

PLAN - KONSPEKT

do przeprowadzenia zajęć z regulaminów

TEMAT: Marsz krokiem defiladowym, zwykłym i dowolnym

CEL: Nauczyć żołnierzy marszu krokiem defiladowym i zwykłym oraz przechodzenia z kroku defiladowego do zwykłego, ze zwykłego do dowolnego i odwrotnie

CZAS: 45'

MIEJSCE: Plac musztry

METODA: Ćwiczenie praktyczne z elementami pokazu

ZAGADNIENIA SZKOLENIOWE:

- 1) Marsz krokiem defiladowym
- 2) Marsz krokiem zwykłym
- 3) Przejście z kroku defiladowego do zwykłego, ze zwykłego do dowolnego i odwrotnie

LITERATURA:

- 1) „Regulamin musztry SZ RP” - Szt. Gen. 1427/94
- 2) „Nauczanie regulaminu ogólnego i musztry (Poradnik metodyczny)” - Szkol. 784/96

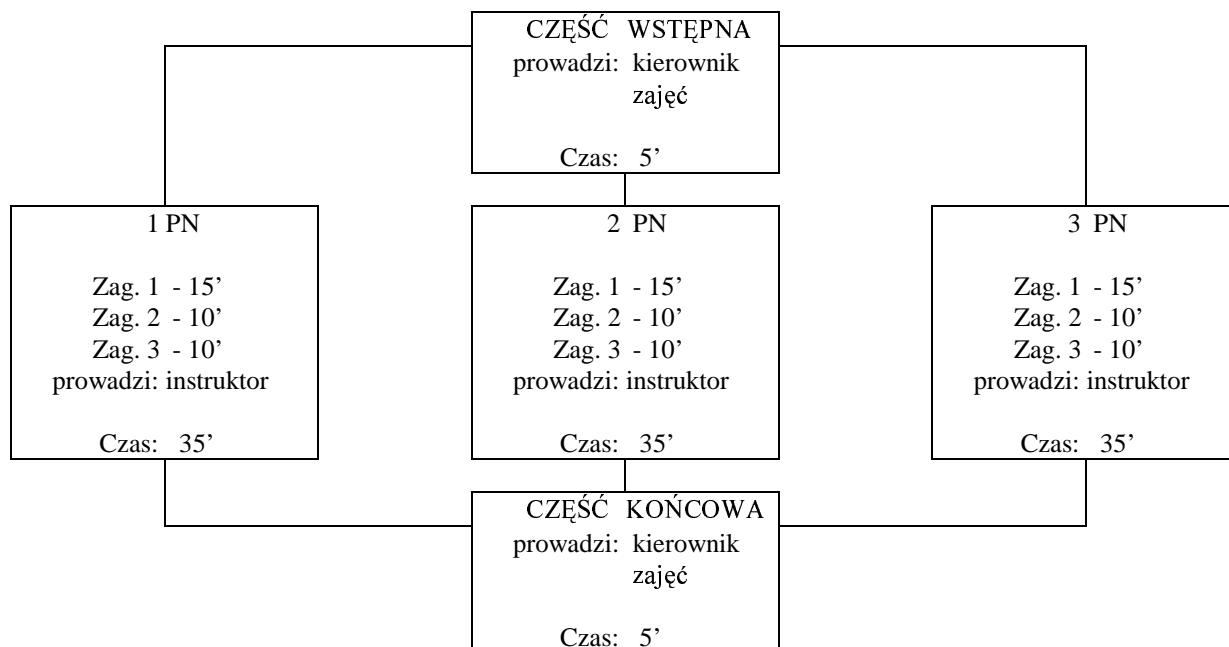
WSKAZÓWKI ORGANIZACYJNO - METODYCZNE:

- 1) Zajęcia prowadzić w trzech punktach nauczania metodą równoległą
- 2) Trzy dni przed zajęciami przeprowadzić instruktaż w miejscu ćwiczeń
- 3) W przeddzień zajęć sprawdzić przygotowanie instruktorów i sprawdzić ich karty pracy
- 4) Część wstępną i końcową prowadzić osobiście
- 5) Część główną w ramach zagadnień szkoleniowych prowadzą wyznaczeni instruktorzy
- 6) W trakcie zajęć zwracać szczególną uwagę na metodyczne szkolenie żołnierzy przez dowódców drużyn, w przypadku rażących niedociągnięć przerywać natychmiast ćwiczenie i omawiać stwierdzone błędy
- 7) Wymagać właściwego zachowania się dowódców drużyn oraz zgodnego z regulaminem podawania komend
- 8) Zwracać uwagę na czynności wykonywane przez ćwiczących

PLAN ZAJĘĆ:

Zagadnienie	Czas
I Część wstępna	5'
II Część główna	
Zag. 1 Marsz krokiem defiladowym	15'
Zag. 2 Marsz krokiem zwykłym	10'
Zag. 3 Przejście z kroku defiladowego do zwykłego, ze zwykłego do dowolnego i odwrotnie	10'
III Część końcowa	5'
	45'

ORGANIZACJA ZAJĘĆ:



PRZEBIEG ZAJĘĆ:

Lp.	Zagadnienie	Czas	Treść zagadnienia	Uwagi
1	Część wstępna	5'	<ul style="list-style-type: none"> - przyjmuję meldunek od pomocnika dowódcy plutonu (lub dowódcy 1 drużyny) o gotowości do zajęć - sprawdzam wygląd zewnętrzny żołnierzy - zadaję pytania kontrolne: <ol style="list-style-type: none"> 1) Podać parametry kroku defiladowego i kiedy się go stosuje 2) Podać parametry kroku zwykłego i kiedy się go stosuje - rozprawdzam drużyny do wyznaczonych rejonów ćwiczeń podając komendy: „Pluton, na moją komendę - Rozejść się. Dowódcy drużyn do wyznaczonych miejsc ćwiczeń - odmaszerować”. Po czym podaję: „Wykonać zbiórki w drużynach.” 	

2	Zag. 1 Marsz krokiem defiladowym	15'	Następnie podaję: „Dowódcy drużyn ćwiczyć zagadnienie pierwsze”	Elementów kroku defiladowego uczyć w kolejności: ukształtowanie sylwetki żołnierza, wymach rąk na tempa w miejscu, wymach rąk bez temp, podnoszenie nóg w miejscu i utrzymywanie ich na wysokości 10 cm, krok defiladowy na dwa tempa bez wymachu rąk, krok defiladowy bez temp bez wymachu rąk, krok defiladowy z wymachem rąk. Podczas ćwiczeń szczególną uwagę zwrócić na prawidłowy wymach rąk, unoszenie stóp oraz równanie w czwórkach.
3	Zag. 2 Marsz krokiem zwykłym	10'	Po zakończeniu pierwszego zagadnienia nakazuję dowódcom drużyn: „Dowódcy drużyn, kończyć zagadnienie pierwsze, ćwiczyć zagadnienie drugie.”	Podczas ćwiczenia szczególną uwagę zwrócić na różnice w stosunku do kroku defiladowego oraz równanie czwórkach.
4	Zag. 3 Przejsie z kroku defiladowego do zwykłego, ze zwykłego do dowolnego i odwrotnie	10'	Po zakończeniu drugiego zagadnienia nakazuję dowódcom drużyn: „Dowódcy drużyn kończyć zagadnienie drugie, ćwiczyć zagadnienie trzecie.”	Szczególną uwagę zwrócić na równanie w czwórkach podczas zmiany kierunku marszu oraz na właściwe tempo marszu.
5	Część końcowa	5'	Przejmuję dowodzenie podając: „Pluton na moją komendę, w dwuszeregu - zbiórka ”, a po wyjściu przed front szyku - komendę „ Spocznij ”, po czym: - omawiam zajęcia - wskazuję najlepiej i najslabiej ćwiczących - ustalam termin usunięcia niedociągnięć oraz stawiam zadania na naukę własną	

OPRACOWAŁ:
st. szer. pchor. Wojciechowski