

Тема "построения и перестроения"

Цель: объяснить методику обучения строевым упражнениям.

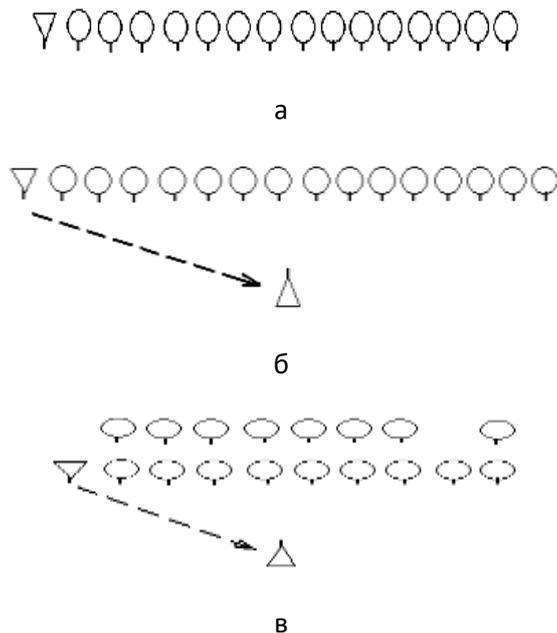
Ход урока:

Изложение нового материала:

Построения и перестроения характеризуются умением учащихся строиться в различные виды строя, шеренгу, колонну, круг, а также перестраиваться в них.

Построение — действия учащихся по команде или распоряжению учителя для принятия определенного строя.

Построение в шеренгу осуществляется по команде «Класс, (группа, отделения) в одну (две, три) шеренгу — становись!» Подавая команду, учитель (групповод) становится лицом в сторону фронта в положение строевой стойки, а класс (группа) выстраивается слева от него (рис. 3а). С началом построения учитель (групповод отделения) становится перед серединой строя и следит за ее построением (рис. 3б). В двухшереножном строю последний ряд в каждом отделении должен быть полным (рис. 3в, стр. 2б).



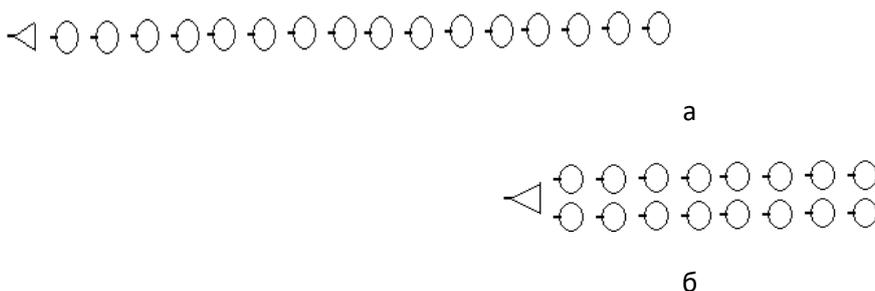
Расположение учителя при построении в шеренгу

а - расположение учителя в начале команды

б - одношереножный строй

в - двухшереножный строй

Построение в колонну осуществляется по команде: «В колонну по одному, (рис. 4а); два, три и т.д. (рис. 4б) — Становись!». Учащиеся выстраиваются за учителем.



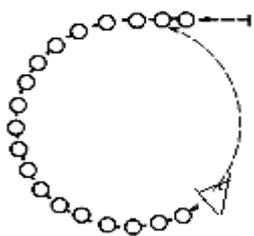
Расположение учителя при построении в колонну

а – в колонну по одному

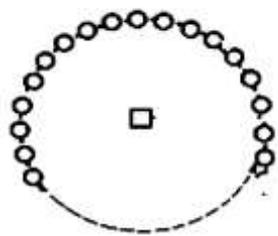
б – в колонну по два

Построение в круг выполняется по команде «В круг – становись!». Для построения в круг из шеренги возможны два способа: а) учащиеся берутся за руки, а учитель, левой рукой захватывает правую руку направляющего, двигается по кругу и соединяет руки направляющего и замыкающего (рис. 5а);

б) учитель становится против ученика посередине шеренги на расстоянии нескольких шагов, дает распоряжение: «Держась за руки, построиться в круг». Ученик в середине шеренги стоит на месте, а остальные двигаются, держась за руки, влево и вправо от него, образуя круг вокруг учителя (рис.5б).



а



б

Построение в круг

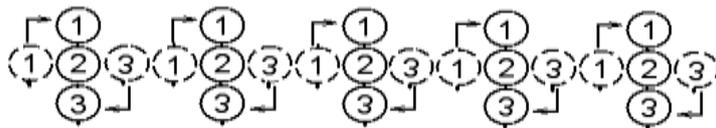
Перестроение — действия учащихся по команде или распоряжению учителя, связанные с переменной вида строя.

Перестроение из одной шеренги в две и обратно выполняется после предварительного расчета на первый – второй по команде: «В две шеренги — стройся!» По этой команде первые номера ставят правую ногу на шаг назад (счет «раз»), затем левую ставят на шаг в сторону (счет «два») и, приставляя правую ногу к левой (счет «три»), встают за вторым номером (рис. 6). Перестроение из двух шеренг в одну производится по команде: «В одну шеренгу — стройся!», при этом все действия выполняются в обратном порядке.



Перестроение из одной шеренги в две

Перестроение из одной шеренги в три выполняется после предварительного расчета «по три». Для этого подается команда: «В три шеренги — стройся!» По этой команде вторые номера остаются на месте, первые номера ставят правую ногу на шаг назад (счет «раз»), затем левую ставят на шаг в сторону (счет «два») и, приставляя правую ногу к левой (счет «три»), встают за вторым номером. Третьи номера ставят левую ногу на шаг вперед (счет «раз»), правую — на шаг в сторону (счет «два») и, приставляя к ней левую (счет «три»), становятся впереди вторых номеров. Действие первых и вторых номеров происходит одновременно (рис. 7). Перестроение из трех шеренг в одну производится по команде: «В одну шеренгу — стройся!», все действия выполняются в обратной последовательности.

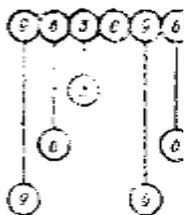


Перестроение в три шеренги

Перестроение из колонны по одному в колонну по два производится по команде: «В колонну по два – стройся!» Действия учащихся при этом аналогичны тем, которые выполняются при перестроении из одной шеренги в две. Предварительно производится расчет на «первый-второй», затем подается команда. По исполнительной части команды вторые на счет «раз» делают левой ногой шаг влево; на счет «два», не приставляя правую, - шаг вперед, чтобы выровняться с первым номером; на счет «три» приставляют левую ногу. Обратное перестроение выполняется по команде «В одну колонну – стройся!». По этой команде вторые номера на счет «раз» делают шаг левой назад; на «два» - шаг правой, встав в затылок первым, и на «три» приставляют левую ногу.

Перестроение из колонны по одному в колонну по три производится по команде: «В колонну по три - стройся!». Действия учащихся при этом аналогичны тем, которые выполняются при перестроении из одной шеренги в три. Предварительно производится расчет по три. По исполнительной команде вторые номера стоят на месте; первые делают шаг влево - назад и встают рядом со вторыми слева от них; третьи делают шаг вправо - вперед и тоже встают рядом со вторыми, но справа от них. Перестроение из колонны по три в одну колонну выполняется в обратной последовательности.

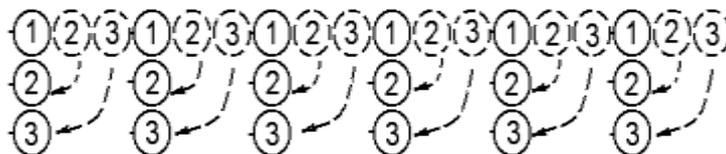
Перестроение уступами из шеренги выполняется после предварительного расчета: «Шесть, три, на месте!» или «Девять, шесть, три, на месте!» Для этого подается команда: «По расчету шагом — марш!» Учащиеся выполняют соответствующее расчету число шагов и приставляют ногу (рис.8). Обратное перестроение производится по команде: «На свои места шагом — марш!» Учащиеся поворачиваются кругом, идут на свои места и затем делают поворот кругом.



Перестроение уступами из шеренги

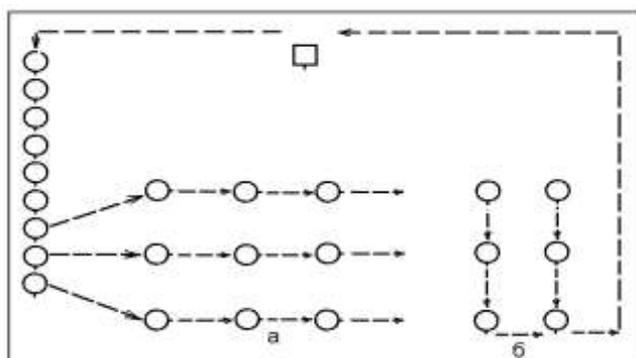
Перестроение уступами из колонны по одному в колонну по три (по четыре) производится также после предварительного расчета. Возможны такие же варианты расчета, как при перестроении уступами из одной шеренги в три (четыре), в этом случае используется команда: «Влево (вправо) по расчету приставными шагами — марш!» При обратном перестроении подается команда: «На свои места приставными шагами — марш!»

Перестроение из шеренги захождением плечом производится после предварительного расчета по три (четыре) по команде: «Правое (левое) плечо вперед шагом — марш!» Учащиеся продвигаются по радиусу круга до очередной команды. В момент, когда учащиеся перестроятся в нужном для учителя положении, могут подаваться следующие команды: «Класс — стой!», «На месте!» (рис. 9, стр. 30).



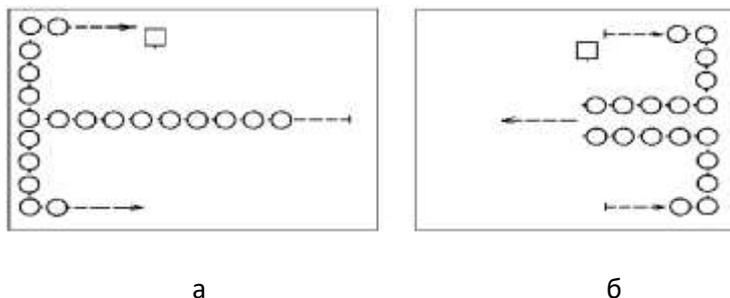
Перестроение из шеренги захождением плечом

Для *перестроения в движении*, из колонны по одному в колонну по три (четыре) *одновременным поворотом* налево (направо) подается команда: «Налево (направо) в колонну по три (четыре) — марш!». Исполнительная команда «марш!» подается под левую (правую) ногу. После поворота первой тройки (четверки) последующие выполняют его на том же месте; команду «марш!» подает замыкающий каждой тройки. При перестроении таким способом учитель может попутно дать указания об интервале и дистанции (рис. 10а). Для обратного перестроения класс поворачивается налево (направо) и подается команда: «Справа (слева) в обход налево (направо) в колонну по одному шагом — марш!» (рис.10б).



Перестроение группы из колонны по одному в колонну по три «поворотом в движении» (а); с последующим перестроением в колонну по одному (б)

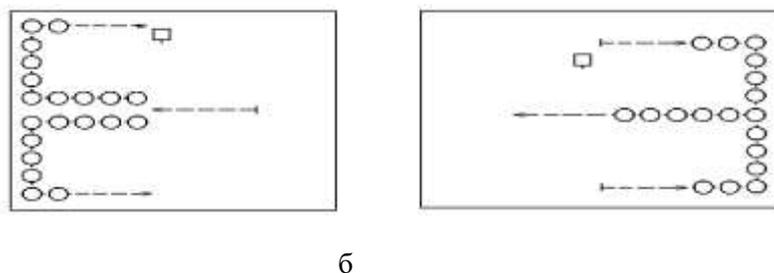
Перестроение дроблением и сведением выполняется в движении. Для этого подается команда: «Через центр — марш!», затем по мере приближения направляющего к верхней или нижней середине зала подается команда: «В колонну по одному направо и налево в обход — марш!» (дробление, рис. 11а). При встрече колонн подается команда: «Через центр в колонну по два — марш!» (сведение, рис. 11б).



Способы перестроения
а – дроблением; б – сведением

Затем, повторяя дробление и сведение, можно построить учащихся в колонну по четыре, восемь и т.д.

Обратное перестроение разведением и слиянием производится по команде: «В колонну по два направо и налево в обход — марш!» (разведение). При встрече колонн подается команда: «Через центр в колонну по два — марш!» (слияние). Затем, повторяя разведение и слияние, можно перестроить учащихся в колонну по одному (рис.12 а, б)



Способы перестроения
а – разведением; б – слиянием

Перестроение из одного круга в два возможно двумя способами а) выполняется после предварительного расчета «по три» по команде «В два круга - стройся!» первые номера стоят на месте, вторые выходят вперед к центру круга на два шага, третьи делают пол шага вправо по кругу. Обратное перестроение выполняется по команде «В один круг – стройся!» первые номера стоят на месте, вторые делают два шага назад, третьи – полшага влево; б) действия учащихся при этом аналогичны тем, которые выполняются при перестроении из одной шеренги в две.

Перестроение из одного круга в три возможно двумя способами а) выполняется после предварительного расчета «по семь» по команде «В три круга – стройся!». По этой команде первые, третьи и пятые номера стоят на месте; вторые и шестые делают два шага к центру круга; четвертые – выходят вперед на четыре шага; седьмые – полшага вправо. Обратное перестроение выполняется по команде «В один круг – стройся!»: первые, третьи и пятые стоят на месте; вторые и шестые делают два шага назад; четвертые – четыре шага назад; седьмые – полшага влево.

б) действия учащихся при этом аналогичны тем, которые выполняются при перестроении из одной шеренги в три.