

СТРОЕВАЯ ПОДГОТОВКА

ОПОРНЫЙ КОНСПЕКТ

ДЛЯ ОБУЧЕНИЯ ГРАЖДАН РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ НАЧАЛЬНЫМ ЗНАНИЯМ В
ОБЛАСТИ ОБОРОНЫ И ИХ ПОДГОТОВКИ ПО ОСНОВАМ ВОЕННОЙ СЛУЖБЫ

ТЕМА

СТРОЕВЫЕ ПРИЁМЫ И ДВИЖЕНИЕ БЕЗ ОРУЖИЯ

Вопросы занятия:

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 разделением 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 разделением, 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 разделением), 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 разделением 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.

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор ГБОУ СОШ №2086

_____ Е.В. Орлова

« ____ » _____ 20 ____ г.

ПЛАН

ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЯ с учащимися 10 классов ГБОУ СОШ №2086

по **СТРОЕВОЙ ПОДГОТОВКЕ** на « ____ » _____ 20 ____ г.

Тема: Строевые приемы и движения без оружия.

Цели занятия:

Учебные вопросы:

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

Время проведения: ____ часа (ов)

Место проведения: Строевой плац.

Форма (метод) проведения: Тренировка (показ; упражнение).

Материальное обеспечение: Оборудование строевого плаца, стенды, плакаты и схемы.

Руководства и пособия:

1. Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации. - М.: Воениздат, 2006.
2. Учебное пособие. В. Апакидзе. Строевая подготовка. - М.: Воениздат, 1991.

ХОД ЗАНЯТИЯ **мин.**
(к плану командира взвода)

№ п.п.	Содержание занятия	Время	Действия руководителя	Действия подчиненных
1.	Организация занятия.	_____ мин.	Перед выходом на занятие принимаю рапорт от заместителя командира взвода о готовности личного состава к занятию.	
			Отправляю личный состав взвода под командой заместителя командира взвода к месту проведения занятия. Контролирую порядок выхода взвода на строевой плац.	Взвод под командой ЗКВ выходят к месту проведения занятия в походном строю с песней (под барабан).
			На строевом плацу определяю место построения и выстраиваю взвод в развернутый двухшереножный строй.	Командиры отделений обозначают места построений своих подчиненных и контролируют порядок выполнения команд.
			<p>Подаю команды, например: «Взвод, РАВНЯЙСЬ», «СМИРНЮ», «Первая шеренга два шага вперед, шагом - МАРШ».</p> <p>Приказываю командирам отделений осмотреть внешний вид подчиненных, проверить знания ими основных положений строевого устава.</p> <p>Провожу выборочный осмотр внешнего вида и проверяю знания основных положений строевого устава у отдельных военнослужащих.</p> <p>После осмотра и проверки приказываю командирам отделений закончить осмотр и проверку, стать в строй и возвращаю первую шеренгу на свое место.</p>	Первая шеренга выходит на указанное количество шагов. Командиры отделений проверяют внешний вид подчиненных, знания ими основных положений строевого устава. Личный состав устраняет выявленные недостатки, отвечает на вопросы и по команде занимает исходное положение.
			Объявляю тему, цель занятия и учебные вопросы.	Слушают и запоминают.
			Определяю каждому отделению место для занятия на строевом плацу и приказываю командирам отделений развести отделения по местам занятий.	Командиры отделений разводят отделения по местам занятий.
2.	Основная часть занятия	_____ мин.	После занятия отделениями свои учебные мест, подаю	Командиры отделений выходят из строя и отрабатывают

№ п.п.	Содержание занятия	Время	Действия руководителя	Действия подчиненных
			<p>команду, например: «К отработке первого учебного вопроса - ПРИСТУПИТЬ».</p> <p>Перехожу от отделения к отделению, контролирую ход занятия, правильность обучения и даю рекомендации командирам отделений, как лучше устранить ошибки, допускаемые обучаемыми.</p> <p>При необходимости оказываю помощь одному из командиров отделений в обучении подчиненных.</p> <p>Закончив изучение первого вопроса, подаю команды, например: «Командиры отделений», «Отработку первого учебного вопроса - ЗАКОНЧИТЬ», «К отработке второго учебного вопроса - ПРИСТУПИТЬ».</p> <p>Действия командиров отделений и обучаемых при изучении третьего учебного вопроса аналогичны, рассмотренным выше действиям.</p>	<p>со своими подчинёнными первый учебный вопрос.</p> <p>Командиры отделений устраняют методические ошибки (при их наличии) в обучении своих подчиненных.</p> <p>Обучаемые учатся правильно и быстро действовать по командам своих командиров до приобретения твердых практических навыков в выполнении каждого строевого приема.</p> <p>При обращении к командирам отделений они поворачиваются в сторону командира взвода, принимают строевую стойку и уясняют дальнейшие команды (указания).</p> <p>Заканчивают отработку первого учебного вопроса, выстраивают каждый свое отделение на месте построения и приступают к изучению второго вопроса.</p>
3.	Подведение итогов занятия.	_____ мин.	<p>Закончив изучение последнего вопроса, подаю команды, например: «Командиры отделений», «Занятие - ЗАКОНЧИТЬ», «К подведению итогов занятия - ПРИСТУПИТЬ».</p> <p>После подведения итогов в отделениях приказываю</p>	<p>При обращении к командирам отделений они поворачиваются в сторону командира взвода, принимают строевую стойку и уясняют дальнейшие команды (указания).</p> <p>Они заканчивают занятие, выстраивают каждый свое отделение на месте построения и подводят итоги занятия в отделениях. При этом они оценивают каждого солдата и доводят до них оценки. Отмечают лучших и называют отстающих, указывают каждому подчиненному, что и к какому сроку доработать, а также дают указания о подготовке к очередному занятию.</p> <p>Командиры отделений обозначают места построений</p>

№ п.п.	Содержание занятия	Время	Действия руководителя	Действия подчиненных
			командирам возвратить отделения на место общего построения и выстраиваю взвод в развернутый двухшереножный строй.	своих подчиненных и контролируют порядок выполнения команд.
			Провожу разбор занятия со всем личным составом взвода и отдельно с сержантами. На общем разборе указывают степень отработки изучаемых приемов (действий) в отделениях, подвожу итоги соревнования между отделениями и даю указания по совершенствованию выполнения изученных строевых приемов в повседневной жизни. При проведении разбора с сержантами отмечаю положительное в проведении занятия и недостатки, допущенные при обучении, и даю указания по подготовке к следующему занятию.	Слушают и запоминают, делают выводы и уясняют задачи.

ХОД ЗАНЯТИЯ мин.
(к плану командира отделения)

№ п.п.	Содержание занятия	Время	Действия руководителя	Действия подчиненных
1.	Выполнение команд: «Становись», «Равняйся», «Смирно», «Вольно», «Заправиться», «Отставить», «Головные уборы – снять (надеть)».	_____ мин.	Выполнение команд: «Становись», «Равняйся», «Смирно», «Вольно», «Заправиться», «Головные уборы (Головной убор) – СНЯТЬ (НАДЕТЬ)» отрабатываются комплексным методом в развернутом и походном строю отделения. Ознакомление со строевыми приемами. Называю каждый строевой прием. Объясняю, где и в каких	
			случаях эти строевые приемы применяется (из ст. 27-29 СУ ВС РФ). Подаю команды, по которым	Слушают и запоминают основные положения строевого устава, а также команды, по которым выполняются изучаемые строевые приемы.
				Наблюдают за образцовым показом строевых приемов в целом (в уставном темпе) и показом по разделениям (в

№ п.п.	Содержание занятия	Время	Действия руководителя	Действия подчиненных
			<p>выполняются строевые приемы, например: «Становись», «Равняйся», «Смирно», «Вольно», «Заправиться», «Головные уборы (Головной убор) – СНЯТЬ (НАДЕТЬ)».</p> <p>Образцово показываю выполнение строевых приема в целом сам или привлекаю для показа этих строевых приемов наиболее подготовленного сержанта (солдата).</p> <p>Довожу порядок выполнения строевых приемов, согласно требованиям Строевого устава (из ст. 27-29 СУ ВС РФ).</p> <p>Показываю приемы в медленном темпе и по разделением, подаю команды и кратко поясняю свои действия.</p>	<p>медленном темпе с пояснением).</p>
			<p>Разучивание строевых приемов.</p> <p>Изучаю с подчиненными строевые приемы по разделением. Находясь внутри строевой площадки (перед строем подразделения), подаю команды на начало отработки строевых приемов и их прекращение.</p> <p>Во время разучивания строевых приемов особое внимание обращаю на правильное положение корпуса тела, рук, ног и головы.</p>	<p>Запоминают порядок выполнения строевых приемов по разделением с использованием подготовительных упражнений в медленном темпе и в целом под счет.</p> <p>По команде руководителя отрабатывают строевые приемы сначала по разделением с использованием подготовительных упражнений, а затем в целом под счет.</p>
			<p>Тренировка в выполнении строевых приемов.</p> <p>Тренирую приемы в составе отделения, попарно или самостоятельно в целом.</p> <p>Если в процессе тренировки приемов допущена общая ошибка, останавливаю обучение и показываю, как эту ошибку исправить.</p> <p>Если ошибку допускает отдельный военнослужащий, вывожу его из строя, станов-</p>	<p>По команде руководителя выполняют строевые приемы в целом (в уставном темпе).</p> <p>Учатся правильно и быстро действовать до приобретения твердых практических навыков в выполнении изучаемых строевых приемов.</p>

№ п.п.	Содержание занятия	Время	Действия руководителя	Действия подчиненных
			люсь рядом с ним и провожу индивидуальное обучение этого приема. Все остальные обучаемые продолжают выполнять строевой прием самостоятельно.	
2.	Повороты на месте.	_____ мин.	<p>Ознакомление со строевыми приемами. Называю строевой прием: «Повороты на месте». Объясняю, где и в каких случаях эти строевые приемы применяются (из ст. 30 СУ ВС РФ). Называю команды, по которой выполняются строевые приемы: «Напра-ВО», «Пол-оборота напра-ВО», «Нале-ВО», «Пол-оборота нале-ВО», «Кру-ГОМ». Образцово показываю выполнение строевых приемов в целом сам или привлекаю для показа этих строевых приемов наиболее подготовленного сержанта (солдата). Довожу порядок выполнения строевых приемов, согласно требованиям Строевого устава (из ст. 30 СУ ВС РФ). Показываю приемы в медленном темпе и по подразделениям, подаю команды и кратко поясняю свои действия.</p> <p>Разучивание строевых приемов. Изучаю с подчиненными строевые приемы по подразделениям. Находясь внутри строевой площадки (перед строем подразделения), подаю команды на начало отработки строевых приемов и их прекращение. Во время разучивания строевых приемов особое внимание обращаю на правильное положение корпуса тела, рук, ног и головы.</p>	<p>Слушают и запоминают основные положения строевого устава, а также команды, по которым выполняются повороты на месте. Наблюдают за образцовым показом поворотов в целом (в уставном темпе) и показом по подразделениям (в медленном темпе с пояснением).</p> <p>Запоминают порядок выполнения строевых приемов по подразделениям с использованием подготовительных упражнений в медленном темпе и в целом под счет. По команде руководителя отрабатывают строевые приемы сначала по подразделениям с использованием подготовительных упражнений, а затем в целом под счет.</p>

№ п.п.	Содержание занятия	Время	Действия руководителя	Действия подчиненных
			<p>Тренировка в выполнении строевых приемов. Тренирую приемы в составе отделения, попарно или самостоятельно в целом. Если в процессе тренировки приемов допущена общая ошибка, останавливаю обучение и показываю, как эту ошибку исправить. Если ошибку допускает отдельный военнослужащий, вывожу его из строя, становлюсь рядом с ним и провожу индивидуальное обучение этого приема. Все остальные обучаемые продолжают выполнять строевой прием самостоятельно.</p>	<p>По команде руководителя выполняют строевые приемы в целом (в уставном темпе). Учатся правильно и быстро действовать до приобретения твердых практических навыков в выполнении изучаемых строевых приемов.</p>
3.	Движение строевым шагом.	_____ мин.	<p>Ознакомление со строевым приемом. Называю отрабатываемый строевой прием: «Движение строевым шагом». Объясняю, где и в каких случаях этот строевой прием применяется (из ст. 31 СУ ВС РФ). Называю команды, по которой выполняется строевой прием: «Строевым шагом - МАРШ» (в движении «Строевым - МАРШ») Образцово показываю выполнение строевого приема в целом сам или привлекаю для показа этого строевого приема наиболее подготовленного сержанта (солдата). Довожу порядок выполнения строевого приема, согласно требованиям Строевого устава (из ст. 32 СУ ВС РФ). Показываю прием в медленном темпе и по подразделениям, подаю команды и кратко поясняю свои действия.</p>	<p>Слушают и запоминают основные положения строевого устава, а также команды, по которым выполняется изучаемый строевой прием. Наблюдают за образцовым показом строевого приема в целом (в уставном темпе) и показом по подразделениям (в медленном темпе с пояснением).</p>
			Изучаю с подчиненными	Запоминают порядок выполнения строевого приема по подразделениям с использовани-

№ п.п.	Содержание занятия	Время	Действия руководителя	Действия подчиненных
			<p>строевой прием по разделением. Находясь внутри строевой площадки (перед строем подразделения), подаю команды на начало отработки строевого приема и его прекращение.</p> <p>Во время разучивания строевого приема особое внимание обращаю на правильное положение корпуса тела, рук, ног и головы.</p> <p>Тренировка в выполнении строевого приема.</p> <p>Тренирую прием в составе отделения, попарно или самостоятельно в целом.</p> <p>Если в процессе тренировки приема допущена общая ошибка, останавливаю обучение и показываю, как эту ошибку исправить.</p> <p>Если ошибку допускает отдельный военнослужащий, вывожу его из строя, становлюсь рядом с ним и провожу индивидуальное обучение этого приема. Все остальные обучаемые продолжают выполнять строевой прием самостоятельно.</p>	<p>ем подготовительных упражнений в медленном темпе и в целом под счет.</p> <p>По команде руководителя отработывают строевой прием сначала по разделением с использованием подготовительных упражнений, а затем в целом под счет.</p> <p>По команде руководителя выполняют строевой прием в целом (в уставном темпе).</p> <p>Учатся правильно и быстро действовать до приобретения твердых практических навыков в выполнении изучаемого строевого приема.</p>

Руководитель сборов
Руководитель военно-патриотического направления
ГБОУ СОШ №2086

А.В. Демьяненко

« ___ » _____ 20__ г.

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

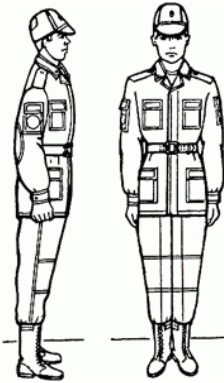
Для изучения команд: «Становись», «Равняйся», «Смирно», «Вольно», «Заправиться», «Отставить» и строевых приемов «Головные уборы (Головной убор) – СНЯТЬ (НАДЕТЬ)» руководитель занятия строит подразделение в одну шеренгу и, выйдя перед серединой строя, знакомит обучаемых с этими командами и приемами.

Команды «Становись», «Равняйся», «Смирно», «Вольно», «Заправиться» и «Отставить» изучаются в комплексе, также, как и приемы «Головные уборы (Головной убор) – СНЯТЬ (НАДЕТЬ)».

Последовательность изучения вопросов занятия может быть следующей:

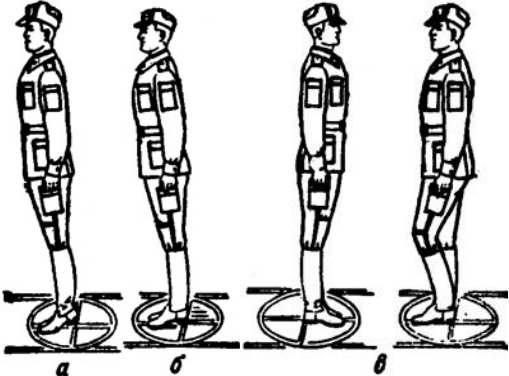
Изучение команд: Становись», «Равняйся», «Смирно», «Вольно», «Заправиться», «Отставить».

Последовательность обучения	Методические указания, действия руководителя занятия и обучаемых
I. Знакомит обучаемых со строевым приемом:	
1 Называет команды.	«Становись»; «Равняйся»; «Смирно»; «Вольно»; «Заправиться»; «Отставить».
2 Объясняет, где и в каких случаях эти команды применяются.	1. Команды «Становись» и «Смирно» применяются для принятия строевой стойки. Строевая стойка принимается в следующих случаях: – по команде; – при отдавании и получении приказа; – при докладе; – во время исполнения Государственного гимна Российской Федерации; – при выполнении воинского приветствия; – при подаче команд. 2. Команда «Равняйся» применяется при необходимости выровнять подразделение в строю на месте. 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. 4. Команда «Отставить» применяется в тех случаях, когда необходимо отменить или прекратить выполнение приема.
3 Доводит команды, по которым выполняются строевые приемы.	1. Строевая стойка принимается по команде «СТАНОВИСЬ» или «СМИРНО». 2. Для выравнивания подразделения в строю на месте подается команда «РАВНЯЙСЯ», а после поворота его кругом в команде указывается сторона равнения. Например: «Направо (Налево) - РАВНЯЙСЯ». 3. Чтобы стать свободно, ослабить в колене правую или левую ногу подается команда «ВОЛЬНО», а чтобы поправить оружие, об-

Последовательность обучения	Методические указания, действия руководителя занятия и обучаемых
	<p>мундирование 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>
<p>4 Образцово показывает выполнение команд в целом.</p>	<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.</p> <p>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 осуществляет показ приемов и с других сторон.</p> <p>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>5 Доводит порядок выполнения команд согласно требованиям Строевого устава.</p>	<div style="text-align: center;">  <p>Строевая стойка</p> </div> <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 «РАВНЯЙСЬ» все, кроме правого флангового военнослужащего, поворачивают голову направо (правое ухо выше лево-</p>

Последовательность обучения	Методические указания, действия руководителя занятия и обучаемых						
	<p>го, подбородок приподнят) и выравниваются так, чтобы каждый видел грудь четвертого человека, считая себя первым. По команде «Налево - РАВНЯЙСЬ» 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>6 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. <p>Для показа каждого подготовительного упражнения руководитель командует: «Показываю. Команду подаю себе. Смотрите».</p> <p>Подает команду на выполнение очередного приема по разделениям, показывает прием в медленном темпе, кратко поясняет свои действия и порядок выполнения приема.</p> <table border="1" data-bbox="518 1653 1437 2047"> <thead> <tr> <th colspan="2" data-bbox="518 1653 1005 1742">Подготовительное упражнение № 1</th> <th data-bbox="1005 1653 1437 1742">Сведение носков и развертывание их на ширину ступни на два счета</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="518 1742 750 2047"> <p>Цель: научить безошибочно и без наклона головы вниз ставить носки ног на ширину ступни</p> </td> <td data-bbox="750 1742 1005 2047"> <p>Команды: «Носки свести, делай – РАЗ, носки развести, делай – ДВА».</p> </td> <td data-bbox="1005 1742 1437 2047"> <p>Свести носки ног вместе. Развести носки ног на ширину ступни, при этом стоять прямо, без напряжения, голову держать высоко и прямо, не выставляя подбородка, смотреть прямо перед собой.</p> </td> </tr> </tbody> </table>	Подготовительное упражнение № 1		Сведение носков и развертывание их на ширину ступни на два счета	<p>Цель: научить безошибочно и без наклона головы вниз ставить носки ног на ширину ступни</p>	<p>Команды: «Носки свести, делай – РАЗ, носки развести, делай – ДВА».</p>	<p>Свести носки ног вместе. Развести носки ног на ширину ступни, при этом стоять прямо, без напряжения, голову держать высоко и прямо, не выставляя подбородка, смотреть прямо перед собой.</p>
Подготовительное упражнение № 1		Сведение носков и развертывание их на ширину ступни на два счета					
<p>Цель: научить безошибочно и без наклона головы вниз ставить носки ног на ширину ступни</p>	<p>Команды: «Носки свести, делай – РАЗ, носки развести, делай – ДВА».</p>	<p>Свести носки ног вместе. Развести носки ног на ширину ступни, при этом стоять прямо, без напряжения, голову держать высоко и прямо, не выставляя подбородка, смотреть прямо перед собой.</p>					

Последовательность обучения	Методические указания, действия руководителя занятия и обучаемых								
	<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> <table border="1" data-bbox="518 472 1423 1081"> <thead> <tr> <th data-bbox="518 472 1007 595">Подготовительное упражнение № 2</th> <th data-bbox="1007 472 1423 595">Приподнимание груди с подачей корпуса несколько вперед с разворачиванием плеч и опусканием рук посередине бедер</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="518 595 746 1081"> <p>Цель: закрепить навыки в принятии корпусом тела положения как при строевой стойки.</p> </td> <td data-bbox="746 595 1423 1081"> <p>Команды: «Грудь приподнять, живот подобрать, плечи развернуть, корпус тела подать вперед, делай - РАЗ, делай - ДВА».</p> <p>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 положение «вольно».</p> </td> </tr> </tbody> </table> <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> <table border="1" data-bbox="518 1462 1423 1921"> <thead> <tr> <th data-bbox="518 1462 1007 1525">Подготовительное упражнение № 3</th> <th data-bbox="1007 1462 1423 1525">Приподнимание тела на носках ног и опускание на всю ступню</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="518 1525 746 1921"> <p>Цель: Научиться переносить центр тяжести тела с пятки к носкам.</p> </td> <td data-bbox="746 1525 1423 1921"> <p>Команды: «Тело подать вперед, приподняться на носках, делай - РАЗ, делай - ДВА, делай - ТРИ».</p> <p>Приподняться на носки (рис. а).</p> <p>Не изменяя наклона корпуса, опуститься на всю ступню (рис. б), сохраняя положения тела</p> <p>Принять положение «вольно».</p> </td> </tr> </tbody> </table> <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 «ЗА-</p>	Подготовительное упражнение № 2	Приподнимание груди с подачей корпуса несколько вперед с разворачиванием плеч и опусканием рук посередине бедер	<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, делай - ДВА».</p> <p>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 положение «вольно».</p>	Подготовительное упражнение № 3	Приподнимание тела на носках ног и опускание на всю ступню	<p>Цель: Научиться переносить центр тяжести тела с пятки к носкам.</p>	<p>Команды: «Тело подать вперед, приподняться на носках, делай - РАЗ, делай - ДВА, делай - ТРИ».</p> <p>Приподняться на носки (рис. а).</p> <p>Не изменяя наклона корпуса, опуститься на всю ступню (рис. б), сохраняя положения тела</p> <p>Принять положение «вольно».</p>
Подготовительное упражнение № 2	Приподнимание груди с подачей корпуса несколько вперед с разворачиванием плеч и опусканием рук посередине бедер								
<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, делай - ДВА».</p> <p>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 положение «вольно».</p>								
Подготовительное упражнение № 3	Приподнимание тела на носках ног и опускание на всю ступню								
<p>Цель: Научиться переносить центр тяжести тела с пятки к носкам.</p>	<p>Команды: «Тело подать вперед, приподняться на носках, делай - РАЗ, делай - ДВА, делай - ТРИ».</p> <p>Приподняться на носки (рис. а).</p> <p>Не изменяя наклона корпуса, опуститься на всю ступню (рис. б), сохраняя положения тела</p> <p>Принять положение «вольно».</p>								

Последовательность обучения	Методические указания, действия руководителя занятия и обучаемых
	<p>ПРАВИТЬСЯ».</p>  <p>Изучение строевой стойки по элементам: а - проверка правильности положения корпуса; б - положение корпуса при строевой стойке; в - отличие строевой стойки от положения «вольно».</p>
II. Разучивает строевой прием:	
1 По разделениям:	<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 подразделение выстраивается в одну шеренгу с интервалом между обучаемыми 2-4 шага.</p> <p>Для построения подразделения 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>Упражнения по разделениям повторяются неоднократно до полного их усвоения.</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.</p> <p>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>
2 В целом:	<p>Для изучения строевых приемов в целом руководитель подает команды, например: «Отделение – «СТАНОВИСЬ», «РАВНЯЙСЬ»,</p>

Последовательность обучения	Методические указания, действия руководителя занятия и обучаемых
	<p>СМИРНО», а после правильного выполнения этих команды – «ВОЛЬНО» и «ЗАПРАВИТЬСЯ».</p> <p>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.</p> <p>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>III. Проводит тренировку выполнения строевого приема в составе подразделения:</p>	
	<p>Тренировку в выполнении приема в составе подразделения руководитель проводит по командам «СТАНОВИСЬ» или «СМИРНО», а также по любой другой предварительной команде.</p> <p>Приступая к тренировке, он подает команду «РАЗойДИСЬ», а затем, обозначив место построения, командует, например: «Отделение, в одну шеренгу (в две шеренги) – СТАНОВИСЬ».</p> <p>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».</p> <p>С началом построения руководитель выходит из строя и следит за действиями обучаемых, обращая внимание на быстроту занятия ими своего места в строю, на интервал, равнение и правильность выполнения строевой стойки, а затем подает команды «РАВНЯЙСЬ», СМИРНО».</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>Убедившись, что обучаемые приняли строевую стойку правильно, руководитель подает команду «ВОЛЬНО», а затем «ЗАПРАВИТЬСЯ» и следит, как выполняются эти команды.</p> <p>Тренировка продолжается до тех пор, пока изучаемые строевые приемы не будут отработаны до автоматизма.</p>

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

Последовательность обучения	Методические указания, действия руководителя занятия и обучаемых
I. Знакомит обучаемых со строевым приемом:	
1 Называет строевые приемы.	«Головные уборы (Головной убор) – СНЯТЬ (НАДЕТЬ)».
2 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.
3 Доводит команды, по которым выполняются строевые приемы.	Для снятия головных уборов (головного убора) подается команда «Головные уборы (головной убор) - СНЯТЬ», а для надевания - «Головные уборы (головной убор) - НАДЕТЬ».
4 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.</p> <p>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>
5 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> <div data-bbox="783 1574 1166 1951" style="text-align: center;"> </div> <p style="text-align: center;">Положение снятого головного убора: а – фуражки; б – фуражки полевой хлопчатобумажной; в – шапки-ушанки.</p>

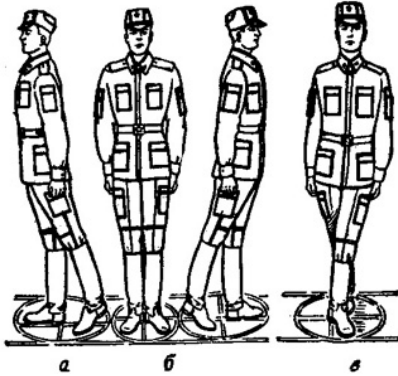
Последовательность обучения	Методические указания, действия руководителя занятия и обучаемых												
	<p>При необходимости одиночные военнослужащие головной убор снимают и надевают без команды.</p> <p>Снятый головной убор держится в левой свободно опущенной руке кокардой вперед.</p> <p>Без оружия 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>												
<p>6 Показывает строевые приемы в медленном темпе и по разделениям.</p>	<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 разделениям; одновременно с этим кратко поясняет свои действия.</p> <p>Для показа порядка выполнения приемов по разделениям руководитель командует: «Показываю. Команду подаю себе. Смотрите». Подает команду на выполнение очередного приема по разделениям, показывает прием в медленном темпе, кратко поясняет свои действия и порядок выполнения приема.</p> <div data-bbox="518 913 1437 1317" style="background-color: #f0f0f0; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">Снятие головного убора на три счета</p> <table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 33%;">Цель:</td> <td style="width: 33%;">Команды:</td> <td style="width: 33%;"></td> </tr> <tr> <td>Научит снимать различные головные уборы по разделениям.</td> <td>«Головной убор снять, по разделениям, делай – РАЗ, делай – ДВА, делай – ТРИ».</td> <td>Правой рукой взять головной убор (фуражки за козырек, шапку-ушанку за верхнюю часть правого клапана). Снять головной убор, опустить его на уровень поясного ремня и немного влево и передать в левую руку кокардой вперед. Левую руку с головным убором и правую руки опустить. Принять строевую стойку.</td> </tr> </table> </div> <div data-bbox="518 1339 1437 1675" style="background-color: #f0f0f0; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">Надевание головного убора на три счета</p> <table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 33%;">Цель:</td> <td style="width: 33%;">Команды:</td> <td style="width: 33%;"></td> </tr> <tr> <td>Научит надевать различные головные уборы по разделениям.</td> <td>«Головной убор надеть, по разделениям, делай – РАЗ, делай – ДВА, делай – ТРИ».</td> <td>Левую руку с головным убором поднять вперед к поясу и одновременно передать его в правую руку. Опустить левую руку и надеть головной убор на голову правой рукой. Резко опустить правую руку вниз. Принять строевую стойку.</td> </tr> </table> </div> <p>Далее под следующий счет «делай - РАЗ, делай – ДВА, делай – ТРИ» и т.д. приемы повторяются.</p>	Цель:	Команды:		Научит снимать различные головные уборы по разделениям.	«Головной убор снять, по разделениям, делай – РАЗ, делай – ДВА, делай – ТРИ».	Правой рукой взять головной убор (фуражки за козырек, шапку-ушанку за верхнюю часть правого клапана). Снять головной убор, опустить его на уровень поясного ремня и немного влево и передать в левую руку кокардой вперед. Левую руку с головным убором и правую руки опустить. Принять строевую стойку.	Цель:	Команды:		Научит надевать различные головные уборы по разделениям.	«Головной убор надеть, по разделениям, делай – РАЗ, делай – ДВА, делай – ТРИ».	Левую руку с головным убором поднять вперед к поясу и одновременно передать его в правую руку. Опустить левую руку и надеть головной убор на голову правой рукой. Резко опустить правую руку вниз. Принять строевую стойку.
Цель:	Команды:												
Научит снимать различные головные уборы по разделениям.	«Головной убор снять, по разделениям, делай – РАЗ, делай – ДВА, делай – ТРИ».	Правой рукой взять головной убор (фуражки за козырек, шапку-ушанку за верхнюю часть правого клапана). Снять головной убор, опустить его на уровень поясного ремня и немного влево и передать в левую руку кокардой вперед. Левую руку с головным убором и правую руки опустить. Принять строевую стойку.											
Цель:	Команды:												
Научит надевать различные головные уборы по разделениям.	«Головной убор надеть, по разделениям, делай – РАЗ, делай – ДВА, делай – ТРИ».	Левую руку с головным убором поднять вперед к поясу и одновременно передать его в правую руку. Опустить левую руку и надеть головной убор на голову правой рукой. Резко опустить правую руку вниз. Принять строевую стойку.											
<p>II. Разучивает строевой прием:</p>													
<p>1 По разделениям:</p>	<p>Показав порядок отработки строевых приемов по разделениям, руководитель приступает к их тренировке, для этого подает команды, например: «Отделение – СМИРНО», «Головные уборы снять, по разделениям: делай – РАЗ, делай – ДВА, делай – ТРИ», «Головной убор надеть, по разделениям: делай – РАЗ, делай – ДВА, делай – ТРИ».</p> <p>Руководитель находится перед строем подразделения, подает ко-</p>												

Последовательность обучения	Методические указания, действия руководителя занятия и обучаемых
	<p>манды 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.</p> <p>Для разучивания приемов подразделение выстраивается в одну шеренгу с интервалом между обучаемыми 2-4 шага.</p> <p>Для построения подразделения 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>Тренировка строевых приемов по разделениям повторяются неоднократно до полного их усвоения.</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.</p> <p>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>
2	<p>В целом:</p> <p>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».</p> <p>Тренировка строевых приемов повторяются неоднократно до полного их усвоения.</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.</p> <p>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.</p>
III. Проводит тренировку выполнения строевого приема в составе подразделения:	
	<p>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».</p> <p>Разучивание строевых приемов осуществляет по методике изложенной выше, а тренировка повторяются неоднократно до полного усвоения приемов.</p> <p>Если в ходе тренировки допускается ошибка одним или несколькими обучаемыми, руководитель прекращает тренировку коман-</p>

Последовательность обучения	Методические указания, действия руководителя занятия и обучаемых
	дой «ОТСТАВИТЬ» и вновь показывает порядок выполнения приема, после чего возобновляет выполнение приема от начала.

2. Повороты на месте

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:

Последовательность обучения	Методические указания, действия руководителя занятия и обучаемых
I. Знакомит обучаемых со строевым приемом:	
1	Называет строевой прием. Повороты на месте: «направо», «пол-оборота направо», «налево», «пол-оборота налево», «кругом».
2	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. Повороты на месте подразделениями выполняются: – на занятиях; – во время построений и передвижений.
3	Доводит команды, по которым выполняется строевой прием. Повороты на месте выполняются по командам: «Напра-ВО», «Пол-оборота напра-ВО», «Нале-ВО», «Пол-оборота нале-ВО», «Кру-ГОМ».
4	Образцово показывает выполнение строевого приема в целом. Для показа строевых приемов руководитель командует: «Показываю. Команду подаю себе. Смотрите». 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 «кругом». Последовательно поворачиваясь к строю левым и правым боком осуществляет показ поворотов со всех сторон.
	 <p>Положение ног при повороте: а – направо; б – налево; в - кругом</p>
	Руководитель может вызвать для показа строевых приемов наибо-

Последовательность обучения	Методические указания, действия руководителя занятия и обучаемых						
	<p>лее подготовленного сержанта или солдата подразделения. В этом случае сержант (солдат) выполняют повороты на месте по его команде.</p>						
<p>5 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. <p>Повороты выполняются в два приема:</p> <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>6 Показывает приемы в медленном темпе по разделениям.</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> <div style="background-color: #e0e0e0; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p style="text-align: center;">Выполнение поворота направо по разделениям на два счета</p> <table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 33%; vertical-align: top;"> <p>Цель: отработать поворот направо по разделениям.</p> </td> <td style="width: 33%; vertical-align: top;"> <p>Команды: «Направо, по разделениям, делай – РАЗ,</p> </td> <td style="width: 33%; vertical-align: top;"> <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> </td> </tr> </table> <p style="text-align: center; margin-top: 10px;">делай – ДВА».</p> <p style="text-align: right; margin-top: 10px;">Кратчайшим путем приставить сзади стоящую ногу, не сгибая ее в коленях так, чтобы каблуки были вместе, а носки развернуты на ширину ступни.</p> </div> <div style="background-color: #e0e0e0; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p style="text-align: center;">Выполнение поворота налево по разделениям на два счета</p> <table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 33%; vertical-align: top;"> <p>Цель: отработать поворот налево по разделениям.</p> </td> <td style="width: 33%; vertical-align: top;"> <p>Команды: «Налево, по разделениям, делай – РАЗ,</p> </td> <td style="width: 33%; vertical-align: top;"> <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 те-</p> </td> </tr> </table> </div>	<p>Цель: отработать поворот направо по разделениям.</p>	<p>Команды: «Направо, по разделениям, 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>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 те-</p>
<p>Цель: отработать поворот направо по разделениям.</p>	<p>Команды: «Направо, по разделениям, 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>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 те-</p>					

Последовательность обучения	Методические указания, действия руководителя занятия и обучаемых															
	<table border="1" data-bbox="518 226 1425 656"> <tr> <td data-bbox="518 226 751 504"></td> <td data-bbox="751 226 1018 504"></td> <td data-bbox="1018 226 1425 504">ла 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.</td> </tr> <tr> <td data-bbox="518 504 751 656"></td> <td data-bbox="751 504 1018 656">делай – ДВА».</td> <td data-bbox="1018 504 1425 656">Кратчайшим путем приставить сзади стоящую ногу, не сгибая ее в коленях так, чтобы каблуки были вместе, а носки развернуты на ширину ступни</td> </tr> </table> <p data-bbox="518 683 1425 828">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).</p> <table border="1" data-bbox="518 855 1425 1527"> <thead> <tr> <th colspan="3" data-bbox="518 855 1425 884">Выполнение поворота кругом по разделениям на два счета</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="518 884 751 1377">Цель: отработать поворот кругом по разделениям.</td> <td data-bbox="751 884 1018 1377">Команды: «Кругом, по разделениям, делай – РАЗ,</td> <td data-bbox="1018 884 1425 1377">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 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.</td> </tr> <tr> <td data-bbox="518 1377 751 1527"></td> <td data-bbox="751 1377 1018 1527">делай – ДВА»</td> <td data-bbox="1018 1377 1425 1527">Кратчайшим путем приставить сзади стоящую ногу, не сгибая ее в коленях так, чтобы каблуки были вместе, а носки развернуты на ширину ступни</td> </tr> </tbody> </table> <p data-bbox="518 1554 1425 1771">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 data-bbox="518 1778 1425 1921">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>			ла 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.		делай – ДВА».	Кратчайшим путем приставить сзади стоящую ногу, не сгибая ее в коленях так, чтобы каблуки были вместе, а носки развернуты на ширину ступни	Выполнение поворота кругом по разделениям на два счета			Цель: отработать поворот кругом по разделениям.	Команды: «Кругом, по разделениям, 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 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.		делай – ДВА»	Кратчайшим путем приставить сзади стоящую ногу, не сгибая ее в коленях так, чтобы каблуки были вместе, а носки развернуты на ширину ступни
		ла 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.														
	делай – ДВА».	Кратчайшим путем приставить сзади стоящую ногу, не сгибая ее в коленях так, чтобы каблуки были вместе, а носки развернуты на ширину ступни														
Выполнение поворота кругом по разделениям на два счета																
Цель: отработать поворот кругом по разделениям.	Команды: «Кругом, по разделениям, 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 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.														
	делай – ДВА»	Кратчайшим путем приставить сзади стоящую ногу, не сгибая ее в коленях так, чтобы каблуки были вместе, а носки развернуты на ширину ступни														
II. Разучивает строевой прием:																
1 По разделениям:	Разучивание поворотов на месте по разделениям руководитель проводит в разомкнутом одношереножном строю по мере показа этих приемов. Он находится перед строем подразделения, подает															

Последовательность обучения	Методические указания, действия руководителя занятия и обучаемых
	<p>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.</p> <p>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>
2 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.</p> <p>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>
III. Проводит тренировку выполнения строевого приема в составе подразделения:	
	<p>Тренировку в выполнении поворотов на месте в составе подразделения руководитель проводит по тем же командам, что и при отработке предыдущего вопроса.</p> <p>Тренировка строевых приемов будет более эффективной, если обучаемые будут выполнять их под собственный счет вслух и по себя.</p> <p>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.</p> <p>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» и</p>

Последовательность обучения	Методические указания, действия руководителя занятия и обучаемых
	<p>т.д. обучаемые выполняют поворот в целом, считая про себя «РАЗ-ДВА».</p> <p>Порядок устранения ошибок, допущенных одиночными обучаемыми или основной массой обучаемых осуществлять, руководствуясь методическими рекомендациями изложенными выше.</p> <p>Тренировка продолжается до тех пор, пока изучаемый строевой прием не будет отработан до автоматизма.</p>

3. Движение строевым шагом

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:

Последовательность обучения	Методические указания, действия руководителя занятия и обучаемых
I. Знакомит обучаемых со строевым приемом:	
1 Называет строевой прием.	Движение строевым шагом.
2 Объясняет, где и в каких случаях этот строевой прием применяется.	<p>Строевой шаг применяется:</p> <ul style="list-style-type: none"> – 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.
3 Доводит команды, по которым выполняется строевой прием.	Движение строевым шагом начинается по команде «Строевым шагом - МАРШ» (в движении «Строевым - МАРШ»).
4 Образцово показывает выполнение строевого приема в целом.	<p>Образцовый показ строевого шага руководитель осуществляет так, чтобы обучаемые имели возможность видеть этот прием с различных направлений.</p> <div style="text-align: center;">  </div> <p style="text-align: center;">Движение строевым шагом</p>

Последовательность обучения	Методические указания, действия руководителя занятия и обучаемых							
	<p>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.</p> <p>Пройдя до конца развернутого строя подразделения, он останавливается и снова по команде «Строевым шагом - МАРШ» движется вдоль строя до противоположного фланга.</p> <p>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>							
5	<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> <ul style="list-style-type: none"> – подать корпус несколько вперед, перенести тяжесть его больше на правую ногу, сохраняя устойчивость; – по исполнительной команде начать движение с левой ноги полным шагом. <p>При движении строевым шагом ногу с оттянутым вперед носком выносить на высоту 15-20 см от земли и ставить ее твердо на всю ступню.</p> <p>Руками, начиная от плеча, производить движения около тела:</p> <ul style="list-style-type: none"> – 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. <p>Пальцы рук полусогнуты, голову держать прямо, смотреть перед собой.</p>						
6	<p>Показывает подготовительные упражнения в медленном темпе по разделением.</p>	<p>Руководитель показывает порядок выполнения подготовительных упражнений, необходимых для закрепления отдельных элементов строевого шага перед его тренировкой.</p> <p>Последовательность показа этих упражнений может быть следующей:</p> <ul style="list-style-type: none"> – движение руками; – обозначение шага на месте; – движение строевым шагом на четыре счета; – движение строевым шагом на два счета. <p>Для показа каждого подготовительного упражнения руководитель командует: «Показываю. Команду подаю себе. Смотрите».</p> <p>Подает команду на выполнение очередного упражнения, показывает порядок его выполнения в медленном темпе, кратко поясняет свои действия и порядок выполнения приема.</p> <table border="1" data-bbox="520 1955 1437 2074"> <thead> <tr> <th colspan="2" data-bbox="520 1955 1018 2018">Подготовительное упражнение № 1</th> <th data-bbox="1018 1955 1437 2018">Движение руками на 2 счета</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="520 2018 751 2074">Цель: отработать на-</td> <td data-bbox="751 2018 1018 2074">Команды: «Движение руками,</td> <td data-bbox="1018 2018 1437 2074">Согнуть правую руку в локте,</td> </tr> </tbody> </table>	Подготовительное упражнение № 1		Движение руками на 2 счета	Цель: отработать на-	Команды: «Движение руками,	Согнуть правую руку в локте,
Подготовительное упражнение № 1		Движение руками на 2 счета						
Цель: отработать на-	Команды: «Движение руками,	Согнуть правую руку в локте,						

Последовательность обучения	Методические указания, действия руководителя занятия и обучаемых										
	<p>выки в движении руками.</p>	<p>по разделениям на 2 счете делай – РАЗ, делай – ДВА».</p> <p>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. Произвести движение левой рукой вперед, а правой, начиная от плеча, назад до отказа.</p>									
<p>Далее под следующий счет «делай - РАЗ, делай - ДВА» и т.д. прием повторяется до команды «СТОЙ».</p>											
<table border="1"> <thead> <tr> <th data-bbox="520 779 751 842">Подготовительное упражнение № 2</th> <th colspan="2" data-bbox="751 779 1436 842">Обозначение шага на месте</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="520 842 751 1417"> <p>Цель: отработать координацию движения рук и ног при шаге на месте.</p> </td> <td data-bbox="751 842 1023 1417"> <p>Команды: «Движение руками с шагом на месте, делай – РАЗ, делай – ДВА».</p> </td> <td data-bbox="1023 842 1436 1417"> <p>Поднять левую ногу на 15–20 см от земли вверх, а руками произвести движение: правой – вперед, а левой – назад.</p> <div data-bbox="1034 1025 1166 1330" data-label="Image"> </div> <p>Шаг на месте</p> </td> </tr> <tr> <td data-bbox="520 1417 751 1570"></td> <td data-bbox="751 1417 1023 1570"> <p>делай – ДВА».</p> </td> <td data-bbox="1023 1417 1436 1570"> <p>Правую ногу поднять вверх, левую - поставить на землю на всю ступню, а руками произвести взмах: левой - вперед, а правой – назад.</p> </td> </tr> </tbody> </table>			Подготовительное упражнение № 2	Обозначение шага на месте		<p>Цель: отработать координацию движения рук и ног при шаге на месте.</p>	<p>Команды: «Движение руками с шагом на месте, делай – РАЗ, делай – ДВА».</p>	<p>Поднять левую ногу на 15–20 см от земли вверх, а руками произвести движение: правой – вперед, а левой – назад.</p> <div data-bbox="1034 1025 1166 1330" data-label="Image"> </div> <p>Шаг на месте</p>		<p>делай – ДВА».</p>	<p>Правую ногу поднять вверх, левую - поставить на землю на всю ступню, а руками произвести взмах: левой - вперед, а правой – назад.</p>
Подготовительное упражнение № 2	Обозначение шага на месте										
<p>Цель: отработать координацию движения рук и ног при шаге на месте.</p>	<p>Команды: «Движение руками с шагом на месте, делай – РАЗ, делай – ДВА».</p>	<p>Поднять левую ногу на 15–20 см от земли вверх, а руками произвести движение: правой – вперед, а левой – назад.</p> <div data-bbox="1034 1025 1166 1330" data-label="Image"> </div> <p>Шаг на месте</p>									
	<p>делай – ДВА».</p>	<p>Правую ногу поднять вверх, левую - поставить на землю на всю ступню, а руками произвести взмах: левой - вперед, а правой – назад.</p>									
<p>Далее под следующий счет «делай - РАЗ, делай - ДВА» и т.д. прием повторяется до команды «СТОЙ».</p>											
<table border="1"> <thead> <tr> <th data-bbox="520 1691 751 1753">Подготовительное упражнение № 3</th> <th colspan="2" data-bbox="751 1691 1436 1753">Движение строевым шагом на 4 счета</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="520 1753 751 2049"> <p>Цель: привить первичные навыки в правильном выполнении строевого шага с паузой.</p> </td> <td data-bbox="751 1753 1023 2049"> <p>Команды: «Строевым шагом, по разделениям на четыре счета, шагом – МАРШ: РАЗ,</p> </td> <td data-bbox="1023 1753 1436 2049"> <p>По предварительной команде «шагом» подать корпус несколько вперед, перенести тяжесть тела больше на правую ногу, сохраняя устойчивость (рис. а). По исполнительной команде «МАРШ» и по счету «РАЗ» сделать с левой ноги полный шаг. Вынести ногу с оттянутым нос-</p> </td> </tr> </tbody> </table>			Подготовительное упражнение № 3	Движение строевым шагом на 4 счета		<p>Цель: привить первичные навыки в правильном выполнении строевого шага с паузой.</p>	<p>Команды: «Строевым шагом, по разделениям на четыре счета, шагом – МАРШ: РАЗ,</p>	<p>По предварительной команде «шагом» подать корпус несколько вперед, перенести тяжесть тела больше на правую ногу, сохраняя устойчивость (рис. а). По исполнительной команде «МАРШ» и по счету «РАЗ» сделать с левой ноги полный шаг. Вынести ногу с оттянутым нос-</p>			
Подготовительное упражнение № 3	Движение строевым шагом на 4 счета										
<p>Цель: привить первичные навыки в правильном выполнении строевого шага с паузой.</p>	<p>Команды: «Строевым шагом, по разделениям на четыре счета, шагом – МАРШ: РАЗ,</p>	<p>По предварительной команде «шагом» подать корпус несколько вперед, перенести тяжесть тела больше на правую ногу, сохраняя устойчивость (рис. а). По исполнительной команде «МАРШ» и по счету «РАЗ» сделать с левой ноги полный шаг. Вынести ногу с оттянутым нос-</p>									

Последовательность обучения	Методические указания, действия руководителя занятия и обучаемых										
		<p>ком на высоту 15–20 см от земли (рис. б) 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 (рис. в). 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>  <p>Движение строевым шагом на 4 (2) счета: а – положение перед началом движения; б – начало движения (первый шаг); в – положение по окончании первого шага</p> <p>два, три, четыре».</p> <p>Сделать выдержку, устраняя в это время допущенные ошибки.</p>									
	<p>Далее под следующий счет «РАЗ, два, три, четыре» и т.д. прием повторяется до команды «СТОЙ».</p> <table border="1" data-bbox="520 1361 1437 2065"> <thead> <tr> <th colspan="2" data-bbox="520 1361 1050 1424">Подготовительное упражнение № 4</th> <th data-bbox="1050 1361 1437 1424">Движение строевым шагом на 2 счета</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="520 1424 799 2007"> <p>Цель: совершенствовать первичные навыки в правильном выполнении приема с сокращенной паузой.</p> </td> <td data-bbox="799 1424 1050 2007"> <p>Команды: «Строевым шагом, по разделениям на 2 счета, шагом – МАРШ: РАЗ,</p> </td> <td data-bbox="1050 1424 1437 2007"> <p>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 (рис. б) 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 (рис. в). 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> </td> </tr> <tr> <td data-bbox="520 2007 799 2065"></td> <td data-bbox="799 2007 1050 2065"> <p>ДВА».</p> </td> <td data-bbox="1050 2007 1437 2065"> <p>Сделать выдержку, устраняя в это время допущенные ошиб-</p> </td> </tr> </tbody> </table>		Подготовительное упражнение № 4		Движение строевым шагом на 2 счета	<p>Цель: совершенствовать первичные навыки в правильном выполнении приема с сокращенной паузой.</p>	<p>Команды: «Строевым шагом, по разделениям на 2 счета, шагом – МАРШ: РАЗ,</p>	<p>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 (рис. б) 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 (рис. в). 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>		<p>ДВА».</p>	<p>Сделать выдержку, устраняя в это время допущенные ошиб-</p>
Подготовительное упражнение № 4		Движение строевым шагом на 2 счета									
<p>Цель: совершенствовать первичные навыки в правильном выполнении приема с сокращенной паузой.</p>	<p>Команды: «Строевым шагом, по разделениям на 2 счета, шагом – МАРШ: РАЗ,</p>	<p>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 (рис. б) 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 (рис. в). 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>									
	<p>ДВА».</p>	<p>Сделать выдержку, устраняя в это время допущенные ошиб-</p>									

Последовательность обучения	Методические указания, действия руководителя занятия и обучаемых
	ки. Далее под следующий счет «РАЗ, ДВА» и т.д. прием повторяется до команды «СТОЙ».
II. Разучивает строевой прием:	
1 По разделением:	<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.</p> <p>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>
2 В целом:	<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.</p> <p>Сначала движение строевым шагом осуществляется с темпом 50-60 шагов в минуту, постепенно темп движения наращивается до</p>

Последовательность обучения	Методические указания, действия руководителя занятия и обучаемых
	<p>110–120 шагов.</p> <p>Для исправления ошибок руководитель с полного темпа движения строевым шагом может снова перейти к движению по разделением на четыре или два счета, добиваясь устранения недостатков.</p> <p>Обучение может проводиться по командам и под счет руководителя, самостоятельно под счет обучаемых, а также под барабан.</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.</p> <p>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>III. 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 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.</p> <p>Если обучаемые при движении строевым шагом как бы подпрыгивают, руководитель также указывает на эту ошибку и требует, чтобы он переносили тяжесть тела с ноги на ногу равномерно, а не рывками.</p> <p>В процессе тренировки руководитель следит за тем, чтобы обучаемые при движении не допускали заноса одной ноги за другую.</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.</p> <p>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>Тренировка продолжается до тех пор, пока изучаемый строевой</p>

Последовательность обучения	Методические указания, действия руководителя занятия и обучаемых
	прием не будет отработан до автоматизма.