

Утверждаю

(должность)

(воинское звание, подпись, фамилия)

" ____ " ____ 20__ года

metodkabinetvii@bk.ru

ПЛАН

**ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЯ ПО СТРОЕВОЙ ПОДГОТОВКЕ
С УЧЕБНЫМ ВЗВОДОМ РЛ-81**

Тема № 1: Строевые приёмы и движение без оружия.

Занятие № 4: Строевая стойка. Повороты на месте.

Учебные и воспитательные цели:

1. Изучить статьи Строевого устава ВС РФ 27-30, методику проведения занятия по строевой подготовке;
2. Тренировать действия курсантов в принятии строевой стойки, поворотах на месте;
3. Обучить курсантов методике проведения тренировки по строевой подготовке;
4. Воспитывать у курсантов командирские навыки, дисциплинированность и уважение к строю.

Время: 20 минут.

Место: Строевой плац.

Вид занятия: Практическое.

Метод: Рассказ, показ, тренировка.

Мат.-тех. обеспечение: Планы проведения занятия, журнал учёта тренировок, оценочная ведомость, маршевый барабан (большой, малый).

Литература:

1. Строевой устав ВС РФ;
2. Учебник Строевая подготовка.

РАСЧЁТ ВРЕМЕНИ:

- | | | |
|----|---|---------|
| 1. | Вступительная часть | 3 мин. |
| 2. | Учебные вопросы: | 15 мин. |
| | 1. Размыкание и смыкание отделения. | 6 мин. |
| | 2. Перестроение отделения из одной шеренги в две и обратно. | 9 мин. |
| 3. | Заключительная часть | 2 мин. |

№ п/п	Учебные вопросы и их содержание	Время, мин	Действия руководителя и обучаемых
1	ВСТУПИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ:	3	Принять доклад командира взвода о готовности взвода к занятию. Проверить внешний вид. Проверить опросом знание курсантами статей 27-30 Строевого устава, выставить оценки. Довести учебный вопрос. Курсанты выполняют команды командира взвода.
2	ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ: Тренировка в принятии Строевой стойки, выполнении команд: «Становись», «Равняйся», «Смирно», «Вольно», «Заправиться», «Головные уборы снять (надеть)».	15 6	Довести учебный вопрос. Взвод построен в двухшереножный строй. Встать в 5-6 шагах от строя и лицом к нему. Ознакомить курсантов с элементами строевой стойки путем образцового её показа. Закончив показ, разомкнуть подразделение, например: «Взвод, вправо (влево, от середины) на 2 шага, разом-КНИСЬ». Дать возможность курсантам принять положение строевой стойки, проверить каждого, добиваясь устранения допущенных им ошибок. Приступить к разучиванию строевой стойки по элементам. Показать <i>первое подготовительное упражнение</i> – разворачивание носков по линии фронта на ширину ступни. Выполнение этого подготовительного упражнения осуществляется по команде «Носки свести, делай – РАЗ, носки развести, делай – ДВА, носки свести, делай – РАЗ» и т. д. Подавая команды, следить за шириной разведения носков и указывать на допускаемые курсантами ошибки. Сначала упражнение несколько раз выполняется под общую команду, затем проверить выполнение упражнения каждым курсантом. После этого приказать еще раз приступить к самостоятельной тренировке. Выполнять упражнение нужно по несколько раз и только после этого проверять, не отклонились ли носки от линии. Во время самостоятельной тренировки проверить поочередно каждого курсанта и добиться устранения допущенных ими ошибок.

№ п/п	Учебные вопросы и их содержание	Время, мин	Действия руководителя и обучаемых
			Показать <i>второе подготовительное упражнение</i> – приподнимание груди с подачей корпуса несколько вперед, подбиранием живота, разворачиванием плеч и опусканием рук посередине бедер. Это упражнение отрабатывается в такой же последовательности, как и предыдущее. Разъяснить курсантам, 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 были полусогнуты и касались бедер. Чтобы проверить правильность подачи корпуса несколько вперед, необходимо приподняться на носки, а затем, не изменяя наклона корпуса, опуститься на всю ступню. 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 курсант в отделении не почувствует отличия положения корпуса при правильной строевой стойке от положения в свободном состоянии. Для показа отличия этих положений необходимо использовать зеркало или расположить одну шеренгу напротив другой, а затем подать команду «Первые номера – стоять вольно, вторые номера – грудь приподнять». Затем первые номера стоят в положении «смирно», а вторые номера в положении «вольно». Прodelав несколько раз это упражнение, военнослужащие наглядно убедятся в отличии положения строевой стойки от положения «вольно». При отработке второго подготовительного упражнения показать, как курсанты должны держать голову при строевой стойке. Чтобы проверить правиль-

№ п/п	Учебные вопросы и их содержание	Время, мин	Действия руководителя и обучаемых
			ность положения головы, необходимо принять строевую стойку и, не опуская головы, посмотреть вниз перед собой. При правильном положении головы курсант должен видеть на плацу самую близкую точку в двух-трех шагах от себя, любое другое положение головы обучаемого будет неправильным. Научив принимать строевую стойку по разделением, тренировать курсантов в выполнении приёма в целом, для чего подать команду, например: «Отделение, в одну шеренгу – СТАНОВИСЬ» или «Отделение – СМІРНО». Курсанты выполняют команды, принимают строевую стойку, а командир отделения следит за их действиями и добивается устранения допущенных ими ошибок. После того как курсанты научатся принимать строевую стойку, учить их выполнять команды «Вольно» и «Заправиться». Перед командой «Заправиться» надо всегда подавать команду «Вольно». По команде «Вольно» следует стать свободно, ослабить в колене правую или левую ногу, но не сходить с места, не ослаблять внимания и не разговаривать. По команде «Заправиться» разрешается, не оставляя своего места в строю и стоя свободно, поправить оружие, обмундирование и снаряжение. Закончив показ и объяснение, как выполняются эти команды, приступить к обучению. С этой целью произвести различные построения, подавая команды, например: «Отделение – РАЗОЙДИСЬ», «Отделение, в одну шеренгу – СТАНОВИСЬ», «ВОЛЬНО», «ЗАПРАВИТЬСЯ» и т. д. Курсанты по команде «Становись» занимают свое место в строю, принимают строевую стойку. Пройти перед строем и проверить её выполнение, затем подать команду «ВОЛЬНО» и следит, как она выполняется. Добиться правильного выполнения команды. Подать команду «Заправиться». Добиться правильного выполнения команды. Подавая неоднократно команды «Становись», «Вольно», «Заправиться», ко-

№ п/п	Учебные вопросы и их содержание	Время, мин	Действия руководителя и обучаемых
			мандир отделения добивается правильного и четкого их выполнения. В конце занятия необходимо дать оценку каждому курсанту за выполнение строевой стойки.
	Тренировка поворотов на месте.	9	Довести учебный вопрос. Построить взвод по периметру строевой площадки (в одну шеренгу с интервалом четыре шага) и, выйдя перед серединой строя, показать поворот в целом в уставном темпе. При показе приёма по разделениям, пояснить, 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. Показав приём по разделениям, подать команду: «Направо, по разделениям, делай – РАЗ, делай – ДВА». Следить за тем, чтобы курсанты по первому счету, резко повернувшись в сторону правой руки на правом каблуке и на левом носке, сохраняли положение корпуса, как при строевой стойке, и не сгибали ноги в коленях, перенося тяжесть тела на впереди стоящую ногу. Каблук сзади стоящей ноги и носок впереди стоящей должны быть развернуты так, чтобы после окончания поворота носки оказались развернутыми на ширину ступни. Положение рук должно быть, как при строевой стойке. При неправильном или нечетком выполнении элемента по счету «раз» подается команда «ОТСТАВИТЬ». По счету «делай – ДВА» кратчайшим путем приставляют левую ногу, не сгибая её в колене. Разучив поворот направо по разделениям, приступить к разучиванию его в целом. Для этого подать команду «Направо» и сопровождать её подсчетом вслух: «РАЗ, ДВА». Изучение приёма можно продолжать под счет вслух самих курсантов или под барабан. Закончив тренировку в выполнении поворота направо, сначала показать в це-

№ п/п	Учебные вопросы и их содержание	Время, мин	Действия руководителя и обучаемых
			лом, а затем по разделениям поворот налево. 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 ноги в коленях и не размахивая во время поворота руками. По счету «делай – ДВА» правую ногу надо кратчайшим путем приставить к левой так, чтобы каблуки были вместе, а носки развернуты на ширину ступни. После разучивания поворота налево по разделениям проводится тренировка в выполнении этого поворота в целом. Изучив поворот налево, перейти к изучению поворота кругом. Показать приём в целом, затем по разделениям на два счета. Далее пояснить, что поворот кругом выполняется по команде «Кру-ГОМ» так же, как поворот налево, с той лишь разницей, что он делается на 180°. По команде «Кругом, по разделениям, делай – РАЗ» надо резко повернуться на левом каблуке и на правом носке, не сгибая ног в коленях, затем перенести тяжесть тела на левую ногу, подавая корпус немного вперед. 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 приёма по разделениям, следует перейти к тренировке курсантов в выполнении поворота кругом в целом. При выполнении поворотов на месте характерны следующие ошибки: преждевременный поворот корпуса, но предварительной команде, сгибание ног в коленях, размахивание руками при повороте, наклон головы вниз, отклонение корпуса назад, поворот не на каблуке, а на всей ступне. Кроме того, неполный разворот, приставление ноги не кратчайшим путем и при этом качание корпуса.

№ п/п	Учебные вопросы и их содержание	Время, мин	Действия руководителя и обучаемых
3	ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ: - Подвожу итог занятия; - Оцениваю курсантов, представляю оценки за выполнение строевых приёмов; - Даю конкретное задание студентам для самостоятельной подготовки; - Довожу тему следующего занятия; - Даю задание руководителям тренировки (следующим согласно графику) подготовить планы-конспекты для проведения тренировки (указать им дату проверки и инструкторско-методического занятия)		Слушают.

Руководитель занятия

(воинское звание, подпись, фамилия)