

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад общеразвивающего вида №11 «Солнышко»
с. Белое, Красногвардейский район, Республика Адыгея

Консультация для педагогов ДОУ

«КОМАНДЫ И РАСПОРЯЖЕНИЯ ВО ВРЕМЯ УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ»

Подготовила и провела
Воспитатель Коробейник А.А.
Дата проведения: 06.10.2022 г.

2020-2021 уч.год

**КОМАНДЫ И РАСПОРЯЖЕНИЯ ВО ВРЕМЯ УТРЕННЕЙ
ГИМНАСТИКИ**

На утренней гимнастике дети выполняют различные упражнения.

Как правило, воспитатели умеют красиво и правильно показать выполнение упражнения, но не всегда могут кратко и понятно объяснить, четко дать команду, распоряжение. Уверенный тон, точность команд, подтянутость воспитателя дисциплинируют, организуют детей, заставляют их быстро, четко выполнять движения. «Необходимо помнить, что хорошо поданная команда, уместно и правильно отданное распоряжение уже сами по себе имеют большое организующее влияние на учащихся и дисциплинируют их».

Команда — это краткое, четкое указание, сигнал к выполнению или прекращению действия. Команда состоит из двух частей: предварительной и исполнительной. В первой части указывается, что и как надо делать, и она произносится медленно. Во второй части говорится о начале действия и она произносится быстро, отрывисто. Например: «Нале-во!», «Начи-най!» или «Кру-гом!» и др. Цель команды — обеспечить одновременное Начало, окончание и темп выполнения движений.

Распоряжение — это указание, также связанное с выполнением упражнений или других действий, но оно не имеет определенной формы подачи. Распоряжение произносится кратко, четко и спокойно. Например: «Идите за мной!», «Поднимите руки вверх» и т. д.

В работе с детьми дошкольного возраста применяются простые команды и распоряжения, принятые в гимнастике. Когда упражнения выполняются с музыкальным сопровождением, то они даются реже.

Распоряжение чаще применяется с детьми младшего дошкольного возраста. Начиная со средней группы постепенно вводятся команды, воспитатель при этом должен стоять в положении «смирно».

Различная форма подачи команд и распоряжений говорит о разнообразном характере выполнения упражнения. Движения могут стать плавными или отрывистыми, свободными или напряженными. Воспитатель должен найти такую форму произнесения команд и распоряжений, которая поможет провести упражнение эмоционально, интересно, с учетом возраста. Ему необходимо следить за тем, чтобы у детей было спокойное, бодрое настроение. Указания давать в веселом, доброжелательном тоне.

В младшей группе команд нет. Распоряжения просты и немногочисленны.

При строевых упражнениях:

- Постройтесь за Сережей! (Для построения друг за другом.)
- Идите за мной (за Колей). (Для ходьбы друг за другом.)
- Остановитесь! (Для остановки.)
- Побежали! (Для бега.)
- Света, иди ко мне! (Для ходьбы в указанном направлении).
- Идите на носках. (Для профилактических упражнений.)
- Повернитесь ко мне, возьмитесь за руки, дает мне руку Сережа — первый и Наташа — последняя. (Для построения в круг.)

- Сделайте шаг назад. (Для построения в колонны, звенья.) **При общеразвивающих упражнениях:**

- Помашем флажком. (Название упражнения.)
- Поставьте ноги подальше друг от друга, руки опустите. (Для исходного положения.)
- Поднимите флажок, помашите им, опустите. (Для выполнения упражнения.)

Качашкин В. М. Методика физического воспитания, «Просвещение», 1972, с. 211.

Молодцы! Хорошо! (Для окончания.)

Воспитатель может сам продумать распоряжения для детей данного возраста, но отдавать их нужно в форме настоящего времени, доброжелательно и доступно пониманию детей.

В **средней группе** постепенно вводятся простейшие команды и общепринятые распоряжения.

При строевых упражнениях:

- Постройтесь в колонну. (Для построения друг за другом по росту.)
- Вперед! Прямо — марш! (Для ходьбы.)
- Приготовьтесь к бегу, согните руки в локтях. (Для бега.)
- Бегом!
- На носках, на пятках. (Для профилактических упражнений.)
- На месте. (Для ходьбы на месте.) -
- Группа, стой! (Для остановки.)
- Сережа, выводи свое звено. (Для построения в звенья.)
- Звеньевые, руки в стороны, остальные руки вперед. (Для размыкания.)
- Повернитесь ко мне и еще раз ко мне. (Для поворота кругом.)
- Равняйтесь по шнуру.

При общеразвивающих упражнениях:

- Обруч вперед. (Название упражнения.)
- Показываю.
- Обруч вперед, вниз. (При объяснении.)
- Ноги слегка расставьте, обруч вниз. (Для исходного положения.)
- Упражнение начинай!
- Вверх, вниз! (Во время руководства упражнением.)
- Продолжайте без меня. Упражнение закончить. Или. Закончить! (Для окончания, упражнения.)

Отдавать распоряжение «закончить» лучше при выполнении завершающего движения, например: «вниз».

Команды: «Прямо—марш!», «Группа, стой!» «Начи-най!».

В **старшей группе** дети уже понимают краткие распоряжения, сведенные к одному слову, им доступен термин «исходное положение». Распоряжения более многообразны.

При строевых упражнениях:

- В колонну!

- Шагом — марш!
- Приготовьтесь к бегу. (Для подготовки рук.)
- Бегом!
- На носках, на пятках!
- Змейкой!
- Врассыпную!
- На месте!
- Группа, стой!
- Звеньевые, ко мне! (Для построения в звенья.)
- Проверьте расстояние. (Для размыкания.)
- Нале-во, напра-во!
- Один налево, другой направо. (Для построения в пары — разведением.)
- Подравняйтесь.

При общеразвивающих упражнениях:

- Палку вверх! (Название упражнения.)
- Показываю. Палку вперед, вверх, вниз. (При выполнении упражнения.)
- Исходное положение: ноги — пятки вместе, носки врозь, палка внизу.
- Начи-най!
- Достаточно. (Для окончания упражнения.)

В подготовительной к школе группе используются различные строевые упражнения. Качество выполнения перестроения зависит не только от ведущего, но и от каждого ребенка, так как многие перестроения проводятся по ходу движения. Поэтому распоряжения надо отдавать заранее.

При строевых упражнениях:

- В колонну!
- В звенья!
- Врассыпную!
- Парами — марш!
- Четверками — марш!
- В круг!
- На месте шагом — марш!
- Бегом — марш!
- На пятках, по-медвежьи.
- Пара — направо, пара — налево. (Для перестроения в четверки разведением.)
- Группа, стой!
- Кру-гом! Напра-во! Нале-во!
- Вполоборота направо, налево.
- Равняйтесь по носкам.

При общеразвивающих упражнениях:

- Скакалку к груди. (Название упражнения.)
- Исходное положение принять!
- Начи-най!
- Достаточно.

Умение понимать и точно выполнять команды и распоряжения поможет детям в будущем на уроках физкультуры.

