

ОБУЧЕНИЕ ДЕТЕЙ СТРОЕВЫМ УПРАЖНЕНИЯМ



Значение строевых упражнений

❖ Строевые упражнения являются одним из средств физического воспитания детей. Они содействуют воспитанию дисциплины и организованности, навыков коллективных действий, правильной осанки, чувства ритма и темпа.

❖ Строевые упражнения - совместные или одиночные действия занимающихся в том или ином строю, удобном и целесообразном размещении занимающихся на спортивной площадке, в зале или в другом месте. Этот вид упражнений служит средством постепенного и умеренного разогревания мышц, а также содействию формирования правильной осанки и регулируют эмоциональный настрой занимающихся.

Классифицируются строевые упражнения на четыре группы:

- ❖ строевые приемы
- ❖ построения и перестроения
- ❖ передвижения
- ❖ размыкания и смыкания

Основные понятия, которые используются в строевых упражнениях:

Строй - установленное размещение занимающихся, для совместных действий.

Сомкнутый строй - строй, в котором занимающиеся расположены в шеренгах с интервалом, равным ширине ладони (между локтями), один от другого или в колоннах на дистанции, равной поднятой впереди руки.

Разомкнутый строй - строй, в котором занимающиеся расположены в шеренгах, с интервалом в один шаг или с интервалом, указанным преподавателем.

Шеренга - строй, в котором дети стоят один возле другого на одной линии, лицом в одну сторону, с интервалом в одну ладонь, приставленную к бедру.

Фланги - правая и левая оконечности строя.

Интервал - расстояние по фронту между занимающимися (в шеренге).

Колонна - строй, в котором занимающиеся расположены в затылок друг другу.

Дистанция - расстояние между занимающимися в глубину (в колонне).

Направляющий - занимающийся, идущий первым в колонне.

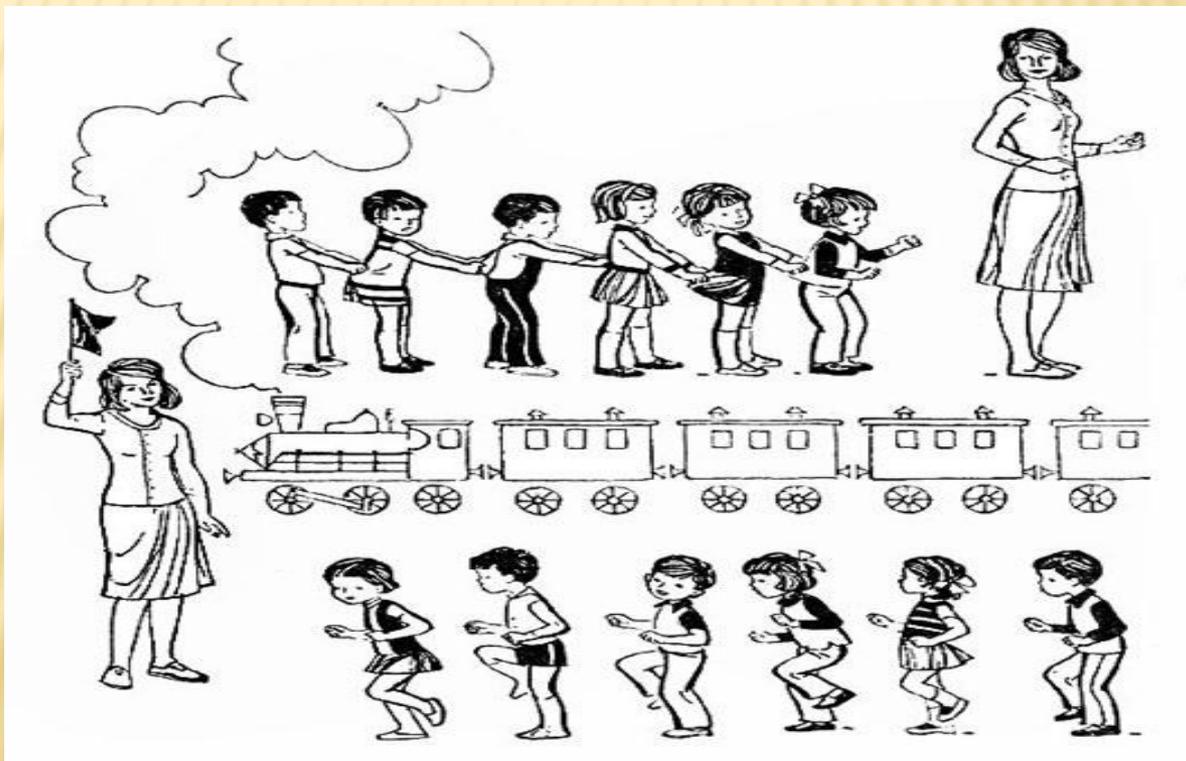
Замыкающий - занимающийся, идущий в колонне последним

Размыкания - способы увеличения интервала или дистанции строя.

Смыкания - приемы уплотнения разомкнутого строя.

МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ СТРОЕВЫМ УПРАЖНЕНИЯМ

❖ КОЛОННА



Старшая группа

Дети продолжают учить соблюдать определённый порядок : становится по росту, ровняться в затылок другу, соблюдать дистанцию. Строиться без зрительных ориентирования по команде: » В колонну стройся» . Требованиям для старших детей при построении в колонну является основная стойка(пятки вместе, носки врозь, руки опущены вдоль туловища) Дети должны уметь быстро самостоятельно строиться в колонну. Для закрепления этого навыка можно использовать игровые задания.

Подготовительная группа

В этой группе закрепляются и совершенствуются умения и навыки, полученные в старшей группе.

❖ ПЕРЕСТРОЕНИЯ ИЗ КОЛОННЫ ПО ОДНОМУ В КОЛОННУ ПО ДВА

Обучение начинается со старшей группы. Воспитатель показывает как сделать сначала приставной шаг вправо (влево), а потом – шаг вперёд. В дальнейшем перестроение совершается по команде «Из колонны по одному в колонну по два стройся!» На три счёта перестраиваются вторые номера. Затем обучаем детей перестраиваться из двух колонн в одну. В дальнейшем перестроение совершается по команде: «В колонну по одному стройся!» . В подготовительной группе учим детей перестраиваться из колонны по одному в колонну по три.



❖ ШЕРЕНГА



Методика обучения строевым упражнениям детей

В первое время построения проводятся с небольшой подгруппой детей, по 6-8 человек. Постепенно к построениям привлекают всю группу.



В начале года врассыпную дети строятся с помощью воспитателя. В дальнейшем дети строятся самостоятельно по команде: «Врассыпную - стройся» . Зрительных ориентиров нет.

Для построения врассыпную команда подаётся в движении (беге или ходьбе) «Врассыпную марш» Дети строятся самостоятельно. Учим соблюдать дистанцию, не сталкиваться, двигаться в разных направлениях.

Детей учим ходить врассыпную и становится на место. Команда: «Врассыпную марш» , «В колонну по одному –марш» , «Парами – марш» .

❖ ПОСТРОЕНИЕ ПАРАМИ

В начале обучения дети строятся в пары по распоряжению воспитателя. Воспитатель при этом служит зрительным ориентиром, стоит лицом по направлению к будущей колонне, дети выстраиваются перед ней. Для того, чтобы дети шли в определённом темпе, воспитатель может идти рядом с первой парой(непродолжительное время). Сначала дети идут в одном направлении, затем останавливаются и идут в обратном.

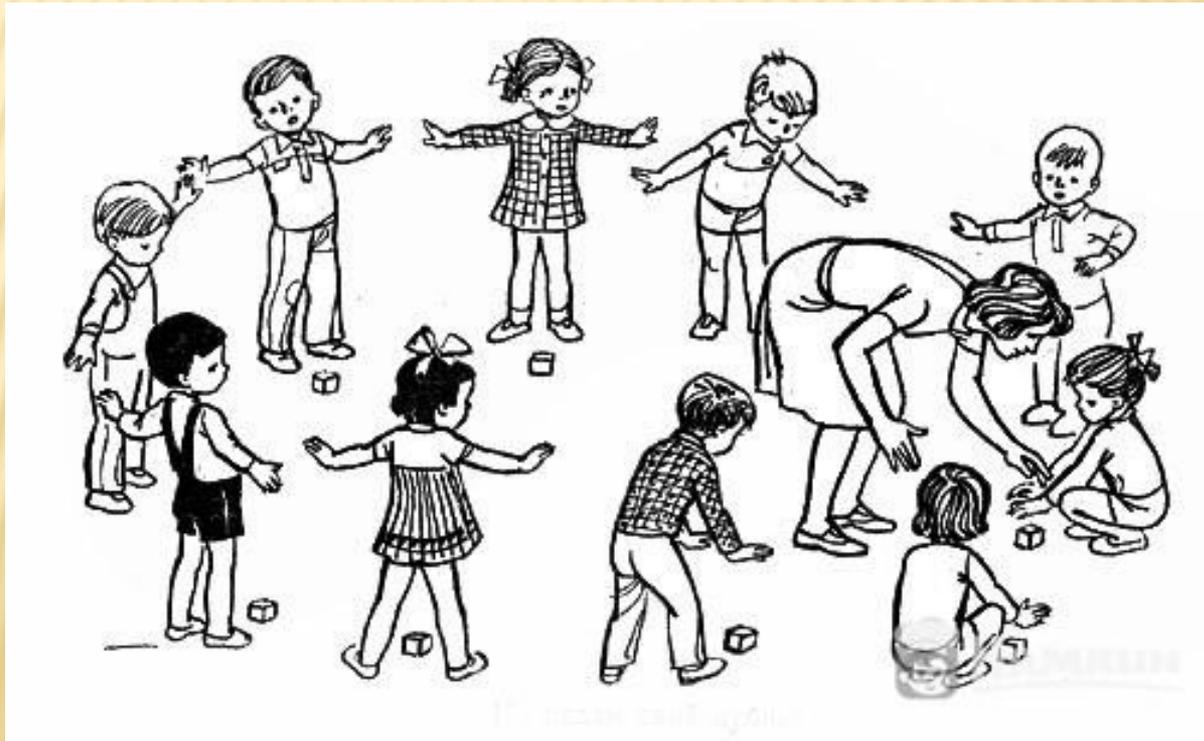


❖ ПОСТРОЕНИЕ В КРУГ

Существует несколько способов построения.

1 способ: С помощью зрительных ориентиров. (этот способ применяется только в младших группах)

2 способ: Из колонны в движении. (обучение начинается со второй младшей группы).



3 способ: Из рассыпного положения (обучение начинается со средней группы)

4 способ: Из шеренги (обучение начинается со 2 младшей группы)

5 способ : Из 2 шеренг(обучение начинается со средней группы)



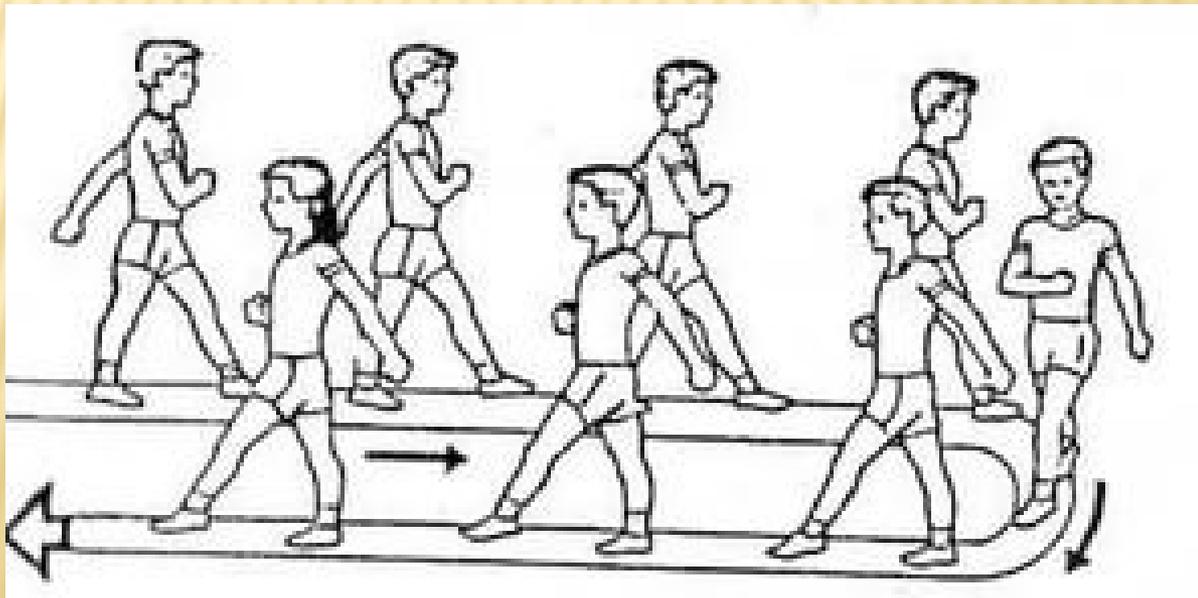
❖ ПОСТРОЕНИЕ ЗМЕЙКОЙ

Обучение начинается в **старшей группе**. Это перестроение относится к фигурной маршировке. Используется продольная и поперечная змейка. В начале можно использовать зрительные ориентиры. Все змейки строятся **противоходом налево** по команде: «Продольной (поперечной) змейкой налево – марш» В подготовительной группе перестроения в парах.



Подготовительная группа

Дети должны освоить правильный поворот на углу зала во время движения. Этот поворот совершается на носке наружной по отношению к середине зала ноги, а следующий шаг вперёд делается противоположной ногой. Учитей детей останавливаются одновременно. После команды «На месте!» дети продолжают идти на месте. По команде «Стой!» они делают один шаг, а затем приставляют ногу. (Остановка во время передвижения «Группа стой!» все делают на «раз» один шаг на месте, на «два» приставляют ногу.



При обучении строевым упражнениям пользуются в основном методами показа, объяснения и обучения по частям (по разделениям). Исходя из небольшой сложности овладения строевыми упражнениями, чаще всего при обучении сочетаются показ и объяснения, а затем упражнение выполняется всей группой одновременно.

Начинать обучение строевым упражнениям следует с самых необходимых для проведения занятий, одновременно для всех групп, начиная с построения, строевых приёмов, передвижения, кончая размыканиями и смыканиями, ставя узкие, конкретные задачи на каждом уроке.

Для более успешного овладения строевыми упражнениями целесообразно с первых же занятий начинать учебную практику по их проведению в составе учебных отделений.

Некоторые строевые приёмы можно проводить в парах, когда один подаёт команду, а второй её выполняет.

Строевые упражнения выполняются детьми дошкольного возраста с различными предметами. Они сопровождаются музыкой, речевками, песнями, ударными инструментами (бубном, барабаном).

**СПАСИБО ЗА
ВНИМАНИЕ!!!**