**МУНИЦИПАЛЬНАЯ БЮДЖЕТНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «БУИНСКАЯ ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ №1»**

ТЕМА:

**«СПЕЦИФИКА ЗАНЯТИЙ ХОРЕОГРАФИЕЙ ДЕТЕЙ С ОВЗ»**

ПРЕПОДАВАТЕЛЬ ВЫСШЕЙ КВАЛИФИКАЦИИ

МАКАРОВА НАТАЛЬЯ АЛЕКСЕЕВНА

***Содержание:***

**Стр.**

Введение  …………………………………….………3

Актуальность, цель, задачи  ……………….……..5

Специфика занятий .……………………….……....7

Особенности проведения занятий

с детьми с ДЦП ……………………………….…….9

Занятия для детей с аутизмом  ……………….…10

Особенности  детей с синдромом Дауна  ....…..11  
Образование лиц с нарушением умственного развития (умственной отсталостью)  ..………….12

Влияние двигательного анализатора

 на общее развитие ребенка  ………………..….13

Моторика  ……………………………………….......14

Координация  …………………………….……....…15

Музыка ..…………………………………………..….16

Заключение……………………………………..……19

Литература……………………………………………22

***Ведение***

Искусство хореографии - универсальное явление с долгой историей развития. Оно основано на стремлении человека к ритмичным движениям и потребности выражать эмоции посредством танца, гармонично сочетая движение и музыку. История хореографического искусства - это результат эволюции человеческой культуры и социальных особенностей каждой эпохи, а также история народного танцевального искусства и практической работы хореографов и исполнителей разных эпох и культур. Хореография - отличный инструмент психотерапии. Танцы особенно рекомендуются тем, кто испытывает повышенное чувство страха или неуверенности в себе, а также людям, склонным к депрессии.

Каждый жанр хореографического искусства предоставляет свои возможности для познания мира, людей и человеческих взаимоотношений. Танцы помогают выработать правильную осанку, гармонично развивают все тело и раскрепощают движения. Включение упражнений в урок способствует воспитанию опорно-двигательного аппарата, уравновешивая право- и левостороннее развитие всех мышц корпуса и конечностей, развитию сложной координации движений, расширению двигательного диапазона, тренировке дыхательной и сердечнососудистой системы, повышая тем самым жизненную активность.

***Актуальность***

Актуальность данной темы заключается в разрешении существующего противоречия между необходимостью развития двигательных навыков у детей с ограниченными возможностями и отсутствием достаточных развивающих методик.

***Задачи***

Основные задачи в работе с детьми с ограниченными возможностями в коррекционных учреждениях направлены на то, чтобы ориентировать образование не только на приобретение учащимися определенного объема знаний и умений, но и на развитие их личности, их когнитивных и творческих способностей, социализацию и адаптацию. Занятия хореографией и физическое развитие детей с ограниченными возможностями направлены на решение следующих задач:

1. Задачи, направленные на коррекцию, компенсацию и профилактику отклонений в физическом развитии, обусловленных характером нарушений.

2. Укрепление психофизического здоровья ребенка.

3. Обеспечение гармоничного телосложения: правильная осанка; повышение потребности в различных видах физической активности; развитие движений, двигательных качеств, танцевальной и умственной работоспособности; тренировка сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

4. Формирование художественно-образного восприятия и мышления.

5. Интеллектуальное и духовное развитие личности ребенка. К особенностям работы с детьми с ограниченными возможностями относятся снижение возрастных требований к хореографическим элементам и небольшая продолжительность каждого отдельного движения.

На начальных этапах обучения целесообразно проводить с детьми бессюжетные танцевально-игровые занятия, так как у них еще не сформированы основные движения, малый двигательный опыт, не умеют ориентироваться в пространстве. Бессюжетные танцы способствуют повышению эмоционального тонуса и учат детей ориентироваться схеме рисунка. При обучении детей танцевальным упражнениям применяются словесные, наглядные и практические методы.

     Коррекционно-воспитательная работа в хореографии  детей с ОВЗ, направлена на развитие внимания и запоминания, формирование восприятия и мышления, а также воспитание определенных качеств личности. Задача, стоящая сегодня перед учителями, руководителями детских творческих коллективов заключается в поиске и использовании специальных методик, которые позволяют подойти к вопросу развития детей (физического, психологического, интеллектуального) более продуктивно, применяя новые технологии. Актуальность данной темы заключается в разрешении сложившегося противоречия, в котором с одной стороны выступает необходимость развития двигательной моторики детей с ОВЗ и недостаточным количеством развивающих методик с другой.

   При правильной постановке обучения, хореография способствует развитию личностных качеств у детей с ОВЗ, произвольного внимания, умения преодолевать посильные трудности, контролировать себя: развитию целеустремленности, настойчивости, организованности,

дисциплинированности, смелости, правильному отношению к оценке своих действий и положительному отношению к сверстникам.

***Специфика занятий***

Формирование здоровья детей, полноценное развитие их организма - одна из основных проблем в современном обществе. Медики, родители и педагоги повсеместно констатируют отставание, задержки, нарушения, отклонения, несоответствия нормам в развитии детей, неполноценность их здоровья.

   Задача, стоящая, сегодня перед учителями, заключается в поиске и использовании специальных методик, которые позволяют подойти к вопросу развития детей с ОВЗ, более продуктивно, применяя новые технологии.

Специфика работы с детьми с ОВЗ, состоит в адаптации классических методов и технологий, с учётом индивидуальных психофизических особенностей ребёнка, с учётом выраженного дефицита межсенсерного взаимодействия, зрительно-моторно-слуховая координация.   В снижении уровня возрастных требований к танцевальным упражнениям, кратковременности выполнения каждого отдельного движения по сравнению с детьми не имеющих особенностей в психофизическом развитии.

Специфика хореографического искусства определяется его многогранным воздействием на человека, что обусловлено самой природой танца как синтетического вида искусства. Влияя на развитие эмоциональной сферы личности, совершенствуя тело человека физически, воспитывая через музыку духовно, хореография помогает обрести уверенность в собственных силах, даёт толчок к самосовершенствованию, к постоянному развитию. На различных этапах своего развития человечество постоянно обращалось к танцу как к универсальному средству воспитания тела и души человека - средству гармонизации воспитания личности.  Изучение хореографии, как и других видов искусства, помогает развить те стороны личностного потенциала учащегося, на которые содержание других предметов имеет ограниченное влияние: воображение, активное творческое мышление, способность рассматривать явления жизни с разных позиций. Как и другие виды искусства, танец развивает эстетический вкус, воспитывает возвышенные чувства, но, в отличие от других искусств, оказывает существенное влияние и на физическое развитие ребёнка.

В каждое занятие включается специальная работа по коррекции функции равновесия, укреплению мышц, формирующих правильную осанку, и мышц свода стоп (предупреждение и коррекция плоскостопия), развитию дыхательной мускулатуры и нормализации двигательной активности.

На начальных этапах обучения целесообразно проводить с детьми бессюжетные подвижные игровые таны, так как у них еще не сформированы основные движения, малый двигательный опыт, не умеют ориентироваться в пространстве помещения, и не могут понять правила и условия сюжетных танцев, этюдов, танцевальных зарисовок. Бессюжетные танцы способствуют повышению эмоционального тонуса и учат детей ориентироваться в пространстве. При обучении детей хореографическим упражнениям применяются словесные, наглядные и практические методы.

Известно, что при поступлении в специальные коррекционные  учреждение многие дети с психофизическими нарушениями совсем не владеют речью и не понимают даже простейших словесных инструкций. Поэтому на первых годах обучения основными методами являются наглядные и практические. В начале обучения детей надо учить действовать по подражанию действиям взрослого, зеркальному отражению. Весь первый год подражание остается основным методом обучения. По мере овладения детьми понимания инструкции возрастает и роль речи.

Большую роль в физическом развитии детей с нарушениями играет правильное определение количества упражнений, которые должны благоприятно влиять на состояние здоровья детей, состояние их сердечнососудистой системы.

При правильной постановке хореографического обучения  воспитание способствует развитию личностных качеств детей с психофизическими нарушениями произвольного внимания, умения преодолевать посильные трудности, контролировать себя: развитию целеустремленности, настойчивости, организованности, дисциплинированности, смелости, правильному отношению к оценке своих действий и положительному отношению к сверстникам.

***Особенности проведения занятий с детьми с ДЦП***

Дети с тяжелыми формами церебрального паралича - это дети с множественными нарушениями, в том числе ведущими - двигательными и чувствительными (сенсорными) расстройствами. Это очень сложный контингент. Как правильно организовать работу с ребенком, если он не ходит и не сидит самостоятельно.  Как включить его в социум, как помочь чему-то научиться? Как наполнить его жизнь новым содержанием?

Дифференцированный подход в работе - это, прежде всего, работа с тем потенциалом, который имеет каждый конкретный ребенок, учитывая его особенности и его возможности. Это очень важно - идти от ребенка, его движений, его потребностей. Поэтому работу с телом мы начинаем с изучения возможностей тела каждого конкретного ребенка. Прежде всего, для любого специалиста интерес представляет наличие произвольных движений. Но у детей с ДЦП произвольность в движениях практически отсутствует или сильно затруднена. Работа с телом в таких случаях начинается с непроизвольного движения - гиперкинеза или сильной спастики. Проще говоря, работаем с тем, что есть, превращая весь процесс работы с телом в забавную игру.

|  |
| --- |
| **Занятия для детей с аутизмом** |

Детей, страдающих аутизмом,  нужно ежедневно привлекать к  интересным, но достаточно сложным видам деятельности. Стоит ли ожидать, что такие дети везде смогут успешно проявить себя?  Конечно, нет.   Но существует целый ряд занятий, которые дети - аутисты с удовольствием посещают.

Дети - аутисты нередко находят себя в некоторых видах искусства, например, в театрализованной деятельности, рисовании, пении, музыке и конечно танцы. Им необходимо предоставлять возможность заниматься творчеством как можно чаще.

Важно понимать, что дети, страдающие аутизмом, не всегда четко осознают, что именно им интересно, поэтому  следует ознакомить и заинтересовать своими занятиями. Как можно чаще поощрять ребенка и предоставлять ему возможность играть и заниматься с другими детьми. Таким образом, он не только узнает много нового, но и научится общаться со сверстниками.

Здесь следует соблюдать особую осторожность, поскольку аутисты склонны избегать тактильных контактов.

Необходимо контролировать поведение всех участников группы, и особенно внимательно следить за теми из них, кто может повести себя грубо по отношению к ребенку, страдающему аутизмом.

Очень важно, чтобы  ребенок – аутист, оказался в окружении чутких и внимательных детей.

***Особенности  детей с синдромом Дауна***

Цель работы с детьми с синдромом Дауна – их социальная адаптация, приспособление к жизни и возможная интеграция в общество. Воспитание детей с синдромом Дауна, формирование у них правильного поведения.

Основное внимание в работе направлено на воспитание привычек. У детей необходимо развить навыки культурного поведения в общении с людьми, научить их коммуникабельности. Они должны уметь выражать просьбу, уметь защитить себя или избежать опасности. Большое внимание необходимо уделить внешним формам поведения.

Дети с синдромом Дауна, имеют не только слабые, но и сильные стороны. Соответственно, нуждаются не столько в упрощенной, сколько в индивидуальной программе обучения:

·  улучшение концентрации внимания;

·  снижение тревожности в общении;

·  увеличение активности;

Благоприятные социальные условия и способы взаимодействия с окружающей действительностью способствуют успешности социально-психологической адаптации детей с синдромом Дауна.

***Образование лиц с нарушением умственного развития   (умственной отсталостью)***

К лицам с нарушением умственного развития (умственно отсталым), относят лиц со стойким, необратимым нарушением преимущественно познавательной сферы, возникающим вследствие органического поражения коры головного мозга, имеющего диффузный (разлитой) характер. Характерной особенностью дефекта при умственной отсталости является нарушение высших психических функций - отражения и регуляции поведения и деятельности. Это выражается в нарушении познавательных процессов, (ощущений, восприятия, памяти, мышления, воображения, речи, внимания), страдают эмоционально-волевая сфера, моторика, личность в целом.

Дебильность - незначительная степень умственной отсталости. Эта категория лиц составляет большинство среди страдающих умственной отсталостью (70-80%).

Имбецилъностъ является умеренной степенью умственной отсталости. При этой форме поражены как кора больших полушарий головного мозга, так и нижележащие образования.

Идиотия - самая тяжелая степень умственной отсталости.

Новый  материал, необходимый для усвоения, нужно делить на маленькие порции и представлять для усвоения в наглядно-практических, деятельностных условиях, закрепление проводить на большом количестве тренировочных упражнений, многократно повторять усвоенное в разных упражнениях, комбинациях и танцевальных зарисовках.

***Влияние двигательного анализатора на общее развитие ребенка***

Морфологическая структура двигательного анализатора человека чрезвычайно сложна. Мышцы связаны с центральной нервной системой посредством проприоцептивных моторных безусловнорефлекторных дуг. Возбуждение, возникающее  при растяжении и сокращении мышц, передается по афферентным волокнам в спинной  мозг, в нем по задним столбцам достигает больших полушарий и, наконец, передается в заднюю центральную и теменную область.

Передняя центральная извилина мозга ребенка является областью двигательных проекций.  Раздражение коры мозга в том или другом пункте передней центральной извилины вызывает сокращение соответствующих мышечных групп, а значит – движение.

Двигательная система человека включает в себя две части: пассивную       (жесткий сочленный скелет)   и активную (поперечнополосатую мускулатуру со всем ее оснащением). Пассивный двигательный аппарат составляется из костных сочленных звеньев, располагающихся преимущественно вдоль оси органов (аксиально) и образующих кинематические цепи со многими степенями свободы. Пассивная часть не может обеспечить устойчивости системы без постоянного, активного участия мускулатуры. Активная часть двигательного аппарата представляет собой сложную систему нервно-мышечных образований, в которой все элементы многократно связаны друг с другом и образуют гетерогенную морфологическую структуру.

Развитие  двигательных функций в онтогенезе ребенка совершается очень медленно – на протяжении многих месяцев и лет. В исследованиях психологов, как отечественных, так и зарубежных, очень большое место уделяется вопросу о том, является развитие моторики ребенка следствием естественного созревания или же это есть результат учения.

***Моторика***

   Формирование движений, моторики ребенка это - один из важнейших компонентов  физического развития детей с ОВЗ. Чувство радости, ощущение самостоятельности остаются главными источниками мотивации танцевальной активности детей.

В физическом развитии детей с ОВЗ, так же, как и в психическом, имеются общие тенденции с развитием детей без особенностей развития. Наряду с этим наблюдается и множество отклонений, в основе которых лежит диффузное поражение коры головного мозга.

Эти отклонения находят свое выражение в ослабленности организма, в нарушениях соматики, большей подверженности простудным и инфекционным заболеваниям, в общем физическом недоразвитии (вес, рост), в нарушении развития статики и локомоции, основных движений, мелкой моторики, осанки, координации элементарных двигательных актов, в нарушениях равновесия и др. У детей с органическим поражением центральной нервной системы нарушена нервная регуляция мышечной деятельности. В результате своевременно не формируется контроль за двигательными актами, возникают трудности в формировании произвольных движений, в становлении их целенаправленности, координированности,

пространственной ориентировки. Некоторые дети производят впечатление физически здоровых и двигательно-сохранных, но это кажущееся благополучие. У этих детей отклонения в физическом развитии проявляются при выполнении заданий, требующих включения целенаправленных двигательных актов.

    У большинства же детей, поступающих в специальные учреждения, отклонения в физическом развитии оказываются явно выраженными. Корпус у них наклонен вперед, голова опущена вниз, они часто смотрят под ноги. При ходьбе они шаркают ногами, движения рук и ног не согласованы между собой, стопы ног развернуты носком внутрь. У некоторых детей при ходьбе отмечается семенящий, неритмичный, неравномерный шаг, темп ходьбы неустойчив, ноги слегка согнуты в тазобедренном суставе. При беге также наблюдается мелкий семенящий шаг, полусогнутые ноги опускаются всей стопой на землю, движения рук и ног несогласованны, движения неритмичны. При этом у некоторых детей отмечаются боковые раскачивания корпуса. Многие дети с ОВЗ,  не могут прыгать — ни на двух, ни на одной ноге.

***Координация***

Координация движений - это двигательная способность, которая развивается посредством самих движений. И чем большим запасом двигательных навыков обладает ребенок, тем богаче будет его двигательный опыт и шире база для овладения новыми формами двигательной деятельности. Известно, что координационная способность человека достигает высокого уровня развития к 6-7 годам жизни. Отмечено также, что дети, занимающиеся хореографией, добиваются виртуозности движений, которым их обучают. Это дает основание считать, возможным тренировать и совершенствовать координацию движений. Ученые-физиологи указывают на большое значение педагогического воздействия как фактора, формирующего взаимодействие процессов возбуждения и торможения в коре головного мозга. Важнейшим показателем тренированности центральной нервной системы,  является рост подвижности, уравновешенности, а также концентрации (как во времени, так и в пространстве) возбудительных и тормозных процессов. Все это создает благоприятные условия для координированной работы центральной нервной системы, а также всего нервно-мышечного аппарата. В ходе занятий танцами постоянно формируются и уточняются различные формы содружественных и реципроктных отношений между нервными центрами мышечных групп, и чем выше тренированность человека, тем более совершенными становятся эти отношения. В занятия с детьми с ОВЗ следует включать максимально разнообразные движения. С тем чтобы обеспечить наилучшее развитие координационных возможностей.

Таким образом, используя активную двигательную деятельность как форму тренировки, мы можем ускорить и усовершенствовать процесс развития координации движений. Однако следует помнить, что это должен быть не хаотический набор движений, а правильно и строго организованный педагогический процесс, в котором хореографические  упражнения выполнялись бы с определенной нагрузкой и дозировкой соответственно возрасту и психофизическому развитию занимающихся

***Музыка***

    На занятиях хореографией, большое значение придаётся слушанию и разбору музыки танца (ее характера, настроения, структурного построения, ритмическим особенностям). Музыка сообщает движениям определенный характер, придает им эмоциональную окраску. Музыкальное сопровождение должно быть ярким, эмоциональным, выразительным. Среди всех искусств, в единстве с которыми развивается танец, музыка наиболее близка ему по обобщенности, ассоциативности и структурным закономерностям. Но, пластический изобразительный язык танца все же более конкретен, как и зрим.

«Танцевальная музыка, - писал великий реформатор и теоретик балета Ж.Ж.Новер, - представляет собой или должна представлять своего рода программу, которая усиливает и предопределяет движение и игру каждого участника танца.»  Музыка в любом своем проявлении создает прежде всего содержательную основу танца. Давая развитие эмоционального состояния образов, сопоставляя разные его стадии, музыка предлагает танцу действенную линию для пластических характеристик действующих лиц и событий. Этому, безусловно, способствует процесс работы по выявлению ритмическо-структурной общности. Как правило, танцевальная форма находится в различной степенной зависимости от временных и структурных характеристик музыки: темпа, ритма и построения.                                                        Чтобы заинтересовать детей с ОВЗ танцевальным творчеством, совместно с практическими занятиями проводятся и теоретические. На занятиях даётся общая характеристика музыки, придумываются образы, сюжеты. Проводятся беседы об особенностях фольклорного творчества, рассматриваются иллюстрации, знакомящие детей с костюмами, образами, традициями и обычаями народов, эпох.  Всё это необходимо для того, чтобы ввести детей в мир тех образов, той музыки, под которую они будут танцевать. Плавность вальса, жизнерадостность и веселость польки и галопа, зажигательность и удаль многих плясовых народных мелодий, отражающихся в движениях этих танцев, словесно описываются учителем на занятиях.**.).**

Творческая активность детей развивается постепенно путем целенаправленного обучения, расширения музыкального опыта, активизации чувств, воображения и мышления.  Реакция детей на прослушанное представляет собой творческое отображение музыки в действии. В этом возрасте эмоции, вызванные музыкой создают определенную двигательную активность, задача педагога заключается в том, чтобы направить ее в нужное русло, подобрав для этого интересный и разнообразный музыкально-танцеватьный материал.

Двигаться, как подсказывает музыка – строгий закон, который следует неуклонно соблюдать на всем протяжении занятия.  Движения должны вытекать из музыки, согласовываться с ней, отражая не только ее общий характер, но и конкретные средства выразительности.

В процессе обучения, помогая найти ребенку нужное движение, педагог своим советом, словом, собственным примером и т.д. Совпадение образного слова, музыки и движения, развивается детское воображение, ребенок точнее передает характер музыкального произведения, движения становятся свободными, исчезает скованность, появляется уверенность.

Одна из первых характеристик танца – это темп музыки. Темп всегда обусловлен содержанием и характером музыки. В практике музыкально- танцевальной работы чаще всего применяются темпы: умеренный, довольно быстрый, быстрый, неторопливый, медленный. Первый этап работы над темпом – это следование темпу музыкального произведения, необходимо научить воспринимать и передавать в движениях различные темпы музыкальных примеров со всевозможными оттенками. Темп – это не просто скорость звучания, это художественная характеристика, которая влияет на эмоциональное восприятие музыкальной мысли. Поэтому, если не совпадает темп исполнения музыки и танца, это всегда читается как расхождение. Надо найти такой объем движений, такую степень мышечного напряжения, чтобы двигаться в данном темпе удобно, естественно и целесообразно. Необходимо также научить ребенка сохранять устойчивость в танце. Очень полезна тренировка в выдерживании взятого темпа танца. Важна задача по обучению детей переключаться из одного темпа в другой, изменять темп танца в соответствии с изменением темпа музыки.

***Заключение***

  Одним из основных принципов хореографического образования является постепенность, систематичность и последовательность наращивания развивающе-тренирующих воздействий. Данный принцип обусловливает необходимость систематического повышения требований к проявлению у учащихся двигательных и связанных с ними психических функций за счет повышения сложности заданий и увеличения нагрузок. Важно выбрать оптимальную нагрузку, понимая под этим ту минимальную величину интенсивности, которая вызывает приспособительные перестройки в организме. Более интенсивное воздействие ведет либо к перенапряжению, либо при чрезмерных требованиях к превышению физиологических возможностей, к срыву нормальной деятельности организма.

Следующим принципом является системность чередования нагрузок и отдыха. Системное чередование нагрузок и отдыха в процессе обучения танцу является важным положением, от которого в конечном итоге зависит суммарный эффект занятий. Для сохранения повышенного уровня функционирования различных систем организма нужны повторные нагрузки через строго определенные интервалы отдыха. При длительном интервале отдыха между нагрузками произойдет реадаптация - возврат к прежнему уровню. При более коротких интервалах отдыха работоспособность организма не успеет восстановиться. Систематическое повторение нагрузок на фоне недовосстановления приведет к снижению работоспособности организма в результате истощения ресурсов. Вначале это будет происходить в физиологических пределах, а затем может привести к перетренированности и более глубоким патологическим явлениям. Оптимальным будет такой промежуток времени между нагрузками, который потребуется для появления фазы сверхвосстановления (суперкомпенсации). При воспитании физических качеств не во всех случаях целесообразно пользоваться только оптимальными интервалами отдыха. В зависимости от ряда обстоятельств в определенные моменты бывают полезными и ординарные и укороченные «жесткие» интервалы.

При оценки физиологического воздействия занятий танцами на организм детей с ОВЗ необходимо учитывать степень зрелости центрального аппарата регуляции двигательных функций, особенности возрастного развития физиологических систем организма.

Таким образом, специфическим для реализации принципа системного чередования нагрузки и отдыха в процессе обучения танцу детей с ОВЗ, является построение четкой системы и последовательности воздействий с учетом «следовых» явлений. Этим определяются такие методические пути реализации принципа как:

- рациональная повторность заданий;

- рациональное чередование нагрузок и отдыха;

- повторность и вариативность заданий и нагрузок.

Из принципа адаптированного сбалансирования динамики нагрузок вытекает три основных положения, в соответствии с которыми определены типичные формы динамики суммарной нагрузки в рамках этапов обучения танцу.

1. Суммарная нагрузка, используемая в процессе обучения, должна быть такой, чтобы ее применение не вызывало негативных отклонений в здоровье.

2. По мере адаптации к применяемой нагрузке, т.е. перехода приспособительных изменений в стадию устойчивого состояния, необходимо очередное увеличение параметров суммарной нагрузки. Чем выше достигнутый уровень подготовленности, тем значительнее увеличение параметров нагрузки.

3. Использование суммарных нагрузок в процессе обучения танцу предполагает на отдельных этапах в системе занятий или временное снижение ее, или стабилизацию, или временное увеличение.

Успешное и длительное совершенствование физических качеств указанным путем невозможно без обеспечения известной меры прочности их основы и поэтапного закрепления достигнутых сдвигов. Здесь мы сталкиваемся с диалектическим единством таких противоречивых тенденций, как изменчивость в целях совершенствования, сохранность и стабильность достигнутого для обеспечения надежности двигательного навыка в его использовании. В умении правильно разрешить это противоречие и заключается мастерство преподавателя танца.