

# КОНСУЛЬТАЦИЯ

Использование технологии  
«СА-ФИ-ДАНСЕ»  
в физкультурно-оздоровительной  
работе с детьми



*Воспитатель Махова Е.А..*

Охрана жизни, укрепление здоровья и физическое развитие дошкольников остается приоритетным направлением деятельности дошкольной образовательной организации.

Согласно ФГОС ДО содержание основной образовательной программы дошкольного образования должно обеспечивать развитие личности, мотивации и способностей детей в различных видах деятельности и охватывать основные направления развития и образования (образовательные области), в т. ч. физическое развитие.

Образовательная область «физическое развитие» включает:

- приобретение дошкольниками опыта в следующих видах деятельности: двигательной, в т. ч. связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны);

- формирование начальных представлений о некоторых видах спорта;

- овладение подвижными играми с правилами;

- становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;

- становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Целостность образовательного процесса в рамках физического развития воспитанников может достигаться не только путем реализации основной (комплексной) образовательной программы дошкольного образования, но и с помощью парциальных и дополнительных программ.

В настоящее время существуют разные программы по физическому развитию. Это парциальные и дополнительные образовательные программы, авторы которых — научные коллективы или педагоги с большим стажем работы [2].

Одной из таких программ является программа по танцевально-игровой гимнастике «СА-ФИ-ДАНСЕ» Ж.Е. Фирилевой, Е.Г. Сайкиной. Оздоровительно-развивающая программа направлена на всестороннее, гармоничное развитие детей дошкольного возраста и рассчитана на четыре года обучения – от трех до семи лет. В программе «СА-ФИ-ДАНСЕ» представлены различные разделы, но основными являются танцевально-ритмическая гимнастика, нетрадиционные виды упражнений и креативная гимнастика. В танцевально-ритмическую гимнастику входят разделы: игроритмика, игрогимнастика и игротанец. Нетрадиционные виды упражнений представлены игропластикой, пальчиковой гимнастикой, музыкально-подвижными играми и играми-путешествиями. Раздел креативной гимнастики включает: музыкально-творческие игры и специальные задания. Игровой метод придает учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и усвоение упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребенка [1, с. 4].

Для эффективного осуществления физкультурно – оздоровительной работы с детьми в детском саду разработана программа кружка «Малыши - крепыши» на основе программы «СА-ФИ-ДАНСЕ» Ж.Е. Фирилевой, Е.Г. Сайкиной.

Программа направлена на создание условий для развития двигательной сферы детей, освоения танцевальных навыков в соответствии с возрастными возможностями.

В структуру занятий включены различные виды деятельности: подвижные игры, упражнения, основные виды движения (ходьба, прыжки, оздоровительный бег, упражнения на равновесие и т. д.), дыхательная гимнастика и

другие нетрадиционные формы физкультурно - оздоровительной работы.

Занятия с детьми проводятся два раза в неделю, во второй половине дня под музыкальное сопровождение. Длительность занятий составляет 15 минут. При наборе группы учитывалось: желание детей, состояние здоровья, желание родителей. Работа кружка рассчитана на детей младшего дошкольного возраста.

Более подробно хотелось остановиться на здоровьесберегающих технологиях и упражнениях, которые включены в программу кружка.

«Игроритмика» является основой для развития чувства ритма и двигательных способностей занимающихся, позволяющих свободно, красиво и координационно правильно выполнять движения под музыку соответственно ее характеру, ритму, темпу и другим средствам музыкальной выразительности [1, с. 8]. Например, упражнение «Горошинки» дети выполняют хлопки в такт музыки, согласовывая движения с музыкой.

«Игровой самомассаж» является основой закаливания и оздоровления, дети получают радость и хорошее настроение. Такие упражнения способствуют формированию у ребенка сознательного стремления к здоровью, развивая навык собственного оздоровления [1, с. 10]. В младшем возрасте дети поглаживают отдельные части тела в игровой форме «Ладонка – мочалка, «Смываем водичкой руки, ноги»».

«Музыкально – подвижные игры». Здесь используются приемы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования – все то, что требуется для достижения поставленной цели при проведении занятий по танцевально-игровой гимнастике [1, с. 10]. В программе кружка используются такие игры как, «Отгадай чей голосок», «Найди свое место», «Нитка-иголка», «Попрыгунчики - воробышки», «Мы веселые ребята», «У медведя во бору» и т.д.

«Пальчиковая гимнастика» в программе служит основой для развития ручной умелости, мелкой моторики и

координации движений рук [1, с. 9]. На занятиях используются простые упражнения на сгибание пальцев рук, отведение и приведение пальцев врозь – вместе, выполнение фигурок из пальчиков, например, «бинокль», «лодочка», «цепочка».

Также в программу кружка включены упражнения на расслабление мышц, дыхательная гимнастика. В соответствии с программными требованиями подобраны подвижные игры, составлена картотека дыхательной гимнастики, подобран музыкальный репертуар.

Таким образом, освоение основных разделов программы поможет естественному развитию организма ребенка, морфологическому и функциональному совершенствованию его отдельных органов и систем. Обучение по программе «Са-Фи-Дансе» создаст необходимый двигательный режим, положительный психологический настрой, хороший уровень занятий [1, с. 6].

#### *Список литературы*

1. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ». Танцевально-игровая гимнастика для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений / Ж.Е. Фирилева, Е.Г.Сайкина. – СПб.; «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 352 с., ил. 2006.

2. Прищепа С.С. Выбираем программу по физическому развитию детей дошкольного возраста / С.С. Прищепа // Справочник старшего воспитателя. 2016. - № 7.