

**Всероссийский конкурс образовательных практик по обновлению содержания и технологий дополнительного образования в соответствии с приоритетными направлениями, в том числе каникулярных профориентационных школ, организованных образовательными организациями в 2022 году.**

***«Этнокультурный компонент в танцевальной практике в условиях дополнительного образования»***



Автор(ы): Албина Анастасия Ивановна,  
педагог дополнительного образования,  
Муниципальное автономное учреждение  
дополнительного образования «Центр «Поиск

Саранпауль – 2021г.

**Наименование практики:** «Этнокультурный компонент в танцевальной практике в условиях дополнительного образования».

**Место реализации практики.** Ханты-Мансийский автономный округ – Югра (Тюменская область), Березовский район, Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования «Центр «Поиск», 628148, ХМАО-Югра Тюменская область, Березовский район, с.Саранпауль, ул. Школьная, 8,

- тел.факс 8(34674) 45-3-86 45-4-70. –Албина Анастасия Ивановна, педагог дополнительного образования.

- тел: 8(950)500-12-49.

- электронный адрес: albina.nastya2017@yandex.ru. Практика реализовывалась с обучающимися творческого объединения «Шаг вперед» МАУ ДО «Центра «Поиск» в 2021-2022 учебном году, возраст 6-14 лет.

*«Есть только один исторический путь  
к достижению высшей всечеловечности,  
к единству человечества –  
путь национального роста и развития,  
национального творчества».*  
А.В. Бердяев.

#### **Актуальность практики.**

Проблемы сохранения и дальнейшего развития этнокультурного воспитания детей являются как никогда актуальными и важными. Дети, являясь по своей природе творцами, всегда способны отражать в разных видах творчества все многообразие окружающего мира через особенности своего мировосприятия.

Будучи одним из стабилизирующих фактов общественной жизни, устойчивые традиции национальной культуры способны, как показывают исследования, помочь человеку адаптироваться к стремительно меняющемуся миру, особенно детям и подросткам. Отражая жизненный опыт народа, творчески обобщая и осмысливая его, фольклор является ярким выражением художественно-исторической памяти нации, важным фактором социальной экологии и в этом качестве может способствовать культурному «выживанию» человека.

Усиливается значение фольклора в наши дни и для собственно хореографического искусства, не только как арсенал выразительных средств, но и как своеобразного источника «живой воды», оплодотворяющей фантазию художника. Знакомство с богатством танцевального творчества народов и сейчас служит действенным средством идейно-эстетического воспитания подрастающего поколения. Сохранение богатств и традиций танцевального фольклора, органичное включение их в современную хореографическую культуру является важнейшей практической и теоретической задачей для всех работающих в этой сфере фольклористов, балетмейстеров, искусствоведов.

Эффективным средством изучения и освоения культурного наследия является - хореография. Продуктивность художественного воспитания подрастающего поколения средствами хореографии обусловлена ее синтезирующим характером. Знакомство с богатством танцевального творчества народов служит действенным средством воспитания подрастающего поколения. Сохранение богатств и традиций танцевального фольклора,

органичное включение их в современную хореографическую культуру является важнейшей практической и теоретической задачей.

### **Инновационный характер практики.**

Одним из основных принципов государственной политики в сфере образования является защита и развитие этнокультурных особенностей и традиций народов Российской Федерации в условиях многонационального государства.

Одной из приоритетных форм инноваций в образовании на сегодня выступает этнокультурный аспект воспитания детей, т.к. расширение взаимодействия культур и народов делает сегодня особенно актуальным вопрос о культурной самобытности и культурных различиях. Культурное многообразие современного человечества увеличивается, вместе с этим народы находят все больше средств, чтобы сохранять и развивать свою целостность и культурный облик. Тенденция к сохранению культурной самобытности подтверждает общую закономерность, состоящую в том, что человечество, становясь все более взаимосвязанным, не утрачивает своего культурного разнообразия.

В своей работе акцентирую внимание на развитие творческих и интеллектуальных способностей детей, через сохранение традиционной национальной культуры народов ханты и манси, устное народное творчество, детский фольклор, танцевально – песенный фольклор, игровой материал, сказку воспитать в детях доброту, толерантность, чувство патриотизма.

На занятиях хореографии активно применяю многие современные образовательные технологии, такие как:

- перспективно - опережающего обучения
- игровые технологии
- технологии проблемного обучения
- электронного обучения
- личностно-ориентированные технологии;
- технологии дифференциации и индивидуализации обучения;
- информационно-коммуникационные технологии;
- здоровьесберегающие технологии.

Каждая из технологий получает особое преломление в соответствии со спецификой работы в хореографическом коллективе.

### **Цель и задачи, которые решались в рамках реализации практики.**

**Цель:** создание условий для формирования личности обучающихся, как высоко нравственного, творческого, компетентного гражданина России, как носителя этнической культуры, компетентного участника социокультурных процессов, осознающего ценность своей и других культур на занятиях танцами условиях дополнительного образования.

Этнокультурное образование сложно переоценить, т.к. оно тесно связано с процессами возрождения национальной культуры, восстановления утраченных ценностей, исторической памяти народа, воспитания у подрастающего поколения высоких духовных качеств, формирования устойчивого интереса к истории и культуре, материальным и духовным ценностям. Исходя из этого в процессе обучения выстраиваю следующие **задачи:**

- *создание условий для этнохудожественного воспитания обучающихся средствами хореографии в условиях дополнительного образования;*

- способствовать всестороннему развитию обучающихся, воспитанию гармоничной личности, формированию индивидуальных качеств и творческих способностей;
- развитие и укрепление двигательного аппарата: снятие излишнего мышечного тонуса, улучшение ориентировки в пространстве, координации движений; физической выносливости; формирование правильной осанки и походки;
- ознакомить с национальным колоритом, характером, и манерой исполнения национальных танцев; терминологией хореографического материала;
- способствовать развитию выразительного исполнения, сценического артистизма, умению танцевать в ансамбле, дисциплинированности, волевых качеств;
- воспитывать интерес и любовь к искусству национальной культуры в процессе обучения;

#### **Содержание практики.**

В формировании эстетической и художественной культуры личности хореографическое искусство является важнейшим аспектом эстетического воспитания. Хореография - это мир красоты движения, звуков, световых красок, костюмов, то есть мир волшебного искусства.

На каждом занятии хореографическим искусством стараюсь способствовать физическому развитию детей, одновременно и обогащая их духовную культуру.

Для этого я создала необходимые условия для занятий хореографии, которые проводятся в танцевальном зале, в котором имеется необходимое оборудование: станки, музыкальный центр, зеркала, ковровое покрытие. [Приложение 1..docx](#)

Отношение детей к занятиям носит индивидуальный и строго выборочный характер. Ребенок воспринимает, запоминает и выполняет то, что его интересует, привлекает. Для проведения занятий у меня имеется дидактический материал для укрепления здоровья детей, (физминутки, упражнения для дыхания, упражнения для глаз, памятки о здоровом еде: ягоды, орехи, морсы, сера). [Практика 2. \(3\).docx](#), [Приложения 2\Приложения 2.docx](#), [Приложения 2\Практика 2..docx](#), [Приложения 2\Дыхание.docx](#)

Этот материал помогает мне при работе с детьми расширить общий культурный и художественный кругозор, который и является формой удовлетворения духовных потребностей, средством развития эстетического вкуса.

На моих занятиях обучающиеся знакомятся с обычаями и традициями народов Севера ханты и манси, [Приложение 3..ppt](#) проживающих в нашем регионе. При этом обычаи и традиции дети изучают не только теоретически, но и практически, приобретая тем самым конкретные навыки. Например, при постановке национального танца «Куренька», дети учатся красиво двигаться, осваивают навыки пластичности, развивают чувство ритма, через изучение быта и уклада жизни народов Севера ханты и манси.

Чтобы занятия были в радость, и при этом добиться результата, я, во-первых, стараюсь проводить свои занятия в игровой форме, ведь игра – это естественное состояние ребёнка. Игра позволяет снять эмоциональное напряжение, страх, неуверенность. Игра позволяет смоделировать проблемную ситуацию (например, выступление перед зрителями, когда ребёнок очень волнуется перед концертом) и благополучно разрешить её.

Во-вторых, я стараюсь быть в курсе всех проблем ребёнка – школьных, семейных. Это помогает адекватно выстроить систему занятий, не перенапрягая его, не нагружая чрезмерно. Я убеждена – форсировать нагрузку нельзя! Обучение должно быть здоровьесберегающим.

Ещё одно правило – **правило демократии**. Как я применяю его в своей работе? Для меня выслушать ребёнка – святое! Я всегда интересуюсь мнением своих воспитанников, я обсуждаю с ними дизайн будущих костюмов, музыкальные композиции. Я спрашиваю, куда они хотели бы пойти, например: в музеях, и в парках, или библиотеку, ведь моя работа педагога не ограничивается аудиторными занятиями. Я стараюсь быть для детей в первую очередь старшим товарищем, другом, партнёром и только потом – педагогом. Равномерному распределению психофизической нагрузки ребенка уделяю важную роль при подготовке к занятиям. Структура занятия состоит из нескольких этапов:

- танцевальное приветствие; Поклон.
- музыкальная разминка;
- танцевальные упражнения и разучивание танцевальных этюдов;
- игры на детских песенных музыкальных сопровождений;
- музыкальные и подвижные игры;
- музыкальное прощание. Поклон

Вначале занятия дети входят в танцевальный зал, встают в шахматном порядке перед зеркалами и приветствуют друг друга и педагога, исполняют поклон. Обращаю внимание на виды деятельности, требующие концентрации внимания, мыслительной активности: слушанию музыки, изучению новой темы, разучиванию постановки танца. А на завершение занятия провожу игры, и закрепляем материал, повторяем пройденный материал.

С интересом дети воспринимают музыкальное приветствие поклон. Например, «Я пришла сегодня к вам, очень рад я видеть вас. Здравствуйте, ребята!» Дети отвечают в ответ: «Здравствуйте!» Ребёнок постепенно привыкает к ритуалу и уже в самом начале занятия получает заряд положительного настроения, передающегося с улыбкой педагога. Тексты приветствия периодически обновляю. [Приложение 4..docx](#)

Далее провожу музыкальную разминку. Музыкальная разминка предполагает общеукрепляющие упражнения, регулирующие мышечный тонус на организм. На этом этапе обязательно применяю в работе упражнения, направленные на формирование правильного дыхания. В результате проведения на каждом занятии дыхательной гимнастики повышаются показатели диагностики дыхательной системы, развития танцевальных способностей детей. Дыхательная гимнастика оказывает на детей психотерапевтическое, оздоравливающее и даже лечебное воздействие: положительно влияет на обменные процессы; способствуют восстановлению центральной нервной системы; улучшает дренажную функцию бронхов; восстанавливает нарушенное носовое дыхание; исправляет развившиеся в процессе заболеваний различные деформации грудной клетки и позвоночника. [Приложение 5.docx](#)

Также провожу гимнастические упражнения на растяжку. Выполнение упражнений и ритмических движений укрепление мышц шейного отдела позвоночника, верхнее - плечевого отдела позвоночника, укрепление мышц брюшного пресса, поясничного отдела позвоночника и ягодичных мышц.

Регулярное выполнение упражнений на растяжку оказывает такое действие на организм: повышает эластичность мышц, снимает зажимы, улучшает подвижность суставов; снижает риск травм при занятии спортом; упрощает правильное выполнение силовых упражнений; снимает напряжение и болевые ощущения после нагрузок. [Приложение 6..doc](#)

Все упражнения стараюсь подбирать по возрастной категории детей. Для того чтобы у детей выработался устойчивый интерес и положительное эмоциональное отношение к данному виду деятельности, провожу разминку в игровой форме. Выбор упражнений зависит от педагогических задач и тематике занятия. Основные задачи этой вступительной части занятия – установление контакта с ребёнком, создание атмосферы психологического комфорта.

Занятия планирую из комплекса заданий, которые подбираю с учётом индивидуальных особенностей развития и интересов ребёнка. Кто-то из детей любит художественную композицию медленную, быструю темп музыки, кто-то любит подвижные игры и так далее. Иногда привычное и любимое занятие даётся ребёнку с трудом из-за настроения либо самочувствия – поэтому содержание занятия всегда вариативны и гибко подстраиваю под детей. Наиболее сложные для ребёнка задания чередую с более лёгкими и интересными ему темами.

Ходьба и движение способствуют игре мозга и работе мысли. [Приложение 7..docx](#)

Мозг развивается вместе с телом. В раннем возрасте умственное развитие, в том числе речевое, идет параллельно с физическим и сенсорным. Ребенок познает мир, осваивает речь, понимает пространственно—временные связи предметов и явлений при помощи движений. Роль подвижных упражнений для формирования мелкой моторики, быстроты реакции, координации движений, памяти, восприятия, деятельности слухового и зрительного анализаторов неопределима.

Актуальность танцевальных занятий заключается в том, что они позволяют каждому ребенку, независимо от его способностей и дарований, раскрыть и проявить себя, научиться понимать и любить танцы, музыку, принимать участие в концертной деятельности, развиваться в физическом и психическом развитии. В связи с этим, можно выделить положительную роль танцевальных занятий в улучшении физического и морально-психологического состояния детей, развития эстетического восприятия, обогащения впечатлений, формирование душевного равновесия.

Для развития танцевальных способностей провожу с детьми ритмические упражнения. Ритм – это музыкальное начало в поэзии и хореографии. Роль ритма неодинакова в различных национальных культурах, в различных периодах и индивидуальных стилях многовековой истории музыки.

Ритм-это временная и акцентная сторона мелодии, гармонии, фактуры, тематизма и всех других элементов музыкального языка. Ритм, в отличие от других важнейших элементов музыкального языка – гармонии, мелодики, принадлежит не только музыке, но и другим видам искусств- поэзии, танцу; которым музыка находилась в синкретическом единстве. Существовая как самостоятельный род искусства. Для поэзии и танца, как и для музыки, ритм составляет один из их родовых признаков.

Музыка как временное искусство, немислима без ритма. Через ритм она определяет своё родство с поэзией и танцем.

Для того чтобы сконцентрировать внимание детей на координации их собственных движений с танцами, с музыкальным метроритмом применяю танцевально – двигательные разминки. Чтобы детям было проще уловить заданный танцевальные произведением ритмический рисунок, основную мелодию не просто прослушиваем, а исполняем. Для этого мелодия должна быть снабжена движением понятным по смыслу и доступным для быстрого запоминания ее детьми. Начиная с простейших заданий – игр, музыкальные упражнения постепенно усложняются, тем самым становясь все увлекательнее.

[Приложение 8..doc](#)

На занятиях при знакомстве и разучивании танцевальной композицией создаю доверительную атмосферу. Беседую с детьми по содержанию танца. Если дети затрудняются сформулировать ответ, то на столах обязательно лежат карточки с изображением того или иного ответа, или подсказываю детям наводящими вопросами.

#### [Приложение 9..docx](#)

На занятиях обязательно веду связь с танцами и жизнью. Знакомлю детей с подражанием зверей, птиц, пантомимы, подражание из бытовой жизни и культуры народов Севера ханты и манси, и т.д. Сопровождаю демонстрацией ярких картинок с явлениями природы, о подвигах, о войне рассказами и стихами. Дети откликаются и сами рассказывают о своих домашних животных. Прошу детей задавать вопросы по содержанию, побуждая тем самым мыслить, общаться. При разучивании танца использую разнообразные приемы: танцевальные этюды по цепочке, по фразе, и дидактические игры.

На занятиях играем под национальную музыку (санувылтап, нарсьюх), национальная музыка выполняет роль развития навыков игры и музыкальных способностей, таких, как чувство ритма, тембровый и мелодический слух. Использование национальной музыки на занятиях способствует решению следующих задач:

- развитие внимания, самоконтроля;
- формирование координации движений;
- развитие мелкой моторики;

Дети любят выступать с традиционными музыкальными номерами на праздниках «Вороний праздник» в деревне Щекурья, [Приложение 10.pptx](#) и концертах «День округа» в Саранпаульском Доме культуры, [Приложение 11..pptx](#) что выполняет роль демонстрации успехов. Часто ребёнок проявляет большой интерес к национальной культуре, на котором я исполняю танцевальные движения.

На каждом занятии провожу музыкальные игры. Их цель – развитие координации, накопление двигательного опыта, удовлетворение потребности ребенка в движении и эмоциональном подъеме. Свои навыки дети демонстрируют на различных праздниках.

В развитии музыкально – ритмической деятельности посредством подвижных музыкальных игр дети усваивают средства художественной выразительности характерные для музыки и речи – ритм, темп, высоту, что дает возможность дифференцированно воздействовать на разных детей. Медлительные дети нуждаются в стимулирующей музыке, которая бы повышала возбуждение в коре головного мозга и стимулировала бы их общий жизненный тонус. Это произведения подвижного, быстрого характера. Гиперактивные дети успокаиваются музыкой умеренного темпа, снижающего возбужденное состояния коры головного мозга.

Дистоническим детям, у которых в течение дня происходит резкая смена эмоционального состояния (от агрессии до апатии) применяю стабилизирующую музыку спокойного характера с акцентами, повторяющимися через равные интервалы, и с одинаковым уровнем громкости звучания.

Музыкальная игра вызывает эмоциональный и двигательный отклик. Характер отклика зависит от цели, содержания, образа игры, которая отличается от танца, пляски тем, что помогает детям внимательно и сознательно слушать музыку. В музыкальной игре ребенок выполняет различные задания: все его движения и действия связаны с процессом узнавания и различения характера музыки, отдельных выразительных средств. Постепенно это вырабатывает у ребенка умение согласовывать движения с началом и окончанием музыки, ощущать фразировку, метроритм, интонацию, такты.

Эмоционально окрашивая игровые действия, музыка предъявляет детям требование проявлять волевые усилия, сосредотачиваясь на многообразии выразительных интонаций, ритмических рисунков мелодии, что позволяет формировать музыкальные и двигательные навыки, активизацию чувств, воображение, мышление. Аналогично музыкальному приветствию проходит церемония прощания. Музыкальное приветствие и прощание полезны тем, что четко ограничивают начало занятия и создают целостность, законченность его. [Приложение 4..docx](#)

Таким образом, в своей деятельности стараюсь не делать акцент на целенаправленное обучение детей музыкальной – танцевальной грамоте, а выдвигаю на первый план более значимые для ребенка воспитательные эффекты.

Средства и способы реализации практики. При использовании этнокультурного компонента и его формы обучения стремлюсь развить методологию, направленную на детей и признающую, что все дети – индивидуумы с различными потребностями в обучении. Стараюсь разработать подход к преподаванию и обучению, который будет более гибким для удовлетворения различных потребностей в обучении. В этом случае при использовании этнокультурного компонента в танцевальной практике

в условиях дополнительного образования участвует все дети. Преподавание и обучение в кружке становятся более эффективными.

№ п.п.	Этап	Задачи, виды деятельности	Сроки
1	Организационный	Ознакомление с целями, задачами, содержанием практики с учетом тематики. Определить сроки, наметить план.	Сентябрь -октябрь
2	Теоретический	Пользуясь ресурсами интернета, методических журналов, книг найти интересный материал по работе с детьми с этнокультурным компонентом, чтобы использовать эту информацию при проведении занятий.	В течение года
3	Практический	Разработать занятия, методический и наглядный материал; Провести занятия.	В течение года
4	Заключительный	Сопоставление действительных и желаемых результатов работы.	В течение года

#### **Техническое оснащение занятий**

- комната для занятий, отвечающая санитарно - гигиеническим нормам;
- инструменты (платки, национальные костюмы (платья), украшения);
- технические средства обучения (магнитофон, CD – проигрыватель, усилитель, акустические колонки, микрофоны);
- аудиотека;
- учебная методическая литература и учебно-дидактические пособия по хореографии.

#### **Кадровое обеспечение программы**

Одним из ключевых условий успешной организации танцевальных занятий является обеспеченность квалифицированным педагогом, имеющим хореографическое и психологическое образование.

Для меня, имеющееся педагогическое образование, курсы повышения квалификации по работе с детьми в дополнительном образовании, преподавание в кружке «Шаг вперед» дается легко и доступно.

#### **Социально-педагогическое партнерство**

- Семья ребенка;
- Дом культуры;
- Средняя школа;
- Музей;
- Библиотека;
- Центр социального обслуживания «Альянс»;
- Саранпаульская национальная школа искусств.

**Для развития творческого потенциала личности воспитанника необходимо создать следующие условия:**

- обеспечение индивидуального развития ребенка;
- обеспечение обстановки для проявления самостоятельности;
- соблюдение принципов танцевальных движений, главным из которых является постепенность в развитии природных данных и способностей воспитанника;
- постепенность и четкая последовательность в нарастании физических нагрузок и технических трудностей;
- обязательная систематичность и регулярность занятий при общей большой затрате физической и нервной энергии;
- проявление высоких требований к личностным качествам (духовным, нравственным, эмоционально-волевым);
- соблюдение инструкции правил охраны труда ребенка, норм санитарной гигиены в помещении и правил противопожарной безопасности.

Во всех видах танцевальной деятельности я стараюсь создать условия, необходимые для обеспечения эмоционального благополучия через непосредственное общение с каждым ребенком, уважительное отношение к его чувствам и потребностям. Свою задачу в музыкальном и танцевальном воспитании ребенка, вижу в том, чтобы заинтересовать той или иной деятельностью детей с этнокультурным компонентом в танцевальной практике в условиях дополнительного образования. Найти индивидуальный подход и помочь, сделать так, чтобы ребёнку нравилось приобретать новые навыки в музыкальной и танцевальной деятельности.

Данные о результативности. С целью определения уровня танцевального развития и объема приобретенных навыков применяю диагностические процедуры. Для проверки уровня развития индивидуальных способностей, таких, как чувство ритма, танцевальная практика, музыкальный слух и память использую на занятиях танцевально - музыкально - дидактические игры, проверочные задания, викторины, беседы. [Приложение 12\Познавательный час.docx](#), [Приложение 12\Познавательный час.ppt](#), [Приложение 12\Приложение 12.docx](#), [Приложение 12\Приложение 12.doc](#), [Приложение 12\Приложение 12..docx](#), [Приложение 12\Приложение 12. \(2\).docx](#)

Можно сделать вывод о том, что все изучаемые музыкальные, танцевальные способности у детей до и после занятий имеют положительную динамику.

Результативностью обучения детей считаю активное участие в концертных [Приложение](#) мероприятиях в центре «Поиск», в Доме культуры, в средней общеобразовательной школе, в музее, в библиотеке. Дети выразительно исполняют танцевальные композиции, участвуют в различных конкурсах международного, всероссийского, регионального, районного, поселкового уровня. [Приложение 11..pptx](#) Танцуют фольклорные танцы народов Севера ханты и манси, народные и русские танцы, разыгрывают сценки, инсценировки, танцевальные этюды сочиняют сами, пробуют себя в роли постановщиков хореографов, ассистентов во время мероприятий [Приложение 10.pptx](#)

Диагностика уровня развития психических и познавательных функций обучающегося дает возможность сделать вывод:

- незначительный прирост в критерии наглядно - образном мышления;
- повысилось эмоциональное состояние и открытость детей;
- научились держаться на сцене;
- владеют навыками общения и сотрудничества в творческой коллективной деятельности;
- проявляют познавательный интерес к музыкально-художественным видам танцевальной деятельности;
- любят участвовать в концертной деятельности, как группой, так и соло.
- осознанно относятся к своему здоровью: соблюдение гигиены;

Таким образом, танцевальная культура народов ханты и мани является чем-то большим, чем просто движения под музыку. Это способ работы над собой, помогающий добиваться успехов в любой сфере деятельности. Он воспитывает те способности, которые управляют взаимодействием духа и тела и помогают проявлять вовне то, что находится внутри нас. Занятия танцами с этнокультурным компонентом подарят ребенку радость движения, общения, обогатят его внутренний мир и помогут познать себя.

Результаты диагностики дают основания полагать об эффективности занятия хореографией, построенных на исполнительское мастерство, слушании музыки, музыкально-ритмических движениях. Занятия танцами действительно способствует всестороннему развитию личности ребенка.

Благодаря мониторингу, это подтвердилось на примере психических процессов и танцевально-творческой деятельности. Тем самым подтверждается значимость идеи о том, что необходимо диагностировать детей, в нем отражаются все аспекты развития танцора. Достоинством данной модели диагностики является ее подвижность, способность расти и развиваться. Возможность использования, как целиком, так и частично на занятиях хореографии. Танцевально - творческая деятельность может стать важным разделом физического и духовного воспитания.

**Возможность использования предоставленного материала в опыте работы образовательных организаций в сфере образования.** Данная практика может быть использована в работе руководителей творческих музыкальных, танцевальных объединений, классных руководителей школы, заместителями директора по методической работе, педагогами - организаторами при планировании воспитательной работы.

#### **Список литературы:**

1. Жорницкая М. Я. Фиксация пластики движения традиционных танцев ханты и манси//ПНИЭ. М.:Наука, 1980, с. 79—89
2. Иштимирова Ф.П. Доклад «Танец - живое искусство народа» / <http://ugra-nasledie.ru/info/doklad-tanec-zhivoe-iskusstvo-naroda-ishtimirova-fp>

3. Панченко Л.Н. ТРАДИЦИОННЫЕ ТАНЦЫ НАРОДА МАНСИ // В мире науки и искусства: вопросы филологии, искусствоведения и культурологии: сб. ст. по матер. XI междунар. науч.-практ. конф. Часть II. – Новосибирск: СибАК, 2012.
4. Финно-угорский культурный центр Российской Федерации [электронный ресурс] — режим доступа. — URL: <http://www.finnougoria.ru/>
5. Волдина Т.В. Хантыйский фольклор: история изучения. Томск, 2002.
6. Музыка и танец в культуре обско-угорских народов/ Под ред. Н.В. Лукиной, Томск: Изд-во Том. ун-та, 2001
7. Культура обско-угорских народов (ханты и манси): Курс лекций/ сост. А.М. Ратников.- Нижневартовск: Изд-во Нижневарт. гуманит. ун-та, 2008
8. Нилов В.Н. Северный танец. Традиции и современность.- 2-е изд., доп. –М.: Северные просторы, 2005
9. Петров А.А. О народной хореографии хантов и манси// Народы северо-западной Сибири/ Под ред. Н.В. Лукиной. Томск, 2001
10. Попова С. А. Обряды перехода в традиционной культуре манси.- Томск: Изд-во Том. ун-та, 2003