# ТРЕНАЖНАЯ КАРТА

## НА УЧЕБНОЕ МЕСТО: «Переползания»

**Цель тренировки:**

* Совершенствовать навыки юнармейцев в переползании в ходе «боя» на получетвереньках, на боку и по-пластунски;
* Проверить и оценить выполнение отработанных строевых приемов.

**Время:** 60 минут.

**Место занятия:** Строевой плац.

**Материальное обеспечение:**

* Стрелковое оружие на каждого обучаемого (макеты);
* Оборудование тактического поля.

### порядок проведения тренировки

| **№ п.п.** | **Действия руководителя тренировки** | **Действия обучаемых** | **Характерныеошибки** |
| --- | --- | --- | --- |
| 1. | Строю подразделение в развернутый одношереножный строй. Для этого подаю команды: ***«Отделение (расчет), в одну шеренги – СТАНОВИСЬ».***Выхожу на середину строя и довожу, что в ходе боя широко применяются различные виды переползаний: на получетвереньках, на боку и по-пластунски.Довожу, что переползания выполняются отдельными военнослужащими по командам, например: ***«Рядовому Иванову, переползти к отдельному кусту, по-пластунски – ВПЕРЕД».*** Группа военнослужащих может осуществлять переползания по команде, например: ***«Рядовым Семенову и Ильину, переползти к насыпи, на получетвереньках – ВПЕРЕД»***. Подразделение может осуществлять переползания полным составом по команде, например: ***«Отделение, в направлении отдельного дерева, на рубеж дороги, по-пластунски - ВПЕРЕД».***Показываю порядок выполнения переползания различными способами, для чего командую: ***«Показываю. Команду подаю сам себе. Смотрите»,*** для принятия положения лежа подаю команду, например: ***«Сержанту Ефремов - ЛОЖИСЬ».*** Для выполнения переползания на получетвереньках командую, например: ***«Сержанту Ефремову, переползти к отдельному кусту, на боку – ВПЕРЕД»*** (**См. Рис. 1**).Для выполнения переползания на боку подаю команду, например: ***«Сержанту Ефремову, переползти к отдельному кусту, на получетвереньках – ВПЕРЕД»*** (**См. Рис. 2**).Для выполнения переползания по-пластунски командую, например: ***«Сержанту Ефремову, переползти к отдельному кусту, по-пластунски – ВПЕРЕД».*** (**См. Рис. 3**).Объясняю порядок выполнения каждого элемента изучаемого приема.В случае невозможности самому образцово показать порядок выполнения переползаний, вызываю для показа наиболее подготовленного юнармейца. В этом случае он выполняет переползания по моей команде. | Строятся на указанном мной месте (слева от меня) в одну шеренгу по штату (ранжиру).Наблюдают за действиями руководителя тренировки (наиболее подготовленного юнармейца), запоминают команды и порядок выполнения элементов переползаний различными способами. |  |
| 2. | Размыкаю отделение на 6-12 шагов междуюнармейцами. Для этого подаю команду, например: ***«Отделение вправо на шесть шагов – Разом-КНИСЬ».***Приступаю к тренировке. По моей команде переползания выполняют сначала отдельные юнармейцы, затем одновременно несколько юнармейцев, а в конце тренировки – подразделение в полном составе.Для этого в первом случае подаю команду, например: ***«Юнармейцу Иванову, переползти к отдельному кусту, на боку – ВПЕРЕД»***, во втором случае - например: ***«Юнармейцам Семенову и Ильину, переползти к насыпи, на получетвереньках – ВПЕРЕД»,*** в третьем случае - например: ***«Отделение, в направлении отдельного дерева, на рубеж дороги, по-пластунски - ВПЕРЕД»****.*Оцениваю выполнение отработанного строевого приема и заполняю карточку контроля.По команде руководителя тренировки приступаю к отработке следующего вопроса тренировки. | Обучаемые размыкаются.При переползании **на боку**:* ложатся на левый бок, берут оружие правой рукой за цевье и ствольную накладку; подтягивают левую согнутую в колене ногу вперед, опираются на предплечье левой руки, одновременно правой ногой каблуком упираются в землю как можно ближе к себе; оружие ложат на бедро левой ноги; разгибая правую ногу, передвигают тело вперед, не изменяя положения левой ноги.

При переползании **на получетвереньках**.* встают на колени и опираются на предплечья или кисти рук, удерживая оружие правой рукой у верхней антабки; подтягивают согнутую правую (левую) ногу под грудь, одновременно вытягивают левую (правую) руку; передвигают тело вперед до полного выпрямления правой (левой) ноги, одновременно подтягивают под себя другую согнутую ногу и вытягивают вперед другую руку.

При переползании **по-пластунски**:* берут оружие правой рукой за ремень у верхней антабки и ложат его на предплечье правой руки; колено правой (левой) ноги подтягивают как можно дальше вперед и несколько в сторону, одновременно вытягивают левую (правую) руку как можно дальше вперед; согнутой ногой отталкиваются и передвигают тело вперед, одновременно подтягивают другую ногу и вытягивают другую руку.
 | При выполнении строевого приема допущены ошибки:1. голова и тело при переползании поднимаются высоко от земли;
2. неуставной способ переползания;
3. юнармеец не достиг указанного в команде места (рубежа);
4. при переползании не ведется постоянного наблюдения за действиями противника.
 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| D:\УЧИТЕЛЬ\ЮНАРМИЯ ДО\Редакция тетради Юнармейца\Рисунки Скобелиной\Отредактированные\Переползание3.jpg | D:\УЧИТЕЛЬ\ЮНАРМИЯ ДО\Редакция тетради Юнармейца\Рисунки Скобелиной\Отредактированные\Переползание2.jpg | D:\УЧИТЕЛЬ\ЮНАРМИЯ ДО\Редакция тетради Юнармейца\Рисунки Скобелиной\Отредактированные\Переползание1.jpg |
| Рис. 1. Переползание на боку | Рис. 2. Переползание на получетвереньках | Рис. 3. Переползание по-пластунски |