СТРОЕВАЯ ПОДГОТОВКА

Практическое занятие

Тема: Строевые приёмы и движение без оружия. Выполнение команд «Становись», «Равняйся», «Смирно», «Вольно», «Заправиться», «Отставить», «Головные уборы снять (одеть)». Повороты на месте. Движение строевым шагом.

Цель: Практически отработать строевые приёмы.

Задания:

1. Выполнение команд: «Становись», «Равняйся», «Смирно», «Вольно», «Заправиться», «Отставить», «Головные уборы снять (надеть)».
2. Повороты на месте.
3. Движение строевым шагом.

Методические указания по организации и проведению занятий по строевой подготовке

В строевом обучении применяются следующие методы: рассказ (объяснение); показ; тренировка; самостоятельное изучение приема или действия.

Место командира при проведении занятий по строевой подготовке должно обеспечивать наблюдение за действиями обучаемых, чтобы своевременно реагировать на допущенные ими ошибки. Наиболее целесообразным удалением от строя подразделения надо считать: для командиров отделений - три-четыре шага; для командиров взводов (рот) - пять-семь шагов и более. При таком удалении обучаемые находятся под постоянным контролем командиров и всегда готовы к выполнению команд.

Большое значение в строевой подготовке имеет умение командира четко и громко подавать команды.

Предварительная команда должна подаваться отчетливо и протяжно, чтобы обучаемые поняли, каких действий от них требует командир. Исполнительная команда должна подаваться после паузы отрывисто и энергично. Исполнительную команду никогда не следует затягивать, так как это приводит к ненужному перенапряжению обучаемых и нечеткости в действиях.

Перед подачей команды или отдачей приказа командир обязан принять положение «смирно». Это воспитывает у подчиненных дисциплинированность и уважение к строю. Обучение строевым приемам надо проводить в такой последовательности: ознакомление с приемом; разучивание приема; тренировка.

Для ознакомления с приемом командир должен: назвать прием и указать, где и для какой цели он применяется; подать команду, по которой выполняется прием; показать строго по Строевому уставу, как выполняется прием в целом, а затем в медленном темпе - по разделениям с кратким пояснением порядка его выполнения. На ознакомление с приемом должно затрачиваться минимальное время.

В зависимости от сложности строевого приема разучивание его может проводиться: в целом, если прием несложный; по разделениям, если прием сложный; с помощью подготовительных упражнений, если прием сложный и отдельные его элементы трудно усваиваются. Для ознакомления с приемом руководитель занятия образцово показывает обучаемым порядок его выполнения в

целом, а затем по элементам (по разделениям), попутно объясняя свои действия. При показе у обучаемого создается зрительное представление о строевом приеме или действии (его элементах), поэтому показ должен быть безупречным.

Показ необходимо всегда сопровождать кратким объяснением. Для создания полного и правильного представления об изучаемом приеме или действии недостаточно иметь зрительное представление, нужно осмыслить изучаемые прием или действие.

Объяснение позволяет раскрыть такие стороны изучаемых строевых приемов или действий, которые трудно усваиваются при показе. Оно ориентирует обучаемых на то, что будет показано, или на то, от чего зависит правильность выполнения строевого приема или действия. После ознакомления со строевым приемом или действием процесс формирования навыка как целостного действия включает три связанных между собой основных этапа. Первый этап заключается в расчленении приема или действия на элементы и в выполнении приема или действия по частям. Второй этап последовательно объединяет элементы в группы, а затем - в единое целое. Третий этап сводится к выработке навыков в выполнении приема или действия. Выполнение приема путем многократного повторения (тренировки) доводится до автоматизма. При этом командир должен добиваться, чтобы все приемы выполнялись правильно, быстро, красиво и четко.

Порядок проведения занятий. Командир обязан стремиться к тому, чтобы каждое занятие по строевой подготовке максимально повышало выучку личного состава. Это достигается при условии, если занятие будет проводиться с полной нагрузкой, а прием или действие отрабатываться практически при строжайшем соблюдении требований Строевого устава. Одиночная подготовка является наиболее сложной частью строевого обучения. Обучение одиночной подготовке, как правило, осуществляет непосредственно командир отделения. Он лично проводит занятия с отделением и отвечает за индивидуальную подготовку каждого солдата.

Занятия по изучению строевых приемов на месте необходимо проводить в разомкнутом строю, а в движении - на увеличенных дистанциях, с тем, чтобы командиру отделения отчетливо были видны ошибки и неточности в действиях каждого солдата.

Каждое занятие по одиночной строевой подготовке проводится в следующей методической последовательности: проверка и тренировка в выполнении ранее изученных приемов; показ с кратким разъяснением нового строевого приема и разучивание этого приема по разделениям или с помощью подготовительных упражнений (если прием сложный); выполнение приема в замедленном темпе с доведением его в процессе обучения до уставного темпа; тренировка обучаемых до правильного и четкого выполнения разученного приема с использованием одностороннего и двустороннего способа обучения; организация состязания на лучшее выполнение строевого приема и проведение разбора занятия.

Односторонний способ обучения заключается в одновременном обучении всех военнослужащих одним и тем же приемам (действиям) под руководством командира (руководителя). Для обучения и тренировки в выполнении приемов отделение размыкается по периметру строевой площадки на интервалы (дистанции) в несколько шагов.

Двусторонний способ обучения заключается в том, что изучение и тренировка в

выполнении приемов проводится попарно (в каждой паре один из обучаемых должен быть более подготовленным).

В ходе тренировки командир следит за действиями своих подчиненных и указывает на допущенные ими ошибки, добивается их устранения, обращая внимание на правильность и четкость выполнения строевых приемов и действий.

Хорошая одиночная строевая подготовка обеспечивает успех обучения солдат действиям в составе подразделения и части.

1. Выполнение команд: «Становись», «Равняйся», «Смирно», «Вольно», «Заправиться», «Отставить», «Головные уборы снять (надеть)».

Последовательность обучения	Методические указания, действия руководителя занятия и обучаемых
Знакомит обучаемых со строевым приемом. Называет команды.	«Становись»; «Равняйся»; «Смирно»; «Вольно»; «Заправиться»; «Отставить».
Объясняет, где и в каких случаях эти команды применяются	<p>1. Команды «Становись» и «Смирно» применяются для принятия строевой стойки. Строевая стойка принимается в следующих случаях:</p> <ul style="list-style-type: none"> - по команде; - при отдавании и получении приказа; - при докладе; - во время исполнения Государственного гимна Российской Федерации; - при выполнении воинского приветствия; - при подаче команд. <p>2. Команда «Равняйся» применяется при необходимости выровнять подразделение в строю на месте.</p> <p>3. Команды «Вольно» и «Заправиться» применяются: первая для того, чтобы не сходя с места стать свободно, ослабить в колене правую или левую ногу, а вторая - не оставляя своего места в строю, поправить оружие, обмундирование и снаряжение.</p> <p>4. Команда «Отставить» применяется в тех случаях, когда необходимо отменить или прекратить выполнение приема.</p>
Доводит команды, по которым выполняются строевые приемы.	<p>1. Строевая стойка принимается по команде «СТАНОВИСЬ» или «СМИРНО».</p> <p>2. Для выравнивания подразделения в строю на месте подается команда «РАВНЯЙСЬ», а после поворота его кругом в команде указывается сторона равнения. Например: «Направо (Налево) - РАВНЯЙСЬ».</p> <p>3. Чтобы стать свободно, ослабить в колене правую или левую ногу подается команда «ВОЛЬНО», а чтобы поправить оружие, обмундирование и снаряжение в строю - «ЗАПРАВИТЬСЯ».</p> <p>4. Чтобы отменить или прекратить выполнение приема, подается команда «ОТСТАВИТЬ». По этой команде принимается положение, которое было до выполнения приема.</p>
Образцово показывает выполнение команд в целом.	<p>Руководитель показывает выполнение команд так, чтобы обучаемые видели их выполнение с различных сторон. Для этого при показе он поворачивается к строю левым, а затем правым боком и кругом. При личном показе руководитель командует: «Показываю. Команды подаю себе. Смотрите». Сначала подает команды: «СТАНОВИСЬ», «РАВНЯЙСЬ», «СМИРНО» и показывает выполнение этих приемов. По команде «ВОЛЬНО» ослабляет в колене правую или левую ногу, а по команде «ЗАПРАВИТЬСЯ» поправляет обмундирование. По команде «ОТСТАВИТЬ» принимается положение, которое было до выполнения приема. Снова по команде «СМИРНО» или «СТАНОВИСЬ» принимает строевую стойку. Таким же образом он</p>

	<p>осуществляет показ приемов и с других сторон. Руководитель может вызвать для показа строевых приемов наиболее подготовленного сержанта или солдат подразделения. В этом случае сержант (солдат) выполняет приемы по его командам.</p>
<p>Доводит порядок выполнения команд согласно требованиям Строевого устава.</p>	<p style="text-align: center;">Строевая стойка</p> <p>При выполнении команд «СТАНОВИСЬ» или «СМИРНО» необходимо:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. <p>По команде «РАВНЯИСЬ» все, кроме правофлангового военнослужащего, поворачивают голову направо (правое ухо выше левого, подбородок приподнят) и выравниваются так, чтобы каждый видел грудь четвертого человека, считая себя первым. По команде «Налево - РАВНЯИСЬ» все, кроме левофлангового военнослужащего, голову поворачивают налево (левое ухо выше правого, подбородок приподнят).</p> <p>При выравнивании военнослужащие могут несколько передвигаться вперед, назад или в стороны.</p> <p>По окончании выравнивания подается команда «СМИРНО», по которой все военнослужащие быстро ставят голову прямо.</p> <p>По команде «ВОЛЬНО» стать свободно, ослабить в колене правую или левую ногу, но не сходить с места, не ослаблять внимания и не разговаривать.</p> <p>По команде «ЗАПРАВИТЬСЯ», не оставляя своего места в строю, поправить оружие, обмундирование и снаряжение. При необходимости выйти из строя за разрешением обратиться к непосредственному начальнику.</p> <p>Чтобы отменить или прекратить выполнение приема, подается команда «ОТСТАВИТЬ». По этой команде принимается положение, которое было до выполнения приема.</p>
<p>Показывает выполнение команд в медленном темпе и по разделениям.</p>	<p>Закончив показ приемов в целом, и рассказав, как эти приемы выполняются, руководитель показывает порядок выполнения наиболее сложной команды «становись» («смирно») в медленном темпе и по разделениям с использованием подготовительных упражнений; одновременно с этим кратко поясняет свои действия.</p> <p>Подготовительные упражнения для выполнения команд «СТАНОВИСЬ» или «СМИРНО» рекомендуется отрабатывать в следующей последовательности:</p> <ul style="list-style-type: none"> -сведение носков и развертывание их на ширину ступни на два счета; -приподнимание груди с подачей корпуса несколько вперед с развертыванием плеч и опусканием рук посередине бедер; -приподнимание тела на носках ног и опускание на всю ступню. Для показа каждого подготовительного упражнения руководитель командует: «Показываю. Команду подаю себе. Смотрите». <p>Подает команду на выполнение очередного приема по разделениям, показывает прием в медленном темпе, кратко поясняет свои действия и порядок выполнения приема</p>
<p>Подготовительное упражнение № 1</p>	
<p>Цель: научить безошибочно и без наклона головы вниз ставить носки ног на ширину ступни</p>	
<p>Команды: «Носки свести,</p>	<p>Развести носки ног на ширину ступни, при этом стоять прямо, без</p>

<p>делай - РАЗ, носки развести, делай - ДВА».</p> <p>Сведение носков и развертывание их на ширину ступни на два счета</p>	<p>напряжения, голову держать высоко и прямо, не выставляя подбородка, смотреть прямо перед собой</p>
	<p>Далее под следующий счет «делай - РАЗ, делай - ДВА и т.д. прием повторяется до команды «ОТСТАВИТЬ».</p> <p>При выполнении упражнения командир держит голову высоко и прямо, вниз не смотрит, а носки ног разводит на ширину ступни. Закончив показ, он выполняет команду «ВОЛЬНО», а затем «ЗАПРАВИТЬСЯ».</p>
<p>Подготовительное упражнение № 2</p>	
<p>Цель:закрепить навыки в принятии корпусом тела положения как при строевой стойки.</p>	
<p>Команды: «Грудь приподнять, живот подобрать, плечи развернуть, корпус тела подать вперед, делай - РАЗ,</p>	<p>Приподнимание груди с подачей корпуса несколько вперед с развертыванием плеч и опусканием рук посередине бедер. 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 опустить так, чтобы кисти, обращенные ладонями внутрь, были сбоку и посередине бедер, а пальцы полусогнуты и касались бедер. принять первоначальное положение, делай - ДВА».</p> <p>Далее под следующий счет «делай - РАЗ, делай - два и т.д. прием повторяется до команды «ОТСТАВИТЬ».</p> <p>Чтобы проверить правильность положения головы, командир выполняет команду на счет «РАЗ» и, не опуская головы, смотрит вниз перед собой. При правильном положении головы он должен видеть на плацу самую близкую точку в двух-трех шагах от своих ног любое другое положение головы будет неправильным. Закончив показ, он выполняет команду «ВОЛЬНО», а затем «ЗАПРАВИТЬСЯ»</p>
<p>Подготовительное упражнение № 3</p>	
<p>Цель:Научиться переносить центр тяжести тела с пяток к носкам.</p>	
<p>Команды: «Тело подать вперед, приподняться на носках, делай. РАЗ,</p>	<p>Приподнимание тела на носках ног и опускание на всю ступню Приподняться на носки.</p>
<p>Медленно опуститься на всю ступню, не отклоняя тела назад, делай - ДВА, Принять положение «вольно», делай - ТРИ».</p>	<p>Приподняться на носки. Не изменяя наклона корпуса, опуститься на всю ступню, сохраняя положения тела Принять положение «вольно»</p>
	<p>Далее под следующий счет «делай - РАЗ, делай - два, делай - три» и т.д. прием повторяется до команды «ОТСТАВИТЬ».</p> <p>Закончив показ, он выполняет команду «ВОЛЬНО», а затем «ЗАПРАВИТЬСЯ».</p>
<p>Разучивает строевой приём по разделениям.</p>	
<p>Разучивание подготовительных упражнений для закрепления отдельных элементов строевой стойки перед ее тренировкой и команд «равняйся» «вольно» и «заправиться» руководитель проводит по мере показа этих приемов.</p> <p>Он находится перед строем подразделения, подает команды на начало и прекращение отработки упражнений и команд, контролирует порядок их выполнения, добивается устранения выявленных недостатков и проводит индивидуальное обучение подчиненных.</p> <p>Разучивание подготовительных упражнений осуществляет по методике изложенной выше.</p> <p>Для разучивания подготовительных упражнений и команд подразделения выстраивается в одну шеренгу с интервалом между обучаемыми 2-4 шага.</p> <p>Для построения подразделения руководитель подает команду, например: «Отделение, в одну</p>	

шеренгу - СТАНОВИСЬ», размыкает отделение на 2-4 шага или, если отделение уже находится в одно- шереножном строю, только размыкает его.

Упражнения по разделением повторяются неоднократно до полного их усвоения.

Заметив ошибку в выполнении приема одним из обучаемых, руководитель подходит к нему и, находясь рядом с ним, тренирует (обучает) его. Остальной личный состав отделения в это время продолжает тренировку самостоятельно, проверяя, насколько правильны их действия и не допущена ли ими такая же ошибка. Если в ходе разучивания одну и ту же ошибку допускают несколько обучаемых, руководитель прекращает тренировку командой «ОТСТАВИТЬ» (в движении «СТОЙ») и вновь показывает порядок выполнения приема, после чего возобновляет выполнение приема от начала или от предыдущего счета

Разучивает строевой приём в целом.

Для изучения строевых приемов в целом руководитель подает команды, например: «Отделение - «СТАНОВИСЬ», «РАВНЯЙСЬ», СМIRHO», а после правильного выполнения этих команды - «ВОЛЬНО» и «ЗАПРАВИТЬСЯ».

Заметив ошибку в выполнении любого приема одним из обучаемых, руководитель подходит к нему и, находясь рядом с ним, тренирует (обучает) его. Остальной личный состав отделения в это время продолжает тренировку самостоятельно, проверяя, насколько правильны их действия и не допущена ли ими такая же ошибка.

Если в ходе разучивания одну и ту же ошибку допускают несколько обучаемых, руководитель прекращает тренировку командой «ОТСТАВИТЬ» (в движении «СТОЙ») и вновь показывает порядок выполнения приема, после чего возобновляет выполнение приема от начала или от предыдущего счета.

Проводит тренировку выполнения строевого приема в составе подразделения.

Тренировку в выполнении приема в составе подразделения руководитель проводит по командам «СТАНОВИСЬ» или «СМIRHO», а также по любой другой предварительной команде. Приступая к тренировке, он подает команду «РАЗойДИСЬ», а затем, обозначив место построения, командует, например: «Отделение, в одну шеренгу (в две шеренги) - СТАНОВИСЬ».

По предварительной команде «Отделение» все обучаемые немедленно поворачиваются лицом к руководителю, принимают положение «смирно» и ждут следующей команды в готовности быстро и четко ее выполнить. Свое место в строю военнослужащие занимают по исполнительной команде «СТАНОВИСЬ».

С началом построения руководитель выходит из строя и следит за действиями обучаемых, обращая внимание на быстроту занятия ими своего места в строю, на интервал, равенство и правильность выполнения строевой стойки, а затем подает команды «РАВ-НЯЙСЬ», СМIRHO».

Чтобы проверить, правильно ли принята строевая стойка руководитель приказывает военнослужащим поднять носки ног. Если положение строевой стойки кем-либо было принято неправильно, то есть тело не было подано несколько вперед, то это действие будет выполнено легко.

Для устранения этой ошибки руководитель приказывает военнослужащим, допустившим ошибку, подняться до отказа на носках, а затем, не изменяя положения туловища, то есть, оставив его несколько поданным вперед, опуститься на всю ступню. Если в этом случае положение строевой стойки принято правильно, то при повторном поднятии носков ног это действие выполнить будет невозможно.

Убедившись, что обучаемые приняли строевую стойку правильно, руководитель подает команду «ВОЛЬНО», а затем «ЗАПРА-ВИТЬСЯ и следит, как выполняются эти команды.

Тренировка продолжается до тех пор, пока изучаемые строевые приемы не будут отработаны до автоматизма.

Изучение строевых приемов «Головные уборы (Головной убор) - СНЯТЬ (НАДЕТЬ)».

Называет строевые приемы.	«Головные уборы (Головной убор) - СНЯТЬ (НАДЕТЬ)».
Объясняет, где и в каких случаях эти строевые приемы применяются.	Строевые приемы «Головные уборы (Головной убор) - СНЯТЬ (НАДЕТЬ)» применяются: первый - для снятия головного убора по команде, например, перед принятием пищи в столовой, для осмотра прически и т.п., а второй - соответственно для надевания головного убора.
Доводит команды, по которым выполняются	Для снятия головных уборов (головного убора) подается команда «Головные уборы (головной убор) - СНЯТЬ», а для надевания -

строевые приемы.	«Головные уборы (головной убор) – НАДЕТЬ».
Образцово показывает выполнение строевого приема в целом.	<p>Руководитель показывает выполнение строевых приемов при надетой фуражке полевой хлопчатобумажной, затем фуражке и шапке-ушанке, так, чтобы обучаемые видели выполнение приемов с различных сторон. Для этого при показе он поворачивается к строю левым, а затем правым боком и кругом.</p> <p>При личном показе руководитель командует: «Показываю. Команды подаю себе. Смотрите».</p> <p>Сначала он подает команду: «Головной убор - СНЯТЬ» и показывает выполнение этого приема. Выполнив его, подает команду: «Головной убор - НАДЕТЬ» и надевает головной убор.</p> <p>По команде «ВОЛЬНО» ослабляет в колене правую или левую ногу, а по команде «ЗАПРАВИТЬСЯ» поправляет головной убор. Затем поворачивается направо, командует себе и снова показывает выполнение вышеперечисленных строевых приемов. Таким же образом он осуществляет показ приемов и с других сторон. Руководитель может вызвать для показа строевых приемов наиболее подготовленного сержанта или солдата подразделения. В этом случае сержант (солдат) выполняет строевые приемы по его командам.</p>
Доводит порядок выполнения строевого приема, согласно требованиям Строевого устава.	<p>Для снятия головных уборов подается команда «Головные уборы (головной убор) - СНЯТЬ», а для надевания - «Головные уборы (головной убор) - НАДЕТЬ».</p> <p>При необходимости одиночные военнослужащие головной убор снимают и надевают без команды.</p> <p>Снятый головной убор держится в левой свободно опущенной руке кокардой вперед.</p> <p>Без оружия или с оружием в положении «за спину» головной убор снимается и надевается правой рукой, а с оружием в положениях «на ремень», «на грудь» и «у ноги» - левой. При снятии головного убора с карабином в положении «на плечо» карабин предварительно берется к ноге.</p>
Показывает строевые приемы в медленном темпе и по подразделениям.	<p>Закончив показ приемов в целом, и рассказав, как эти приемы выполняются, руководитель показывает порядок снятия и надевания головного убора в комплексе в медленном темпе и по подразделениям; одновременно с этим кратко поясняет свои действия.</p> <p>Для показа порядка выполнения приемов по подразделениям руководитель командует: «Показываю. Команду подаю себе. Смотрите». Подает команду на выполнение очередного приема по подразделениям, показывает прием в медленном темпе, кратко поясняет свои</p>
Снятие головного убора на три счета	
Цель: Научить снимать различные головные уборы по подразделениям.	
Команды: «Головной убор снять, по подразделениям, делай - РАЗ,	Правой рукой взять головной убор (фуражки за козырек, шапку-ушанку за верхнюю часть правого клапана).
делай - ДВА,	Снять головной убор, опустить его на уровень поясного ремня и немного влево и передать в левую руку кокардой вперед.
делай - ТРИ».	Левую руку с головным убором правую руку опустить. Принять строевую стойку.
Надевание головного убора на три счета	
Цель: Научит надевать различные головные уборы по подразделениям.	
Команды: «Головной убор надеть, по подразделениям, делай - РАЗ,	Левую руку с головным убором поднять вперед к поясу и одновременно передать его в правую руку.
делай - ДВА,	Опустить левую руку и надеть головной убор на голову правой рукой.
делай - ТРИ».	Резко опустить правую руку вниз. Принять строевую стойку.

Разучивает строевой приём	Показав порядок отработки строевых приемов по разделениям, руководитель приступает к их тренировке, для этого подает команды, например: «Отделение - СМИРНЮ», «Головные уборы снять, по разделениям: делай - РАЗ, делай - ДВА, делай - ТРИ», «Головной убор надеть, по разделениям: делай - РАЗ, делай - ДВА, делай - ТРИ».
---------------------------	---

Разучивает строевой приём по разделениям

Руководитель находится перед строем подразделения, подаёт команды на начало и прекращение отработки приемов, контролирует порядок их выполнения, добивается устранения выявленных недостатков и проводит индивидуальное обучение подчиненных. Разучивание строевых приемов по разделениям осуществляет по методике, изложенной выше.

Для разучивания приемов подразделение выстраивается в одну шеренгу с интервалом между обучаемыми 2-4 шага.

Для построения подразделения руководитель подает команду, например: «Отделение, в одну шеренгу - СТАНОВИСЬ», размыкает отделение на 2-4 шага или, если отделение уже находится в одно- шереножном строю, только размыкает его.

Тренировка строевых приемов по разделениям повторяются неоднократно до полного их усвоения. Заметив ошибку в выполнении приема одним из обучаемых, руководитель подходит к нему и, находясь рядом с ним, тренирует (обучает) его. Остальной личный состав отделения в это время продолжает тренировку самостоятельно, проверяя, насколько правильны их действия и не допущена ли ими такая же ошибка. Если в ходе разучивания одну и ту же ошибку допускают несколько обучаемых, руководитель прекращает тренировку командой «ОТСТАВИТЬ» (в движении «СТОИ») и вновь показывает порядок выполнения приема, после чего возобновляет выполнение приема от начала или от предыдущего счета.

Разучивает строевой приём в целом

Закончив обучение снятию и надеванию головных уборов по разделениям, руководитель приступает к тренировке в выполнении приемов в целом, для чего подает команды: «Головные уборы - СНЯТЬ», «Головные уборы - НАДЕТЬ».

Тренировка строевых приемов повторяются неоднократно до полного их усвоения.

Заметив ошибку в выполнении приема одним из обучаемых, руководитель подходит к нему и, находясь рядом с ним, тренирует (обучает) его. Остальной личный состав отделения в это время продолжает тренировку самостоятельно, проверяя, насколько правильны их действия и не допущена ли ими такая же ошибка. Если в ходе разучивания одну и ту же ошибку допускают несколько обучаемых, руководитель прекращает тренировку командой «ОТСТАВИТЬ» и вновь показывает порядок выполнения приема, после чего возобновляет выполнение приема от начала или от предыдущего счета.

Проводит тренировку выполнения строевого приема в составе подразделения.

В конце занятия руководитель приступает к тренировке изученных строевых приемов в составе подразделения в развернутом и походном строю отделения и взвода, для чего перестраивает подразделение и подает команды, например: «Отделение, головные уборы - СНЯТЬ», «Отделение, головные уборы - НАДЕТЬ». Разучивание строевых приемов осуществляет по методике, изложенной выше, а тренировка повторяются неоднократно до полного усвоения приемов.

Если в ходе тренировки допускается ошибка одним или несколькими обучаемыми, руководитель прекращает тренировку командой «ОТСТАВИТЬ» и вновь показывает порядок выполнения приема, после чего возобновляет выполнение приема от начала.

2. Повороты на месте.

Последовательность обучения	Методические указания, действия руководителя занятия и обучаемых
	Для обучения правильному выполнению поворотов на месте руководитель строит подразделение в одну шеренгу и, выйдя перед серединой строя, приступает к отработке учебного вопроса, соблюдая следующую методическую последовательность:
Называет строевой прием.	Знакомит обучаемых со строевым приемом: Повороты на месте: «направо», «пол-оборота направо», «налево», «пол-оборота налево», «кругом».
Объясняет, где и в каких случаях этот строевой прием применяется.	Повороты на месте одиночными военнослужащими выполняются: -на всех занятиях; при подходе к начальнику и отходе от него; - при постановке в строй.

	<p>Повороты на месте подразделениями выполняются:</p> <ul style="list-style-type: none"> - на занятиях; - во время построений и передвижений.
<p>Доводит команды, по которым выполняется строевой прием.</p>	<p>Повороты на месте выполняются по командам: «Напра-ВО», «Пол-оборота напра-ВО», «Нале-ВО», «Пол-оборота нале-ВО», «Кру-ГОМ». Для показа строевых приемов руководитель командует: «Показываю. Команду подаю себе. Смотрите».</p> <p>Последовательно подает команды: «Напра-ВО», «Пол-оборота напра-ВО», «Нале-ВО», «Пол-оборота нале-ВО», «Кру-ГОМ» и показывает порядок выполнения поворотов на месте «направо», «пол-оборота направо», «налево», «пол-оборота налево» и «кру-гом».</p> <p>Последовательно поворачиваясь к строю левым и правым боком осуществляет показ поворотов со всех сторон.</p> <p>Руководитель может вызвать для показа строевых приемов наиболее подготовленного сержанта или солдата подразделения. В этом случае сержант (солдат) выполняют повороты на месте по его команде.</p>
<p>Доводит порядок выполнения строевых приемов, согласно требованиям Строевого устава.</p>	<p>Повороты осуществляются:</p> <ul style="list-style-type: none"> - кругом (на 1/2 круга), налево (на 1/4 круга), пол-оборота налево (на 1/8 круга) производятся в сторону левой руки на левом каблуке и на правом носке; - направо (на 1/4 круга) и пол-оборота направо (на 1/8 круга) - в сторону правой руки на правом каблуке и на левом носке. Повороты выполняются в два приема: <ul style="list-style-type: none"> - первый прием - повернуться, сохраняя правильное положение корпуса, и, не сгибая ног в коленях, перенести тяжесть тела на впереди стоящую ногу; - второй прием - кратчайшим путем приставить другую ногу.
<p>Показывает приемы в медленном темпе по разделениям. Образцово показывает выполнение строевого приема в целом.</p>	<p>Руководитель показывает выполнение поворотов на месте по разделениям в следующей последовательности: поворот направо (пол-оборота направо); поворот налево (пол-оборота налево); поворот кругом.</p> <p>Для показа каждого поворота он командует: «Показываю. Команду подаю себе. Смотрите». Подает команду на выполнение очередного приема по разделения, показывает прием в медленном темпе, кратко поясняет свои действия и порядок выполнения приема.</p>
<p>Выполнение поворота направо по разделениям на два счета</p>	
<p>Цель: отработать поворот направо по разделениям.</p>	
<p>Команды: «Напра-ВО» делай, РАЗ</p>	<p>Энергично повернуться в сторону правой руки на правом каблуке и левом носке, сохраняя правильное положение корпуса (как при строевой стойке) и, не сгибая ног в коленях, перенести тяжесть тела на впереди стоящую ногу. При этом каблук сзади стоящей ноги и носок впереди стоящей ноги должны быть развернуты так, чтобы с окончанием поворота носки оказались развернутыми по линии фронта на ширину ступни. Положение рук должно быть таким, как при строевой стойке.</p>
<p>делай - ДВА».</p>	<p>Кратчайшим путем приставить сзади стоящую ногу, не сгибая ее в коленях так, чтобы каблуки были вместе, а носки развернуты на ширину ступни.</p>
<p>Выполнение поворота налево по разделениям на два счета</p>	
<p>Цель: отработать поворот налево по разделениям.</p>	
<p>Команды: «Налево, по разделениям, делай - РАЗ,</p>	<p>Энергично повернуться в сторону левой руки на левом каблуке и правом носке, сохраняя правильное положение корпуса (как при строевой стойке) и, не сгибая ног в коленях, перенести тяжесть тела на впереди стоящую ногу. При этом каблук сзади стоящей ноги и носок впереди стоящей ноги должны быть развернуты так, чтобы с окончанием поворота носки оказались развернутыми по линии фронта на ширину ступни. Положение рук должно быть та</p>

	ким, как при строевой стойке.
делай - ДВА».	Кратчайшим путем приставить сзади стоящую ногу, не сгибая ее в коленях так, чтобы каблуки были вместе, а носки развернуты на ширину ступни.
	Перед показом поворота кругом руководитель поясняет, что поворот кругом выполняется по команде «Кру-ГОМ» так же, как поворот налево, с той лишь разницей, что разворот корпуса делается на 180° (на 1/2 круга).
Выполнение поворота кругом по разделением на два счета	
Цель: отработать поворот кругом поразделениям.	
Команды:«Кругом, по разделением, делай - РАЗ,	Энергично повернуться кругом в сторону левой руки на левом каблуке и правом носке, подавая корпус немного вперед и, не сгибая ног в коленях, перенести тяжесть тела напереди стоящую ногу. При этом каблук сзади стоящей ноги и носок впереди стоящей ноги должны быть развернуты так, чтобы с окончанием поворота носки оказались развернутыми по линии фронта на ширину ступни. Положение рук должно быть таким, как при строевой стойке.
делай - ДВА»	Кратчайшим путем приставить сзади стоящую ногу, не сгибая ее в коленях так, чтобы каблуки были вместе, а носки развернуты на ширину ступни.
<p>Руководитель уточняет, что выполнение поворота «пол-оборота направо» («пол-оборота налево») осуществляется по команде «Пол-оборота напра-ВО» («Пол-оборота нале-ВО»). При этом выполняются те же действия, что и при выполнении поворота «направо» («налево») соответственно, с той лишь разницей, что разворот корпуса делается не на 1/4 круга, а на 1/8 круга.</p> <p>Выполняя поворот, руководитель обращает внимание на то, что этот прием должен выполняться не только с помощью ног, но и с резким движением корпуса в сторону поворота при соблюдении всех правил строевой стойки.</p>	
Разучивает приём по разделениям	
<p>Разучивание поворотов на месте по разделениям руководитель проводит в разомкнутом одношереножном строю по мере показа этих приемов. Он находится перед строем подразделения, подает команды на начало и прекращение отработки строевых приемов, контролирует порядок их выполнения, добивается устранения выявленных недостатков и проводит индивидуальное обучение подчиненных.</p> <p>Для построения отделения руководитель подает команду, например: «Отделение, в одну шеренгу - СТАНОВИСЬ», размыкает отделение (на 2-4 шага) или, если отделение уже находится в одношереножном строю, только размыкает его.</p> <p>Разучивание подготовительных упражнений осуществляет по методике, изложенной выше.</p> <p>Заметив ошибку в выполнении приема одним из обучаемых, руководитель подходит к нему и, находясь рядом с ним, тренирует (обучает) его. Остальной личный состав отделения в это время продолжает тренировку самостоятельно, проверяя, насколько правильны их действия и не допущена ли ими такая же ошибка. Если в ходе разучивания одну и ту же ошибку допускают несколько обучаемых, руководитель прекращает тренировку командой «ОТСТАВИТЬ» (в движении «СТОИ») и вновь показывает порядок выполнения приема, после чего возобновляет выполнение приема от начала или от предыдущего счета.</p>	
Разучивает приём в целом	
<p>Для изучения поворотов на месте в целом руководитель подает команды в следующей последовательности: Напра-ВО», «Пол- оборота напра-ВО», «Нале-ВО», «Пол-оборота нале-ВО», «Кру-ГОМ» и сопровождает их подсчетом вслух: «РАЗ, ДВА».</p> <p>Заметив ошибку в выполнении приема одним из обучаемых, руководитель подходит к нему и, находясь рядом с ним, тренирует (обучает) его. Остальной личный состав отделения в это время продолжает тренировку самостоятельно, проверяя, насколько правильны их действия и не допущена ли ими такая же ошибка. Если в ходе разучивания одну и ту же ошибку допускают несколько обучаемых, руководитель прекращает тренировку командой «ОТСТАВИТЬ» (в движении «СТОИ») и вновь показывает порядок выполнения приема, после чего возобновляет выполнение приема от начала или от предыдущего счета.</p>	
Проводит тренировку выполнения строевого приема в составе подразделения:	
Тренировку в выполнении поворотов на месте в составе подразделения руководитель проводит по	

тем же командам, что и при отработке предыдущего вопроса.
Тренировка строевых приемов будет более эффективной, если обучаемые будут выполнять их под собственный счет вслух и по себя.
Выполнение поворотов на месте со счетом в слух, проводится по команде, например: «Повороты на месте со счетом вслух, четыре поворота налево, четыре поворота направо - НАЧИНАЙ». По исполнительной команде обучаемые делают четыре поворота налево, четыре поворота направо, считая вслух «РАЗ-ДВА», «РАЗ- ДВА» и т.д.
Затем тренировка обучаемых в выполнении поворотов продолжается под счет про себя, при этом повороты выполняются по команде, например: «Поворот на месте, счет про себя, Кру-ГОМ» ит.д. обучаемые выполняют поворот в целом, считая про себя «РАЗ-ДВА».
Порядок устранения ошибок, допущенных одиночными обучаемыми или основной массой обучаемых осуществлять, руководствуясь методическими рекомендациями, изложенными выше.
Тренировка продолжается до тех пор, пока изучаемый строевой прием не будет отработан до автоматизма.

3. Движение строевым шагом.

Последовательность обучения	Методические указания, действия руководителя занятия и обучаемых
	<p>Строевой шаг является одним из наиболее сложных и трудных по усвоению строевых приемов. Правильное выполнение строевого шага требует от обучаемых особой собранности, подтянутости, четкости, согласованного движения рук и ног. Для обучения правильному выполнению движения строевым шагом руководитель строит подразделение в одну шеренгу и, выйдя перед серединой строя, приступает к отработке учебного вопроса, соблюдая следующую методическую последовательность:</p>
	<p>Знакомит обучаемых со строевым приёмом.</p>
<p>Называет строевой прием.</p>	<p>Движение строевым шагом.</p>
<p>Объясняет, где и в каких случаях этот строевой прием применяется.</p>	<p>Строевой шаг применяется: - при прохождении подразделений торжественным маршем; - при выполнении подразделениями воинского приветствия в движении; - при подходе военнослужащего к начальнику и при отходе от него; - при выходе из строя и возвращении в строй; на занятиях по строевой подготовке.</p>
<p>Доводит команды, по которым выполняется строевой прием.</p>	<p>Движение строевым шагом начинается по команде «Строевым шагом - МАРШ» (в движении «Строевым - МАРШ»).</p>
<p>Образцово показывает выполнение строевого приема в целом.</p>	
<p>Образцовый показ строевого шага руководитель осуществляет так, чтобы обучаемые имели возможность видеть этот прием с различных направлений. Для показа строевого приема руководитель поворачивается направо (налево), выходит на правый (левый) фланг строя и командует: «Показываю. Команду подаю себе. Смотрите». Подает команду: «Строевым шагом - МАРШ» и показывает порядок движения строевым шагом с места. Пройдя до конца развернутого строя подразделения, он останавливается и снова по команде «Строевым шагом - МАРШ» движется вдоль строя до противоположного фланга. Руководитель может вызвать для показа строевого приема наиболее подготовленного сержанта или солдата подразделения. В этом случае сержант (солдат) выполняет строевой прием по его команде.</p>	
<p>Доводит порядок выполнения строевого приема, согласно требованиям Строевого устава.</p>	
<p>Движение строевым шагом осуществляется с темпом 110-120 шагов в минуту. Размер шага - 70-80 см.</p>	
<p>Движение строевым шагом начинается по команде «Строевым шагом - МАРШ» (в движении «Строевым - МАРШ»).</p>	
<p>По предварительной команде необходимо:</p>	
<p>- подать корпус несколько вперед, перенести тяжесть его больше на правую ногу, сохраняя устойчивость;</p>	
<p>- по исполнительной команде начать движение с левой ноги полным шагом.</p>	
<p>При движении строевым шагом ногу с оттянутым вперед носком выносить на высоту 15-20 см от</p>	

<p>земли и ставить ее твердо на всю ступню. Руками, начиная от плеча, производить движения около тела: - вперед - сгибая их в локтях так, чтобы кисти поднимались выше пряжки пояса на ширину ладони и на расстоянии ладони от тела, а локоть находился на уровне кисти; - назад - до отказа в плечевом суставе. Пальцы рук полусогнуты, голову держать прямо, смотреть перед собой.</p>	
<p>Показывает подготовительные упражнения в медленном темпе по разделениям</p>	
<p>Руководитель показывает порядок выполнения подготовительных упражнений, необходимых для закрепления отдельных элементов строевого шага перед его тренировкой. Последовательность показа этих упражнений может быть следующей: - движение руками; - обозначение шага на месте; - движение строевым шагом на четыре счета; - движение строевым шагом на два счета. Для показа каждого подготовительного упражнения руководитель командует: «Показываю. Команду подаю себе. Смотрите». Подает команду на выполнение очередного упражнения, показывает порядок его выполнения в медленном темпе, кратко поясняет свои действия и порядок выполнения приема</p>	
<p>Подготовительное упражнение № 1</p>	
<p>Цель: Отработать навыки движения руками по разделениям на два счёта.</p>	
Команды: делай РАЗ	Согнуть правую руку в локте, произвести ею движение от плеча около тела так, чтобы кисть руки поднялась на ширину ладони выше пряжки пояса и находилась на расстоянии ладони от тела; одновременно левую руку отвести назад до отказа в плечевом суставе. Пальцы рук должны быть полусогнуты, а локоть правой руки слегка приподнят.
Делай ДВА	Произвести движение левой рукой вперед, а правой, начиная от плеча, назад до отказа
<p>Подготовительное упражнение № 2</p>	
<p>Цель: отработать координацию движения рук и ног при шаге на месте.</p>	
Команды: «Движение руками с шагом на месте, делай - РАЗ,	Поднять ногу на 15-20 см от земли вверх, а руками произвести движение: правой - вперед, а левой - назад.
Делай ДВА	Правую ногу поднять вверх, левую - поставить на землю на всю ступню, а руками произвести взмах: левой - вперед, а правой - назад.
	Далее под следующий счет «делай - ем повторяется до команды «СТОЙ»
<p>Подготовительное упражнение № 3. Движение строевым шагом на 4 счета</p>	
<p>Цель: привить первичные навыки в правильном выполнении строевого шага с паузой.</p>	
Команды: «Строевым шагом, по разделениям на четыре счета, шагом МАРШ, РАЗ	По предварительной команде «шагом» подать корпус несколько вперед, перенести тяжесть тела больше на правую ногу, сохраняя устойчивость. По исполнительной команде «МАРШ» и по счету «РАЗ» сделать с левой ноги полный шаг. Вынести ногу с оттянутым носком на высоту 15-20 см от земли и поставить ее твердо на всю ступню, отделив в то же время от земли правую ногу. Подтянуть ногу на полшага вперед к пятке левой ноги. Одновременно с шагом сделать движение правой рукой вперед, а левой назад до отказа и стоять на левой ноге с опущенными руками, правая нога прямая, носком почти у самой земли
<p>Подготовительное упражнение № 4</p>	
<p>Цель: совершенствовать первичные навыки в правильном выполнении приема с сокращенной паузой.</p>	
«Строевым шагом, по разделениям на 2 счета, шагом - МАРШ: РАЗ,	По исполнительной команде «МАРШ» и по счету «РАЗ» сделать с левой ноги полный шаг. Вынести ногу с оттянутым носком на высоту 15-20 см от земли и поставить ее твердо на всю ступню, отделив в то же время от земли правую ногу. Подтянуть ногу на полшага вперед к пятке левой ноги. Одновременно с шагом сделать движение правой

	<p>рукой вперед, а левой назад до отказа и стоять на левой ноге с опущенными руками, правая нога прямая, носком почти у самой земли. Сделать выдержку, устранив в это время допущенные ошибки.</p>
<p>Разучивает строевой приём по разделениям</p>	
<p>Разучивание подготовительных упражнений руководитель проводит в разомкнутом одношереножном строю по мере показа этих приемов. Он находится перед строем подразделения, подает команды на начало и прекращение отработки строевых приемов, контролирует порядок их выполнения, добивается устранения выявленных недостатков и проводит индивидуальное обучение подчиненных.</p> <p>Для построения отделения руководитель подает команду, например: «Отделение, в одну шеренгу - СТАНОВИСЬ», размыкает отделение (на 2-4 шага) или, если отделение уже находится в одношереножном строю, только размыкает его.</p> <p>Разучивание подготовительных упражнений осуществляет по методике, изложенной выше.</p> <p>При разучивании подготовительного упражнения № 1: «Движение руками на 2 счета», после каждого счета руководитель задерживает положение рук обучаемых и исправляет допущенные ими ошибки. При этом особое внимание он обращает на сохранение правильного положения строевой стойки и четкое движение рук назад до отказа.</p> <p>При разучивании подготовительного упражнения № 2: «Обозначение шага на месте» руководитель добивается правильного движения и положения рук при шаге на месте. При этом он следит, чтобы взмах руками производился свободно, без напряжения, а при постановке ноги на землю взмах не задерживался.</p> <p>Усвоив правильную постановку положения рук при шаге на месте, руководитель приступает к разучиванию подготовительного упражнения № 3: «Движение строевым шагом на 4 счета», а изучив его, отрабатывает движение строевым шагом на 2 счета (подготовительное упражнение № 4). Если обучаемые допускают ошибки, упражнение на четыре счета повторяется еще раз.</p> <p>Заметив ошибку в выполнении приема одним из обучаемых, руководитель подходит к нему и, находясь рядом с ним, тренирует (обучает) его. Остальной личный состав отделения в это время продолжает тренировку самостоятельно, проверяя, насколько правильны их действия и не допущена ли ими такая же ошибка. Если в ходе разучивания одну и ту же ошибку допускают несколько обучаемых, руководитель прекращает тренировку командой «ОТСТАВИТЬ» (в движении «СТОЙ») и вновь показывает порядок выполнения приема, после чего возобновляет выполнение приема от начала или от предыдущего счета.</p>	
<p>Разучивает строевой приём в целом</p>	
<p>Разучивание движения строевым шагом в целом начинается по команде «Строевым шагом - МАРШ». Оно обязательно проводится с использованием разметки строевой площадки, которая позволяет правильно отработать ширину шага и темп движения. Сначала движение строевым шагом осуществляется с темпом 50-60 шагов в минуту, постепенно темп движения наращивается до 110-120 шагов.</p> <p>Для исправления ошибок руководитель с полного темпа движения строевым шагом может снова перейти к движению по разделениям на четыре или два счета, добиваясь устранения недостатков. Обучение может проводиться по командам и под счет руководителя, самостоятельно под счет обучаемых, а также под барабан. Заметив ошибку в выполнении приема одним из обучаемых, руководитель подходит к нему и, находясь рядом с ним, тренирует (обучает) его. Остальной личный состав отделения в это время продолжает тренировку самостоятельно, проверяя, насколько правильны их действия и не допущена ли ими такая же ошибка. Если в ходе разучивания одну и ту же ошибку допускают несколько обучаемых, руководитель прекращает тренировку командой «ОТСТАВИТЬ» (в движении «СТОЙ») и вновь показывает порядок выполнения приема, после чего возобновляет выполнение приема от начала или от предыдущего счета.</p>	
<p>Проводит тренировку выполнения строевого приема в составе подразделения.</p>	
<p>Приступая к тренировке, руководитель расставляет обучаемых на строевой площадке, на дистанции 5 шагов и приказывает, чтобы они по команде прошли весь прямоугольник в течение одной минуты.</p> <p>По команде: «Строевым шагом - МАРШ» военнослужащие начинают движение, а руководитель следит за правильным выполнением строевого шага и через одну минуту подает команду «СТОЙ». При правильном соблюдении темпа движения обучаемые достигают того места, откуда они начали движение.</p> <p>При обучении движению строевым шагом руководитель добивается, чтобы обучаемые при</p>	

движении не «раскачивались» вправо и влево. Причина раскачивания - неправильная постановка ног при движении: вместо того, чтобы ставить ноги внутренней частью стоп по оси движения, они ставят их в стороны, при этом центр тяжести тела с каждым шагом смещается то вправо, то влево. Если обучаемые при движении строевым шагом как бы подпрыгивают, руководитель также указывает на эту ошибку и требует, чтобы они переносили тяжесть тела с ноги на ногу равномерно, а не рывками.

В процессе тренировки руководитель следит за тем, чтобы обучаемые при движении не допускали заноса одной ноги за другую. Заметив ошибку в выполнении приема одним из обучаемых, руководитель подходит к нему и, находясь рядом с ним, тренирует (обучает) его. Остальной личный состав отделения в это время продолжает тренировку самостоятельно, проверяя, насколько правильны их действия и не допущена ли ими такая же ошибка. Если в ходе разучивания одну и ту же ошибку допускают несколько обучаемых, руководитель прекращает тренировку командой «ОТСТАВИТЬ» (в движении «СТОИ») и вновь показывает порядок выполнения приема, после чего возобновляет выполнение приема от начала или от предыдущего счета.

Тренировка продолжается до тех пор, пока изучаемый строевой прием не будет отработан до автоматизма.