

СТРОЕВАЯ ПОДГОТОВКА

Опорный конспект

ТЕМА:
СТРОЕВЫЕ ТРЕНИРОВКИ

ВОПРОСЫ ЗАНЯТИЯ:

1. Строевая стойка.
2. Повороты на месте

I. Методика подготовки руководителя к занятию:

1. Уяснение темы, занятия и их целей.
2. Изучение содержания данного занятия.
3. Изучение наставлений, инструкций, руководств, приказов и законов.
4. Определение последовательности проведения занятия и использования материального обеспечения.
5. Определение методических приемов проведения занятия.
6. Составление плана-конспекта (плана, опорного конспекта).
7. Подготовка материального обеспечения занятия и места проведения занятия.
8. Определение требований безопасности при проведении занятия.
9. Утверждение плана-конспекта (плана) у непосредственного начальника.
10. Проведение ИМЗ (инструктажа) с помощниками руководителя занятия.
11. Организация самостоятельной подготовки помощников руководителя занятия.

II. Методические указания по проведению занятия.

Перед выходом на занятие командир роты принимает рапорт от командира первого взвода о готовности личного состава роты к занятию, выводит роту к месту занятий. Рота к месту занятий выходит в походном строю с песней или под барабан. Прибыв к месту занятий, командир роты выстраивает роту в развернутый двухшереножный строй, объявляет тему, цель занятия и учебные вопросы, указывает каждому взводу место для занятия и приказывает командирам взводов развести взводы по местам занятий. При выходе взводов в указанные места каждый командир взвода указывает место для занятий каждому отделению. Командиры отделений разводят отделения по местам. Когда все подразделения займут свои учебные места, командир роты подает команду «***К проведению занятий - Приступить***».

Командир отделения, выйдя на середину строя, начинает занятие с проверки внешнего вида подчиненных. При этом он обращает особое внимание на правильность подгонки обмундирования и проверяют оружие на его наличие и комплектность. Затем проверяет подчиненных, как они усвоили ранее изученные строевые приемы и по результатам их отработки оценивает солдат.

Командир отделения объявляет обучаемым тему, занятие и цель предстоящего занятия, при этом особо отмечает, какие знания и навыки, приобретенные ранее, могут пригодиться при изучении вопросов предстоящего занятия. Он доводит до военнослужащих меры безопасности при обращении с оружием, указывает порядок безопасного выполнения элементов занятия и приступает к изучению и тренировке материала занятия.

Разучивание нового строевого приема (действия) командир отделения начинает с показа его в целом, а затем по элементам в медленном и в уставном темпе. Закончив показ и убедившись, что обучаемые поняли прием, командир отделения приступает к разучиванию строевого приема с подчиненными сначала по элементам в медленном темпе, а затем в целом. Когда прием разучен, по указанию командира взвода отделения приступают к тренировке попарно и самостоятельно.

Для проведения тренировки командир отделения становится в центре строевой площадки, а по ее периметру с интервалом в четыре шага выстраивает солдат отделения.

Заметив ошибку в выполнении солдатом приема, командир подходит к нему и, находясь рядом с ним, тренирует (обучает) его индивидуально, а остальной личный состав отделения в это время продолжает тренировку самостоятельно. Если в ходе тренировки одну и ту же ошибку допускают несколько солдат, командир прекращает тренировку отделения и вновь показывает прием, после чего тренировка продолжается.

При проведении попарной тренировки солдаты (в паре) поочередно выступают в роли командира. Командир отделения, переходя от одной пары к другой, контролирует действия солдат, исправляет допускаемые ими ошибки.

Командир взвода, следя за действиями командиров отделений, поочередно оказывает им помощь в обучении и устранении допущенных солдатами ошибок. Слабо подготовленных солдат он может вызвать к себе и лично обучать правильному выполнению строевого приема или действия.

Командир роты, переходя от взвода к взводу, контролирует ход занятия, правильность обучения и дает рекомендации командирам взводов и отделений по устранению ошибок, допускаемых солдатами. При необходимости оказывает помощь одному из командиров взводов (отделений) в проведении занятий.

При переходе к тренировке под барабан командир роты становится в центре плаца, вызывает к себе барабанщика и, подавая ему команды, руководит тренировкой. В этом случае командиры взводов и отделений следят за действиями обучаемых и устраняют допущенные ими ошибки по ходу тренировки.

В конце занятия командир отделения указывает каждому солдату на недостатки, определяет срок их устранения, а также ставит задачи по подготовке к очередному занятию.

Командир взвода при проведении разбора отмечает лучшее отделение и наиболее отличившихся солдат.

Командир роты проводит разбор со всем личным составом и отдельно с офицерами, прапорщиками и сержантами. На общем разборе он указывает степень отработки изучаемого приема (действия) во взводах и дает указание по совершенствованию выполнения этого приема в повседневной жизни. При проведении разбора с офицерами, прапорщиками, сержантами командир роты отмечает положительное в проведении занятия, недостатки, допущенные при обучении, и дает указания по подготовке к следующему занятию.

УТВЕРЖДАЮ
Командир войсковой части _____

(воинское звание)

(фамилия)
« ____ » _____ 200 ____ г.

ПЛАН

проведения занятия с _____
по Строевой подготовке на « ____ » _____ 200 ____ г.

Тема: СТРОЕВЫЕ ТРЕНИРОВКИ

Занятие: СТРОЕВАЯ СТОЙКА. ПОВОРОТЫ НА МЕСТЕ.

Цель занятия:

Изучить и отработать порядок выполнения строевой стойки без оружия.
Изучить и отработать порядок выполнения поворотов на месте.

Время: _____

Место занятия: Строевой плац.

Метод проведения занятия: Практическое, тренировочное.

Материальное обеспечение занятия:

1. Оборудование строевого плаца.

I. ВВОДНАЯ ЧАСТЬ ЗАНЯТИЯ « ____ »

1. Определение готовности учебного подразделения к занятию Вывожу подразделение к месту проведения занятия. Проверяю внешний вид, правильность подгонки обмундирования подчиненных « ____ » мин.
2. Напоминание материала предыдущего занятия Отмечаю, какие знания и навыки, полученные ранее, могут пригодиться при изучении вопросов предстоящего занятия. « ____ » мин.
3. Опрос обучаемых 1. _____ 2. _____
3. _____ 4. _____ « ____ » мин.

ОСНОВНЫЕ ВОПРОСЫ КОНТРОЛЯ

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

- 4 Доведение мер безопасности Уточняю порядок безопасного выполнения элементов занятия. « ____ » мин.

II. ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ ЗАНЯТИЯ « ____ » мин.

№ п.п.	Учебные вопросы, задачи, нормативы	Время	Действия руководителя и его помощника	Действия обучаемых
1.	Строевая стойка.	_____ мин.	Образцово показываю строевой прием в целом и по подразделениям. Кратко рассказываю порядок его выполнения.	Наблюдают за показом строевого приема. Запоминают порядок

№ п.п.	Учебные вопросы, задачи, нормативы	Время	Действия руководителя и его помощника	Действия обучаемых
			<p>Обучаю строевому приему по разделениям. Находясь внутри строевой площадки, подаю команды на начало отработки строевого приема и его прекращение.</p> <p>При изучении строевого приема особое внимание обращаю на правильное положение корпуса, рук, ног и головы.</p> <p>После изучения строевого приема по разделениям тренирую прием попарно или самостоятельно под мою команду в целом.</p> <p>Если при изучении приема или в процессе его тренировки допущена общая ошибка, останавливаю отделение и показываю, как ее исправить.</p> <p>При ошибке отдельного солдата вывожу его из строя, становлюсь рядом с ним и провожу индивидуальное обучение. Все остальные солдаты продолжают выполнять строевой прием самостоятельно.</p>	<p>его выполнения по разделениям в медленном темпе и в целом.</p> <p>Под команду тренируются в выполнении строевого приема в целом.</p>
2.	Повороты на месте	_____ мин.	<p>Образцово показываю строевой прием в целом и по разделениям. Кратко рассказываю порядок его выполнения.</p> <p>Обучаю строевому приему по разделениям. Находясь внутри строевой площадки, подаю команды на начало отработки строевого приема и его прекращение.</p> <p>При изучении строевого приема особое внимание обращаю на правильное положение корпуса, рук, ног и головы.</p> <p>После изучения строевого приема по разделениям тренирую прием попарно или самостоятельно под мою команду в целом.</p> <p>Если при изучении приема или в процессе его тренировки допущена общая ошибка, останавливаю отделение и показываю, как ее исправить.</p> <p>При ошибке отдельного солдата вывожу его из строя, становлюсь рядом с ним и провожу индивидуальное обучение. Все остальные солдаты продолжают выполнять строевой прием самостоятельно.</p>	<p>Наблюдают за показом строевого приема.</p> <p>Запоминают порядок его выполнения по разделениям в медленном темпе и в целом.</p> <p>Под команду тренируются в выполнении строевого приема в целом.</p>

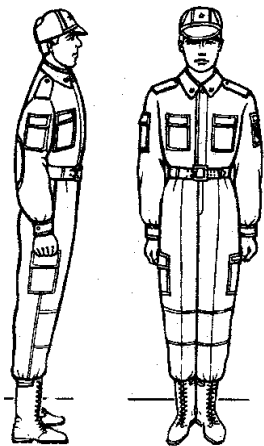
III. ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ ЗАНЯТИЯ « ____ » мин.

1. Опрос по изложенному материалу 1. _____
2. _____ « ____ » мин.
2. Задание на самостоятельную подготовку _____
_____ « ____ » мин.

Руководитель занятия _____
(воинское звание, подпись)

1. Строевая стойка

Строевая стойка принимается по команде «**СТАНОВИСЬ**» или «**СМИРНО**».



Строевая стойка

По этой команде:

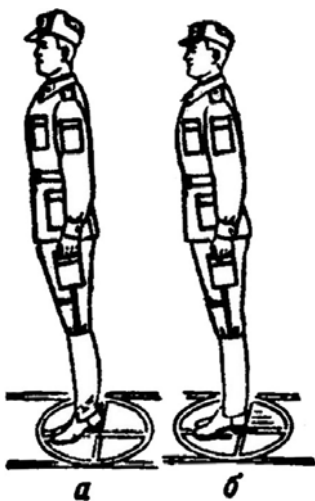
- стоять прямо, без напряжения, каблуки поставить вместе, носки выровнять по линии фронта, поставив их на ширину ступни;
- ноги в коленях выпрямить, но не напрягать;
- грудь приподнять, а все тело несколько подать вперед;
- живот подобрать;
- плечи развернуть;
- руки опустить так, чтобы кисти, обращенные ладонями внутрь, были сбоку и посередине бедер, а пальцы полусогнуты и касались бедра;
- голову держать высоко и прямо, не выставляя подбородка;
- смотреть прямо перед собой;
- быть готовым к немедленному действию.

Строевая стойка на месте принимается и без команды:

- при отдавании и получении приказа;
- при докладе;
- во время исполнения Государственного гимна Российской Федерации;
- при выполнении воинского приветствия;
- при подаче команд.

Для обучения военнослужащих строевой стойке командир строит подразделение в одну шеренгу и, выйдя перед серединой строя, показывает, как нужно принимать строевую стойку.

Начиная занятие, командир рассказывает, в каких случаях применяется строевая стойка, а затем знакомит военнослужащих с элементами строевой стойки, для чего образцово показывает порядок ее выполнения в целом и по разделением. Во время показа солдаты должны видеть командира, выполняющего прием, со всех сторон: спереди, сбоку и сзади.



а – проверка правильности положения корпуса; б – положение корпуса при строевой стойке

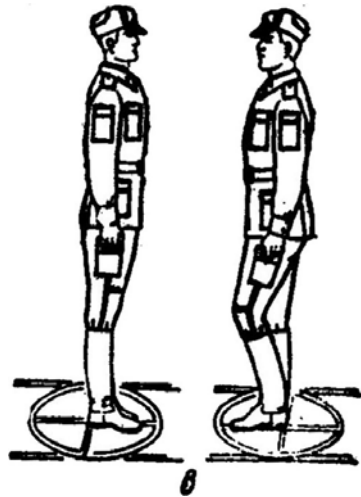
Закончив показ, командир выстраивает военнослужащих в разомкнутом одношереножном строю и приступает к разучиванию строевой стойки по элементам.

Он показывает подготовительное упражнение – приподнимание груди с подачей корпуса несколько вперед подборанием живота, разворачиванием плеч и опусканием рук посередине бедер.

Командир разъясняет солдатам, что, начиная это упражнение, необходимо сделать глубокий вдох и в таком положении задержать грудную клетку, сделать выдох и продолжать дыхание с приподнятой грудью. Приподняв грудь, корпус тела следует немного подать вперед и подобрать живот, а плечи развернуть. Руки при этом опускаются так, чтобы кисти, обращенные ладонями внутрь, были сбоку и посередине бедер, а пальцы полусогнуты и касались бедер.

Чтобы проверить правильность подачи корпуса несколько вперед, необходимо приподняться на носки (рис. а), а затем, не изменяя наклона корпуса, опуститься на всю ступню (рис. б).

Разучивание этого подготовительного упражнения производится по команде **«Грудь приподнять, живот подобрать, плечи развернуть, корпус тела подать вперед, делай – РАЗ, принять первоначальное положение, делай – ДВА»**. Упражнение выполняется до тех пор, пока каждый обучаемый в отделении (расчете, экипаже) не почувствует отличия положения корпуса при правильной строевой стойке от положения в свободном состоянии.



Отличие строевой стойки от положения «вольно»

Чтобы показать отличия этих положений необходимо использовать зеркало или расположить одну шеренгу против другой, а затем подать команду **«Первые номера – стоять вольно, вторые номера – грудь приподнять»**.

Такая же команда повторяется для первых номеров, а вторые номера стоят в положении «вольно». Прodelав несколько раз это упражнение, военнослужащие наглядно убедятся в отличии положения строевой стойки от положения «вольно» (рис. в).

При отработке второго подготовительного упражнения командир показывает, как обучаемые должны держать голову при строевой стойке.

Чтобы проверить правильность положения головы, необходимо принять строевую стойку и, не опуская головы, посмотреть вниз перед собой.

При правильном положении головы военнослужащий должен видеть на плацу самую близкую точку в двух-трех шагах от себя, любое другое положение головы обучаемого будет неправильным. Командир обращает внимание солдат на то, что при правильной строевой стойке грудь всегда находится несколько впереди подбородка.

Отработав подготовительные упражнения, командир приступает к тренировке всех элементов строевой стойки в целом, для чего подает команды **«СТАНОВИСЬ»**, **«СМИРНО»** или другие команды, например: **«Два шага вперед (назад), шагом – МАРШ»**, **«Рядовой Петров. Шаг вперед, шагом – МАРШ»** и т. д.

Для проверки правильного выполнения строевой стойки необходимо в ходе тренировки приказывать солдатам подняться на носки. Если строевая стойка была принята правильно, то все солдаты отделения легко, без наклона вперед выполняют команду. Можно проверить правильность строевой стойки поднятием носков. Командир подает команду **«Поднять носки, делай – РАЗ»**. Те, кто принял правильно строевую стойку, носки поднять не смогут.

Научив принимать строевую стойку по разделениям, командир тренирует солдат в выполнении приема в целом, для чего подает команды, например: **«Отделение, в одну шеренгу – СТАНОВИСЬ»** или **«Отделение – СМЕРНО»**. Обучаемые выполняют команды, принимают строевую стойку, а командир следит за их действиями и добивается устранения допущенных ими ошибок.

2. Повороты на месте

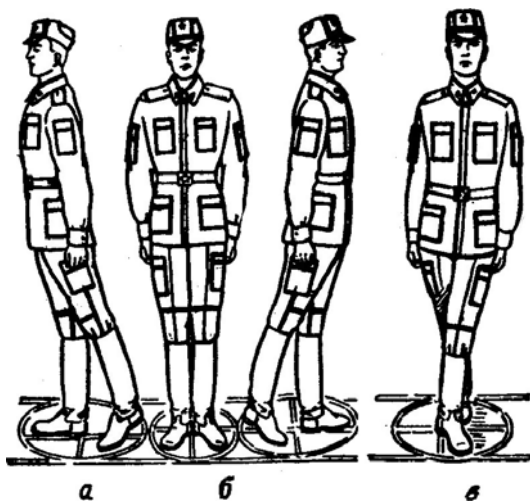
Командир отделения объясняет, что повороты на месте выполняются одиночными военнослужащими на всех занятиях, при подходе к начальнику и отходе от него, а также при постановке в строй, а подразделениями, как на занятиях, так и во время построений и передвижений.

Для обучения поворотам на месте командир выстраивает отделение по периметру строевой площадки (в одну шеренгу с интервалом в четыре шага) и, выйдя на середину строя, показывает поворот в целом в установленном темпе.

Затем он показывает прием по подразделениям и поясняет, что поворот кругом и налево производится в сторону левой руки на левом каблуке и правом носке, а поворот направо – в сторону правой руки на правом каблуке и левом носке.

Все повороты выполняются на два счета: по первому счету надо повернуться, сохраняя правильное положение корпуса, и не сгибая ног в коленях, перенести тяжесть тела на впереди стоящую ногу, по второму счету – кратчайшим путем приставить другую ногу.

Для четкого и красивого поворота на месте необходимо перенести тяжесть тела на ту ногу, в сторону которой делается поворот, с одновременным рывком корпуса в сторону поворота и сильным упором на носок противоположной ноги, сохраняя устойчивое положение туловища. После этого командир показывает прием в медленном темпе с одновременным разъяснением порядка действий по предварительной и исполнительной командам.



Положение ног при повороте:
а – направо; б – налево; в - кругом

Поворот направо разучивается по разделениям на два счета.

Показав прием по разделениям, командир командует: **«Направо, по разделениям, делай – РАЗ, делай – ДВА»** и следит за тем, чтобы обучаемые по первому счету резко повернулись в сторону правой руки на правом каблуке и на левом носке, сохраняли положение корпуса, как при строевой стойке не сгибали ног в коленях, перенося тяжесть тела на впереди стоящую ногу (рис. а). Каблук сзади стоящей ноги и носок впереди стоящей ноги должны быть развернуты так, чтобы после окончания поворота носки оказались развернутыми на ширину ступни. Положение рук должно быть таким, как при строевой стойке.

При неправильном или нечетком выполнении элемента по счету «раз» подается команда **«ОТСТАВИТЬ»**.

По счету **«делай – ДВА»** кратчайшим путем приставить левую ногу, не сгибая ее в колене.

Разучив поворот направо по разделениям, командир приступает к разучиванию его в целом. Для этого он подает команду **«Напра-ВО»** и сопровождает ее подсчетом вслух: **«РАЗ, ДВА»**.

Изучение приема можно продолжать под счет вслух самих обучаемых или под барабан.

При изучении поворота необходимо обратить внимание на то, чтобы он выполнялся не только с помощью ног, но и с резким движением корпуса в сторону поворота с соблюдением всех правил строевой стойки.

Закончив тренировку в выполнении поворота направо, командир показывает в целом, а затем по разделениям поворот налево. Поворот налево также выполняется на два счета.

По команде **«Налево, по разделениям, делай – РАЗ»** обучаемые должны повернуться на левом каблуке и на правом носке, перенести тяжесть тела на левую ногу, сохраняя правильное положение корпуса, не сгибая ног в коленях и не размахивая во время поворота руками (рис. б). По счету **«делай – ДВА»** правую ногу надо кратчайшим путем приставить к левой так, чтобы каблуки были вместе, а носки развернуты на ширину ступни.

После показа и пояснения поворота налево тренировка этого приема проводится в такой же последовательности, как и при изучении поворота направо.

Изучив с подчиненными поворот налево, командир переходит к изучению поворота кругом. Он показывает прием в целом, затем по разделениям на два счета. Далее командир поясняет, что поворот кругом выполняется по команде **«Кру-ГОМ»** так же, как поворот налево, с той лишь разницей, что разворот корпуса делается на 180° (рис. в).

По команде **«КРУГОМ, по разделениям, делай – РАЗ»** надо резко повернуться на левом каблуке и на правом носке, не сгибая ног в коленях, подавая корпус немного вперед. При повороте кругом также не допускается размахивание руками вокруг корпуса.

По счету **«делай – ДВА»** надо кратчайшим путем приставить правую ногу к левой так, чтобы каблуки были вместе, а носки развернуты на ширину ступни. Добившись правильного выполнения приема по разделениям, следует перейти к тренировке обучаемых в выполнении поворота кругом в целом.

При обучении повороту кругом командир должен внимательно следить за тем, чтобы солдаты не срывали преждевременно с места сзади стоящую ногу, а при повороте не допускали колебания корпусом и размахивания руками.

Тренировка в поворотах направо, налево, кругом проводится самостоятельно, попарно и в составе отделения до полного усвоения.

Если солдат выполняет поворот или его элемент неправильно, командир подает команду «**ОТСТАВИТЬ**», указывает на ошибку и подает команду на повторение приема.

Если отдельные солдаты повторяют ошибку, то командир поочередно выводит их из строя, указывает на ошибку, подает команды, обучает, устраняя в процессе выполнения команды все неправильные действия.

Находящиеся в это время в строю остальные солдаты выполняют прием по командам командира вместе с обучаемым. По окончании обучения солдата, допустившего ошибку, командир приказывает ему встать в строй и вызывает для обучения очередного солдата из строя.

Характерные ошибки при выполнении поворотов на месте:

- преждевременный поворот корпуса по предварительной команде;
- сгибание ног в коленях;
- размахивание руками при повороте;
- наклонение головы вниз;
- опускание груди или выпячивание живота;
- отклонение корпуса назад;
- поворот, не на каблуке, а на своей ступне;
- при повороте кругом неполный разворот;
- приставление ноги не кратчайшим путем и при этом качание корпуса.