# ТРЕНАЖНАЯ КАРТА

## НА УЧЕБНОЕ МЕСТО: «Перебежки»

**Цель тренировки:**

* Совершенствовать навыки юнармейцев при выполнении перебежек на «поле боя»;
* Проверить и оценить выполнение отработанных строевых приемов.

**Время:** 60 минут.

**Место занятия:** Строевой плац.

**Материальное обеспечение:**

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

### порядок проведения тренировки

| **№ п.п.** | **Действия руководителя тренировки** | **Действия обучаемых** | **Характерные ошибки** |
| --- | --- | --- | --- |
| 1. | Перестраиваю подразделение в развернутый одношереножный строй. Для этого подаю команды: ***«Отделение (расчет), в одну шеренги – СТАНОВИСЬ».***  Выхожу на середину строя и довожу, что перебежки выполняются при передвижении военнослужащих на «поле боя». Перебежки выполняются отдельными военнослужащими по командам, например: ***«Рядовому Иванову, перебежать к отдельному кусту – ВПЕРЕД».*** Группа военнослужащих может осуществлять перебежки по команде, например: ***«Рядовые Семенов и Ильин, на рубеж открытия огня, перебежкой – ВПЕРЕД»***. Подразделение может осуществлять перебежку полным составом по команде, например: ***«Отделение, в направлении отдельного дерева, на рубеж дороги, перебежкой - ВПЕРЕД»****.*  Образцово показываю порядок выполнения приема, для чего на участке местности глубиной 300 м указываю ориентиры и командую: ***«Показываю. Команду подаю сам себе. Смотрите»,*** а для выполнения перебежки подаю команду, например - ***«Сержанту Ефремову, перебежать к отдельному кусту – ВПЕРЕД»*** Объясняю порядок выполнения каждого элемента изучаемого приема.  В случае невозможности самому образцово показать порядок выполнения перебежки, вызываю для показа наиболее подготовленного юнармейца. В этом случае он выполняет перебежку 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 перебежки. |  |
| 2. | Размыкаю отделение на 6-12 шагов междуюнармейцами. Для этого подаю команду, например: ***«Отделение вправо на шесть шагов – Разом-КНИСЬ».***  Для тренировки. по моей команде перебежки 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, перебежать к отдельному кусту – ВПЕРЕД»***, во втором случае - например: ***«Юнармейцы Семенов и Ильин, на рубеж открытия огня, перебежкой – ВПЕРЕД»,*** в третьем случае - например: ***«Отделение, в направлении отдельного дерева, на рубеж дороги, перебежкой - ВПЕРЕД»****.*  Слежу за действиями обучаемых и добиваюсь устранения допущенных ими ошибок.  Если один или несколько обучаемых выполняют прием или его элемент неправильно, подаю команду ***«ОТСТАВИТЬ»***, указываю на ошибку и подаю команду на повторение приема.  Если я замечаю общую ошибку, то останавливаю подразделение и показываю, как необходимо правильно выполнять строевой элемент, а затем продолжаю тренировку.  Оцениваю выполнение отработанного строевого приема и заполняю карточку контроля.  По команде руководителя тренировки приступаю к отработке следующего вопроса тренировки. | Обучаемые размыкаются на указанное количество шагов.  По предварительной команде **«Такому-то перебежать туда-то»** обучаемые намечают путь движения и укрытые места для передышки (яма, кочка и т. д.); по исполнительной команде **«Вперед»** быстро встают, как это делается по команде **«Встать»,** не приставляя сзади стоящей ноги, выносят ее вперед, одновременно выпрямляют другую ногу, и стремительно перебегают. Длина одной перебежки должна быть 20–40 шагов.  Оружие при перебежке держат как удобнее: автомат и ручной пулемет – в одной руке, при этом сошка у пулемета должна быть откинута.  При перебежке ноги выносят свободно, коленями вперед. С увеличением темпа бега, выше поднимают колени и энергичнее двигают рукой, не занятой оружием. Перед остановкой замедляют движение и, выставляя левую ногу немного вперед и влево, ставя ее на каблук, быстро залегают и отползают на локтях рук и на носках ног для передышки.  Достигнув указанного в команде рубежа, юнармейцы ложатся, применяясь к местности, отползают в сторону, изготавливаются к ведению огня и внимательно наблюдают за противником и местностью. | При выполнении строевого приема допущены ошибки:   1. длина перебежки между остановками менее (более) 20–40 шагов; 2. не использованы укрытые места для остановок; 3. военнослужащий после перебежки не отполз в сторону, не изготовился для ведения огня, не достиг указанного в команде места (рубежа). |

|  |  |
| --- | --- |
| 0011 | 0012 |
| Рис. 1. Последовательность выполнения команды «Встать» | Рис. 2. Последовательность выполнения команды «К бою» |