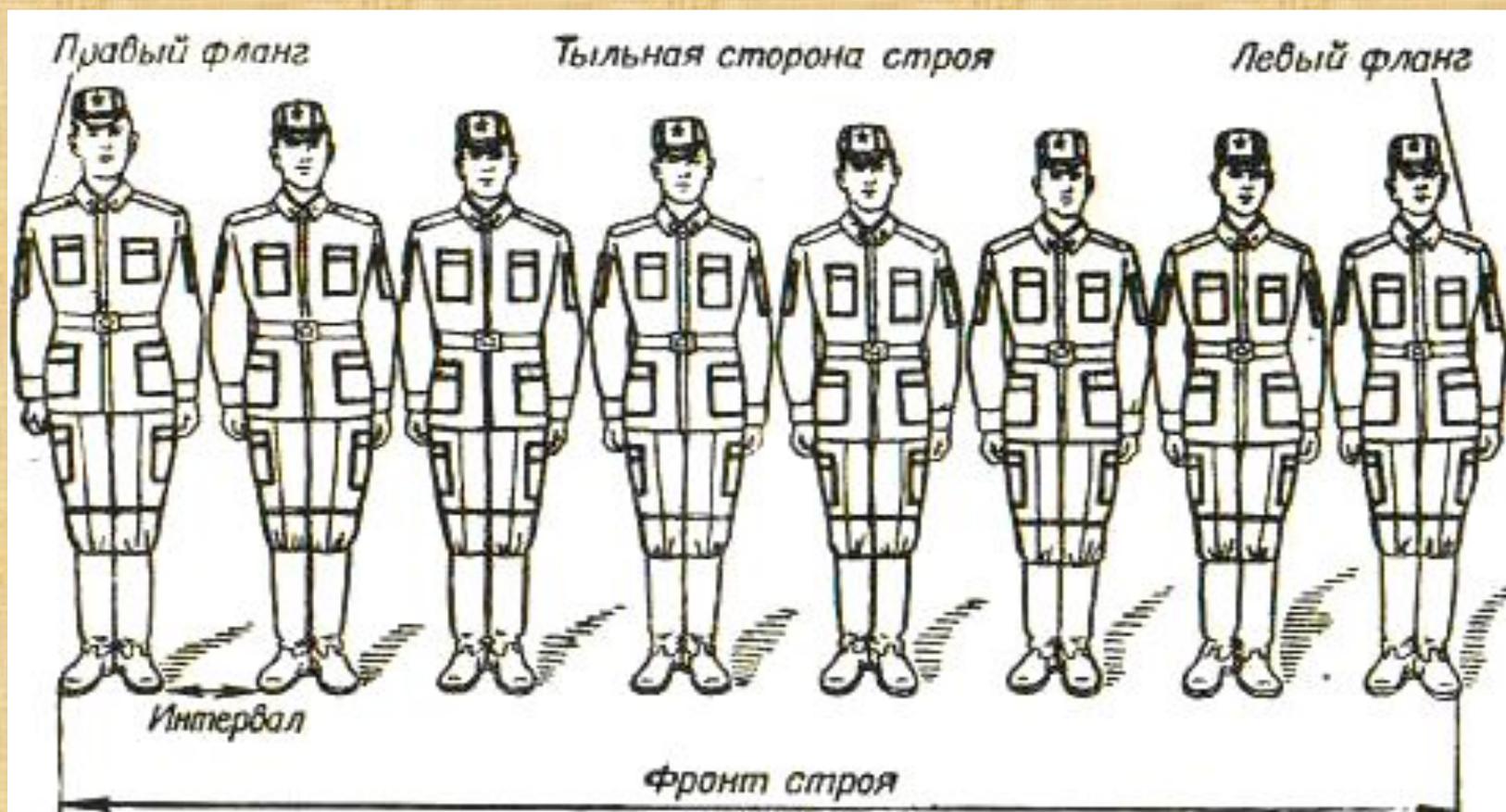


# Строевая подготовка



# Одношереножный строй (шеренга) и его элементы

**Строй** – установленное Уставом размещение военнослужащих, подразделений и частей для их совместных действий в пешем порядке и на машинах.



**Шеренга** – строй, в котором военнослужащие размещены один возле другого на одной линии.

Четыре человека и менее всегда строятся в одну шеренгу.

**Фланг** – правая (левая) оконечность строя. При поворотах строя названия флангов не изменяются.

**Фронт** – сторона строя, в которую военнослужащие обращены лицом.

**Тыльная сторона строя** – сторона, противоположная фронту.

**Интервал** – расстояние по фронту между военнослужащими, подразделениями и частями.

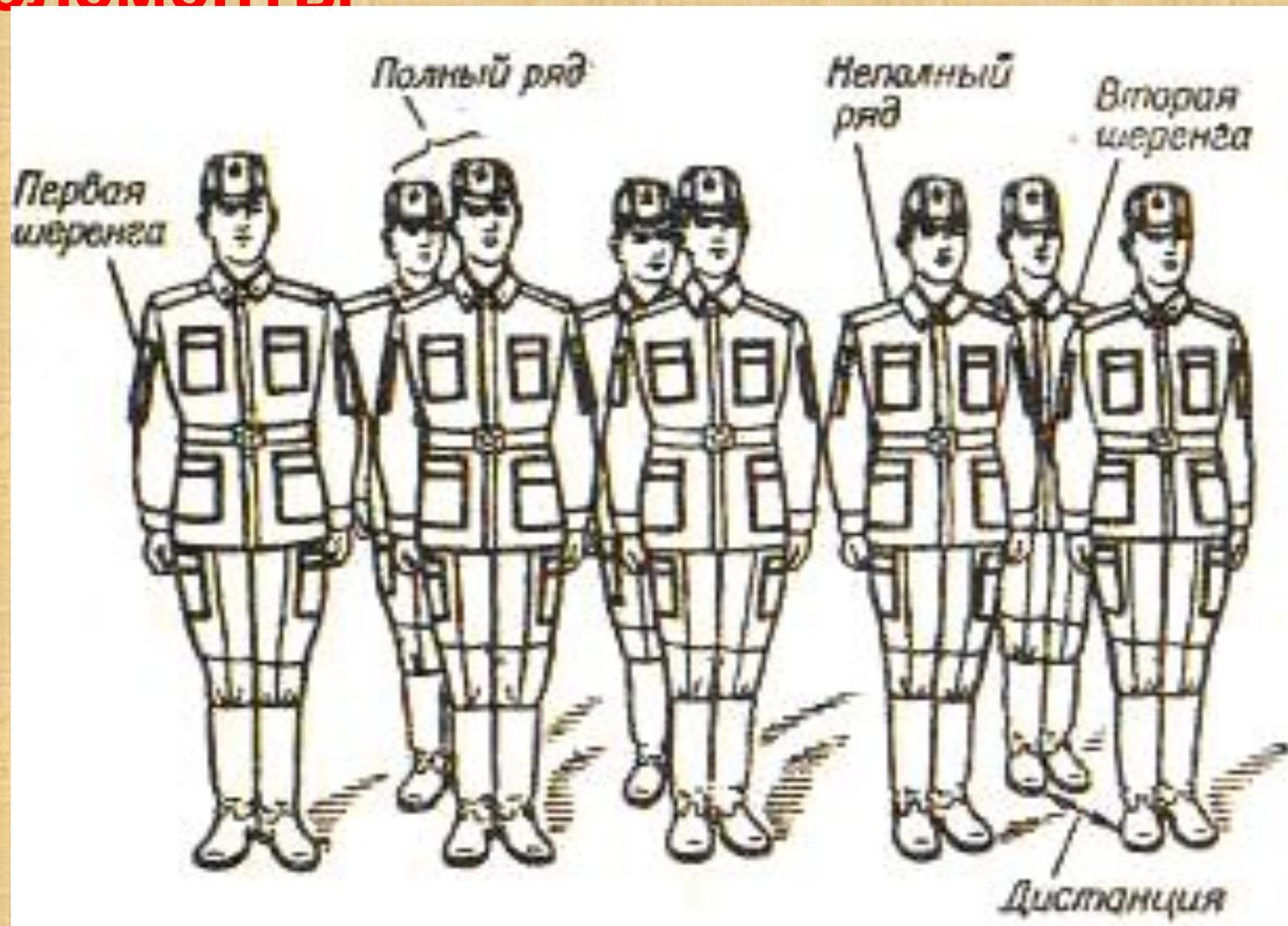
**Ширина строя** – расстояние между флангами.

# Двухшереножный строй

**Двухшереножный строй** это строй, в котором военнослужащие одной шеренги расположены в затылок военнослужащим другой шеренги на дистанции одного шага (вытянутой руки, наложенной ладонью на плечо впереди стоящего военнослужащего). Шеренги называются первой, и второй. При повороте строя названия шеренг не изменяются. После этого командир объясняет, показывает и дает определения: дистанции, строя, глубине строя, ряду.

**Дистанция** – расстояние в глубину между военнослужащими, подразделениями и частями.

# Двухшереножный строй и его элементы



**Глубина строя** – расстояние от первой шеренги (впереди стоящего военнослужащего) до последней шеренги (позади стоящего военнослужащего).

**Ряд** – два военнослужащих, стоящих в двухшереножном строю в затылок один другому. Если за военнослужащим первой шеренги не стоит в затылок военнослужащий второй шеренги, такой ряд называется неполным; последний ряд всегда должен быть полным.

При повороте двухшереножного строя кругом военнослужащие неполного ряда переходят во впереди стоящую шеренгу.

Одношереножный и двухшереножный строи могут быть сомкнутыми или разомкнутыми.

В сомкнутом строю, военнослужащие в шеренгах расположены по фронту один от другого на интервалах, равных ширине ладони между локтями.

# Одношереножный и двухшереножный строи могут быть сомкнутыми или разомкнутыми.

**В сомкнутом строю**, военнослужащие в шеренгах расположены по фронту один от другого на интервалах, равных ширине ладони между локтями.

**В разомкнутом строю** военнослужащие в шеренгах расположены по фронту один от другого на интервалах в один шаг или на интервалах, указанных командиром. Чтобы показать разомкнутый строй, командир размыкает двухшереножный строй и поясняет, что в разомкнутом строю обучаемые в шеренгах расположены по фронту один от другого на интервалах в один шаг или же на интервалах, указанных командиром. Затем командир ставит перед обучаемыми вопросы, проверяя, как они усвоили пройденный материал. Если обучаемые усвоили положения развернутого строя и его элементы, командир приступает к тренировке.

**Колонна** – строй, в котором военнослужащие расположены в затылок друг другу а подразделения – одно за другим на дистанциях, установленных Уставом или командиром.

Колонны могут быть по одному, по два, по три, по четыре и более. Колонны применяются для построения подразделений и частей в развернутый или походный строй.

Командир указывает, что отделение строится в колонну по одному, по два, взвод – по одному, по два, по три, а взвод из четырех отделений – в колонну по четыре.



# Походный

**Развернутый строй** – строй, в котором подразделения построены на одной линии по фронту в одношереножном или двухшереножном строю в линию колонн на интервалах, установленных Уставом или командиром.

Развернутый строй применяется для проведения проверок, расчетов, смотров, парадов, а также в других необходимых случаях.

**Походный строй** – строй, в котором подразделение построено в колонну или подразделения в колоннах построены одно – за другим на дистанциях, установленных Уставом или командиром. Походный строй применяется для передвижения подразделений при совершении марша, прохождения торжественным маршем, с песней, а также в других необходимых случаях.

Называя элементы походного строя, изображенного на Рис., командир дает их определение:

**Строи** – колонна по два.

**Направляющий** – военнослужащий (подразделение), движущийся головным в указанном направлении. По направляющему сообразуют свое движение остальные военнослужащие (подразделения)



**Замыкающий** – военнослужащий (подразделение, машина), движущийся последним в колонне.

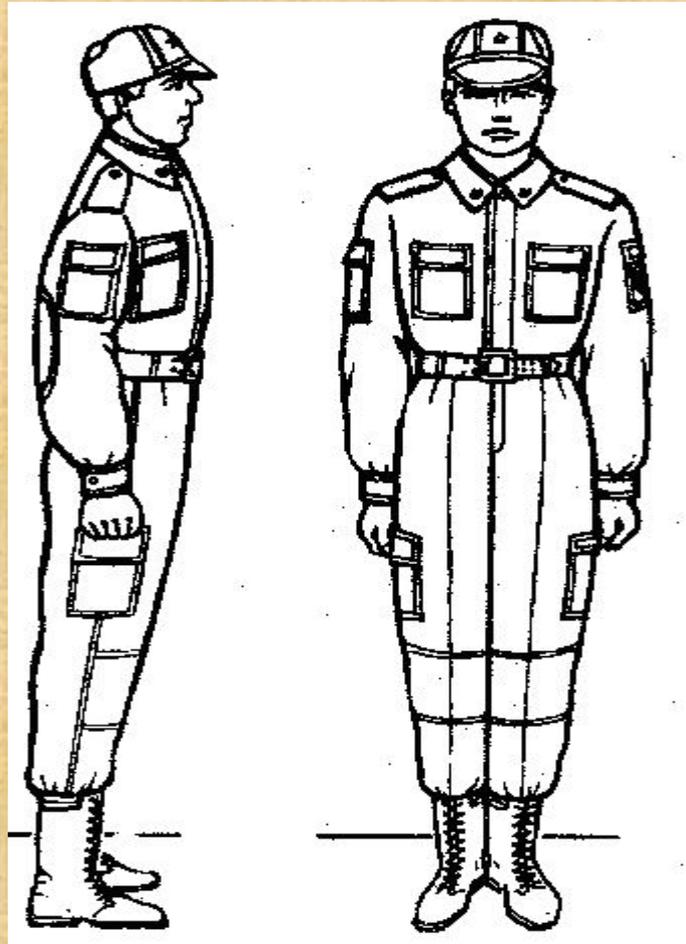
**Глубина строя** – расстояние от первой шеренги (впереди стоящего военнослужащего) до последней шеренги (позади стоящего военнослужащего).

Для наглядности при показе элементов строя целесообразно построить одно из отделений перед строем взвода (роты) и показать на нем все элементы строя.

После показа походных строев и их элементов командир проверяет усвоение отработанных приемов, задавая контрольные вопросы.

# Строевая стойка

Строевая стойка принимается по команде «СТАНОВИСЬ» или «СМИРНО».



По этой команде:

- 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 посредине бедер, а пальцы полусогнуты и касались бедра;

- голову держать высоко и прямо, не выставляя подбородка;

- смотреть прямо перед собой;

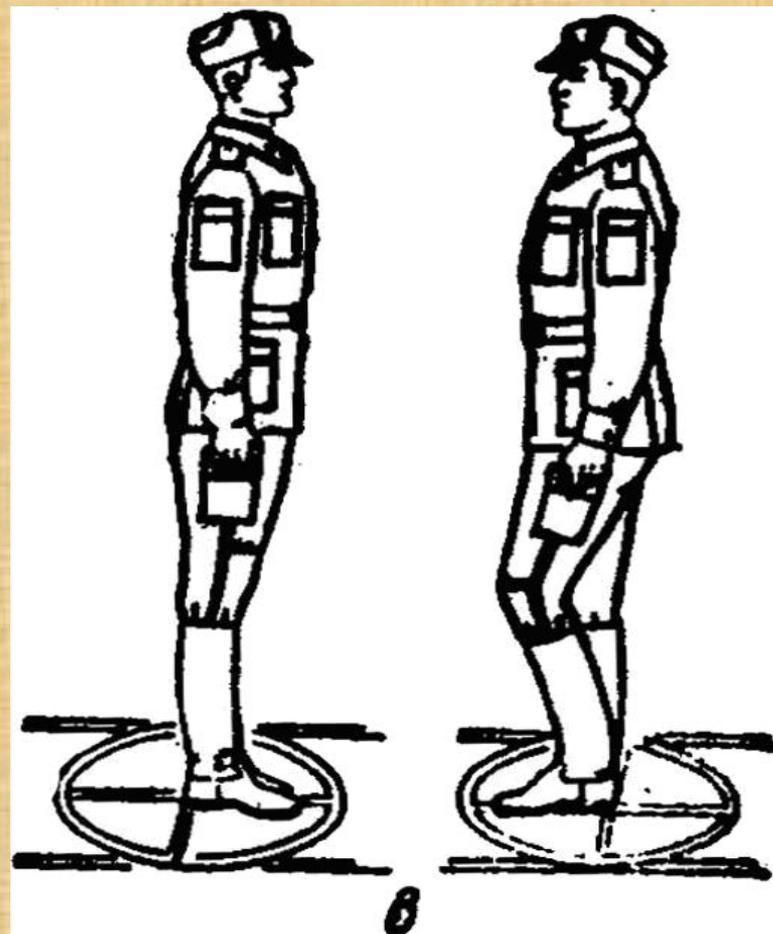
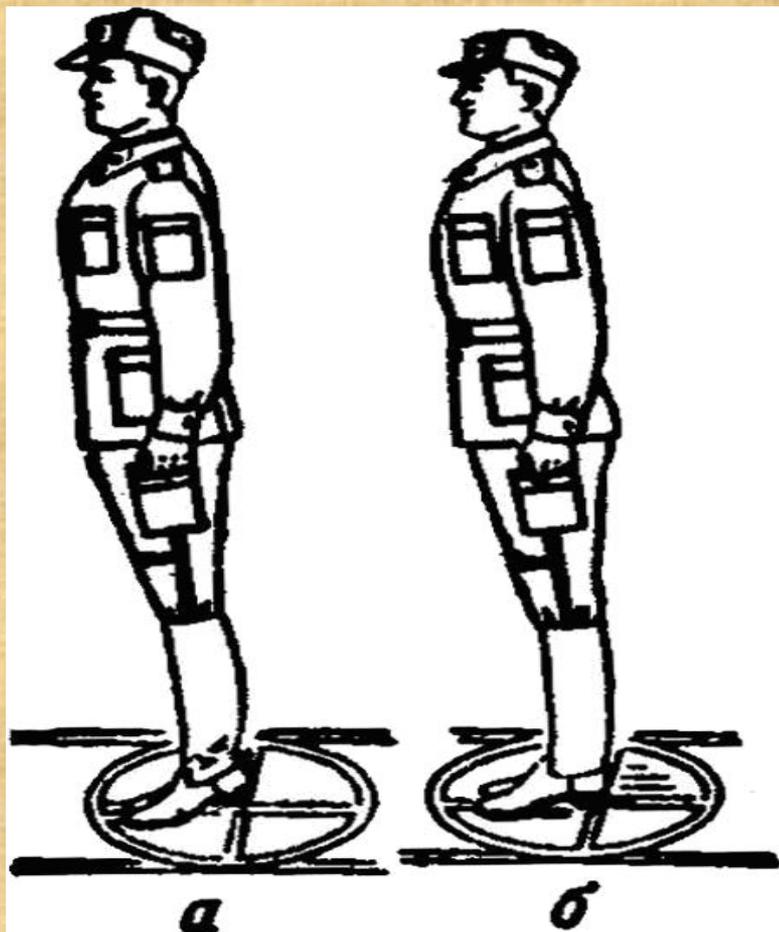
- быть готовым к немедленному действию.

## **Строевая стойка на месте принимается и без команды:**

- при отдавании и получении приказа;
- при докладе;
- во время исполнения Государственного гимна Российской Федерации;
- при выполнении воинского приветствия;
- при подаче команд.

Для обучения военнослужащих строевой стойке командир строит подразделение в одну шеренгу и, выйдя перед серединой строя, показывает, как нужно принимать строевую стойку.

Начиная занятие, командир рассказывает, в каких случаях применяется строевая стойка, а затем знакомит военнослужащих с элементами строевой стойки, для чего образцово показывает порядок ее выполнения в целом и по разделениям. Во время показа солдаты должны видеть командира, выполняющего прием, со всех сторон: спереди, сбоку и сзади.



а – проверка правильности положения корпуса; б – положение корпуса при строевой стойке

Чтобы показать отличия этих положений необходимо использовать зеркало или расположить одну шеренгу против другой, а затем подать команду «Первые номера – стоять вольно, вторые номера – грудь приподнять».

Такая же команда повторяется для первых номеров, а вторые номера стоят в положении «вольно». Проделав несколько раз это упражнение, военнослужащие наглядно убедятся в отличии положения строевой стойки от положения «вольно» (рис. в).

При отработке второго подготовительного упражнения командир показывает, как обучаемые должны держать голову при строевой стойке.

Чтобы проверить правильность положения головы, необходимо принять строевую стойку и, не опуская головы, посмотреть вниз перед собой.

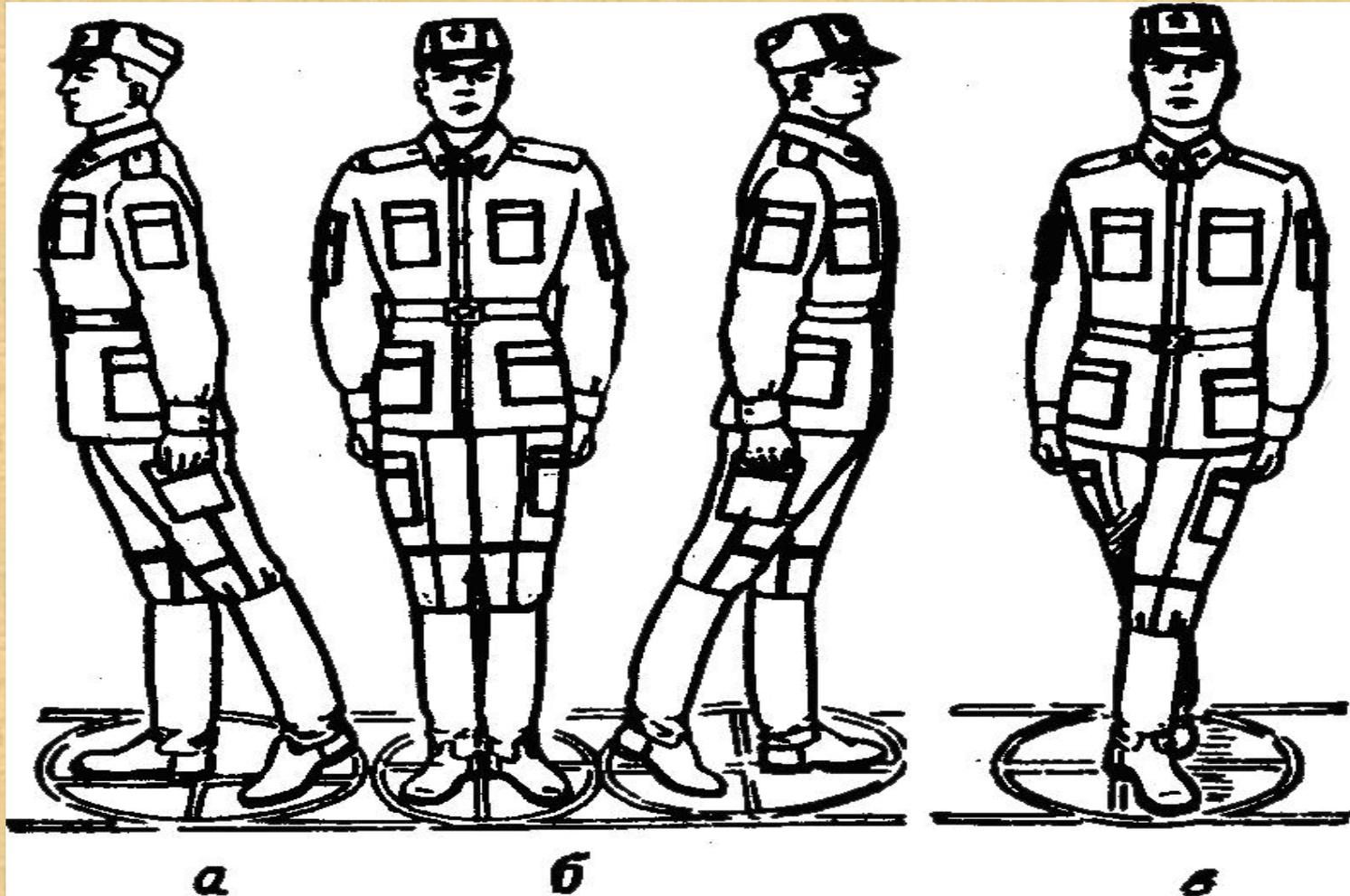
При правильном положении головы военнослужащий должен видеть на плацу самую близкую точку в двух-трех шагах от себя, любое другое положение головы обучаемого будет неправильным. Командир обращает внимание солдат на то, что при правильной строевой стойке грудь всегда находится несколько впереди подбородка.

Отработав подготовительные упражнения, командир приступает к тренировке всех элементов строевой стойки в целом, для чего подает команды «СТАНОВИСЬ», «СМИРНО» или другие команды, например: «Два шага вперед (назад), шагом – МАРШ», «Рядовой Петров. Шаг вперед, шагом – МАРШ» и т. д.

Для проверки правильного выполнения строевой стойки необходимо в ходе тренировки приказать солдатам подняться на носки. Если строевая стойка была принята правильно, то все солдаты отделения легко, без наклона вперед выполнят команду. Можно проверить правильность строевой стойки поднятием носков. Командир подает команду «Поднять носки, делай – РАЗ». Те, кто принял правильно строевую стойку, носки поднять не смогут.

Научив принимать строевую стойку по разделениям, командир тренирует солдат в выполнении приема в целом, для чего подает команды, например: «Отделение, в одну шеренгу – СТАНОВИСЬ» или «Отделение – СМИРНО». Обучаемые выполняют команды, принимают строевую стойку, а командир следит за их действиями и добивается устранения допущенных ими ошибок.

# Повороты на месте



Поворот направо разучивается по разделениям на два счета.

Показав прием по разделениям, командир командует: «Направо, по разделениям, делай – РАЗ, делай – ДВА» и следит за тем, чтобы обучаемые по первому счету резко повернулись в сторону правой руки на правом каблуке и на левом носке, сохраняли положение корпуса, как при строевой стойке не сгибали ног в коленях, перенося тяжесть тела на впереди стоящую ногу (рис. а). Каблук сзади стоящей ноги и носок впереди стоящей ноги должны быть развернуты так, чтобы после окончания поворота носки оказались развернутыми на ширину ступни. Положение рук должно быть таким, как при строевой стойке.

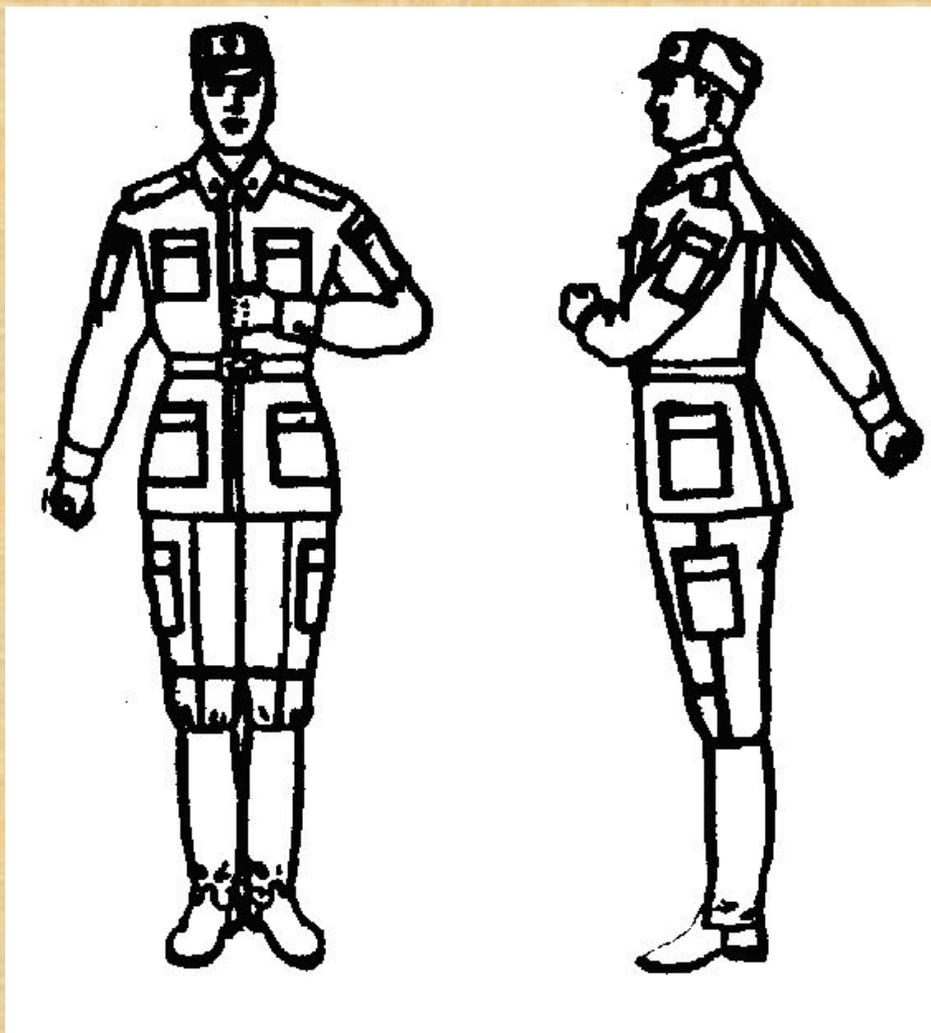
По команде «Налево, по разделениям, делай – РАЗ» обучаемые должны повернуться на левом каблуке и на правом носке, перенести тяжесть тела на левую ногу, сохраняя правильное положение корпуса, не сгибая ног в коленях и не размахивая во время поворота руками (рис. б). По счету «делай – ДВА» правую ногу надо кратчайшим путем приставить к левой так, чтобы каблуки были вместе, а носки развернуты на ширину ступни.

По команде «КРУГОМ, по разделениям, делан – РАЗ» надо резко повернуться на левом каблуке и на правом носке, не сгибая ног в коленях, подавая корпус немного вперед. При повороте кругом также не допускается размахивание руками вокруг корпуса.

### **Характерные ошибки при выполнении поворотов на месте:**

- преждевременный поворот корпуса по предварительной команде;
- сгибание ног в коленях;
- размахивание руками при повороте;
- наклонение головы вниз;
- опускание груди или выпячивание живота;
- отклонение корпуса назад;
- поворот, не на каблуке, а на своей ступне;
- при повороте кругом неполный разворот;
- приставление ноги не кратчайшим путем и при этом качание

# Движение строевым шагом



# Подготовительное упражнение – движение руками

Для выполнения подготовительного упражнения – движение руками подается команда: «Движение руками, делай – РАЗ, делай – ДВА».

По счету «делай – РАЗ» согнуть правую руку в локте, производя движение ею 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.

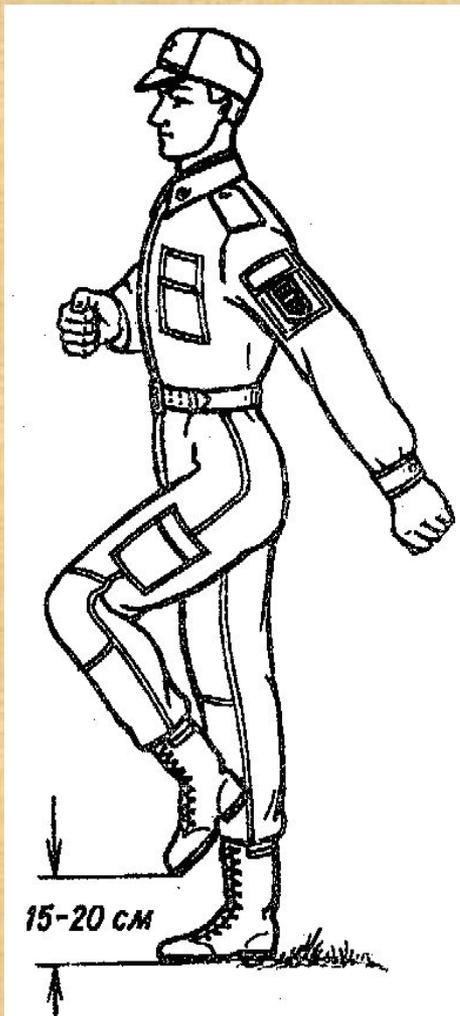
По счету «делай – ДВА» произвести движение левой рукой вперед, а правой, начиная от плеча, назад до отказа.

После каждого счета командир задерживает положение рук обучаемых и исправляет допущенные ими ошибки.

# Шаг на

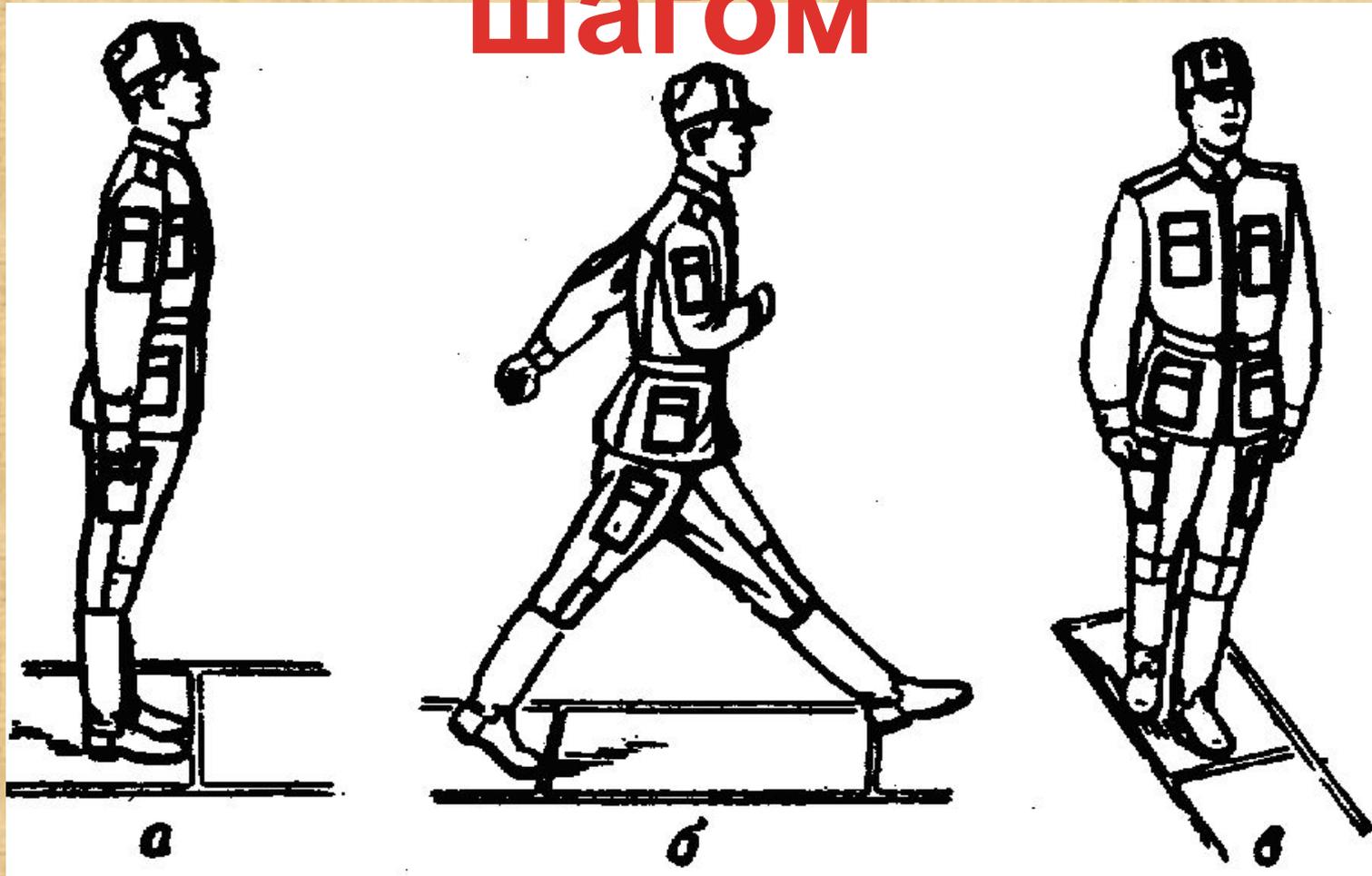
## месте

Для выполнения подготовительного упражнения для рук с шагом на месте подаются команды: «На месте, шагом – МАРШ», а затем - «Движение руками с шагом на месте, РАЗ, ДВА».



По счету «РАЗ» сделать шаг на месте левой ногой, поднимая ее согнутой в колене на 15-20 см. от земли и опуская на землю, на всю ступню, начиная с носка. Согнуть правую руку в локте, производя движение ею 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. По счету «ДВА» аналогично сделать шаг на месте правой ногой.

# Движение строевым шагом



## Подготовительное упражнение - движение строевым шагом по разделениям на четыре счета

Для выполнения подготовительного упражнения – движения строевым шагом по разделениям на четыре счета подается команда: «Строевым шагом, по разделениям на четыре счета, шагом – МАРШ». После команды «Марш» производится счет: «РАЗ, два, три, четыре. РАЗ, два, три, четыре» и так далее. Счет «РАЗ» произносится громко.

По предварительной команде «Шагом» подать корпус несколько вперед, перенося тяжесть тела больше на правую ногу и сохраняя устойчивость.

По исполнительной команде «Марш» и по счету «РАЗ» начать движение с левой ноги, полным шагом, вынося ногу вперед с оттянутым носком.

Ступня должна быть параллельна земле и выносится на высоту 15–20 см. Ногу на землю ставят твердо на всю ступню, отрывая в то же время от земли правую ногу с подтягиванием ее на полшага вперед к пятке левой ноги. Одновременно с шагом сделать движение правой рукой вперед, согнуть ее в локте, производя движение ею 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. Затем стать на левую ногу с опущенными руками, правая нога прямая, носком почти у

## **Подготовительное упражнение - движение строевым шагом по разделениям на два счета**

Для выполнения подготовительного упражнения – движения строевым шагом по разделениям на два счета подается команда: «Строевым шагом, по разделениям на два счета, шагом – МАРШ» и производится счет: «раз, два; раз, два» и т. д.

Под счет «раз» сделать шаг левой ногой вперед с движением рук и остановиться на левой ноге с опущенными у бедер руками.

Под счет «два» сделать небольшую выдержку для устранения замечаний.

По следующему счету «раз» сделать полный шаг правой ногой, как и левой, остановившись на ней с опущенными у бедер руками. Если в процессе выполнения подготовительного упражнения по разделениям на два счета допускаются ошибки, следует повторить еще раз упражнение на четыре счета.

## **Тренировка в движении строевым шагом в целом**

Тренировка начинается с обучения движения строевым шагом в целом с темпом 50–60 шагов в минуту с последующим наращиванием темпа движения до 110–120 шагов в минуту. Для исправления ошибок рекомендуется с полного темпа движения строевым шагом снова перейти к движению по разделениям на четыре или два счета.

Затем следует перейти к тренировке движения строевым шагом в строю отделения (взвода).

По окончании обучения движению строевым шагом командир принимает зачет от каждого обучаемого.

## Характерные ошибки при движении строевым шагом:

- корпус отведен назад;
- нет координации в движении рук и ног;
- голова опущена вниз;
- движение руками около тела производится не от плеча, а за счет сгибания в локтях;
- подъем ноги от земли значительно ниже (выше) 15 см.;
- размер шага меньше (больше) 70–80 см.;
- нога заносится за ногу;
- движение рук вперед производится значительно ниже (выше) установленной высоты, а при движении назад – не до отказа в плечевом суставе.