

Тема 1-2 Строевые упражнения.

План:

1. Виды строевых упражнений, их значение
2. Общая характеристика строевых упражнений.
3. Усложнение программных задач при обучении строевым упражнениям детей разных возрастных групп.
4. Методика проведения строевых упражнений с детьми младшего дошкольного возраста.

1. К строевым упражнениям относятся:

- ✓ Построения;
- ✓ Перестроения;
- ✓ Смыкания и размыкания;
- ✓ Повороты.
- ✓

Это типично коллективные действия детей, они используются на утренней гимнастике и при проведении ООД (организованной образовательной деятельности, занятии). Способствуют организованному и быстрому размещению детей в зале или на площадке, приучают их быстро находить свое место в строю, соблюдать порядок и согласие, повышают эмоциональное состояние и дисциплинируют детей. Формируют правильную осанку.

2. Строевые упражнения представляют собой совместные или одиночные действия занимающихся в том или ином строю.

Строй - установленное размещение занимающихся для совместных действий. Сомкнутый строй - строй, в котором занимающиеся расположены в шеренгах с интервалом, равным ширине ладони, или в колоннах на дистанции вытянутой вперед руки. Разомкнутый строй - строй, в котором занимающиеся расположены в шеренгах с интервалом в один или более шагов, или в колоннах на дистанции 2 и более шагов.

Построение – первоначальное размещение занимающихся в том или ином строю по команде или распоряжению.

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

В колонне есть замыкающий и направляющий.

- ✓ **Дистанция** - расстояние между занимающимися в глубину (в колонне).
- ✓ **Направляющий** - занимающийся, идущий первым в колонне.
- ✓ **Замыкающий** - занимающийся, идущий в колонне последним



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

- ✓ **Размыкание** - способы увеличения интервала или дистанции строя.
- ✓ **Смыкания** - приемы уплотнения разомкнутого строя.

Сомкнутая колонна, когда расстояние между детьми вытянутая веред ладошка.

Разомкнутый, когда расстояние между детьми один шаг или вытянутые вперед руки.

Шеренга - строй, в котором занимающиеся размещены один возле другого на одной линии.



Шеренга - строй, в котором занимающиеся размещены один возле другого на одной линии.

Сомкнутая шеренга, расстояниии между локтевыми суставами детская ладошка.

Разомкнутая шеренга - расстояние между детьми один шаг или вытянутая в сторону рука.

В шеренге фланги - правая и левая оконечности строя.

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

Строить детей в колонну в шеренгу или колонну необходимо спиной или боком к окнам и расстояние от строя до окон должно быть не менее 0,5 метра.

Перестроение - переход из одного строя в другой по распоряжению, команде проводящего.

Повороты выполняются следующим способом:

- ✓ Переступанием;
- ✓ Прыжком;
- ✓ Разделением;
- ✓ По ходу на углах зала.

3. Усложнение видов строевых упражнений по программе «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Веракса.

| Виды строевых упражнений | 2-я младшая группа (3-4 г.) | Средняя группа (4-5л.) | Старшая группа (5-6 л.) | Подготовительная группа (6-7л.) |
|--------------------------|---|--|--|---------------------------------|
| Построения | -в колонну по одному -в шеренгу -в круг | + + + | +равнение в затылок + + | |
| Перестроения | -в круг -по 2 -врассыпную | + + + -в звенья (2-3 звена) Равнение по ориентирам | | |
| Смыкания и размыкания | -обычным шагом | + | В колонне- на вытянутые руки вперед. В шеренге –на вытянутые руки в стороны | |
| Повороты | - направо (налево) переступанием | + кругом | + + переступанием, разделением, прыжком. | |

- В подготовительной группе проследить усложнение видов строевых упражнений самостоятельно.

4. Методика проведения строевых упражнений с детьми младшего дошкольного возраста.

Младший дошкольный возраст.

Основные задачи:

Приучать действовать совместно в общем для всех темпе, учить строиться в колонну по одному, в шеренгу, в круг, находить свое место при построениях.

Виды и содержание строевых упражнений в младших группах.

Обучение ребенка строевым упражнениям всегда проводится по принципу «от простого к сложному».

Методика руководства строевыми упражнениями должна учитывать готовность детей к выполнению упражнений определенной сложности и стимулировать самостоятельность действий.

Построение в колонну

В младшей группе дети строятся в колонну на дорожке из клеенки или картона, около расставленных в ряд кубиков (на расстоянии 35-40 см) или вдоль лежащей на полу веревки, между двумя начерченными линиями, вдоль одной линии и др. На первом этапе обучения обязательно используются зрительные ориентиры, сначала объемные, затем плоскостные.

Педагог по зрительным ориентирам, без учета роста предлагает детям встать друг за другом так, чтобы глазки смотрели в спинку друг друга. И делает жест –вытянутая вперед рука, перед первым ребенком. Вначале им разрешают становиться в колонну друг за другом в любом порядке независимо от роста. Постепенно их приучают **занимать определенное место среди других детей**. Чтобы добиться этого, воспитатель постоянно напоминает, что нужно запомнить, кто за кем стоит в колонне, шеренге, кто с кем ходит в паре. Если ребенок затрудняется найти свое место, воспитатель подсказывает, за кем он должен встать.

Построение в шеренгу

В помещении и на открытой площадке дети строятся в шеренгу спиной к источнику света, чтобы он не мешал им наблюдать за действиями воспитателя, который стоит напротив, лицом к детям.

Обучение детей построению в шеренгу ведется аналогично построению в колонну. В младших группах используются игровые задания с применением зрительных ориентиров -- предметов и игрушек, стационарной разметки зала, а также естественных ориентиров - игрового и физкультурного оборудования на участке, деревьев и пр. Педагог предлагает детям встать в линеечку, чтобы их глазки и носочки смотрели на него, становится лицом к детям и делает жест (разводит руки в стороны)

Построение в круг

Круг - самый доступный вид строя. Даже в начале обучения построиться в круг можно без всяких пособий, просто взявшись за руки. Однако, чтобы круг был ровным и каждому было удобно стоять, а в дальнейшем делать круг без помощи воспитателя, целесообразно использовать зрительные ориентиры. Малышам они помогают разместиться для выполнения общеразвивающих

упражнений. Поэтому кубики, флажки, погремушки заранее раскладываются на полу по кругу.

Сначала ориентиры используются для каждого ребенка, в последующем - один для всех.

Для построения в **круг** можно:

1. на пол по кругу положить связанную концами веревку или начертить линию. Дети ориентируются на линию или веревку.
2. Дети становятся сначала в линейку, берутся за руки. Воспитатель берет за руку первого и последнего в шеренге и замыкает круг.
3. воспитатель становится напротив середины шеренги на расстоянии нескольких шагов от нее и предлагает детям, стоящим на концах шеренги, двигаться к нему, образуя круг. Дети при этом держаться за руки.
4. На пол ставится стул или кладется какой-нибудь яркий предмет (кегля, кубик и др.), которые обозначают центр круга. Воспитатель предлагает детям стать вокруг этого предмета лицом к нему, взяться за руки, а затем сделать круг как можно больше, отходя назад. Воспитатель всегда становится с детьми в круг, следит, чтобы дети его не сужали.

При построении в круг воспитатель становится вместе с детьми по кругу, а не в центре. Для того, чтобы все дети видели лицо воспитателя, он должен время от времени перемещаться по кругу.

Перестроение в рассыпную

Осуществляется по зрительным ориентирам, которые должны быть знакомы детям и раскладывает их заранее. Воспитатель предлагает детям подойти к зрительным ориентирам и стать так, чтобы детские глазки и носочки смотрели на него. Про необходимости может помочь детям повернуться лицом к воспитателю, а он выбирает место, чтобы все дети его видели. Если ребенок плохо ориентируется при перестроении, воспитатель подходит к нему, берет за руку и отводит на место.

Перестроение в пары.

В младшей группе дети становятся в пары с помощью воспитателя, кто с кем хочет.

Смыкания и размыкания

Очень важно приучать их становиться для выполнения упражнений подальше друг от друга. Воспитатель предлагает поднять руки в стороны, помахать ими вверх-вниз и отодвинуться так, чтобы не касаться соседа. Удобны для быстроты размещения детей, нанесенные на пол краской или обозначенные мелом, липкой лентой-пластырем точки или кружочки. По предложению воспитателя каждый ребенок находит себе ориентир (домик) и становится там.

Повороты

Воспитатель показывает детям, как **поворачиваться, переступая на месте.**

Игры на построение и перестроение

Игра «Карусели». Играющие становятся в круг, держаться за руки (в младшем возрасте при знакомстве с игрой можно использовать обруч или веревку). Дети вместе с воспитателем идут по кругу, произнося слова:

Еле-еле, еле-еле

Завертелись карусели,

А потом, потом, потом

Все бегом, бегом, бегом. (Ходьба ускоряется до бега)

Тише, тише, не спешите! (Движение замедляется)

Карусель остановите.

Раз, два. Раз, два. Вот и кончилась игра. Стоп!

Игра «Поезд». Дети встают один за другим в колонну. Это вагоны. Первым в колонне «паровозом» встает воспитатель или кто-нибудь из детей в старших группах. «Паровоз» дает гудок, дети начинают двигаться вперед, постепенно ускоряя темп ходьбы, которая плавно переходит в бег. Подъезжая к станции, дети на слова воспитателя: «Пришел, пришел, пришел» снова переходят на ходьбу. На слово: «Приехали» дети останавливаются и паровоз выпускает пар: «Ш-ш-ш-ш». Игру можно повторять несколько раз.

Список литературы:

1. Кенеман А. В., Хухлаева Д. В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. Учеб, пособие для студентов пед. ин-тов по спец. «Дошкольная педагогика и психология». Изд. 2-е, испр. и доп. - М.: Просвещение, 1978.
2. Программа От рождения до школы под ред. Н.Е.Веракса- М: Мозаика-синтез, 2020.
3. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. - М., 2015.
4. **Филиппова С.О. Теоретические и методические основы физического воспитания и развития детей раннего и дошкольного возраста. М.: Академия. -2019.304с.**
5. Хухлаева Д.В. Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях. - М., 1984
6. Шебека В.Н., Ермак Н.Н., Шишкина В.Г. Физическое воспитание дошкольников. - М.: Академия, 1996
7. Шебеко В.И., Шишикина В.А., Ермак Н.И. Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях. - Минск, 1998