

Тема 2.1 : Строї та їх елементи. Стройове положення. Повороти на місці. Виконання стройових прийомів і руху без зброї. Рух стройовим і похідним кроком

Вид заняття: практичне заняття;

Час: 2 години;

Місце: стройовий плац.

НАВЧАЛЬНО-ВИХОВНА МЕТА:

- *вивчити* елементи строю та команди, що подаються для шикування та перешикування підрозділу;
- *навчитися* правильно діяти у похідному строю взводу, правильно і чітко подавати команди для шикування, руху та перешикуванні взводу на місці і в русі;
- *тренувати* виконання команд "Ставай", "Рівняйсь", "Струнко"; виконання поворотів на місці за допомогою підготовчих вправ;
- *виховувати* дисциплінованість, злагодженість дій та рухів.

Навчальні питання і розподіл часу:

Вступ	-5 хв.
1) Вивчення елементів строю стройового положення	- 20 хв.
2) Виконання команд "Ставай", "Рівняйсь", "Струнко"	-15 хв.
3) Повороти на місці, ліворуч і праворуч	- 20 хв.
4) Поворот на місці кругом	-15хв.
Підведення підсумків заняття	-5 хв.

Матеріальне забезпечення: обладнання місця для вивчення стройових прийомів .

Керівництво та навчальна література:

Програма «Захист Вітчизни»/ А. М. Бахтін та інш. – Миколаїв, 2014р.

Захист Вітчизни: підручник для 10-11 клас .Бахтіна А.М. 2012.

Загальнодержавний методично-інформаційний журнал «Основи захисту Вітчизни».

Кафедра ВП. Організація та методика викладання предмету «ЗВ»: навч.-метод. посіб. для викладачів та студентів , 2014.

Мелецький В. М. Захист Вітчизни.10 та 11 клас : Посібник для викладача.

Ч. І. – Х.: «Основа», 2012. – 396 с.

Стройовий статут Збройних Сил України. – К.: НАОУ, 2001. – 52 с.

Військові статuti ЗСУ.

Методика стройової підготовки. Загальновійськові статuti ЗСУ.

Хід заняття:

I. Вступна частина

- Прийняти доповідь від чергового взводу (командира взводу);
- Перевірити наявність особового складу згідно списку журналу обліку успішності та готовність до заняття;
- Провести опитування матеріалу минулого заняття.

Питання для контролю рівня знань:

1). *Доповісти завдання розділу «Стройова підготовка».*

2). *Доповісти загальні обов'язки військовослужбовця.*

- Скласти мотивацію, оголосити тему, мету заняття та порядок відпрацювання навчальних питань.

II. Основна частина

Організація заняття

Оголошення теми та навчально-виховної мети заняття.

Питання 1: Вивчення стройового положення.

Починаючи вивчення цього питання викладач знайомить студентів з елементами стройового положення шляхом зразкового його показу /ст.27 стройового статуту ЗСУ/.

Стройове положення приймається за командою «СТРУНКО».

За цією командою слід триматися прямо, без напруження, підбори, поставити разом, а носки розвести по лінії фронту на ширину стопи; ноги в колінах випрямити, але не напружувати їх, груди підняти, а все тіло трохи подати вперед; живіт втягти; плечі розвернути; руки опустити так, щоб кисті, повернені долонями всередину, були збоку стегон, а напівзігнуті пальці торкалися стегна; голову тримати високо й прямо, не виставляючи підборіддя; дивитися перед собою; бути готовим до негайної дії.

Стройове положення на місці приймається без команди під час віддання й отримання наказу, доповіді, виконання Державного Гімну України, а також під час військового вітання й подання команд.

При цьому навчаємі повинні бачити викладача під час показу спереду та збоку. Потім викладач розповідає і показує у яких випадках застосовується стройове положення. Після закінчення показу викладач розмикає навчаємих з інтервалом один крок і дає змогу їм стати у стройове положення, а сам перевіряє кожного навчаємого, виправляючи припущені помилки. Якщо більшість навчаємих робить помилки, викладач починає вивчення прийому за допомогою підготовчих вправ. Для цього учні в розімкнутому двох шеренговому строю стають на лінію прямокутника, доторкуючись носками взуття риски. Викладач показує першу підготовчу вправу - "Розгортання носків взуття по лінії фронту на ширину ступні". Її виконання здійснюється по команді: "Носки звести роби-РАЗ, носки розвести, роби-ДВА"... Подаючи команди, викладач стежить за шириною розведення носків і виправляє припущені помилки. Виконувати вправу потрібно по 5-7 разів і тільки після цього перевіряти, чи не відхилились носки від лінії.

Після поодинокого тренування викладач може застосувати попарне тренування, для чого проводить розрахунок на перший і другий та командує: "Перші номери ліворуч, а другі праворуч", потім: "Перші номери перевіряють, другі виконують - до попарного тренування - ПРИСТУПИТИ", а сам стежить за тренуванням, виправляє недоліки і періодично змінює тренуючих та контролюючих.

Коли студенти навчаються правильно ставити ступні ніг, викладач приступає до вивчення наступної підготовчої вправи - підйом грудей з подачею тіла декілька вперед, підбиранням живота, розгортанням плечей і опусканням рук посередині стегна. Ця вправа відпрацьовується в тій послідовності, як і попередня. Викладач роз'ясняє навчаємим, що починаючи вправу потрібно зробити глибокий вдих і в такому положенні затримати грудну клітину, зробити видих і продовжували дихання з піднесеними грудями. Піднявши груди, корпус тіла слід трохи подати вперед і підібрати живіт, а плечі розгорнути. Руки при цьому опустити так, щоб кисті повернені долонями всередину, були збоку стегон, а напівзігнуті пальці торкалися стегна. Голову тримати високо й прямо, не випинаючи підборіддя, дивитися перед собою. Щоб перевірити правильність подачі корпусу тіла вперед, необхідно підвестись на носках, а потім, не міняючи уклону корпусу діла, опуститись на всю ступню.

Вивчення цієї підготовчої вправи проводиться по команді: "Груди підняти, живіт втягти, плечі розгорнути, корпус тіла подати вперед, роби-РАЗ, прийняти попереднє положення, роби-ДВА" Вправа виконується, поки кожен студент не відчує різниці в положенні корпусу при правильному стройовому положенні та вільного стану.

З метою показу різниці цих положень необхідно використовувати дзеркало або одну шеренгу проти іншої. Під час відпрацювання другої підготовчої вправи викладач показує, як навчаємі повинні тримати голову. Щоб перевірити правильність положення голови, потрібно прийняти стройове положення і, не опускаючи голови подивитись донизу перед собою. При правильному положенні голови студент повинен бачити перед собою найближчу точку у 2-3 кроків від себе, якщо він бачить її в одному кроці від себе або бачить носки свого взуття, то він тримає голову неправильно. Викладач звертає увагу студентів на те, що при правильному стройовому положенні груди завжди знаходяться декілька спереду підборіддя.

Після цього викладач відпрацьовує прийняття стройового положення за допомогою третьої підготовчої вправи на 8 рахунків: рахунок РАЗ - руки прямо перед собою долонями всередину; рахунок ДВА – напівзігнуті пальці рук; рахунок ТРИ - притиснути великий палець до напівзігнутих пальців зверху; рахунок ЧОТИРИ - руки опустити вниз так, щоб кисті повернуті долонею всередину, були збоку і посередині стегна, а напівзігнуті пальці торкались стегна; рахунок П'ЯТЬ звести ступні разом, та на ширину ступні; рахунок ШІСТЬ розвести ступні ніг в боки, тримаючи п'яти разом; рахунок СІМ - піднятись на носках ніг; рахунок ВІСІМ - опуститись на всю ступню не міняючи нахилу корпусу тіла. Ця вправа може виконуватись в три етапи. Спочатку елементи з першого по четвертий, потім з п'ятого по восьмий і потім вся вправа разом.

Відпрацювавши елементи стройового положення викладач приступає до вивчення наступного питання.

Питання № 2 : Виконання команд "Ставай", "Рівняйсь", "Струнко" та інші.

Після відпрацювання підготовчих вправ, викладач приступає до суцільного тренування виконання всіх елементів стройового положення, для цього він подає команди: "Ставай", "Струнко" або інші команди, наприклад "Два кроки вперед, кроком- РУШ".

Після закінчення вивчення виконання команди "Струнко" необхідно відзначити, що після подачі цієї команди завжди подається команда "Вільно". Викладач відзначає, що за командою "Вільно" потрібно послабити в коліні праву або ліву ногу, але на зрушити з місця, бути уважним і не розмовляти, потім показує практичне виконання цієї команди і приступає до тренування.

Необхідно відзначити, що зайнявши своє місце в строю важливо знати, як підтримувати рівняння в ньому. Після цього довести положення ст.93 стройового статуту і на прикладі одного відділяння доказати, як виконується команда "Рівняйсь". Викладач повинен зразково показати дії за цією командою, положення корпусу, голови, звернувши увагу на положення вуха і підборіддя.

Потрібно відзначити, що за командою "Рівняйсь" голова завжди повертається праворуч. Під час рівняння підрозділу, у разі потреби або після повороту кругом, у наступній команді вказують бік рівняння, наприклад: "Ліворуч/праворуч/-РІВНЯЙСЬ".

Після роз'яснення і показу викладач приступає до тренування, для чого подає команду "Рівняйсь", "Праворуч - Рівняйсь", "Ліворуч - Рівняйсь", і перевіряє правильність їх виконання, вказує на виявлені недоліки. Потрібно звернути увагу навчаємих на те, що після закінчення рівняння, коли навчаємі набрали установлені інтервали та дистанцію, вирівнялись в строю, подається команда "Струнко", за якою всі повертають голову прямо.

Відпрацювавши виконання цієї команди, викладач приступає до вивчення наступної команди - "Головні убори зняти/надіти/"

Починаючи відпрацювання цього питання викладач відзначає, що головний убір скидається за командою: "Головні убори/головний убір/ - ЗНЯТИ", а одягається за командою: "Головні убори /головний убір/ - НАДІТИ", у разі потреби поодинокі військовослужбовці головні убори скидають і одягають без команди. Скинутий головний убір тримають у лівій вільно опущеній руці кокардою вперед.

Після цього починає вивчення прийому на три рахунки по команді "Головні убори зняти роби-РАЗ, роби-ДВА, роби-ТРИ".

За рахунком "роби-РАЗ" студенти беруться правою рукою за головний убір, за рахунком "роби-ДВА" перехоплюють головний убір лівою рукою перед собою, за рахунком "роби-ТРИ" опускають ліву руку вниз так, щоб кокарда була попереду.

Доцільно одразу ж показати та розповісти порядок одягнення головного убору на три рахунки за командою: "Головні убори надіти: роби - РАЗ, роби –ДВА, роби -ТРИ".

За рахунком "роби -РАЗ" учні перехоплюють головні убори перед собою правою рукою, за рахунком "роби -ДВА" головні убори правою рукою надіти на голову, за рахунком "роби -ТРИ" права рука спускається вниз.

Тренування проводиться одночасно в скиданні та одяганні головних уборів.

Питання № 3. Повороти на місці, ліворуч і праворуч.

Починаючи відпрацювання першого питання, викладач роз'яснює значення вивчення правильного виконання поворотів на місці та їх застосування. Потрібно відзначити, що повороти на місці використовуються поодинокими солдатами на стройових заняттях, при підході до начальника і відході від нього, а також при постановці в стрій та підрозділами, як на заняттях так і під час шикуння для пересування.

Навчання поворотам на місці починається після відпрацювання стройового положення тому, що тільки на її основі можливо правильно засвоїти ці прийоми. При цьому, спочатку відпрацьовувати поворот праворуч, ліворуч /1/4 кола/ і кругом /1/2 кола/, а потім повороти на півоберта ліворуч, праворуч /1/8 кола/.

Для навчання поворотам на місці викладач строїть навчаємих в одну шеренгу с інтервалом два кроки і показує поворот праворуч в цілому нормальному темпі. Після цього він показує прийом в повільному темпі з попутним роз'ясненням порядку дій за підготовчою командою та за командою для виконання. Поворот праворуч розучується на два рахунки згідно зі ст. 30 стройового статуту Збройних Сил України.

Повороти на місці виконуються за командами: **«Право-РУЧ»**, **«Півоберта право-РУЧ»**, **«Ліво-РУЧ»**, **«Півоберта ліво-РУЧ»**, **«Кру-ГОМ»**.

Повороти виконуються за командами: **«Кру-ГОМ»** — на півкола, **«Ліво-РУЧ»** — на чверть кола, **«Півоберта ліво-РУЧ»** — на одну восьму кола і проводяться в бік лівої руки на лівому підборі й на правому носку; **«Право-РУЧ»** і **«Півоберта право-РУЧ»** — у бік правої руки на правому підборі й на лівому носку.

Повороти виконуються на два рахунки: на «раз» військовослужбовці повертаються у визначений бік, зберігаючи правильне положення корпусу та не згинаючи ніг у колінах, переносять вагу тіла на ногу, що попереду, на «два» — найкоротшим шляхом приставляють другу ногу.

Показавши прийом по розподілам, викладач командує: "поворот праворуч за розподілом: роби -РАЗ, роби -ДВА". Він слідкує за тим щоб навчаємі за першим рахунком різко повертались в бік правої руки на правому каблучі і на лівому носку, при цьому зберігали положення корпусу як при стройовому положенні і не гнули ніг в колінах, перенесли вагу тіла на попереду стоячу ногу. Каблук позаду стоячої ноги і носок попереду стоячої ноги повинні бути розгорнуті так, щоб після закінчення повороту носки опинились розгорнутими на ширину ступні. Положення рук повинно бути як

при стройовому положенні. При неправильному або нечіткому виконанні елементу за рахунком "РАЗ" додається команда "ВІДСТАВИТИ".

За рахунком "роби-ДВА" найкоротшим шляхом приставити ліву ногу не згинаючи її в коліні.

Вивчивши поворот праворуч по розподілам, викладач приступає до вивчення його в цілому. Для цього він подає команду "Право-РУЧ" і супроводжує її підрахунком "РАЗ, ДВА". Вивчення прийому можна продовжувати з підрахунком в слух самими навчаємими або під барабан. При вивченні повороту необхідно звернути увагу на те щоб він виконувався не тільки за допомогою ніг, а і за допомогою різкого руху корпусом тіла в бік повороту з дотриманням всіх правил стройового положення.

Закінчивши тренування в виконанні повороту праворуч, викладач показує спочатку в цілому, а потім по розподілам поворот ліворуч. Поворотом ліворуч виконується також на два рахунки. За командою "Поворот ліворуч, по розподілам", "роби-РАЗ" студенти повинні повернувшись на лівому каблучці і на правому носкі, перенести вагу тіла на ліву ногу, при цьому зберігати правильне положення корпусу, не гнути ноги в колінах і не рухати руками під час повороту. За рахунком "роби-ДВА" праву ногу потрібно найкоротшим шляхом приставити до лівої так, щоб носки були розгорнуті по фронту на ширину ступні. Після показу і пояснення повороту ліворуч проводиться тренування в виконанні цього прийому в такій послідовності, як і повороти праворуч.

Після відпрацювання першого питання керівник заняття переходить до наступного питання.

Питання № 4. Поворот на місці кругом.

Вивчивши поворот ліворуч, викладач переходить до вивчення повороту кругом. Він показує прийом в цілому, потім по розподілам на два рахунки. Далі викладач пояснює, що поворот кругом виконується за командою "Кру-ГОМ". Виконуються він так, як і поворот ліворуч, з тією тільки різницею, що розворот корпусу робиться на 180° /повний/.

За командою "Поворот кругом по розподілам, роби-РАЗ" потрібно ослобонити каблук правої і носок лівої ноги і різко повернутися на правому носкі і лівому каблучці, не гнути ніг в колінах, перенести вагу тіла на каблук лівої ноги, подавили корпус декілька вперед. При повороті кругом також не допускати руху руками навколо корпусу. За рахунком "роби-ДВА" потрібно приставити праву ногу до лівої так, щоб каблучки були разом, а носки розгорнуті на ширину ступні.

Після виконання прийому по розподілам, слід перейти до тренування в виконанні повороту кругом в цілому. Під час відпрацювання повороту кругом викладач повинен уважно стежити за тим, щоб навчаємі не зривали передчасно з місця позаду стоячу ногу, а під час повороту не припускали колихання корпусом і руху руками.

Тренування в поворотах праворуч, ліворуч і кругом проводиться самостійно, попарно і у складі всього взводу до повного засвоєння. Якщо

студенти виконують поворот, або його елемент неправильно, викладач подає команду "Відставити", вказує на помилки і подає команду на повтор.

Під час навчання поворотам на місці необхідно звертати увагу на наступні помилки: деякі студенти повертають корпус тіла за попередньою командою: гнуть ноги в колінах; розмахують руками під час повороту; нахиляють голову вниз; опускають груди і виставляють живіт; відхиляють корпус назад; поворот роблять не на каблучці, а на всій ступні; під час повороту кругом роблять не повний розворот; ногу приставляють не найкоротшим шляхом і при цьому корпус хитається.

III. Заключна частина

1. Нагадати тему заняття і довести, як досягнута його мета.

2. Відзначити кращих, звернути увагу на загальні недоліки.

3. З'ясувати рівень засвоєння навчального матеріалу.

Питання для контролю рівня засвоєння матеріалу:

- *Особливості здійснення шиккування підрозділу ?*

- *Які загальні вимоги до виконання стройового прийому?*

4. Дати відповіді на питання слухачів.

5. Дати завдання на самопідготовку:

- *Записати в зошиті обов'язки солдата перед шиккуванням та в строю та обов'язки командира перед шиккуванням і в строю.*

- *Ознайомитися зі статутними положеннями по здійсненню шиккування відділення в розгорнутій і похідній строї. Тренуватися у виконанні поворотів місці.*

- *Ознайомитися зі статутними положеннями по здійсненню шиккування відділення. Тренуватися у прийнятті стройового положення.*

- *Навчитися правильно діяти у похідному строю взводу, правильно і чітко подавати команди для шиккування, руху та перешикування взводу на місці і в русі.*

- *Замалювати сигнали управління взводом. Вивчити елементи строю та команди, що подаються для шиккування та перешикування.*

- *Робота в бібліотеці КВП по накопиченню навчального матеріалу.*

6. Вказати час та місце проведення наступного заняття.