

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное управление

центр развития ребенка детский сад «Кыталык»

«Са – Фи – Дансе»

танцевально-игровая гимнастика в дошкольном возрасте.

Воспитатель: Монастырева.В.А.

Чурапча 2020 год

«Са – Фи – Дансе» это оздоровительно – развивающая программа по танцевально - игровой гимнастике. Автор программы Фирилева Жанна Евгеньевна и Сайкина Елена Гавриловна.

Программа «Са – Фи – Дансе» разработана в 1992 году для детей дошкольного возраста (3 -7). Известна во многих городах России, а также городах ближнего и дальнего зарубежья. Программа научно обоснована и направлена на развитие двигательных, творческих, музыкально – танцевальных способностей детей и жизненно необходимых умений и навыков. Программа представлена различными разделами: игро – гимнастикой, игро – пластикой, играми – путешествиями, игро – ритмикой, игро – танцами.

В дошкольном возрасте закладываются основы здоровья, гармоничного, умственного, нравственного и физического развития ребёнка, формируется личность человека. В настоящее время существуют много различных программ, направленных на всестороннее развитие дошкольника. И одна из наиболее доступных и эффективных программ - это танцевально - игровая гимнастика.

Доступность программы основывается на простых игровых, общеразвивающих упражнениях.

Эффективность – в её разностороннем воздействии на опорно-двигательный аппарат, сердечно - сосудистую, дыхательную и нервную системы человека. Эмоциональность достигается не только музыкальным сопровождением и элементами танца, гимнастики, но и образными упражнениями, сюжетными композициями, которые отвечают возрастным особенностям дошкольников, склонных к подражанию, копированию действий человека и животных.

В педагогике с давних пор известно, какие огромные возможности для воспитания души и тела заложены в синтезе музыки и пластики, интеграции различных видов художественной деятельности. По мнению Платона, «Трудно представить себе лучший метод воспитания, чем тот, который открыт и проверен опытом веков; он может быть выражен в двух положениях: гимнастика для тела и музыка для души... Ввиду этого воспитание музыкой надо считать самым главным: благодаря ему ритм и гармония глубоко внедряются в душу, наполняют её красотой и делают мысли и движения человека прекрасными... Ребёнок учится видеть и передавать прекрасное, восхищаться прекрасным, с радостью воспринимать его, насыщаться им».

Древне греческий философ Платон утверждал: «От красивых образов мы перейдем к красивым мыслям, от красивых мыслей – к красивой жизни и от красивой жизни – к абсолютной красоте».

Игровой метод придаёт учебно - воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоения упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей дошкольника.

Итак, основная цель программы «Са – Фи – Дансе» - всестороннее развитие личности дошкольника средствами танцевально - игровой гимнастики. И еще один фактор. Программа содержит здоровьесберегающие технологии:

1. самомассаж,
2. дыхательную гимнастику,
3. пальчиковую гимнастику,
4. ритмическую гимнастику,
5. подвижные игры,
6. упражнения на развитие гибкости (стрейчинг, релаксацию)

и по словам авторов, она очень вариативна, в неё можно добавлять что - то по своему усмотрению.

Раздел «Игроритмика» является основой для развития чувства ритма и двигательных способностей занимающихся, позволяющих свободно, красиво и координационно правильно выполнять движения под музыку, соответственно ее структурным особенностям, характеру, метру, ритму, темпу и другим средствам музыкальной выразительности. В этот раздел входят специальные упражнения для согласования движений с музыкой, музыкальные задания и игры.

Раздел «Игрогимнастика» служит основой для освоения ребенком различных видов движений, обеспечивающих эффективное формирование умений и навыков, необходимых при дальнейшей работе по программе «Са – Фи – Дансе». В раздел входят строевые, общеразвивающие, акробатические упражнения, а также на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.

Раздел «Игротанцы» направлены на формирование у воспитанников танцевальных движений, что способствует повышению общей культуры ребёнка. Танцы имеют большое воспитательное значение и доставляют эстетическую радость занимающимся. В этот раздел входят: танцевальные шаги, элементы хореографических упражнений и такие танцевальные формы, как историко-бытовой, народный, бальный, современный и ритмический танцы.

Раздел «Игропластика» основывается на нетрадиционной методике развития мышечной силы и гибкости занимающихся. Здесь используются элементы древних гимнастических движений и упражнения стретчинга,

выполняемые в игровой сюжетной форме. Использование данных упражнений, кроме радостного настроения и мышечной нагрузки, дают возможность ребёнку вволю покричать, погримасничать, свободно выражая свои эмоции, обретая умиротворенность, открытость и внутреннюю свободу.

Раздел «Музыкально – подвижные игры» содержит упражнения, применяемые практически на всех уроках, и являются ведущим видом деятельности дошкольника. 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.

Раздел «Игры – путешествия» (или сюжетные занятия) включает все виды подвижной деятельности, используя средства предыдущих разделов программы. Данный материал служит основой для закрепления умений и навыков, приобретенных ранее, помогает сплотить ребят, дает возможность стать, кем мечтаешь, побывать, где захочешь и увидеть что пожелаешь.

Раздел «Креативная гимнастика» предусматривает целенаправленную работу педагога по применению нестандартных упражнений, специальных заданий, творческих игр, направленных на развитие выдумки, творческой инициативы. Благодаря этим занятиям создаются благоприятные возможности для развития созидательных способностей детей, их познавательной активности, мышления, свободного самовыражения и раскрепощённости.

И еще один фактор. Программа содержит здоровьесберегающие технологии:

1. игровой самомассаж,
2. дыхательную гимнастику,
3. пальчиковую гимнастику,
4. релаксацию и д. р.

и по словам авторов, она очень вариативна, в неё можно добавлять что - то по своему усмотрению.

Раздел «Пальчиковая гимнастика» в программе служит основой для развития ручной умелости, мелкой моторики и координации движений рук. Упражнения, превращая учебный процесс в увлекательную игру, не только обогащают внутренний мир ребенка, но и оказывают положительное воздействие на улучшение памяти, мышления, развивают фантазию.

Раздел «Игровой самомассаж» является основой закаливания и оздоровления детского организма. Выполняя упражнения самомассажа в игровой форме, дети получают радость и хорошее настроение. Такие упражнения способствуют формированию у ребенка сознательного стремления к здоровью, развивая навык собственного оздоровления.

Ожидаемый результат: Обучение по программе "Са – Фи - Дансе" создало необходимый двигательный режим дошкольникам, положительный психологический настрой, качественный уровень занятий, что способствует укреплению здоровья дошкольника, его физическому и умственному развитию.