Конспект ПЛАМЯ

17.11.2021

Тема 34. Выполнение команд «Становись», «Разойдись»

1. Ознакомьтесь с текстом
2. Посмотрите видео по ссылке [articles…komand-stanovis-smirno…](https://plankonspekt.ru/articles/izucheniye-komand-stanovis-smirno-volno-zapravitsya.html)

**2.1. Изучение команд: «Становись» («Смирно»), «Вольно», «Заправиться»**

[Главная страница](https://plankonspekt.ru/) > [Статьи](https://plankonspekt.ru/articles) > 2.1. Изучение команд: «Становись» («Смирно»), «Вольно», «Заправиться»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Последовательность обучения | | Методические указания,  действия руководителя занятия и обучаемых |
| **I. Знакомит обучаемых со строевым приемом:** | | |
| 1 | Называет команды | 1. «Становись»; 2. «Смирно»; 3. «Вольно»; 4. «Заправиться». |
| 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:   1. по команде; 2. при отдании и получении приказа; 3. при докладе; 4. во время исполнения Государственного гимна Российской Федерации; 5. при выполнении воинского приветствия; 6. при подаче команд.   2. 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. |
| 3 | Доводит команды, по которым выполняются строевые приемы | 1. Строевая стойка принимается по команде **«СТАНОВИСЬ»** или **«СМИРНО»**. 2. Чтобы стать свободно, ослабить в колене правую или левую ногу подается команда **«ВОЛЬНО»**, а чтобы поправить оружие, обмундирование и снаряжение в строю — **«ЗАПРАВИТЬСЯ»**. |
| 4 | Образцово показывает выполнение команд в целом | Командир показывает выполнение команд так, чтобы обучаемые видели их выполнение с различных сторон. Для этого при показе он поворачивается к строю левым, а затем правым боком и кругом. При личном показе руководитель командует: **«Показываю. Команды подаю себе. Смотрите»**. Сначала подает команду: **«СМИРНО»** или **«СТАНОВИСЬ»** и показывает выполнение этого приема. Затем поворачивается направо, по команде **«ВОЛЬНО»**ослабляет в колене правую или левую ногу, а по команде **«ЗАПРАВИТЬСЯ»** поправляет обмундирование. Снова по команде **«СМИРНО»** или **«СТАНОВИСЬ»** принимает строевую стойку. Таким же образом он осуществляет показ приемов и с других сторон.Руководитель может вызвать для показа строевых приемов наиболее подготовленного сержанта или солдата подразделения. В этом случае сержант (солдат) выполняет приемы по его командам. |
| 5 | Доводит порядок выполнения команд согласно требованиям Строевого устава | При выполнении команд **«СТАНОВИСЬ»** или **«СМИРНО»**необходимо:   1. стоять прямо, без напряжения, каблуки поставить вместе, носки выровнять по линии фронта, поставив их на ширину ступни; 2. ноги в коленях выпрямить, но не напрягать; 3. грудь приподнять, а все тело несколько подать вперед; 4. живот подобрать; плечи развернуть; 5. руки опустить так, чтобы кисти, обращенные ладонями внутрь, были сбоку и посредине бедер, а пальцы полусогнуты и касались бедра; 6. голову держать высоко и прямо, не выставляя подбородка; 7. смотреть прямо перед собой; быть готовым к немедленному действию.   Строевая стойкаСтроевая стойка  По команде **«ВОЛЬНО»**стать свободно, ослабить в  колене правую или левую ногу, но не сходить с места, не ослаблять внимания и 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.  Перед командой **«ЗАПРАВИТЬСЯ»**подается команда **«ВОЛЬНО».** |
| 6 | Показывает выполнение команд в медленном темпе и по разделениям | Закончив показ приемов в целом, и рассказав, как эти приемы выполняются, командир 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.  Подготовительные упражнения для выполнения команд **«СТАНОВИСЬ»** или **«СМИРНО»**рекомендуется отрабатывать в следующей последовательности:   1. сведение носков и развертывание их на ширину ступни на два счета; 2. приподнимание груди с подачей корпуса несколько вперед с развертыванием плеч и опусканием рук посередине бедер; 3. приподнимание тела на носках ног и опускание на всю ступню.   Для показа каждого подготовительного упражнения 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.   |  |  |  | | --- | --- | --- | | Подготовительное упражнение № 1 | | Сведение носков и развертывание их на ширину ступни на два счета | | Цель:  научить безошибочно и без наклона головы вниз ставить носки ног на ширину ступни | Команды:  «Носки свести, делай – РАЗ, | Свести носки ног вместе | | носки развести, делай – ДВА» | Развести носки ног на ширину ступни, при этом стоять прямо, без напряжения, голову держать высоко и прямо, не выставляя подбородка, смотреть прямо перед собой |   Далее под следующий счет **«делай — РАЗ, делай – ДВА** и т.д. прием повторяется до команды **«ОТСТАВИТЬ».**  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».**   |  |  |  | | --- | --- | --- | | Подготовительное упражнение № 2 | | Приподнимание груди с подачей корпуса несколько вперед с развертыванием плеч и опусканием рук посередине бедер | | Цель:  закрепить навыки в принятии корпусом тела положения как при строевой стойки | Команды:  «Грудь приподнять, живот подобрать, плечи развернуть, корпус тела подать вперед, делай — РАЗ, | Сделать глубокий вдох и в таком положении задержать грудную клетку, сделать выдох и продолжать дыхание с приподнятой грудью. Приподняв грудь, корпус тела следует немного подать вперед и подобрать живот, а плечи развернуть. Руки при этом опустить так, чтобы кисти, обращенные ладонями внутрь, были сбоку и посередине бедер, а пальцы полусогнуты и касались бедер | | принять первоначальное положение, делай – ДВА» | Принять положение «вольно» |   Далее под следующий счет **«делай — РАЗ, делай — два** и т.д. прием повторяется до команды **«ОТСТАВИТЬ»**.  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».**   |  |  |  | | --- | --- | --- | | >Подготовительное упражнение № 3 | | Приподнимание тела на носках ног и опускание на всю ступню | | Цель:  Научиться переносить центр тяжести тела с пяток к носкам | Команды:  «Тело подать вперед, приподняться на носках, делай — РАЗ | Приподняться на носки (рис. а) | | Медленно опуститься на всю ступню, не отклоняя тела назад, делай — ДВА, | Не изменяя наклона корпуса, опуститься на всю ступню (рис. б), сохраняя положения тела | | принять положение «вольно», делай — ТРИ» | Принять положение «вольно» |   Далее под следующий счет **«делай — РАЗ, делай — два, делай — три»** и т.д. прием повторяется до команды **«ОТСТАВИТЬ»**.  Изучение строевой стойки по элементамИзучение строевой стойки по элементам: а — проверка правильности положения корпуса; б — положение корпуса при строевой стойке; в — отличие строевой стойки от положения«вольно».  Закончив показ, он выполняет команду **«ВОЛЬНО»**, а затем **«ЗАПРАВИТЬСЯ».** |
| **II. Разучивает строевой прием:** | | |
| 1 | По разделениям | Разучивание подготовительных упражнений для закрепления отдельных элементов строевой стойки перед ее тренировкой и команд «вольно» и «заправиться» командир проводит по мере показа этих приемов. 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.Разучивание подготовительных упражнений осуществляет по методике изложенной выше.Для разучивания подготовительных упражнений и команд подразделение выстраивается в одну шеренгу с интервалом между военнослужащими 2-4 шага.Для построения подразделения командир 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.Упражнения по разделениям повторяются неоднократно до полного их усвоения.Заметив ошибку в выполнении приема одним из солдат, командир подходит к нему и, находясь рядом с ним, тренирует (обучает) его. Остальной личный состав отделения в это время продолжает тренировку самостоятельно, проверяя, насколько правильны их действия и не допущена ли ими такая же ошибка.Если в ходе разучивания одну и ту же ошибку допускают несколько обучаемых, командир прекращает тренировку командой **«ОТСТАВИТЬ»** (в движении **«СТОЙ»**) и вновь показывает порядок выполнения приема, после чего возобновляет выполнение приема от начала или от предыдущего счета. |
| 2 | В целом | Для изучения строевых приемов в целом командир подает команду, например: **«Отделение — СМИРНО»,** а после правильного выполнения этой команды – **«ВОЛЬНО»** и **«ЗАПРАВИТЬСЯ».** Заметив ошибку в выполнении приема одним из солдат, командир подходит к нему и, находясь рядом с ним, тренирует (обучает) его. Остальной личный состав отделения в это время продолжает тренировку самостоятельно, проверяя, насколько правильны их действия и не допущена ли ими такая же ошибка.Если в ходе разучивания одну и ту же ошибку допускают несколько обучаемых, командир прекращает тренировку командой **«ОТСТАВИТЬ»** (в движении **«СТОЙ»**) и вновь показывает порядок выполнения приема, после чего возобновляет выполнение приема от начала или от предыдущего счета. |
| **III. Проводит тренировку выполнения строевого приема в составе подразделения:** | | |
|  |  | Тренировку в выполнении приема в составе подразделения командир проводит по командам **«СТАНОВИСЬ»** или **«СМИРНО»,** а также по любой другой предварительной команде. Приступая к тренировке, он подает команду **«РАЗОЙДИСЬ»,** а затем, обозначив место построения, командует, например: **«Отделение, в одну шеренгу (в две шеренги) – СТАНОВИСЬ».**По предварительной команде **«Отделение»** все обучаемые немедленно поворачиваются лицом к командиру, принимают положение «смирно» и ждут следующей команды в готовности быстро и четко ее выполнить. Свое место в строю военнослужащие занимают по исполнительной команде **«СТАНОВИСЬ».**С началом построения командир 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.Чтобы проверить, правильно ли принята строевая стойка руководитель приказывает военнослужащим поднять носки ног. Если положение строевой стойки кем-либо было принято неправильно, то есть тело не было подано несколько вперед, то это действие будет выполнено легко.Для устранения этой ошибки руководитель приказывает военнослужащим, допустившим ошибку, подняться до отказа на носках, а затем, не изменяя положения туловища, то есть, оставив его несколько поданным вперед, опуститься на всю ступню. Если в этом случае положение строевой стойки принято правильно, то при повторном поднятии носков ног это действие выполнить будет невозможно.Убедившись, что обучаемые приняли строевую стойку правильно, командир подает команду **«ВОЛЬНО»**, а затем **«ЗАПРАВИТЬСЯ** и следит, как выполняются эти команды.Тренировка продолжается до тех пор, пока изучаемые строевые приемы не будет отработаны до автоматизма. |

***2.2.. 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 | Командир 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.  При личном показе руководитель командует: **«Показываю. Команды подаю себе. Смотрите»**.  Сначала подает команду: **«Головной убор** — **СНЯТЬ»** и показывает выполнение этого приема. Выполнив его, подает команду: **«Головной убор** — **НАДЕТЬ»** и надевает головной убор.  По команде **«ВОЛЬНО»**ослабляет в колене правую или левую ногу, а по команде **«ЗАПРАВИТЬСЯ»** поправляет головной убор. Затем поворачивается направо, командует себе и снова показывает выполнение вышеперечисленных строевых приемов. Таким же образом он осуществляет показ приемов и с других сторон.  Руководитель может вызвать для показа строевых приемов наиболее подготовленного сержанта или солдата подразделения. В этом случае сержант (солдат) выполняет строевые приемы по его командам.  Положение снятого головного убораПоложение снятого головного убора: а – фуражки; б – фуражки полевой хлопчатобумажной; в – шапки-ушанки |
| 5 | Доводит порядок выполнения строевого приема, согласно требованиям Строевого устава | 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 кокардой вперед.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. |
| 6 | Показывает строевые приемы в медленном темпе и по разделениям | Закончив показ приемов в целом, и рассказав, как эти приемы выполняются, командир показывает порядок снимания и надевания головного убора в комплексе в медленном темпе и по разделениям; одновременно с этим кратко поясняет свои действия.  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.   |  | | --- | |  | |