

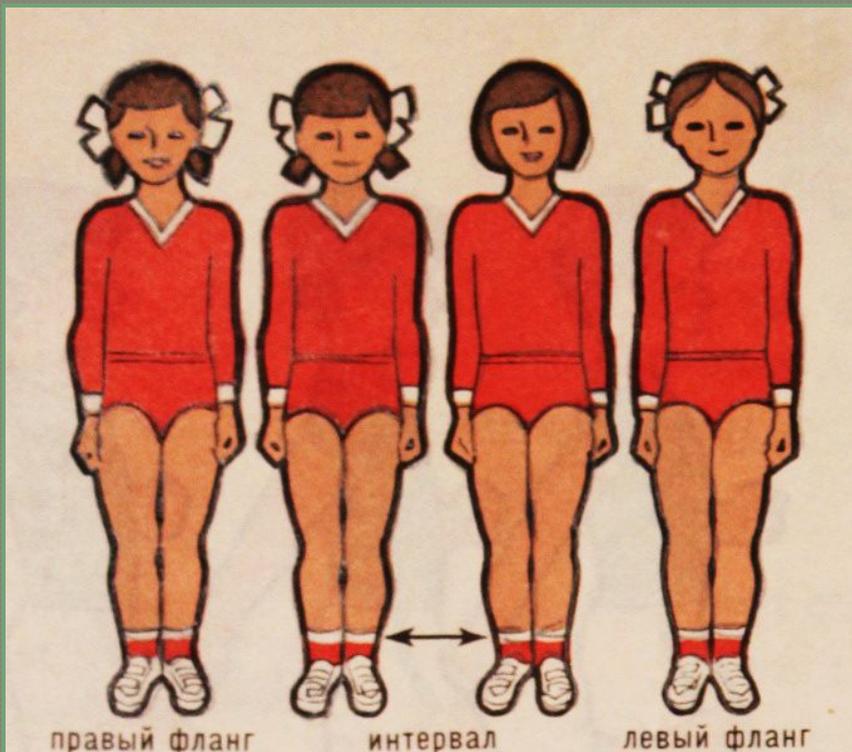
Методические указания

(1 часть)

Материал подготовила:
учитель начальных классов
Фарфоровская Виктория
Александровна

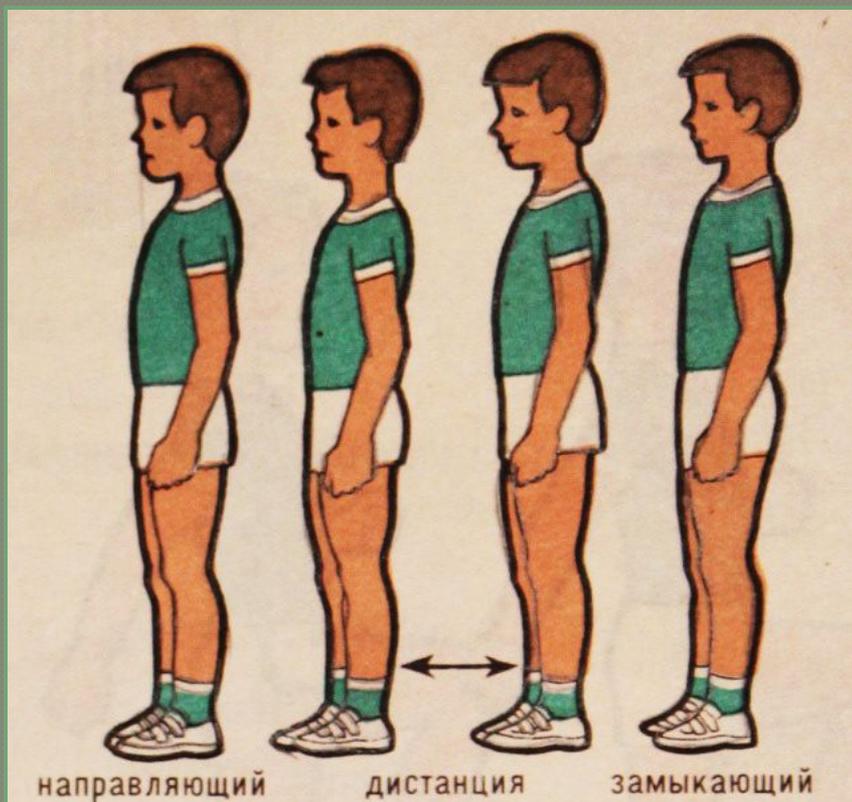
упражнения

ПОСТРОЕНИЕ В ОДНУ ШЕРЕНГУ



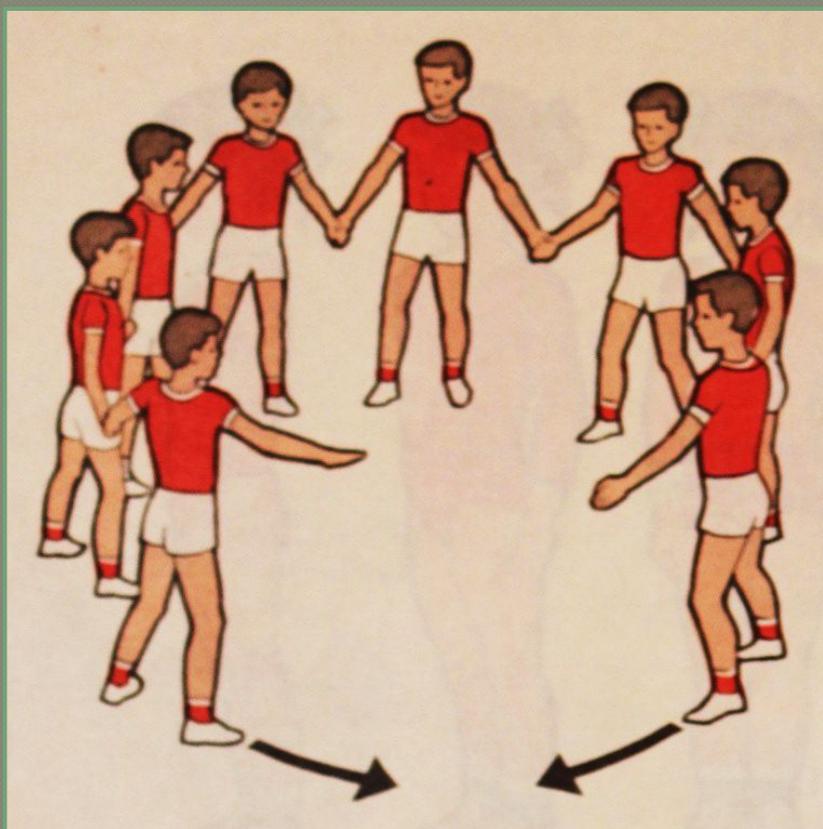
Место построения постоянно. Обучение проводится в первой части урока. Учащиеся строятся по команде учителя или по его распоряжению. Учитель становится на определенное место, а учащиеся слева от него. В строю дети стоят прямо, плечи развернуты, руки свободно опущены вниз, а полусогнутые кисти прижаты к бедрам, носки ног разведены, пятки сомкнуты. Такое положение называется *основной стойкой*.

ПОСТРОЕНИЕ В КОЛОННУ ПО ОДНОМУ



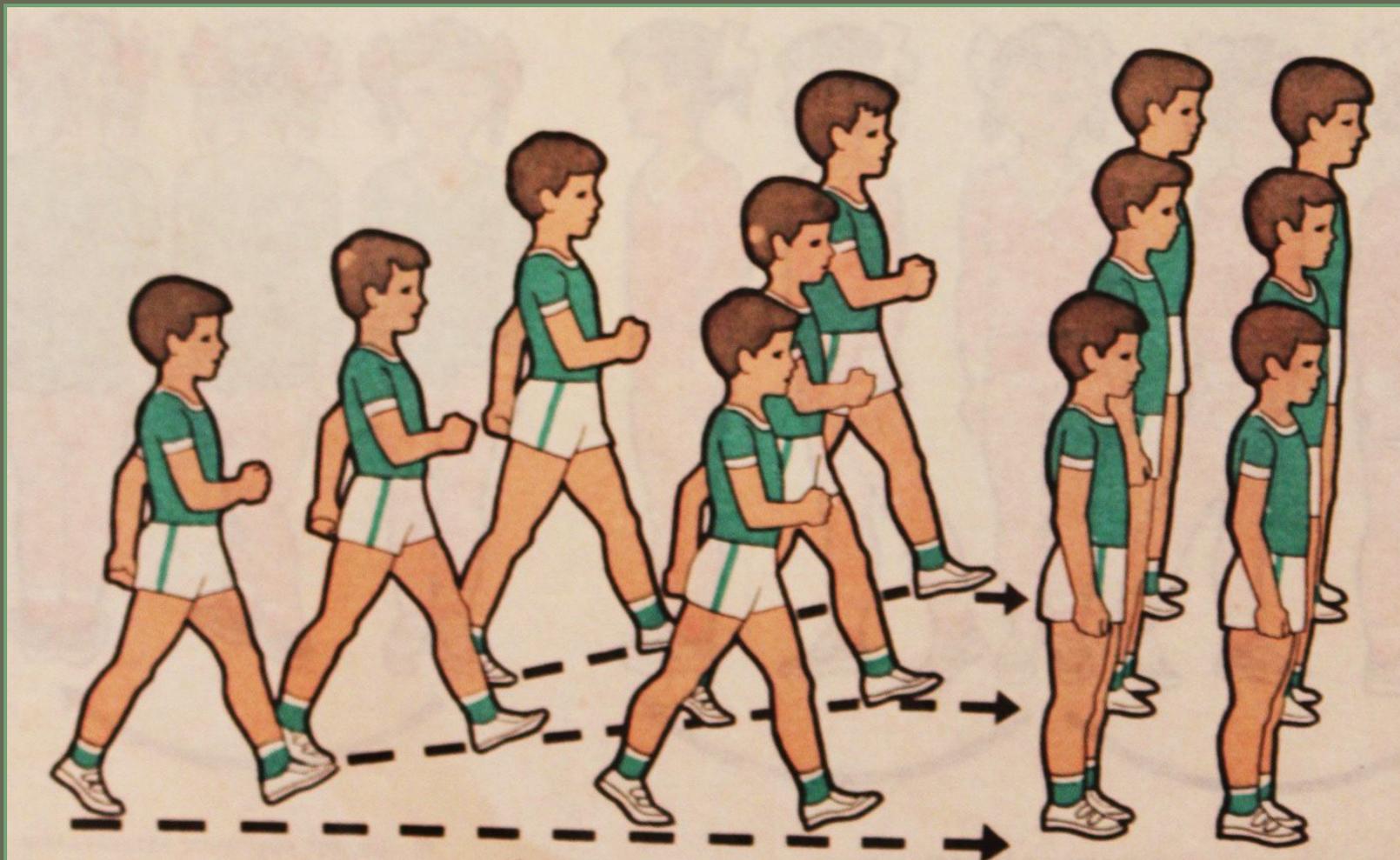
Обучают так. Учитель дает команду: «В колонну по одному – становись!», и все учащиеся становятся в затылок за учителем. Строить в колонну по одному можно также поворотом налево или направо.

ПЕРЕСТРОЕНИЕ В КРУГ ИЗ ШЕРЕНГИ, ВЗЯВШИСЬ ЗА РУКИ



Сначала перестроение можно выполнить на нарисованном на полу круге. Ученики за направляющим размещаются по кругу. Перестроение в круг из шеренги производится быстрее, если направляющий и замыкающий пойдут на встречу друг другу. При этом половина учащихся идет за направляющим, а другая – за замыкающим.

Перестроение из колонны по одному в колонну по три (четыре) по заранее расставленным направлениям



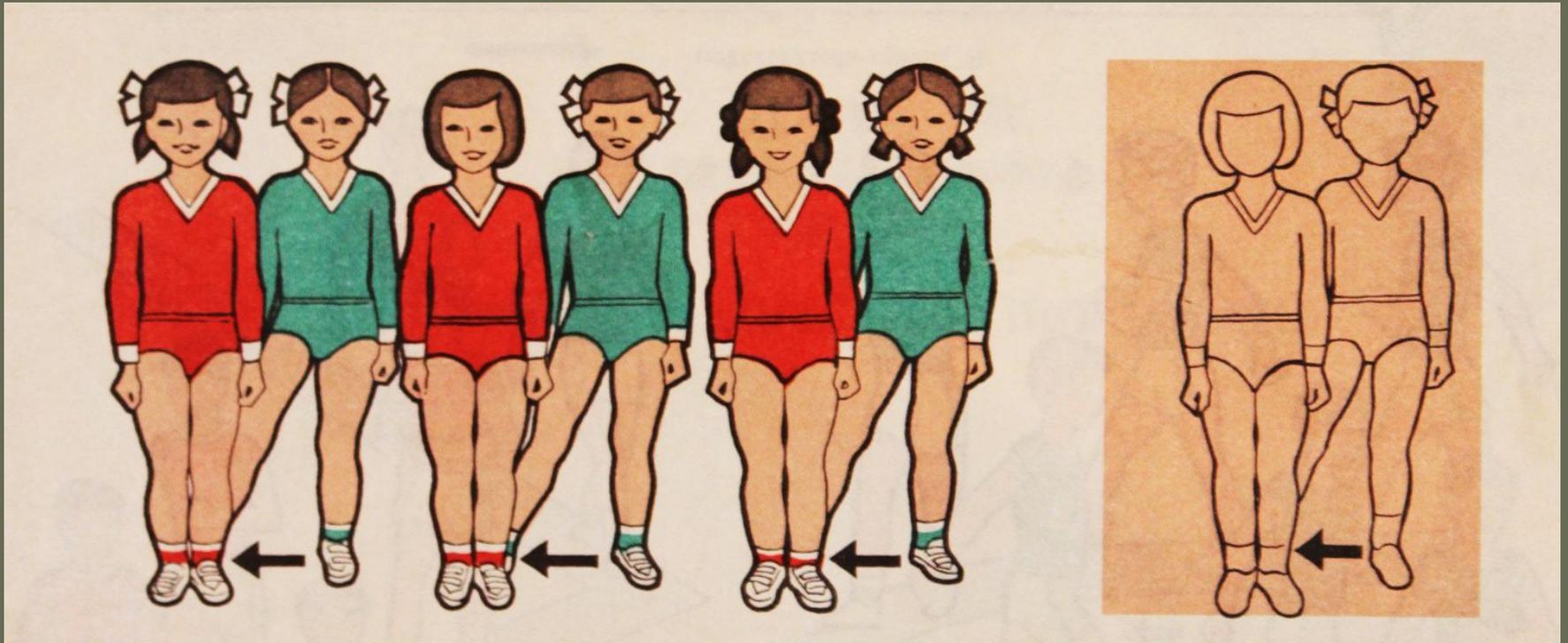
Перестроение из колонны по одному в колонну по три (четыре) по заранее расставленным направлениям

Перестроение выполняется по команде или распоряжению учителя, который размещает направляющих в определенных местах. Ученики выходят из колонны и становятся по одному в затылок за направляющим.

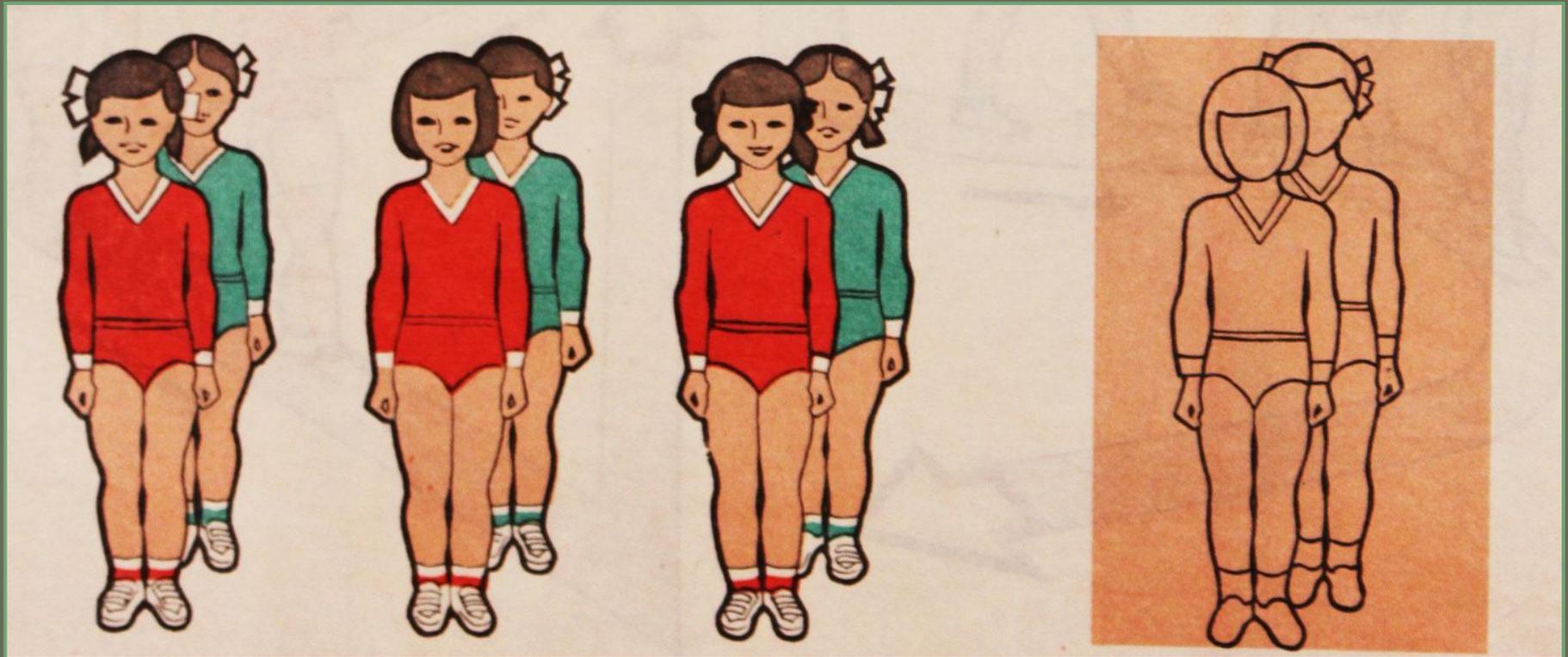
Перестроение из одной шеренги в две



Перестроение из одной шеренги в две



Перестроение из одной шеренги в две



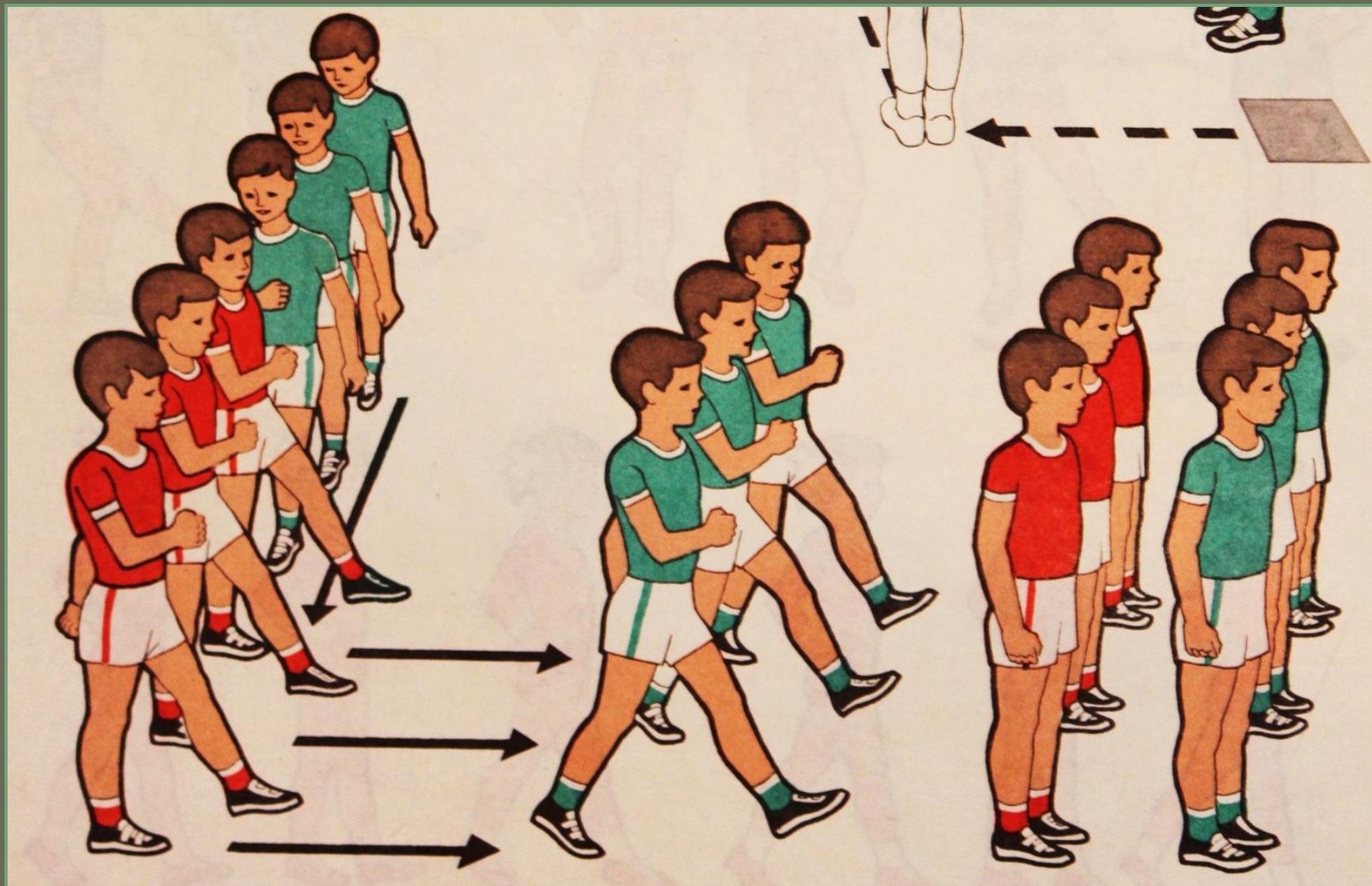
шеренги

в две

Ученики выполняют после того, как рассчитаются на первый-второй.

Вторые номера на счет «раз» делают шаг левой ногой назад, на «два» – шаг правой ногой вправо, на «три» - приставляют левую ногу к правой и становятся в затылок за первыми.

Перестроение из колонны по одному в колонну по два (три, четыре)



Перестроение из колонны по одному в колонну по два (три, четыре)

В движении поворотом на лево (направо) выполняется по команде. Команда подается под шаг левой ноги при повороте налево, под шаг правой ногой – при повороте направо. При этом учитель должен стоять на месте поворота и подавать команду «Марш!» каждой паре (тройке, четверке) учеников.