

**МБОУ ДО «Дворец творчества детей и молодежи»  
Ленинского района г. Кемерово**

# **Строевая подготовка: Ходьба и повороты в движении**

г. Кемерово, 2020 год

Здравствуйте, ребята!

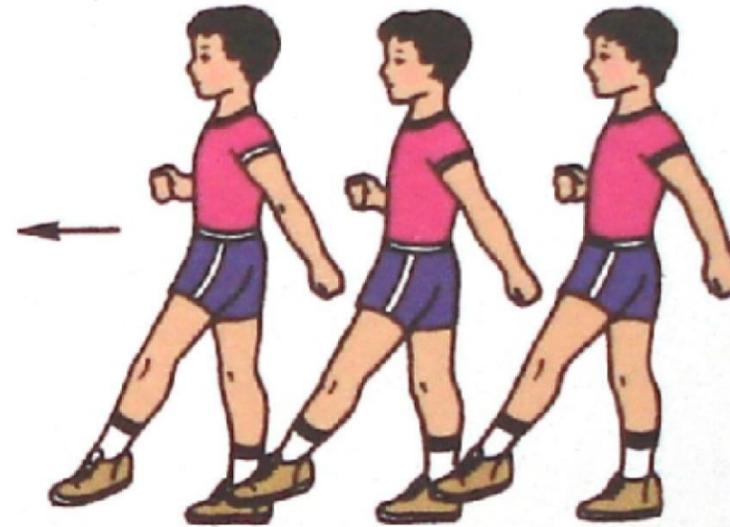
**На этом занятии вы узнаете, как  
правильно выполняются повороты при  
ходьбе.**

## Выполнение команд:

«На месте шагом – марш!»



«Шагом – марш!»

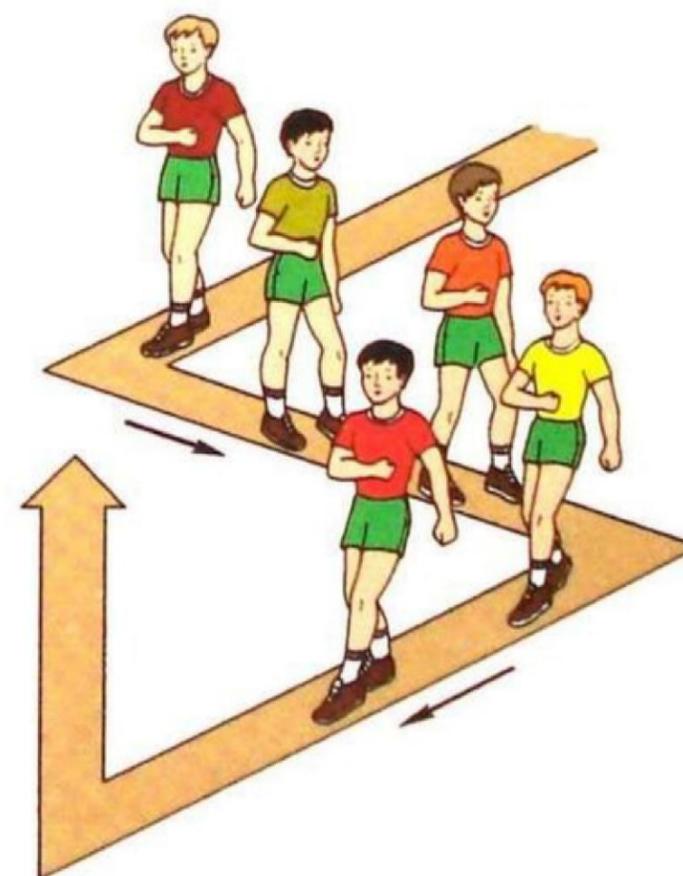
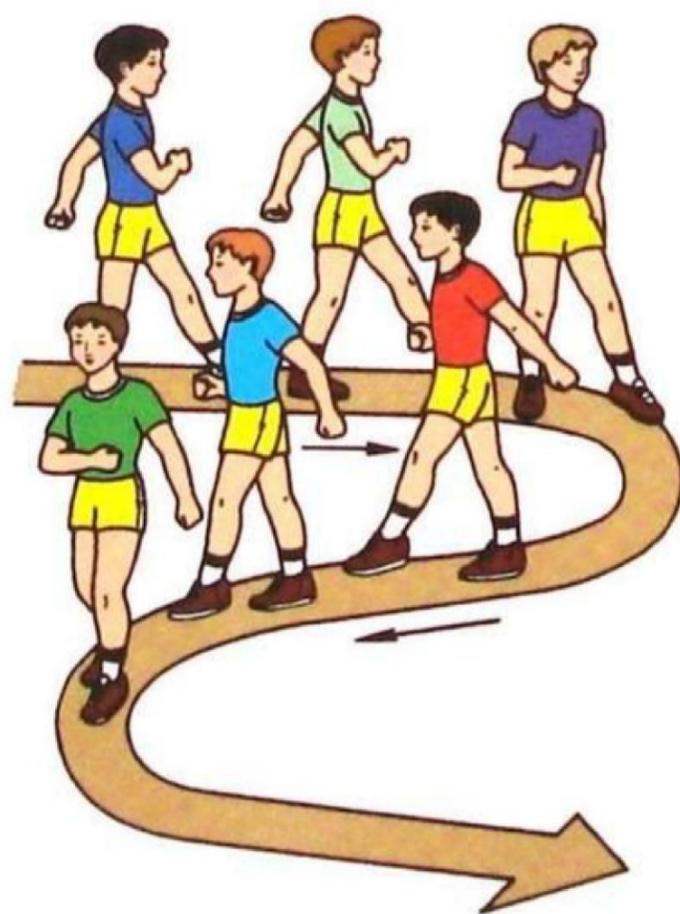


Шаг на месте начинается по команде **«На месте, шагом — МАРШ»** (в движении — **«НА МЕСТЕ»**). Для прекращения движения подается команда: **«На месте СТОЙ! Раз-два!»**



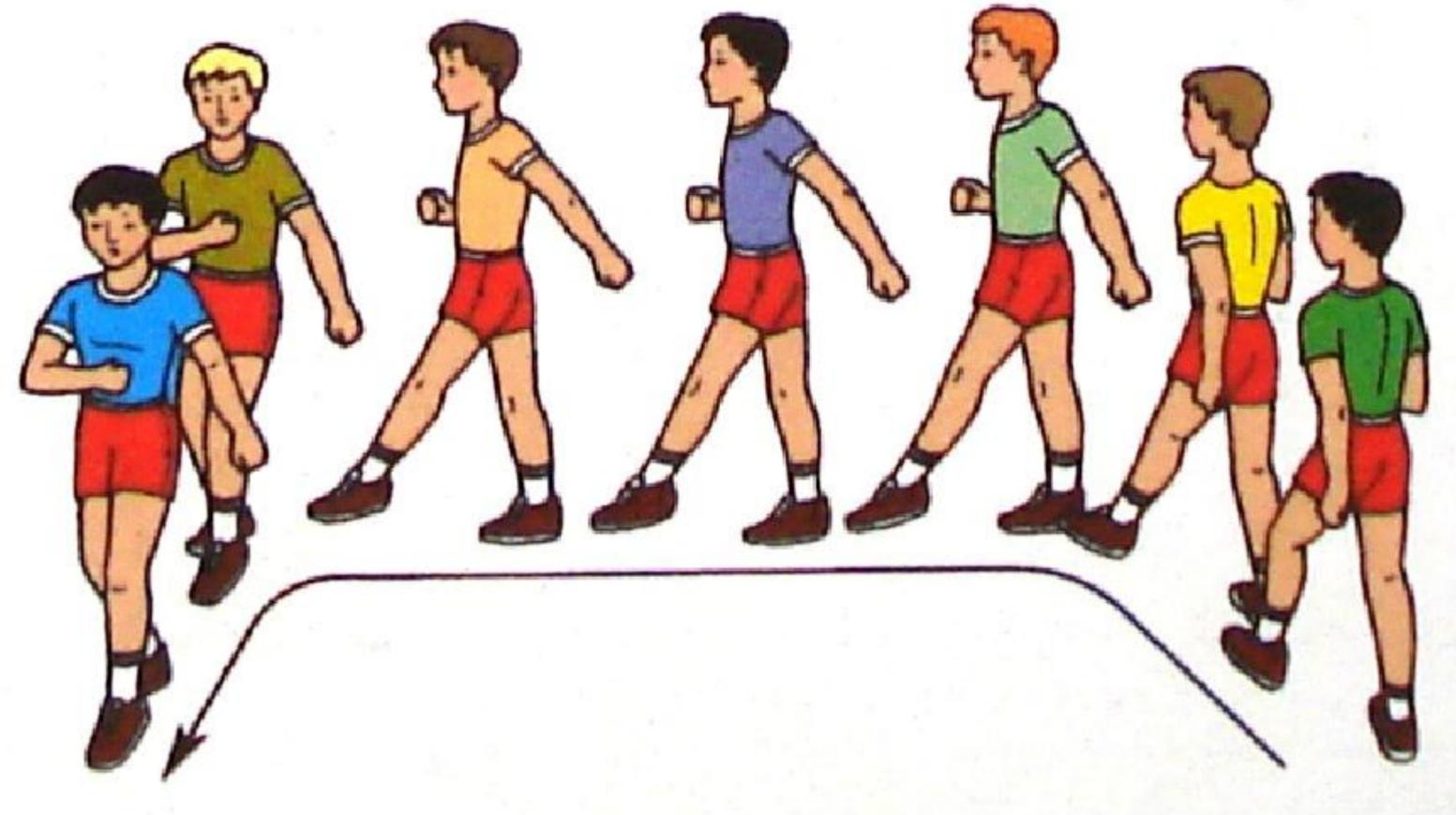
Движение на месте строевым шагом

## Ходьба «змейкой», по диагонали



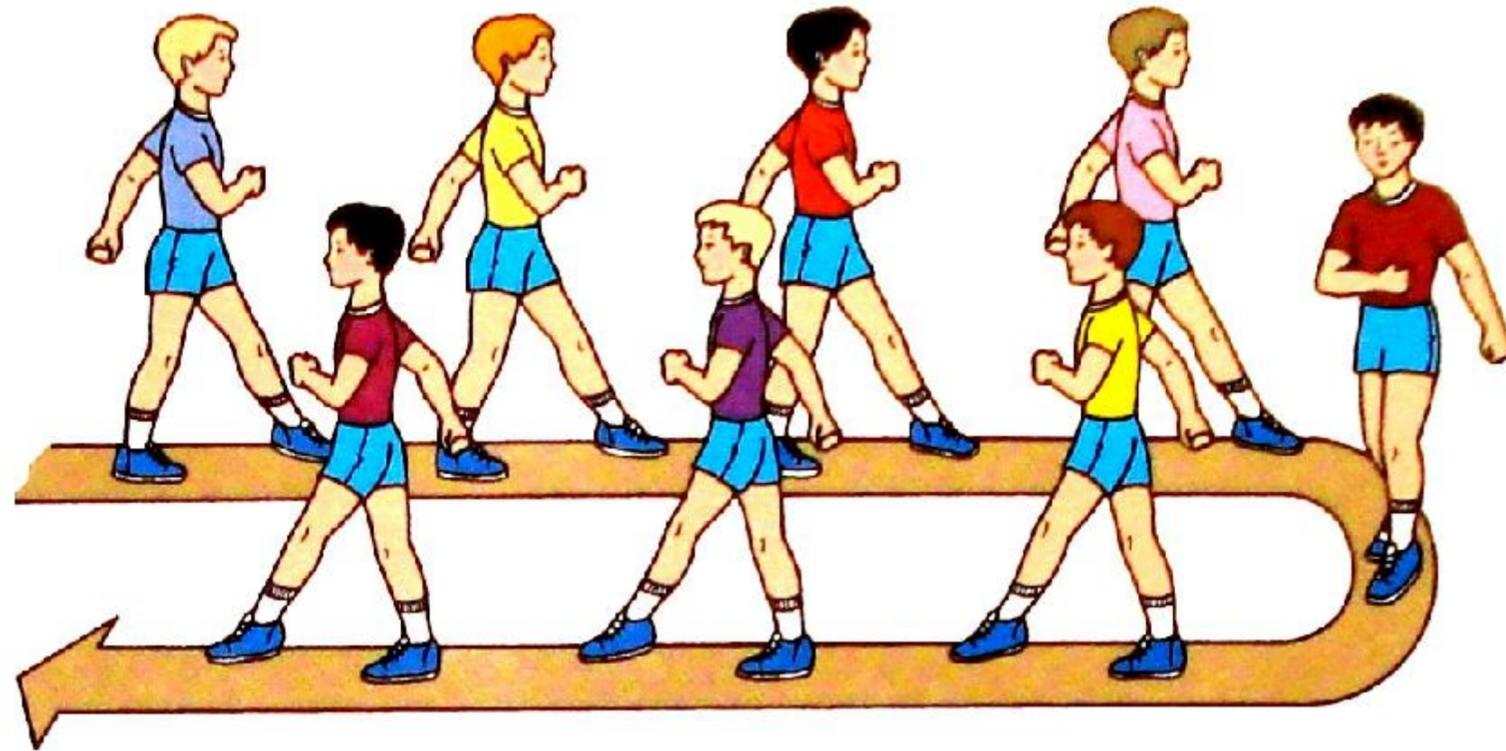
**Ходьба по диагонали** - это движение по прямой из одного угла площадки (зала) через центр в другой угол. По команде: **«По диагонали шагом марш!»** отряд начинает движение. Команда марш подается в момент подхода направляющего к углу зала.

## Ходьба в обход



*Ходьба в обход* – движение колонны вдоль границ площадки или зала является ходьба в обход. **«Налево (направо) в обход шагом марш!»**

# Ходьба противходом



*Ходьба противходом* — это движение в обратном направлении и рядом со строем. Выполняется по команде: «**Противходом налево (право) шагом марш!**». По этой команде направляющий, заходя правым (левым) плечом вперед, начинает движение навстречу колонне, сохраняя между встречными интервал в один шаг.



**Повороты – это движения, связанные с изменением направления.  
Бывают направо и налево.**

# Повороты на месте

Поворот направо



Поворот налево



Повороты на месте выполняются по команде: **«НАПРА-ВО!»** и **«НАЛЕ-ВО!»** вначале под счет чтобы приучить ритму поворота.

## Повороты прыжком

Налево



Направо



Выполняется по команде: **«Нале-во! Раз-два».**  
**«Прыжком напра-во!»**

## Поворот кругом (на месте и в движении):

На месте – выполняется в сторону левой руки (через левое плечо), на два счета.

В движении – ставится предмет, около предмета ставим правую ногу на носок и делаем на ней поворот налево, ходьба начинается с левой ноги.



Повороты кругом выполняются по команде:  
**«КРУ-ГОМ!РАЗ-ДВА!»**

## Домашнее задание:

1. По какой команде выполняется строевой шаг на месте?
2. Какие вы знаете виды ходьбы?
3. Как правильно выполнить каждый вид ходьбы?
4. Что такое повороты?
5. Какие бывают повороты?
6. Как правильно выполнить каждый вид поворота?

Выполненное задание отправляйте на электронную почту:

[uid.dvoret@mail.ru](mailto:uid.dvoret@mail.ru)