

Тема 2.3: Стройовий статут Збройних сил України. Стройовий і похідний крок.

Вид заняття: самостійне заняття;

Час: 2 години;

Місце: плац.

Навчально-виховна мета:

- *ознайомити* з порядком руху стройовим та похідним кроком;
- *вивчити* підготовчі вправи для виконання руху стройовим кроком;
- *розглянути* порядок виконання команд для шиккування, руху та перешикування взводу ;
- *удосконалити* навички прийняття стройового положення та поворотів на місці;
- *виховувати* уважність, дисциплінованість, ініціативність та відповідальність за дотримання військової дисципліни.

Навчальні питання і розподіл часу:

Вступ	-5 хв.
1.Рух стройовим кроком	- 55 хв.
2.Рух похідним кроком	- 15 хв.
Підведення підсумків заняття	-5 хв.

Навчально-матеріальне забезпечення: обладнання стройового плацу.

Керівництво та навчальна література:

Програма «Захист Вітчизни»/ А. М. Бахтін – 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: Посібник для викладача. Ч. I. – Х.: «Основа», 2012. – 396 с.

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

«Методика стройової підготовки». Київ 2001 р.

«Методика строевой подготовки». В.Апакидзе. Воениздат 1979 г.

«Строевая подготовка».В. Апакидзе. -М.. Воениздат,1988 г.

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 елементи строю: стрій, шеренга, фланг, колона.*

2). *Доповісти обов'язки солдата перед шиккуванням та в строю.*

- 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. Рух стройовим кроком.

Стройовий крок - це один з найбільш складних стройових прийомів, виконання якого вимагає від навчаємих особливої зібраності, підтягнутості, узгоджених рухів рук та ніг.

Після розповіді про використання стройового кроку викладач починає його вивчення з зразкового його показу і пояснення. Рух стройовим кроком починається за командою «Стройовим кроком — РУШ», а рух похідним кроком — за командою «Кроком — РУШ».

За підготовчою командою слід подати корпус трохи вперед, перенести вагу тіла більше на праву ногу, зі збереженням стійкості; за виконавчою командою почати рух з лівої ноги повним кроком.

Під час руху стройовим кроком ногу в витягнутим уперед носком винести на висоту 15— 20 сантиметрів від землі та поставити її твердо на всю стопу, піднімаючи водночас другу ногу.

Руками, починаючи від плеча, здійснювати рух біля тулуба: вперед — руки згинаються в ліктях так, щоб кисті піднімалися вище пряжки пояса на ширину долоні й на відстані долоні від тулуба до рівня ліктя; назад — "до упору в плечовому суглобі. Пальці рук напівзігнуті.

Під час руху стройовим кроком голову та корпус тримати прямо, дивитися вперед.

Під час руху похідним кроком ногу виносити вільно, не відтягуючи носка, і ставити її на землю, як під час звичайної ходьби; руками здійснювати вільні рухи біля тулуба.

Після вивчення підготовчої вправи для рук по розподілам можна перейти до вивчення прийому під рахунок самих студентів. З метою ускладнення цієї вправи до неї прибавляється ознака кроку на місці і виконується по команді: "на місці, кроком -РУШ". За цією командою студенти підіймають ногу на 15-20 см від землі і ставлять її на землю на всю ступню. Підготовча вправа для рук з кроком на місці виконується по команді: "Рух руками з кроком на місці, роби -РАЗ, роби -ДВА". Під час тренування особливу увагу звернути на правильний рух і положення рук.

Після засвоєння правильного положення рук під час кроку на місці викладач приступає до вивчення другої підготовчої вправи - рух стройовим кроком на чотири рахунки, на два рахунки, а потім рух з темпом 60 кроків за хвилину поступово переходячи до нормального темпу /110-120 кроків за хвилину/ з розміром кроку 70-80 см.

Після показу підготовчої вправи по розподілам на чотири рахунки, викладач розмикає студентів на чотири кроки і повернувши їх праворуч, командує: "Стройовим кроком, по розподілам на чотири рахунки, кроком -РУШ". Після команди "РУШ" рахує "РАЗ", два, три, чотири: Раз, два, три, чотири, тощо. Рахунок "РАЗ" вимовляється голосніше.

За попередньою командою "Кроком" студенти подають корпус тіла декілька вперед, переносять вагу тіла більше на праву ногу утримуючи рівновагу. За командою для виконання "РУШ" та за рахунком "РАЗ" вони починають рух з лівої ноги повним кроком, виносячи ногу з відтягнутим носком /при цьому ступня паралельна землі/ на висоту 15-20 см від землі і ставлять її твердо на всю ступню, відділяючи в той же час від землі праву ногу з підтягуванням її на півкроку вперед до п'яти лівої ноги. Одночасно з кроком студенти роблять рух правою рукою вперед, а лівою назад /як було відпрацьовано в першій підготовчій вправі/ і стоять на лівій нозі з опущеними руками, права нога пряма носком майже біля самої землі.

За рахунком "два, три, чотири", роблять витримку, усуваючи в цей час припущені помилки.

За наступним рахунком "РАЗ" рух повторюється з правої ноги, а за рахунком "два, три, чотири" знову робиться витримка і рух далі.

Після відпрацювання другої підготовчої вправи на чотири рахунки викладач повторює цей рух на два рахунки, для чого подає команду: "Стройовим кроком, по розподілам, на два рахунки, кроком -РУШ" і рахує "раз, два; раз, два". За рахунком "раз" виконується крок вперед, за рахунком "два" витримка.

Якщо студенти роблять помилки, потрібно ще раз повторити вправу на чотири рахунки. Після відпрацювання вправи на два рахунки викладач подає команду для руху стройовим кроком на кожен рахунок без витримки: "Стройовим кроком, по розподілам під кожен рахунок, кроком -РУШ" і рахує, "раз, два" і так далі. Потім викладач приступає до вивчення руху

стройовим кроком з темпом 60-70 кроків за хвилину з наступним збільшенням темпу руху до 110-120 кроків за хвилину. З метою відпочинку і виправлення помилок пропонується з повного темпу руху знову перейти до руху по розподілам на чотири і два рахунки.

Викладач під час занять знаходиться посередині стройового майданчику і подає необхідні команди, якщо він бачить загальну помилку, він зупиняє навчаємих, повертає їх ліворуч і показує, як робити, потім продовжує тренування. Якщо допускає помилку лише один студент, викладач відводить його на крок у бік, стає поряд з ним і на ходу виправляє помилку.

Навчання по розподілам і в цілому може проводитись за командами і під рахунок викладача, самостійно під рахунок самих студентів і під барабан.

Питання 2. Рух похідним кроком.

Це питання керівник починає з доведення до навчаємих статті 33, 34 стройового статуту.

Рух стройовим кроком починається за командою «Стройовим кроком — РУШ», а рух похідним кроком — за командою «Кроком — РУШ».

За підготовчою командою слід подати корпус трохи вперед, перенести вагу тіла більше на праву ногу, зі збереженням стройового положення, за виконавчою командою почати рух з лівої ноги повним кроком.

Під час руху похідним кроком ногу виносити вільно, не відтягуючи носка, і ставити її на землю, як під час звичайної ходьби; руками здійснювати вільні рухи біля тулуба.

Під час руху похідним кроком за командою «СТРУНКО» слід перейти на стройовий крок, а за командою «ВІЛЬНО» — на похідний крок.

Після показу і розповіді керівник заняття приступає до вивчення прийому зі студентами. Шикують взвод у колону по одному навколо стройового майданчика та починають вивчати прийом спочатку з темпом 60-70 кроків за хвилину, потім темп збільшується до 110-120 кроків за хвилину. Навчаючи студентів, керівник звертає увагу на те, щоб студенти під час руху повільно виносили ногу, не відтягуючи носок і ставили її без напруги, при цьому руками виконували повільний рух вздовж тіла.

Під час тренування руху похідним і стройовим кроком потрібно періодично змінювати похідний крок на стройовий і навпаки, надаючи команди "Струнко", "Вільно".

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:

1). *Особливості виконання руху стройовим кроком?*

2). *Які статутні вимоги до руху стройовим кроком?*

3). *Що враховується при виконання підготовчих вправ ?*

4.Дати відповіді на питання слухачів.

5.Дати завдання на самопідготовку:

- *Проаналізувати послідовність виконання стройового прийому «Рух стройовим кроком».*

- *Прочитати статутні положення та методичні рекомендації по виконанню руху стройовим кроком .*

- *Проаналізувати організацію проведення уроку з розділу «Загальновійськова підготовка» .*

- *Проаналізувати методику проведення уроків з розділу «Загальновійськова підготовка» за програмою предмету «Захист Вітчизни».*

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

6.Указати час та місце проведення наступного заняття.