

СТРОЕВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

Значение характеристика и классификация

- ✘ **Строевые упражнения** — совместные действия занимающихся в том или ином строю.
- ✘ **Строй** — это размещение занимающихся для совместных действий.

ЗНАЧЕНИЕ

- ✗ служат средством постепенного и умеренного разогревания мышц, а также содействуют правильной осанки и регулируют эмоциональный настрой детей
- ✗ наиболее целесообразные способы организации детей
- ✗ решают задачи воспитания коллективных действий, чувства ритма и темпа, повышения дисциплины.
- ✗ обладают большой зрелищностью и могут использоваться как составная часть праздничных мероприятий
- ✗ являются средством воспитания у занимающихся дисциплинированности, организованности, формирования правильной и красивой осанки,
- ✗ Развивают навыков коллективных действий, чувства ритма и темпа движений, способности соразмерять их по времени и в пространстве.
- ✗
- ✗
- ✗

ЗАДАЧИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ СТРОЕВЫХ УПРАЖНЕНИЙ

- ✘ 1. Организовать детей нацелить их внимание на решение поставленных задач.
- ✘ 2. Способствовать, постепенному вработыванию организма.
- ✘ 3. Содействовать развитию внимания, ориентировки в пространстве.
- ✘ 4. Формировать навык коллективных действий, содействовать воспитанию четкости и красоты.
- ✘ 5. Организовать детей к проведению вводной, части занятия.

КЛАССИФИКАЦИЯ

- ✘ Все строевые упражнения подразделяются **на четыре подгруппы**:
- ✘ 1. **Строевые приемы**. К ним относятся такие действия, как выполнение команд «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!», «Отставить!», «Разойдись!», повороты на месте и расчет.
- ✘ 2. **Построения и перестроения**. характеризуются умением строиться в различные виды строя, шеренгу, колонну, круг, а также перестраиваться в них.
- ✘ 3. **Передвижения**. упражнения, связанные с передвижениями различного характера и способами их выполнения, остановками, поворотами.
- ✘ 4. **Размыкания и смыкания**. Связаны со способами увеличения и уменьшения интервала и дистанции строя.
- ✘
- ✘

КОМАНДЫ И РАСПОРЯЖЕНИЯ

- × **Структурно команда подразделяется на три части:**
- × предварительную,
- × исполнительную
- × паузу между ними.

КОМАНДЫ И РАСПОРЯЖЕНИЯ

- ✘ ***Предварительная часть команды*** указывает на предстоящее действие, организует внимание и поэтому произносится громко, отчетливо, несколько нараспев.
- ✘ Затем следует пауза (1,5 — 2 с), которая позволяет сосредоточить внимание на предстоящем действии. Паузу можно удлинить или сократить в зависимости от конкретной педагогической ситуации.

КОМАНДЫ И РАСПОРЯЖЕНИЯ

- ✘ ***Исполнительная часть команды*** подается отрывисто, энергично-повелительным тоном. Не следует применять однословные команды, такие как «равняйся», «смирно», «прямо» и другие. Целесообразнее перед их подачей употреблять как предварительную часть команды слова «группа», «колонна», «ребята», «команда». Это позволит детям более четко выполнить требуемые действия.
- ✘ Выполнение строевых упражнений *по команде* требует от воспитанников строго регламентированных двигательных действий
- ✘

- ✘ В основе выполнения строевых упражнений лежит четкое и одновременное их исполнение всеми занимающимися. Для достижения этого результата служат предварительная и исполнительная команды с последующим подсчетом, подсказывания темпа и ритма движений. Например, «*Нале – во! – раз, два!*», «*В две шеренги – стройся! – раз, два, три!*»

ПРАВИЛА ЗАПИСИ.

- ✘ При подаче команд указывается: *название движений* (поворот, в обход, змейкой), *направление движения* (налево, вправо), *способ выполнения* (шагом, бегом, прыжками). Например, «Противоходом налево прыжками – марш!», «Приставными шагами влево, на два шага разом – кнись!»



КОМАНДЫ И РАСПОРЯЖЕНИЯ

- ✘ По распоряжению, как и по команде, выполняются двигательные действия, однако без строгой обусловленности.
- ✘ На-пример: «Сомкнитесь вправо!», «Повернитесь направо!». Ребята выполняют распоряжение под свой внутренний счет. Исходя из конкретной ситуации, учитель может использовать на уроке, как команды, так и распоряжения.
- ✘ Злоупотребление командами может привести к их обесцениванию, а частое и неуместное применение распоряжений — к утрате навыка в выполнении строевых приемов.
- ✘

**× Методика обучения дошкольников
строевым упражнениям**

ЗАДАЧИ ОБУЧЕНИЯ

- ✗ **Младший дошкольный возраст**
- ✗ Приучать действовать совместно в общем темпе
- ✗ Учить строиться в колонну по одному, в шеренгу, в круг, находить свое место при построении

ЗАДАЧИ ОБУЧЕНИЯ

- ✗ **Средний дошкольный возраст**
- ✗ Учить соблюдать дистанцию при построении и во время передвижения

ЗАДАЧИ ОБУЧЕНИЯ

- ✘ **Старший дошкольный возраст**
- ✘ Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, круге.

СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

- ✘ Построения: в круг, парами, друг за другом
- ✘ С помощью воспитателя.(младшая группа)
- ✘ Построение и перестроение в колонну, в звенья, в круг, самостоятельно по ориентирам,
- ✘ Нахождение своего места в строю, выполнять повороты на месте направо налево кругом по ориентирам переступанием (средняя группа).

СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

- ✘ Построение в колонну по одному по два перестроения после расчета. Равнение в колонне, в круге на вытянутые руки; размыкание смыкание приставными шагами ,перестроение из одной шеренги в две, из одного круга в два, остановка по сигналу.(старшая подготовительная группа)

ПОСТРОЕНИЕ В КОЛОННУ

- ✘ Команда «***В колонну по одному — становись!***». воспитатель встает по правую сторону, лицом в верхний правый угол и поднимает правую руку вверх. За ним должны построиться дети друг за другом и принять основную (строевую) стойку, т.е. стать прямо без напряжения, пятки соединить, носки развернуть по линии фронта на ширину ступни (стопы), ноги в коленях выпрямить, грудь приподнять, туловище несколько подать вперед, живот подобрать, не сгибаясь в пояснице, плечи держать на равной высоте, руки опустить так, чтобы кисти, обращенные ладонями внутрь, были сбоку и посередине бедер, пальцы согнуты, голову держать высоко и прямо, не выставляя подбородка, смотреть перед собой, равняясь в затылок друг другу, и не шевелиться.
- ✘ После того как за воспитателем встал один ребенок, он встает лицом к колонне, чтобы видеть всех детей и руководить построением.
- ✘

ПОСТРОЕНИЕ В КОЛОННУ

- ✘ При подаче команды и на протяжении всего построения в колонну по одному воспитатель сам принимает основную стойку, старается быть предельно подтянутым и служить образцом для детей.
- ✘ В положении основной стойки дети стоят недолго: подается команда повернуться направо, налево, начинать движение или принять стойку «вольно».
- ✘ По команде **«Вольно!»** в сомкнутом строю дети, не сходя с места, переносят массу тела на одну прямую ногу (правую или левую), другую слегка сгибают в колене. Руки опущены вдоль туловища или за спиной (захват за запястье — правая рука держит за запястье левую руку).

ПОЛОЖЕНИЕ В СТРОЮ

- ✘ Для равнения в колонне по одному подается команда **«Равняйся!»**, и дети должны смотреть в затылок впереди стоящему. Перед исполнительной командой «Равняйся!» добавляют слово группа (колонна, внимание и др.), например: **«Группа—равняйся!»**, **«Колонна — равняйся!»**, **«Внимание — равняйся!»**.
- ✘ Если надо колонну по одному передвинуть вперед, назад, в сторону (вправо, влево), на два шага (или несколько шагов), подается команда **«Два шага вперед (назад) шагом — марш!»** По этой команде на «раз», «два» делается два шага вперед (назад) и на «три» приставляется нога.
- ✘
- ✘ По команде **«Два шага вправо (влево) шагом — марш!»**. На «раз», «два», «три», «четыре» делается два шага вправо (влево), приставляя ногу после каждого шага.

ПОЛОЖЕНИЕ В СТРОЮ

- ✘ После команды «**Вольно!**» подается команда «**Смирно!**». Перед исполнительной командой «**Смирно!**» добавляется слово, привлекающее внимание, например: «**Группа — смирно!**», «**Колонна — смирно!**», «**Внимание — смирно!**».
- ✘
- ✘ Для отмены команды, прекращения неправильно (нечетко) выполняемого движения подается команда «**Отставить!**». По этой команде принимается предшествующее ей положение. Для отмены построения в колонну по одному с выходом из строя применяется команда «**Разойдись!**». После этой команды можно свободно передвигаться по залу (площадке).

СЛОВАРЬ

×

×

- × *Строй* – размещение занимающихся для совместных действий.
- × *Шеренга* – строй, в котором занимающиеся размещены один возле другого на одной линии.
- × *Колонна* – строй, в котором занимающиеся размещены в затылок друг другу.
- × *Фланг* – правая и левая оконечности строя.
- × *Фронт* – сторона строя, в которую занимающиеся обращены лицом.
- × *Тыл* – сторона строя, противоположная фронту.
- × *Интервал* – расстояние по фронту между занимающимися
- × *Разомкнутый строй*

СЛОВАРЬ

- ✘ *Сомкнутый строй* - строй, в котором занимающиеся в шеренгах расположены по фронту один от другого на интервал, равный ширине ладони.
- ✘ *Построение* – действия учащихся по команде или распоряжению учителя для принятия определенного строя.
- ✘ *Перестроение* - действия учащихся по команде или распоряжению учителя, связанные с переменой вида строя.
- ✘ *Строевые упражнения* – совместное действие в строю.
- ✘ *Направляющий* – занимающийся,двигающийся в колонне первым в указанном направлении.
- ✘ *Замыкающий* – занимающийся,двигающийся в колонне последним.
- ✘ *Основная стойка* — стойка, при которой учащийся стоит прямо; пятки вместе, носки врозь на ширину стопы, ноги выпрямлены; плечи развернуты, живот подтянут; руки опущены; кисти со сжатыми и согнутыми пальцами прижаты к средней линии бедра; голову держит прямо; смотрит вперед.

- ✘ *Размыкание* — действия учащихся, связанные с увеличением интервала и дистанции.
- ✘ *Смыкание* — уплотнение разомкнутого строя.
- ✘ *Дробление* - деление колонны на две (или более).
- ✘ *Сведение* - соединение двух колонн (или больше) в одну.

- ✘ *Предварительная команда* - команда, подаваемая преподавателям отчетливо, громко и протяжно, чтобы сообщить занимающимся какие действия им придется выполнять.
- ✘ *Исполнительная команда* - команда, подаваемая преподавателем после паузы, громко, отрывисто и энергично.
- ✘ *Распоряжение* подается для приемов (действий) не связанных с немедленным и одновременным исполнением.
- ✘ *Обход* - передвижение вдоль границ зала.
- ✘ *Поворот* - вращательное движение тела вокруг вертикальной оси.