

ПЛАН-КОНСПЕКТ

Проведения занятия: по допризывной и медицинской подготовке

Тема: «Строевая стойка»

Занятие: 18-19

Цель занятия: Научить принятию строевой стойки, поворотам на месте. Воспитывать внимательность, дисциплинированность, собранность.

Время проведения: 45 мин.

Место: Спортивный зал

Класс: 10

№ п/п	Учебные вопросы	Время (мин)	Содержание занятия
1	2	3	4
1.	Вводная часть	5	Проверяю подготовленность места проведения занятия, наличие учащихся, их внешний вид, подготовку к занятию. Объявляю тему, цель и порядок проведения занятия.

Основная часть:

Строевая стойка . Строевая стойка принимается по команде "СТАНОВИСЬ".

По этой команде быстро стать в строй и стоять прямо, без напряжения, каблуки поставить вместе, а носки развернуть по линии фронта на ширину ступни; ноги в коленях выпрямить, но не напрягать; грудь приподнять, а всё 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. На месте по команде "СМИРНО" быстро принять строевую стойку и не шевелиться.

Положение "смирно" на месте принимается и без команды: во время исполнения Государственного гимна Республики Беларусь, при отдании и получении приказа, при рапорте и обращении военнослужащих друг к другу, во время воинского приветствия, а также при подаче команд.

По команде "ВОЛЬНО" стать свободно, ослабить в колене правую или левую ногу, но не сходить с места, не ослаблять внимания, не разговаривать.

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; разговаривать и курить -только по разрешению старшего командира. Перед командой "ЗАПРАВИТЬСЯ" подается команда "ВОЛЬНО".

Для снятия головных уборов подается команда "Головные уборы (головной убор) СНЯТЬ", а для надевания "Головные уборы (головной убор) НАДЕТЬ". При необходимости одиночные военнослужащие головной убор снимают и надевают без команды. Снятый головной убор держится в левой свободно опущенной руке звездой (кокардой) вперед.

Повороты на месте. Повороты на месте выполняются по командам: "Напра-ВО", "Пол-

оборота напра-ВО". "Нале-ВО", "Пол-оборота нале-ВО". "Кру-ГОМ".

Повороты кругом (на 1/2 круга), налево (на 1/4 круга), пол-оборота налево (на 1/8 круга) выполняются в сторону левой руки на левом каблуке и на правом носке; направо и пол-оборота направо в сторону правой руки на правом каблуке и на левом носке.

Повороты выполняются на два счета: по первому счету повернуться, сохраняя правильное положение корпуса, и, не сгибая ног в коленях, перенести тяжесть тела на впереди стоящую ногу, по второму счету кратчайшим путем приставить другую ногу.

3.	Заключительная часть	5	Отвечаю на возникшие вопросы. Подвожу итоги занятия. Задаю задание на дом.
----	----------------------	---	--

Руководитель занятия: учитель ДМП

А.О.Чернявский