**Построения и перестроения.**

Построение в шеренгу осуществляется по команде: «Группа в одну (две, три и т.д.) шеренгу – становись!». Одновременно с подачей команды дежурный становится лицом к фронту в положение «Смирно». Группа выстраивается слева от него.Построение в колонну выполняется по команде: «В колонну по одному (два, три и т.д.) – становись!». Занимающихся выстраивают за воспитателем.

Построение в шеренги, колонны, круги и т.д. по распоряжению. Например «Встаньте в круг», «Встаньте в две шеренги».и Построение в круг. Команда «В круг – Становись!». Воспитатель становится в положение основной стойки лицом к середине будущего круга. Группа выстраивается слева от него, стоя круг по часовой стрелке, после чего Воспитатель выходит из строя или остается в нем, если это предусмотрено дальнейшим ходом урока.

**Перестроение из одной шеренги в две** производится по команде: «В две шеренги – стройся!». Предварительно группу необходимо рассчитать на первый-второй. Перестроение производится на три счета (выполняют вторые номера): на счет «раз» - левой ногой шаг назад; «два» - правой ногой шаг вправо (заходя в затылок первым номерам); «три» - приставить левую ногу. Перестроение из двух шеренг в одну производится по команде: «В одну шеренгу – стройся!». Перестроение производится в порядке, обратном построению.

**Перестроение из одной шеренги в три**. Группа рассчитывается по три. По команде: «В три шеренги – стройся!», 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 в затылок ко вторым номерам. 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. Действия первых и третьих номеров происходит одновременно. Перестроение из трех шеренг в одну сторону производится по команде: «В одну шеренгу – стройся!», все действия выполняются в обратной последовательности.

**Перестроение из колонны по одному в колонну по два**. После расчета группы на первый-второй подается команда: «В колонну по два – стройся!», вторые номера ставят левую ногу на шаг влево (счет «раз»), затем правую ставят на шаг вперед (счет «два»), и приставляя левую ногу к правой становятся слева первых номеров (это счет «три»).Перестроение из двух колонн в одну проводятся в порядке обратном последовательности.

**Перестроение уступом из шеренги**. После предварительного расчета по заданию («9 – 6 – 3 - на месте!» или «6 – 3 – на месте!») подается команда: «По расчету шагом – Марш!». Занимающиеся выходят на положенное им по расчету количество шагов и приставляют ногу. Преподаватель ведет подсчет до момента приставления ноги первой шеренгой. Так, при расчете 9 – 6 - 3 – на месте – до 10, «6 – 3 – на месте» - до 7**. Для обратного перестроения** подается команда: «На свои места шагом – Марш!». Все выходившие из строя делают поворот кругом. Преподаватель ведет подсчет «раз-два» до тех пор, пока последние вошедшие в строй, не делают поворот кругом.

**Перестроение из шеренги в колонны захождением отделений плечом**. После предварительного расчета по 3-4 и так далее подается команда: «Отделениями по 3 (по 4 и так далее)» левые (правые) плечи вперед «Шагом- Марш!». По этой команде рассчитанное по отделениям, сохраняя равнение по фронту, продвигаются по радиусу круга до очередной команды, образуя колонны. В момент, когда занимающиеся перестроятся в нужном для преподавателя положении могут подаваться следующие команды: «Группа – стой!», «На месте!».

Для обратного перестроения подается команды: «Кру-гом!», «Отделениями в одну шеренгу, правые (левые) плечи вперед, «Шагом-Марш», «Группа – Стой!». Последняя команда подается в тот момент, когда занимающиеся дойдут до своего места в шеренге.

**Перестроение из одной колонны в три уступом**. После предварительного расчета по три подается команда: «Первые номера – два (три, четыре и т.д.) шага вправо, третьи номера два (три, четыре и т.д.) шага влево приставными шагами шагом – Марш!». **Для обратного перестроения** подается команда: «На свои места приставными шагами шагом – Марш!». Перестроение производится в обратной последовательности.

**Перестроение из шеренги в три колонны** производится после предварительного расчета группы на три отделения равных по количеству занимающихся. Подается команда: «Из шеренги в три колонны шагом (бегом) – Марш!». По этой команде отделения выходят (выбегают) на заранее обозначенные места и выстраиваются в затылок друг другу. Перестроение выполняется лицом к лицевой линии. **Для обратного перестроения** подается команда: «На свои места шагом (бегом) – Марш!». Занимающиеся поворачиваются кругом и выполняют обратное перестроение в шеренгу на свои места. (рис. 1)

**Перестроение из трех шеренг в две**. Предварительно производится расчет на первый-второй в шеренгах. По команде: «В две шеренги – стройся!». Вторые номера второй шеренги делают шаг влево, правой ногой шаг вперед и приставляют левую к правой ноге (ставятся на линию первой шеренги), первые номера второй шеренги делают шаг влево, правой назад и приставляют левую ногу к правой (становятся на линию третьих номеров). **Для обратного перестроения** подается команда: «В три шеренги – стройся!». Занимающиеся выполняют те же действия в обратной последовательности.

**Перестроение из двух шеренг в три**. После предварительного расчета по три подается команда: «В три шеренги – стройся!». Вторые номера первой шеренги делают с левой ноги полшага назад, правой шаг вправо (в затылок первым номерам) и приставляют левую, а вторые номера второй шеренги делают с правой ноги полшага вперед, левой шаг влево (в затылок третьим номерам) и приставляют правую. **Для обратного перестроения** подается команда: «В две шеренги – стройся!». Занимающиеся выполняют те же действия в обратной последовательности. (рис. 2)

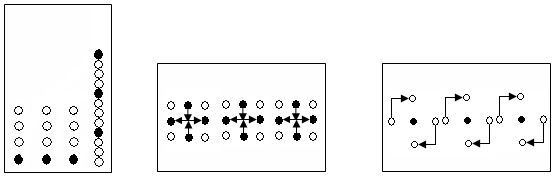


Рис.1. Рис.2. Рис.3.

**Перестроение из шеренги в три**. После расчета на три, подается команда: «В три шеренги – стройся!», вторые номера остаются на месте, первые номера делают шаг правой ногой назад, затем, не приставляя ногу, шаг левой в сторону и, приставляя правую, становятся в затылок вторым номерам; третьи номера на три счета, начиная с левой ноги, выходят впереди и становятся впереди вторых номеров.

Обратное перестроение производится по команде «В одну шеренгу – стройся!». Занимающиеся выполняют те же действия в обратной последовательности. (рис. 3)