

УДК 796.05.999

## ИСТОРИКО-АНАЛИТИЧЕСКИЙ ПОДХОД К РАЗВИТИЮ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКИ В РОССИИ

Т.А. Мартиросова (Красноярск, Россия)

Е.Д. Кондрашова (Красноярск, Россия)

Д.В. Логинов (Красноярск, Россия)

### Аннотация

*Постановка проблемы.* В законодательстве Российской Федерации физическая культура и спорт прописаны как важнейшие компоненты целостного развития личности. Физическая культура и спорт представлены совокупностью достижений в деле оздоровления, формирования здорового образа жизни населения России. Несмотря на то что художественная гимнастика – это относительно молодой вид спорта, она должна являться физкультурно-спортивной практикой творческого освоения ценностей спорта, активно использоваться для всестороннего развития населения России. Ее средства и методы должны служить повышению спортивного мастерства гимнасток России для представления их на международной арене, самосовершенствованию, повышению работоспособности, устойчивости организма к неблагоприятным воздействиям окружающей среды, снижению заболеваемости с целью сохранения генофонда страны.

*Цель исследования* – на основе историко-аналитического подхода к развитию художественной гимнастики в России выявить и сформулировать основные критерии мастерства спортсменок в современной художественной гимнастике.

*Методология (материалы и методы).* Обзор научной литературы показал, что исследование развития художественной гимнастики на основе историко-аналитического подхода – это эмпирическая составляющая для выявления и установления общих исторических закономерностей. Исторические явления анализируются на основе логического метода изучения. Принцип конкретно-исторического исследования предполагает изучение содержательной истории изучаемого предмета в конкретных эмпирических

проявлениях, а абстрактно-исторический принцип выявляет историческую закономерность, не обращаясь к самой эмпирической истории. Абстрактно-исторический принцип реконструирует выделенную закономерность на основе теоретических предпосылок. Знания, полученные в ходе изучения прошлого, указывают на самостоятельную ценность информации. В основе историко-аналитического подхода лежит «принцип историзма». В широком смысле этот принцип означает необходимость рассматривать изучаемое явление в его настоящем состоянии с позиции прошлого, определяя преемственность между историческими формами.

*Результаты исследования.* В рамках историко-аналитического подхода сформированы основные критерии в современной художественной гимнастике, которые послужат повышению спортивного мастерства гимнасток.

*Выводы.* Сформированы основные критерии современной художественной гимнастики, выявленные на основе гимнастических систем конца XIX – начала XX в.: техническое и художественное исполнение композиций. Первое отражает технико-эстетические характеристики гимнастических элементов и комбинаций: осанку, выворотность ног, точность движений, легкость, законченность, слитность. Второе выявляет способность гимнасток создавать художественный образ, передавать чувства и настроение посредством выразительности жестов и мимики, музыкальности и танцевальности.

**Ключевые слова:** художественная гимнастика, историко-аналитический подход, композиция, элементы, развитие, вид спорта, танец, гимнастическая система.

**М**етодология (материалы и методы). Для того чтобы подчеркнуть важность научного обоснования и практического осуществления синтеза существовавших гимнастических систем конца XIX – начала XX в. для развития художественной гимнастики в со-

временных реалиях мы обратились к историко-аналитическому подходу как способу, предназначенному для лучшего осознания проблемы нашего исследования. Представленное обоснование не замкнуто на прошлом, оно актуально в современных реалиях, так как показывает

изучаемый объект в его развитии, связи прошлого с настоящим через общую теоретическую канву [Вдовиченко, 2014, *Rhythmic...*, 2011].

Корни зарождения художественной гимнастики как вида спорта уходят в XIX в., но еще в Древнем Риме существовали каноны женской красоты, выраженные в умениях женщин свободно и грациозно танцевать и плавно двигаться. Танец способствовал выплеску эмоций и чувств, художественному развитию и образованию, обеспечивая музыкальное и пластическое, спортивное и эстетическое воспитание. Со временем менялась специфика танца, приобретая новые направления. На основе танца известные танцоры XIX в. (Франсуа Дельсарт, Эмиль Жак-Далькроз, Жорж Демени, Айседора Дункан) создавали гимнастические системы XIX в., которые послужили развитию современной художественной гимнастики как вида спорта<sup>1</sup>.

В конце XIX в. французский учитель пения Франсуа Дельсарт создал систему «постановки эстетики человеческого тела». Это направление выразительной гимнастики «François Delsarte» включало законы, выражающие те чувства, которые появлялись у человека в результате эстетично выполненных движений. По созданной системе танцев для совершенствования своего драматического искусства, пластики и выразительности занимались лучшие артисты того времени. Для анализа мимики и жеста актера автор системы, работая в клинике для душевнобольных, изучал анатомию и медицину, исследуя поведение человека в обычных и исключительных условиях. Используя свои знания, наблюдения и опыт мэтр направлял актеров на развитие наблюдательности, воспитания интереса к сценической передаче реальной жизни. Видя в актере сознательного художника, он обязывал его соблюдать общие законы творчества, выявлял взаимодействие телесной экспрессии и духовной жизни, соотносил жизненно-энергетическое начало творчества с мыслительными процессами и моральными (религиозными) нормами [Найпак, 1985]. В специ-

альной таблице особых «зон», иллюстрирующей провозглашенный им «закон соответствий» между органами тела и эмоциональными и рациональными реакциями, автор закреплял результаты своей работы. Ряд положений системы Дельсарты, например «абсолютные истины Дельсарта», оказывали влияние на многих театральные деятели и аналитиков актерского творчества. Слитное включение многих составов в действие; связь между эмоциональным состоянием и телодвижениями; противопоставленные движения рук и ног при движениях – это те принцип на основе, которых Дельсарт создавал физические упражнения. Принципы системы «постановки эстетики человеческого тела» Дельсарта определили основу базовых движений и двигательных действий в современной художественной гимнастике. Учеными нашей эпохи установлено, что современная художественная гимнастика и сегодня является развивающейся системой, под которой исследователи понимают процесс перехода из одного состояния в другое, более совершенное, от старого качественного состояния к новому качественному, от простого к сложному, от низшего к высшему [Волконский, 2012; Князева, 1990]. Соотношение сил гимнасток на международной спортивной арене, огромные достижения российских гимнасток доказывают перспективность системы функционирования художественной гимнастики в нашей стране.

Система ритмической гимнастики Эмиля Жак-Далькроза [Jaques-Dalcroze, 1980; Поэзия..., 1987] внесла в современную художественную гимнастику воссоединение музыкального ритма с движением человеческого тела<sup>2</sup>. В основе авторской системы Эмиля Жак-Далькроза лежит понятие ритма и пластической реализации музыки. По мнению автора, для формирования тела необходим музыкальный выразительный ритм, который развивает гибкость и пластику человека. Музыка рождается из ритма. И только человек, чувствующий ритм, может приобрести могущество своего тела. Поэтому танцор, проникаясь чувством ритма, всегда осознает

<sup>1</sup> Художественная гимнастика: история, состояние и перспективы развития: учеб. пособие / И.А. Винер-Усманова и др. М.: Человек, 2014. 198 с.

<sup>2</sup> Гимнастика: сб. ст. / сост. В.М. Смолевский. М.: Физкультура и спорт, 1986. Вып. 2. 77 с.

внутреннюю связь музыки и движения. По его мнению, ритм – это база для познания любого искусства, а музыкальное сопровождение в искусстве, в том числе и танце как сочетании, несет общеобразовательное значение, приводящее человека к самопознанию, обретению радости жизни и избавлению от комплексов. С помощью ритмичных движений танца человек может выразить свои чувства. Изучая и анализируя различные направления существовавших систем гимнастики, сочетающие гимнастические движения с музыкой, он находил в них не только положительное, но и отрицательное. На основе этого формировалась ритмическая гимнастика<sup>3</sup>, имеющая свой неповторимый стиль. Далькроз подчеркивал значимость введения ритмической гимнастики в школьное образование. В настоящее время средства художественной гимнастики включены в программы дошкольных и школьных учреждений. Ее огромная популярность отмечается у студентов высших учебных заведений. Такой подход к художественной гимнастике нашел применение в дальнейшем ее развитии. Гимнастические композиции, как двигательные действия с порядком размещения в ней элементов во времени и пространстве, отвечающая специальным требованиям правил соревнований, исполняются под музыку. Специалисты подчеркивают, что современные соревновательные комбинации лидеров мировой художественной гимнастики отличаются правильным подбором музыкального сопровождения и включением в них танцевальных элементов. Это позволяет раскрыть индивидуальные преимущества гимнастки [Волконский, 2012; Найпак, 1985; Князева, 1990].

Жорж Демени считал, что основным недостатком имеющихся гимнастических систем является чрезмерная резкость, прямолинейность движений<sup>4</sup>. Он доказывал целесообразность упражнений на растягивание и расслабление

мышц, упражнений, выполняемых с полной амплитудой без продолжительных статических усилий, резких рывков и скованных движений. Демени разработал следующие принципиальные требования к системе направлений в гимнастике. Гимнастика, по его мнению, не должна включать статические упражнения, а должна быть динамичной [Тейдер, 1977; Munoz et al., 2004]. Исполнять движения необходимо с полной амплитудой в сочетании с напряженностью и расслабленностью мышц, т.е. если одни мышцы полностью напряжены, то противоположные мышцы должны быть полностью расслаблены. Движения должны быть естественными, угловатые и отрывистые – должны быть исключены. Мышцы, не участвующие в движении, должны быть расслабленными. И самое основное правило, выдвинутое им, связано с тем, что при обучении упражнениям необходимо переходить от известных к неизвестным, от легких к более трудным, от простых к сложным. Его гимнастическая система как, впрочем, и система современной художественной гимнастики, имела те же цели и задачи, была направлена на укрепление здоровья и развития физических сил, выработку способности работать с наименьшей тратой энергии, на воспитание мужества занимающихся, достижение ими красоты тела и движений. Гимнастикой занимались и мужчины. Основной целью гимнастики для мужчин было не только воспитание гибкости, силы, ловкости, способности быстро и экономно действовать в любых условиях, но и овладение основными видами военно-прикладных движений. Для девушек ставились иные задачи. Наиболее важными из них являлись: развитие грации и изящества, приобретение хорошей осанки, гибкости, ловкости, умений изящно танцевать, двигаться плавно и грациозно. В занятия включались упражнения с булавами, палками, венками и другими предметами, а также танцевальные шаги, всевозможные ритмичные движения и импровизация. Занятия проводились в основном под музыку, чаще всего взятую из классических произведений. Сочетание музыки и движения является важным и в современной системе художественной гимна-

<sup>3</sup> Ритм и культура танца: сб. ст. / с предисл. А.А. Гвоздева, Л.: Academia, 1926. 77 с. URL: [http:// elibrary.ru/nodes/64847-ritm-i-kultura-tastta-sbornik-statey-1-1926](http://elibrary.ru/nodes/64847-ritm-i-kultura-tastta-sbornik-statey-1-1926)

<sup>4</sup> Художественная гимнастика: история, состояние и перспективы развития: учеб. пособие / И.А. Винер-Усманова и др. М.: Человек, 2014. 198 с.

стики, только так можно продемонстрировать индивидуальные преимущества гимнастики [Волконский, 2012; Гинкевич, 2017; Найпак, 1985].

Айседора Дункан еще одна основоположница современной художественной гимнастики. Она стремилась в танце к естественному воссоединению с музыкой, создавая свои движения без вращений и прыжков и развивая естественные формы тела человека [Тейдер, 1977; Найпак, 1985]. Движения ее были просты, а шаги сочетались с легким бегом на полупальцах. Естественные остановки и позы чередовались с невысокими прыжками, исполняемыми на передней части стопы, что послужило примером нового подхода к созданию танцевальных направлений. Волнообразные линии передавали прекрасную форму живой природы. Творчество Айседоры основывалось на создании запоминающегося образа и связи музыки с пружинистыми движениями, волнами, движениями туловищем в сочетании с руками и различными видами бега, ходьбы и прыжков на полупальцах. И сегодня вышеперечисленные элементы, исполняемые на высоких полупальцах, составляют основу композиций гимнастики. В 1930 г. выходит первая книга Дункан «Моя жизнь», в которой автор гимнастической системы пишет, что гимнастика должна являться базой физического развития молодого поколения России [Дункан, 1930]. В ней представлены правила преподавания танцев в школе, опубликовано 500 физических упражнений, которые описаны в порядке их освоения – от простых к сложным. Дункан построила свою гимнастическую систему из танцевальных движений – «ноты гаммы движений», это помогало в переводе музыкальных образов в пластические. Нарком просвещения А.В. Луначарский лично помогал ей в организации школы, которая была открыта в декабре 1921 г. на Пречистенке. Айседора внесла в гимнастическую систему начала XX в. эстетические истины. Школа Дункан после ее отъезда и гибели просуществовала более четверти века. В 1947 г. в 1-м Всесоюзном конкурсе по художественной гимнастике в Таллине принимали участие гимнастки ее школы [Трамбаева, 2005].

В начале XX в. в России образовывается система художественного движения, которое оказало огромное влияние на развитие современной художественной гимнастики. Система художественного движения имела этапы развития. На первом этапе – с 1917 до 1924–1925 гг. – наблюдалось разобщенность существовавших школ, которые противопоставляли свои принципы развития. Показательные выступления гимнасток того времени носили в основном иллюстративный характер. С 1925 г. наступает второй этап развития системы художественного движения в России, характеризующийся попытками объединения разнонаправленных студий и школ. Их представители изыскивали возможности совместной работы не только друг с другом, но и со спортивными обществами в целом. Образованная в 1927 г. Ассоциация пластических работников в основу своей деятельности ставила задачу в виде создания единой системы по всем имеющимся пластическим школам на основе изучения различных видов художественного движения. Интерес работников физической культуры с целью перенесения художественных и эстетических открытий на занятия физической культурой формирует художественную гимнастику как вид спорта. Материалы по пластическому движению и ритмической гимнастике включались в учебные пособия по теории и практике развития спорта. В 1931 г. при Ленинградском областном совете создается первая секция художественной гимнастики.

В 1930 г. издается книга М. Бурцевой «Художественное движение», в которой впервые проанализированы средства выразительности в художественной гимнастике. Огромное значение для последующего развития художественной гимнастики имела научно обоснованная система физических упражнений, созданная основоположником отечественной школы физического воспитания П.Ф. Лесгафтом [Поэзия..., 1987]. Началась практическая реализация идеи объединения физического с эстетическим воспитанием в единую систему художественной гимнастики [Волконский, 2012; Найпак, 1985].

*Результаты исследования.* Анализ методологических течений в гимнастических систе-

мах конца XIX – начала XX в. на основе историко-аналитического подхода показал его результативность в исследовании перспектив развития художественной гимнастики. В рамках этого анализа сформированы основные критерии мастерства спортсменок в современной художественной гимнастике: техническое и художественное исполнение композиций. Первый критерий отражает технико-эстетические характеристики гимнастических элементов и комбинаций, к которым относят осанку, выворотность ног, точность движений, легкость, законченность, слитность. Второй критерий характеризует способность гимнасток создавать художественный образ, передавать чувства и настроение посредством выразительности жестов и мимики.

*Заключение.* Несмотря на то что историко-аналитический подход в современных условиях позволяет решать актуальные задачи внедрения эффективных методов обучения в спорте, в процессе обзора литературы не было обнаружено исследований, в которых ученые рассматривали бы теорию и методику художественной гимнастики с позиции представленного подхода. Именно такой подход может стать связующим звеном между настоящим и опытом прошлых эпох в подготовке спортсменок, постигающих вершины спортивного мастерства. Исторические этапы – это самостоятельная ценность изучаемого явления, его завершенность представлена конкретно-историческим анализом составляющих. Нередко историко-аналитический подход называют генетическим. Это обширное методологическое образование преломляется в различных принципах, методах, предписаниях более конкретного уровня.

## Библиографический список

1. Вдовиченко Л.Л. Идентичность через большие спортивные мероприятия. Столкновение с неравным миром: вызовы глобальной социологии: XVIII Всемир. социол. конгресс ISA. Иокогама, Япония, 13–19 июля 2014 г. 1025 с.
2. Волконский С.М. Художественные отклики: ст. о театре, музыке, пантомиме. М.: Либроком, 2012. 163 с.
3. Гинкевич И.В. Организация и проведение занятий по методике «Школа движений» на начальном этапе спортивной подготовки в сложнокоординационных видах спорта // Вестник Московского государственного университета культуры и искусств. 2017. № 3. С. 220–226. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/organizatsiya-i-provedenie-zanyatiy-po-metodike-shkola-dvizheniy-na-nachalnom-etape-sportivnoy-podgotovki-v-slozhnokoordinatsionnyh>
4. Дункан А. Моя жизнь. М. 1930. 163 с.
5. Зубкова А.Ю. Использование элементов художественной гимнастики на занятиях по физической культуре для студентов вуза // Теория и практика физической культуры. 2013. № 10. С. 24. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/ispolzovanie-elementov-hudozhestvennoy-gimnastiki-na-zanyatiyah-po-fizicheskoy-kulture-dlya-studentov-vuza>
6. Иноземцева Е.С., Хацкалева Е.Г. Средства тренировки перебросок в групповых упражнениях художественной гимнастики // Международный научно-исследовательский журнал. 2016. № 11 (53). С. 99–101. DOI: 10.18454/IRJ.2016.53.099
7. Князева М.Л. Ключ к самосозиданию [Электронный ресурс]. М.: Молодая гвардия, 1990. С. 22–24. URL: <https://vikent.ru/author/1383/>
8. Найпак В.Д. Начало пути // Гимнастика: сб. М., 1985. Вып. 1. С. 57–61. URL: <http://sportlib.su/Annuals/Gymnastics/1985N1/p57-61.htm>
9. Паршикова Н.В., Изаак С.И., Коваленко Г.В. Россия – спортивная держава: история и современность // Теория и практика физической культуры. 2019. № 10. С. 3–6.
10. Передельский А.А., Селезнев П.С., Федякин И.В. Спорт и политика в аспекте методологического анализа // Теория и практика физической культуры. 2019. № 12. С. 11–13.
11. Поэзия движения: К истории создания художественной гимнастики в Ленинграде: сб. / сост. И.Н. Ионина. Л.: Лениздат, 1987. 157 с.
12. Тейдер В.А. Дункан в Советской России // Вопросы театрального искусства. М.: ГИТИС, 1977. С. 371–374.

13. Транбаева Э.Н. Композиционные основы упражнений художественной гимнастики // Известия вузов. Кыргызский национальный университет. 2005. № 6. С. 169–170.
14. Шахов А.А., Егоров А.И., Ольховский Р.М. Региональный студенческий спорт: опыт прошлого, современное состояние, перспективы развития. Теория и практика физической культуры. 2019. № 10. С. 99–102.
15. Dutoit C.L. Music, movement, therapy. London, 1977. 32 p.
16. Games of the XXIX Olympiad in Beijing (CHN). Rhythmic Gymnastics / Federation International de Gymnastique // World of Gymnastics. 2008. № 55. P. 28–36.
17. Jaques-Dalcroze E. Rhythm, Music & Education. London, 1980. 18 p. URL: <https://archive.org/details/rhythmmusiceduca00jaqu/page/n9/mode/2up>
18. Munoz M.T., de la Piedra C., Barrios V., Garrido G., Argente J. Changes in bone density and bone markers in rhythmic gymnasts and ballet dancers: implications for puberty and leptin levels // Eur. J. Endocrinol. 2004. № 151 (4). P. 491–496. DOI:10.1530/eje.0.1510491.
19. Rhythmic Gymnastics World Championships in Patras, Greece / Federation International de Gymnastique // World of Gymnastics. 2008. № 53. P. 14–32.
20. Rhythmic Gymnastics World Championships in Montpellier (FRA) / Federation International de Gymnastique // World of Gymnastics. 2011. № 63. P. 26–28.
21. Youth Olympic Games in Singapore, Singapore. Rhythmic Gymnastics Individual All-around Final / Federation International de Gymnastique // World of Gymnastics. 2010. № 61. P. 6–36.

# HISTORICAL AND ANALYTICAL APPROACH TO THE DEVELOPMENT OF RHYTHMIC GYMNASTICS IN RUSSIA

**T.A. Martirosova (Krasnoyarsk, Russia)**

**E.D. Kondrashova (Krasnoyarsk, Russia)**

**D.V. Loginov (Krasnoyarsk, Russia)**

## Abstract

*Statement of the problem.* In the legislation of the Russian Federation, physical culture and sport are prescribed as the most important components of the integral development of the individual. Physical culture and sports are represented by a set of achievements in improving health and forming a healthy lifestyle of the Russian population. Despite the fact that rhythmic gymnastics is a relatively young sport, it should be a physical culture and sports practice for the creative development of the values of sports, and actively used for the comprehensive development of the Russian population. Its means and methods should serve to improve the sports skills of Russian gymnasts to represent them on the international stage, self-improvement, improve performance, increase the body's resistance to adverse environmental influences, reduce the incidence of diseases in order to preserve the country's gene pool.

*The purpose of the article* is to consider the development of rhythmic gymnastics in Russia from the point of view of a historical and analytical approach; on the basis of the identified gymnastic systems of the late 19<sup>th</sup> – early 20<sup>th</sup> centuries, to form criteria for modern rhythmic gymnastics that improve the athletic skills of gymnasts.

*Methodology (materials and methods).* A review of the scientific literature has shown that the study of the development of rhythmic gymnastics based on a historical and analytical approach is an empirical component for identifying and establishing general historical patterns. Historical phenomena are analyzed on the basis of a logical method of study. The principle of concrete historical

research involves the study of the meaningful history of the subject under study in specific empirical manifestations. And the abstract-historical principle reveals historical regularity, without referring to the empirical history itself. The abstract-historical principle reconstructs the selected regularity on the basis of theoretical assumptions. The knowledge gained in the course of studying the past indicates the independent value of information. The historical-analytical approach is based on the “principle of historicism”. In a broad sense, this principle means the need to consider the phenomenon under study in its present state from the perspective of the past, determining the continuity between historical forms.

*Research results.* Within the framework of the historical and analytical approach, the main criteria in modern rhythmic gymnastics are formed, which will serve to improve the sports skills of gymnasts.

*Conclusions.* The formed main criteria of modern rhythmic gymnastics, identified on the basis of gymnastic systems of the late 19<sup>th</sup> – early 20<sup>th</sup> centuries, included: technical and artistic performance of compositions. The first reflects the technical and aesthetic characteristics of gymnastic elements and combinations, which include technical and aesthetic characteristics-posture, leg inversion, accuracy of movement, lightness, completeness, unity. The second reveals the ability of gymnasts to create an artistic image, convey feelings and mood through expressive gestures and facial expressions, musicality and dance.

**Keyword:** *artistic gymnastics, historical and analytical approach, composition, elements, development, sport, dance, gymnastic system.*

## References

1. Vdovichenko L.L. Identity through large sporting events. In: Proceedings of the XVIII World Sociological Congress ISA “Clash with an unequal world: challenges of global sociology”, Yokohama, Japan, July 13–19, 2014. 1025 p.
2. Volkonsky S.M. Artistic responses: articles about theater, music. Moscow: Librokom, 2012. 163 p.
3. Ginkevich I.V. Organization and conduct of classes according to the “School of movements” methodology at the initial stage of sports training in complex coordination sports // Vestnik Moskovskogo gosudarstvennogo universiteta kultury i iskusstv (Bulletin of the Moscow State University of Culture and Arts). 2017. No. 3. P. 220–226.
4. Duncan A. My life. Moscow, 1930. 163 p.
5. Zubkova A.Yu. The use of rhythmic gymnastics elements in physical culture lessons for university students // Teoriya i praktika fizicheskoy kultury (Theory and practice of physical culture). 2013. No. 10. 24 p.

6. Inozemtseva E.S., Khatskaleva E.G. Means of training transfers in group exercises of rhythmic gymnastics // *Mezhdunarodnyy nauchno-issledovatel'skiy zhurnal* (International scientific research journal). 2016. No. 11 (53). P. 99–101.
7. Knyazeva M.L. Key to self-creation [Electronic resource]. Moscow: Molodaya gvardiya, 1990. P. 22–24. URL: <https://vikent.ru/author/1383/>.
8. Naipak V.D. Beginning of the path. In: *Gymnastics: collection of articles*. Moscow, 1985. Is. 1. P. 57–61.
9. Parshikova N.V., Izaak S.I., Kovalenko G.V. Russia is a sports country: history and modernity // *Teoriya i praktika fizicheskoy kultury* (Theory and practice of physical culture). 2019. No. 10. P. 3–6.
10. Peredelsky A.A., Seleznev P.S., Fedyakin I.V. Sports and politics in the aspect of methodological analysis // *Teoriya i praktika fizicheskoy kultury* (Theory and practice of physical culture). 2019. No. 12. P. 11–13.
11. Poetry of movement: On the history of the creation of rhythmic gymnastics in Leningrad: collection of articles / compiled by I.N. Ionina. Leningrad: Lenizdat, 1987. 157 p.
12. Teider V. A Duncan in Soviet Russia // *Voprosy teatral'nogo iskusstva* (Questions of theatrical art). Moscow: GITIS, 1977. P. 371–374.
13. Tranbaeva E. N. Compositional foundations of rhythmic gymnastics exercises "Compositional foundations of rhythmic gymnastics exercises" // *Izvestiya VUZov Kyrgyzstana* (News of Kyrgyz higher institutions). 2005. No. 6. P. 169–170.
14. Shakhov A.A., Egorov A.I., Olkhovsky R.M. Regional student sports: past experience, current state, development prospects // *Teoriya i praktika fizicheskoy kultury* (Theory and practice of physical culture). 2019. No. 10. P. 99–102.
15. Dutoit C.L. Music, movement, therapy. London, 1977. 32 p.
16. Games of the XXIX Olympiad in Beijing (CHN). Rhythmic Gymnastics / Federation Internationale de Gymnastique // *World of Gymnastics*. 2008. No. 55. P. 28–36.
17. Jaques-Dalcroze E. Rhythm, Music & Education. London, 1980. 18 p. URL: <https://archive.org/details/rhythmmusiceduca00jaqu/page/n9/mode/2up>
18. Munoz M.T., de la Piedra C., Barrios V., Garrido G., Argente J. Changes in bone density and bone markers in rhythmic gymnasts and ballet dancers: implications for puberty and leptin levels // *Eur. J. Endocrinol.* 2004. No. 151 (4). P. 491–496. DOI: 10.1530/eje.0.1510491
19. Rhythmic Gymnastics World Championships in Patras, Greece / Federation Internationale de Gymnastique // *World of Gymnastics*. 2008. No. 53. P. 14–32.
20. Rhythmic Gymnastics World Championships in Montpellier (FRA) / Federation Internationale de Gymnastique // *World of Gymnastics*. 2011. No. 63. P. 26–28.
21. Youth Olympic Games in Singapore, Singapore. Rhythmic Gymnastics Individual All-around Final / Federation Internationale de Gymnastique // *World of Gymnastics*. 2010. No. 61. P. 6–36.