

ОПЫТ РАБОТЫ «СТРОЕВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО И СРЕДНЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА».



инструктор по физической культуре
МКДОУ д/с № 27
Базаря Ольга Борисовна

Строевые упражнения

К строевым упражнениям относятся построения, перестроения, повороты, размыкания и смыкания, передвижения. Эти упражнения главным образом используются для совместного организованного и быстрого размещения занимающихся в физкультурном зале, на площадке перед выполнением физических упражнений и после их окончания. Вместе с тем они способствуют формированию навыков правильной осанки, развитию глазомера, равновесия, быстроты, ловкости, ориентировки в пространстве, воспитанию дисциплинированности, организованности, подтянутости. Дети усваивают понятия о колоннах, шеренгах, круге, поворотах (налево, направо, кругом), смыканиях и размыканиях. Музыкальное сопровождение при выполнении строевых упражнений создает у ребят бодрое настроение.

Построение в одну шеренгу

При обучении детей построению в одну шеренгу пользуемся зрительными ориентирами — предметами (кубиками, шнурами с лентами), расстояние между которыми должно быть такое, чтобы дети могли разместиться, сохраняя интервал между локтями.

В дальнейшем построение в одну шеренгу проводится около шнура без ленточек, а потом и без зрительных ориентиров.

Сначала дети встают в любом порядке независимо от их роста. На четвертом году жизни их приучаем строиться по росту и предлагаем запомнить свое место в шеренге.



Построение в колонну по



В младших группах обучаем построению в колонну по одному, кто за кем хочет, а с четвертого года жизни — уже по росту.

В начале обучения построению в колонну по одному широко использую зрительные ориентиры: детям предлагаю стать около предметов (кубиков), расположенных на одной линии (на расстоянии 40—45 см), или между двумя шнурами, или около одного шнура (на шнурах завязываются ленточки, около которых должны строиться дети).

В младших группах для закрепления навыка построения в колонну по одному использую игры «Поезд», «Пойдем гулять», «За высоким и низким» и др.

Постепенно детей приучаю к пониманию команды для построения в колонну по одному. В младших группах даётся сначала распоряжение «Дети, станьте около кубика (между двумя шнурами, около ленточки на шнуре)»; «Дети, станьте за Олей — друг за другом!».

Размыкание и смыкание.



Построение в пары (парами).



В младшей группе по распоряжению «Станьте в пары!» каждый ребенок находит себе партнера, берет его за руку и оба встают на указанное место. Следующая пара встает за предыдущей. Как только все пары займут места в строю, предлагаю опустить руки и подравняться, смотря в затылок впереди стоящему ребенку. В средней группе дети самостоятельно становятся из колонны по одному в пару со своим соседом и, обратно, из пар в колонну, как на месте, так и во время ходьбы, для этого используются ориентиры. Учю детей перестраиваться из одной колонны или шеренги в несколько звеньев. Для этого заранее распределяю детей по звеньям так, чтобы в каждом из них было равное число детей, и назначаю ведущих.

Перестроение в

звенья.

Учу детей перестраиваться из одной колонны или шеренги в несколько звеньев. Для этого заранее распределяю детей по звеньям так, чтобы в каждом из них было равное число детей, и назначаю ведущих. По сигналу ведущие выходят на условные места, за ними становятся ребята. Позже дети перестраиваются в звенья на ходу



Построение в круг

При построении в круг дети стоят один возле другого на интервал между локтевыми суставами, равном ширине ладони, лицом к центру, приняв основную стойку.

Сначала при обучении построению в круг используют зрительные ориентиры: по кругу ставятся предметы (кубики и др.) или кладется шнур с завязанными ленточками (на определенном расстоянии), в центр круга ставится предмет (кубик, кегля и др.).

В дальнейшем шнур убираем.

Для проверки расстояния между детьми при построении в круг предлагаю взяться за руки и поднять их в стороны.

Дети строятся в круг по распоряжению «Станьте в круг!» («Раз — два — три — в круг скорей беги!», «В круг — становись!»).

Для закрепления навыка построения в круг детям дается задание «Разойдись!». Дети ходят или бегают кто где хочет, затем по распоряжению воспитателя вновь занимают свои места и выравнивают круг.



Построение в круг.



Повороты в разные стороны. (направо, налево, кругом)

Я показывает детям, как поворачиваться, переступая на месте. При поворотах широко использую зрительные ориентиры (лицом к стене, окну). Во время перемещений на занятиях используется те же способы и в младшей группе.



Построение полукругом



При построении полукругом занимающиеся стоят на половине круга один возле другого на интервал между локтями.

Сначала при обучении построению полукругом наряду с объяснениями используются зрительные ориентиры (кубики, шнуры и т. д.). Предметы ставят полукругом, и дети по распоряжению «Станьте полукругом!» встают около них, лицом к центру, соблюдая интервал и приняв основную стойку. После того как дети освоят построение с помощью зрительных ориентиров, они выполняют его на глаз.

Построение в рассыпную



Построение в рассыпную — это размещение занимающихся в разных местах зала без точно установленного между ними интервала и дистанции, но не ближе вытянутых рук.

Обучение построению в рассыпную провожу с помощью зрительных ориентиров. Для этого использую предметы (кубики, кегли и др.) ставлю в разных местах зала на таком расстоянии (вытянутых вперед, в стороны рук), чтобы дети при выполнении упражнений не задевали друг друга.

По распоряжению «Станьте в рассыпную!» («В рассыпную - становись!») дети встают около предметов лицом в одну сторону к инструктору.

**Спасибо за
внимание!!!**