, способствующих профориентации учащихся, сохранению и укреплению здоровья детей в каникулярный период.

#### Метапредметные:

- научить организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и другими членами коллектива;
- развивать умения работать в команде и индивидуально;
- развивать умения самостоятельно анализировать и корректировать собственную деятельность.

### 1.3 Содержание программы Учебный план

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	1	1	Анкетирование
2	Хореограф и Я	8	1	7	Баттл
3	Основы акробатики	8	1	7	Соревнование
4	Постановочная работа	8	1	7	Выполнение творческого задания
5	Итоговое занятие	2	-	2	Выполнение этюдов
	<b>Итого</b>	<b>28</b>	<b>4</b>	<b>24</b>	

#### Содержание учебного плана

##### 1. Вводное занятие.

**Теория:** знакомство с видами хореографического искусства (контепорари, акробатический танец, классический танец, народный танец и др); с профессиями в области хореографического искусства, со смежными профессиями; с учебными заведениями, в которых можно обучаться для овладения данным мастерством. Правила техники безопасности.

**Практика:** обсуждение теоретических познаний. Выполнение элементарных упражнений.

**Форма аттестации/контроля:** анкетирование.

##### 2. Хореограф и Я.

**Теория:** знакомство с профессиональными нюансами классического танца под руководством педагога хореографа ПДШИ Володиной Е. А. (мастер-класс). Партерный экзерсис, экзерсис у станка и на середине зала, виды вращений, подготовительные упражнения для выполнения вращений. Профессиональные навыки и качества хореографа. Возникновение профессии «Хореограф».

**Практика:** выполнение экзерсиса: на полу, у станка, на середине зала. Выполнение подготовительных упражнений для исполнения вращений: на месте, по диагонали, по кругу.

**Форма аттестации/контроля:** баттл.

##### 3. Основы акробатики.

**Теория:** знакомство с различными направлениями в акробатике (прыжковая акробатика, общая акробатика). Основная терминология: кульбит, рондат, наскок, темповый подскок, сальто, пируэт. Нюансы для эффективного овладения элементами, поддержками, подбрасываниями.

**Практика:** выполнение кульбита, рондата, сальто, пируэта, а также подводящие упражнения для выполнения данных элементов. Выполнение

поддержек «двойки», «тройки»; насока, темпового подскока. Практический разбор нюансов при освоении подбрасываний.

**Форма аттестации/контроля: соревнование.**

#### **4. Постановочная работа.**

**Теория:** рекомендации для выполнения творческого задания, используя накопленные знания. Знакомство с парикмахерским искусством и умением наносить сценический грим. Восстановление дыхания, используя гимнастику по методике А.Н Стрельниковой.

**Практика:** выполнение творческого задания, применяя накопленные знания. Выполнение сценических причёсок и макияжа под руководством действующего мастера-профессионала М.А. Безвесельной. Тренинг дыхательной практики А.Н. Стрельниковой. Игры на развитие актёрского мастерства, сценической выразительности.

#### **5. Итоговое занятие.**

**Практика:** создание хореографических этюдов с использованием различных образов, музыкального материала. Мастер-класс в МБОУ ДО ССШ № 1, г. Краснодар.

**Форма аттестации/контроля: выполнение этюдов.**

### **1.4. Планируемые результаты и способы определения их результативности**

#### **Предметные результаты**

##### **Учащиеся научатся/смогут:**

- узнать о различных направлениях хореографического искусства;
- расширить первоначальные знания о профессии хореографа, о практических умениях специалистов данной профессии и смежных специальностей;
- узнать необходимые сведения об учебных заведениях, обучающих профессии хореографа, тренера.

#### **Личностные результаты**

##### **Учащиеся смогут:**

- использовать имеющиеся условия для самореализации, достичь состояния успешности через включение в творческую деятельность, приобщение к миру профессий;
- использовать условия для профориентации, сохранения и укрепления здоровья в каникулярный период.

#### **Метапредметные результаты**

##### **Учащиеся смогут:**

- организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и другими членами коллектива;
- развить умения работать в команде и индивидуально;

- развить умения самостоятельно анализировать и корректировать собственную деятельность.



**Раздел 2 «Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации»**  
**2.1. Календарный учебный график**

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата		Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
			План	Факт			
<b>1</b>	<b>Вводное занятие.</b>	<b>2</b>					
1	Знакомство с видами хореографического искусства, с профессиями в области хореографического искусства. Правила техники безопасности.	1	30.10.2023		Беседа	Кабинет № 4	
2	Обсуждение теоретических познаний. Выполнение элементарных упражнений.	1	30.10.2023		Беседа, практическая работа		<b>Анкетирование</b>
<b>2</b>	<b>Хореограф и Я.</b>	<b>6</b>					
1	Партерный экзерсис, экзерсис у станка и на середине зала.	1	30.10.2023		Беседа, практическая работа		
2	Виды вращений, подготовительные упражнения для выполнения вращений.	1	30.10.2023		Беседа, практическая работа		
3	Выполнение экзерсиса: на полу, у станка, на середине зала.	1	31.10.2023		Беседа, практическая работа		
4	Выполнение подготовительных упражнений для исполнения вращений: на месте, по диагонали, по кругу.	1	31.10.2023		Беседа, практическая работа		
5	Профессиональные навыки и качества хореографа.	1	31.10.2023		Беседа, практическая работа		
6	Возникновение профессии «Хореограф». Баттл.	1	31.10.2023		Беседа, практическая работа		<b>Баттл</b>

<b>3</b>	<b>Основы акробатики.</b>	<b>8</b>					
1	Знакомство с различными направлениями в акробатике (прыжковая акробатика, общая акробатика).	1	01.11.2023		Беседа, практическая работа		
2	Основная терминология: кульбит, рондат, наскок, темповый подскок, сальто, пируэт.	1	01.11.2023		Беседа, практическая работа		
3	Нюансы для эффективного овладения элементами, поддержками, подбрасываниями.	1	01.11.2023		Беседа, практическая работа		
4	Выполнение кульбита, рондата, сальто, пируэта, а также подводящие упражнения для выполнения данных элементов.	1	01.11.2023		Беседа, практическая работа		
5	Выполнение поддержек «двойки», «тройки».	1	02.11.2023		Беседа, практическая работа		
6	Выполнение наскока, темпового подскока.	1	02.11.2023		Беседа, практическая работа		
7	Практический разбор нюансов при освоении подбрасываний.	1	02.11.2023		Беседа, практическая работа		
8	Соревнование.	1	02.11.2023		Практическая работа		<b>Соревнование</b>
<b>2</b>	<b>Хореограф и Я.</b>	<b>2</b>					

1	Знакомство с профессиональными нюансами классического танца под руководством педагога хореографа ПДШИ Володиной Е. А. (мастер-класс).	1	03.11.2023		Беседа, практическая работа		
2	Знакомство с профессиональными нюансами классического танца под руководством педагога хореографа ПДШИ Володиной Е. А. Продолжение работы.	1	03.11.2023		Беседа, практическая работа		
<b>4</b>	<b>Постановочная работа.</b>	<b>8</b>					
1	Рекомендации для выполнения творческого задания, используя накопленные знания.	1	03.11.2023		Беседа, практическая работа		
2	Восстановление дыхания, используя гимнастику по методике А.Н Стрельниковой.	1	03.11.2023		Беседа, практическая работа		
3	Знакомство с парикмахерским искусством и умением наносить сценический грим.	1	06.11.2023		Беседа, практическая работа		
4	Выполнение сценических причёсок и макияжа под руководством действующего мастера-профессионала М.А. Безвесельной.	1	06.11.2023		Практическая работа		
5	Выполнение сценических причёсок и макияжа под руководством действующего мастера-профессионала М.А. Безвесельной. Продолжение работы.	1	06.11.2023		Практическая работа		
6	Выполнение творческого задания, применяя накопленные знания.	1	06.11.2023		Практическая работа		<b>Выполнение творческого задания</b>
7	Тренинг дыхательной практики А.Н. Стрельниковой.	1	07.11.2023		Практическая работа		

8	Игры на развитие актёрского мастерства, сценической выразительности.	1	07.11.2023		Практическая работа		
<b>5</b>	<b>Итоговое занятие.</b>	<b>2</b>					
1	Мастер-класс в МБОУ ДО ССШ № 1, г. Краснодар.	1	07.11.2023		Практическая работа		
2	Создание хореографических этюдов с использованием различных образов, музыкального материала. Мастер-класс в МБОУ ДО ССШ № 1, г. Краснодар.	1	07.11.2023		Практическая работа		<b>Выполнение этюдов</b>
	<b>Итого:</b>	<b>28</b>					

## **2.2. Условия реализации программы**

### Материально-техническое обеспечение:

- хореографический зал;
- хореографический станок;
- гимнастические маты – 2 шт.;
- гимнастические коврики – 12 шт.;
- гимнастические скакалки – 12 шт.;
- гантели – 12 шт.
- обручи гимнастические – 12 шт.;
- ленты гимнастические – 12 шт.;
- хула-хупы – 12 шт.;
- DVD-плеер – 1 шт.

### 2) Учебно-методические:

- специальная литература;
- фото, видеоматериалы (костюмов, выступлений, обучающее видео).

### Информационное обеспечение

#### Интернет-источники:

1. <http://www.horeograf.com>.
2. <https://secret-terpsihor.com.ua>.
3. <http://need4dance.ru>.
4. [http://megapoisk.com/klassicheskaya-horeografiya-balet\\_sites](http://megapoisk.com/klassicheskaya-horeografiya-balet_sites).
5. <http://dancerussia.ru/publication/543.html>.

### Кадровое обеспечение

Данную программу реализует педагог дополнительного образования высшей квалификационной категории, имеющий высшее профессиональное образование и стаж работы в данном направлении - 18 лет.

## **2.3. Формы аттестации**

Подведение итогов проводится в вариативных формах:

- анкетирование;
- выполнение этюдов;
- выполнение творческих заданий;
- соревнование.

Аттестация по данной программе не проводится.

## **2.4. Оценочные материалы**

В качестве оценочных материалов используется перечень необходимых теоретических знаний и практических умений, предусмотренных содержанием программы.

## **2.5. Методические материалы**

При реализации программы используются следующие методы обучения:

- словесный - рассказ, лекция, беседа и др. В процессе их разъяснения педагог посредством слова излагает учебный материал;
- наглядный - помогает учащимся визуально воспринимать информацию;
- объяснительно-иллюстративный - передача информации с помощью наглядных средств;
- проблемный - создание проблемной ситуации, которое организует коллективное обсуждение возможных подходов к решению проблемы;
- игровой - создание в учебном процессе игровой ситуации;
- дискуссионный - это метод, дающий возможность путем использования в процессе публичного спора логически обоснованных доводов воздействовать на мнения, позиции и установки участников дискуссии.

Методы воспитания:

- убеждение - это путь воздействия на знание учащегося для разъяснения фактов и явлений общественной и личной жизни, формирования взглядов;
- поощрение - должно быть заслуженным и использовать его нужно тогда, когда необходимо отметить достижения учащегося;
- мотивация - формирование у учащихся познавательного интереса, потребности в получении знаний, умений, навыков.

**В образовательном процессе применяются современные педагогические технологии.**

Технология развивающего обучения. В технологии развивающего обучения учащимся отводится роль самостоятельного субъекта, взаимодействующего с окружающей средой. Это взаимодействие включает все этапы деятельности: целеполагание, планирование и организацию, реализацию целей, анализ результатов деятельности. Развивающее обучение направлено на развитие всей целостной совокупности качеств личности.

Технология проблемного обучения. Учащиеся приобретают навыки и умения в процессе самостоятельной деятельности, в результате чего происходит развитие их творческих и познавательных способностей.

Технология педагогической мастерской. В педагогической мастерской меняются традиционные роли педагога и учащихся – здесь они равноправные соучастники творческого процесса. Педагог является ведущим, который организует, разворачивает творческий процесс, принимает участие в нем, а не просто передает свои знания учащимся.

Здоровьесберегающие технологии - это система мер, направленных на взаимосвязь всех факторов образовательной среды, направленной на сбережение здоровья учащегося.

Игровые технологии. Классификация современных педагогических технологий предполагает выделение игры как эффективного средства обучения и воспитания в дошкольном и младшем школьном возрасте. В процессе игровой деятельности учащиеся получают навыки общения, обобщают и систематизируют новые знания.

**Дидактический и лекционный материал (примерный):**

1. Перечень дидактических заданий.
2. Фото- и видеоматериалы по разделам программы.
3. Теоретические сведения по разделам программы (научно-популярная литература, материалы сети Интернет).
4. Материал для диагностики усвоения программы (подборки упражнений, этюдов).

Накопленный методический материал позволяет результативно использовать учебное время, учитывать интересы учащихся, воспитывать самостоятельность, осуществлять дифференцированный подход в обучении.

### **Рекомендуемая схема построения типового занятия**

1. Организационный момент (приветствие, создание психологического настроя, мотивация на учебную деятельность, сообщение темы и цели занятия).
2. Подготовка к изучению материала через повторение опорных знаний (проверка усвоения материала предыдущего занятия – опрос, упражнения).
3. Ознакомление с новым материалом (устный рассказ, демонстрация презентаций, фото- и видеоматериалов, мотивирующих к познанию).
4. Осмысление и закрепление материала (использование тренировочных упражнений, творческих заданий, самостоятельная работа, коррекция ошибочных представлений).
5. Подведение итогов занятия (анализ и оценка достижения цели, причин некачественной работы, определение перспектив деятельности, уборка рабочего места).

## **2.6. Список литературы**

### **Список литературы для педагога**

1. Ваганова А.Я. Основы классического танца. - СПб: Лань: Планета музыки, 2007.
2. Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребёнком. Как. - М.: АСТ, 2015.
3. Немов Р.С. Психология. Книга 1. Общие основы психологии. – М.: Владос, 1995.
4. Норбеков М. Работай над собой. – М.: АСТ, 2014.
5. Овечкина И.С., Князьков Г.Г., Священко В.Н. Система регионального непрерывного художественно - эстетического образования: часть 5 Хореография. – Краснодар, 1997.
6. Орлова Л. Дыхательная гимнастика по Стрельниковой. – М.: АСТ, 2007.

#### **Интернет-источники**

1. <http://acrobatica-russia.ru/> Сайт Федерации спортивной акробатики России
2. <http://sportgymn.net.ru/> Сайт о спортивной гимнастике
4. <http://www.fizkult-ura.ru/books/acrobatics/> Литература об акробатике
5. <http://mirknig.com/knigi/raznoe/1181459500-akrobatika.html> / Сайт о книгах по акробатике.