

НАВЧАЛЬНО-МАТЕРІАЛЬНА БАЗА  
ПРИКЛАДНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ  
І ПРЕДМЕТА «ЗАХИСТ ВІТЧИЗНИ»

РЕКОМЕНДАЦІЇ З ОБЛАДНАННЯ І ВДОСКОНАЛЕННЯ

КИЇВ - 2006

Призначено на допомогу директорам (керівникам) навчальних закладів системи загальної середньої освіти, професійно-технічних та вищих навчальних закладів I і II рівнів акредитації та навчальних пунктів підприємств і установ.

Упорядник: полковник Рудюк С.П.

## ЗМІСТ

С.

Военно-прикладна спрямованість фізичного виховання  
молоді

Спортивна база в навчальному закладі (навчальному пункті)

Гімнастичні містечка і спортивні майданчики

Смуга перешкод

Обладнання спортивних залів в закритих приміщеннях

Предмет «Захист Вітчизни» і військово-патріотичне виховання  
молоді

Навчальна база в навчальному закладі (навчальному пункті)

Кабінет предмета «Захист Вітчизни»

Кімната для зберігання зброї та боєприпасів

Стрілецький тир

Навчальне містечко для занять з тактичної підготовки  
і цивільної оборони

Майданчик для занять із впоряду (стройової підготовки)

Майданчик для практичного вивчення прийомів і правил  
стрільби

Навчальне місце для практичного вивчення обов'язків чатового

Навчальне місце для практичного вивчення обов'язків днювального

Навчальне місце для практичного вивчення чищення і змащування  
зброї

Додатки:

1.Порядок чищення і змащування зброї

2.Пам'ятка з догляду за зброєю

3.Екіпіровка учнів

4.Стрілецькі тири на 25—50 м

5.Зразки мети

## ВОЄННО-ПРИКЛАДНА СПРЯМОВАНІСТЬ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ МОЛОДІ

Військово-прикладну спрямованість фізичного виховання юнаків слід розглядати як первинне формування у них умінь і навичок в ході занять фізичними вправами (урок, позакласні й позашкільні заходи) для застосування в конкретних умовах військової служби.

Програмами з фізичної культури (підготовки) передбачають формування умінь і навичок, виховання (розвиток) фізичних, моральних і волевих якостей, необхідних майбутньому воїнові, починаючи з перших днів навчання. У них передбачений перелік засобів, скерованих на розвиток рухових (фізичних) якостей (сила, швидкість, витривалість і ін.). Якості військово-прикладного характеру (емоційна стійкість, сміливість, рішучість, готовність до перевантажень, заколисування, кисневого голодування, уміння діяти обачливо в умовах фізичної і психологічної напруги і ін.) виховуються за допомогою таких засобів, як виконання фізичних вправ на гімнастичних приладах, подолання смуг перешкод, плавання, марш-кидки, дії в ладу тощо.

### СПОРТИВНА БАЗА В НАВЧАЛЬНОМУ ЗАКЛАДІ (НАВЧАЛЬНОМУ ПУНКТІ)

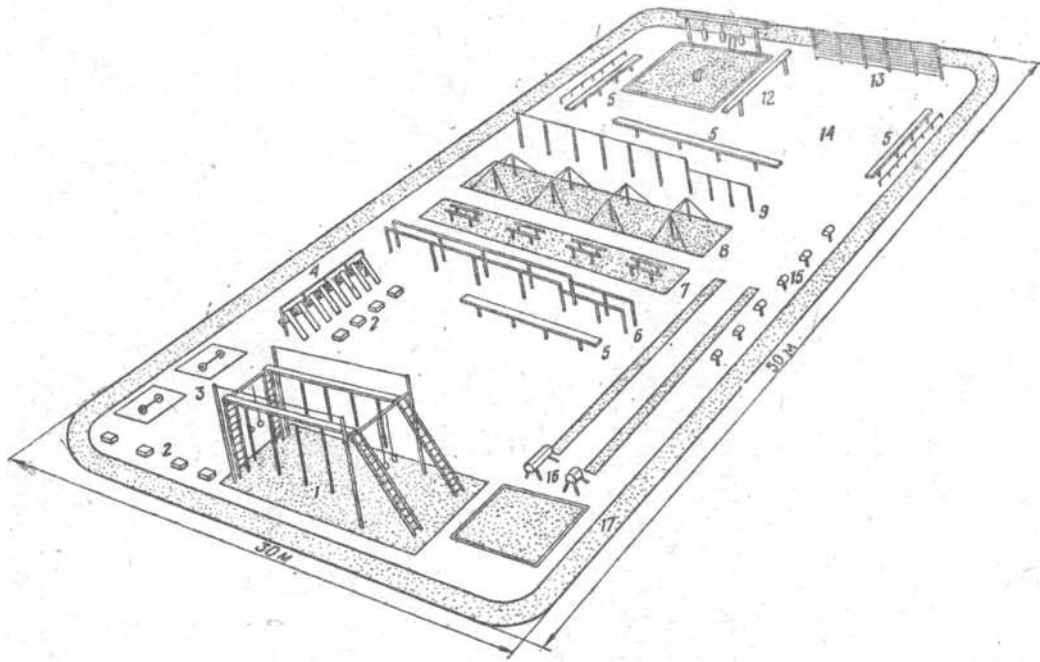
Для більш високої організації занять з фізичної культури з молоддю в кожному навчальному закладі і навчальному пункті повинна бути необхідна спортивна база, яка б дозволила використовувати різні способи організації уроків: потоковий, груповий та індивідуальний — з максимальним ефектом. Спортивна база створюється як на відкритому повітрі (гімнастичні містечка, спортивні майданчики), так і в закритих приміщеннях (спортивні зали).

### ГІМНАСТИЧНІ МІСТЕЧКА І СПОРТИВНІ МАЙДАНЧИКИ

Гімнастичні містечка і спортивні майданчики споруджуються поблизу навчальних закладів і навчальних пунктів з урахуванням дотримання санітарних вимог і зручних до них підходів. Основою містечок і спортивних майданчиків є гімнастичні прилади й інші спортивні пристрої. При спорудженні гімнастичних містечок і спортивних майданчиків враховується найбільш раціональне розміщення на них гімнастичних приладів, пристроїв, пристосувань і різних конструкцій з метою забезпечення високої пропускної спроможності учнів. Найбільш раціональне розміщення спортивних споруд в гімнастичних містечках і спортивних майданчиках — їх лінійне розташування.

Довжина багатопрогінних гімнастичних приладів залежить від загальних розмірів гімнастичного містечка (спортивного майданчика) і необхідної пропускної спроможності. Варіант гімнастичного містечка на площі розміром

30х30 м показаний на мал. 1. По периметру гімнастичного містечка розміщена бігова доріжка шириною 2 м.



**Мал.1.** Гімнастичне містечко (варіант):

1 — металева прямокутна конструкція (висота 6 м), на якій кріпляться канати, жердини, горизонтальні балки (ширина 30 см) з леєрами для страхування, драбини й інші підвісні снаряди; 2 - предмети для вправ з обтяженнями (гірі, набійні ящики, траки); 3 — дерев'яні помости (2X3 м) для занять з штангами; 4 —похилі дошки (довжина 2,2 м, ширина 25-30 см) і стелаж для обтяжень; 5 — гімнастичні лавки (висота 35 см) з упорами для ніг; 6—багатопрогінні паралельні бруси (висота 1,2 і 1,7 м, ширина між жердинами 45—50 см); 7 — стандартні паралельні бруси; 8 — стандартні турніки; 9 — багатопрогінні турніки з труб (висота 1,5—2,4 м, відстань між стовпами 2,3—2,5 м); 10—заглиблений майданчик (5X8 м) для занять рукопашним боєм; 11 —мішки (опудало) для заняття рукопашним боєм; 12 — балки (висота 2,5—3,0 і 1,0—1,2 м) для рівноваги і стрибків до ями; 13— гімнастична стіна (висота 2,5 м, ширина 10м); 14 — майданчик для проведення підготовчої частини заняття, ігор та естафет; 15 — спрощені козли (висота 1,0—1,1м, відстань між снарядами 2м), 16 — стандартні кінь і кобилка; 17 — бігова доріжка (ширина 2 м).

При обмежених розмірах земельних ділянок (території) для будівництва гімнастичних городків (спортивних майданчиків) необхідно творчо підходити до розміщення приладів, конструкцій і пристосувань, вносити необхідні зміни і доповнення до того, що викладене в цих Рекомендаціях.

Наприклад, багатопрогінні бруси можна будувати не в дві, а в три жердини. Це дозволить практично на тій же площі майже удвічі збільшити пропускну спроможність. Турніки можна будувати у вигляді замкнутих

багатокутників. Гімнастичне містечко (майданчик) необхідно обладнати снарядами і пристосуваннями для силової підготовки (гирями, гантелями, ящиками з піском, штангами тощо).

Гімнастичне містечко (майданчик) не виключає наявності спортивних споруд та обладнання, передбачених табелями відповідних міністерств і відомств і необхідних для проведення занять з фізичної підготовки, а є їх доповненням.

**Універсальне гімнастичне містечко на відкритому майданчику** (мал. 2) включає 10 приладів і займає площу 34—35 м<sup>2</sup>. Конструкція дозволяє урізноманітнити заняття з фізичної культури (підготовки). Одночасно на снарядах можуть виконувати вправи 8—10 чоловік при індивідуальній роботі та вся група при проведенні занять потоковим способом.

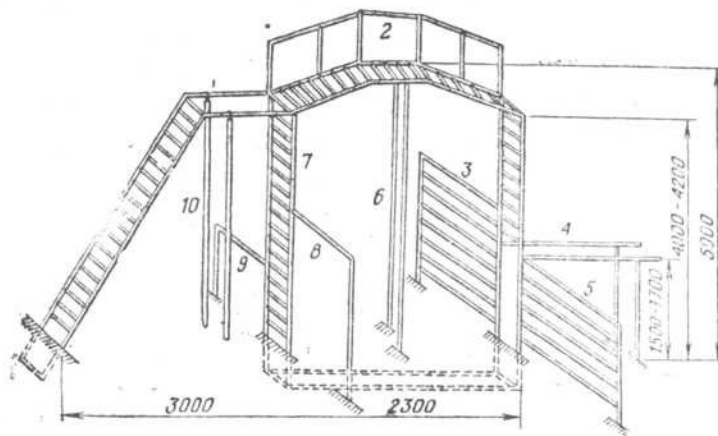
**Містечко для лазіння** (мал. 3). Конструкція має велику кількість вертикальних, горизонтальних, похилих драбин і жердин. Використовується в основному для лазіння і переміщення висячи на руках, при проведенні естафет і змагань.

Прилад встановлюється в комплексі з іншими приладами й пристосуваннями.

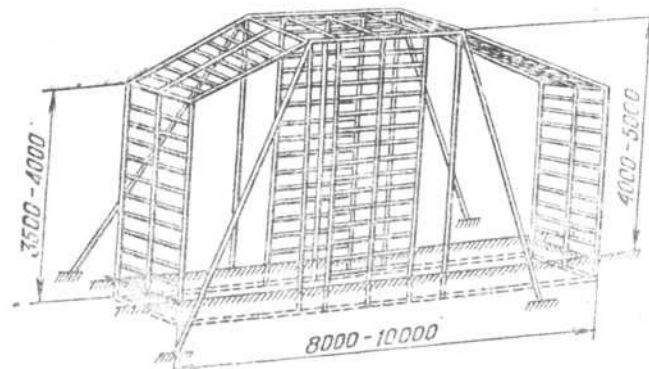
**Замкнутий рукохід** (мал. 4). Конструкція є спрощеним варіантом гімнастичного містечка.

Одночасно на замкнутому рукоході можуть виконувати вправи 8 чоловік. Конструкція дозволяє займатися лазінням по вертикальних жердинах і драбинах, переміщенням висячи на руках, ходінням горизонтальними драбинами з виконанням вправ, які розвивають силу м'язів рук і плечевого поясу.

**Дугоподібний рукохід** (мал. 5). Конструкція дозволяє виконувати велику кількість фізичних вправ, скерованих на розвиток навичок лазіння, перелазіння, пересування висячи на руках і в упорі присівши, вправ, які розвивають силу м'язів рук, плечевого поясу, тулуба, ніг.

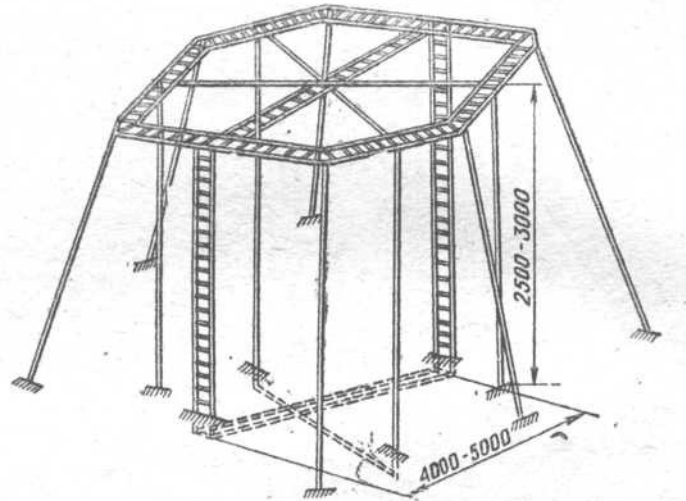


**Мал. 2.** Універсальне гімнастичне містечко на відкритому майданчику:  
 1 — похила драбина; 2 — поручні; 3 — висока гімнастична стіна; 4 — паралельні бруси; 5 — низька гімнастична стіна; 6 — вертикальні жердини; 7 — вертикальна драбина; 8 — високий турнік; 9 — низький турнік; 10 — рухомі жердини

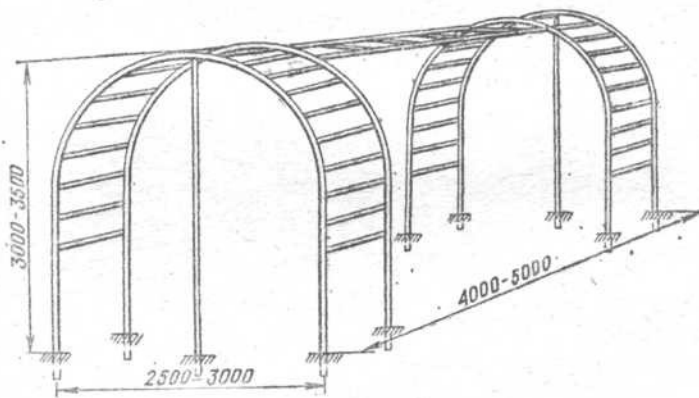


**Мал. 3.** Містечко для лазіння

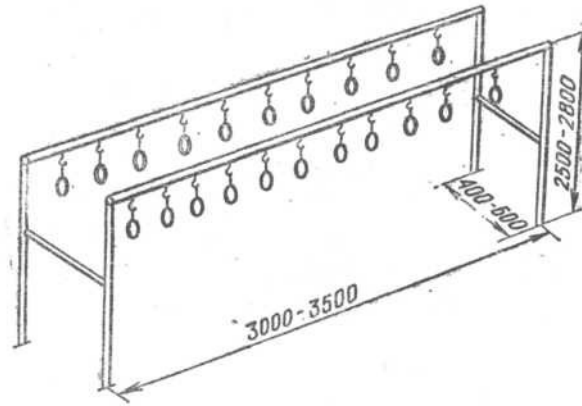
**Кільцевий рукохід** (мал. 6). На конструкції виконують вправи в пересування висячи хватом за кожне кільце на одній поперечині, через одне-два кільця на цій же поперечині, за кільця одної і другої поперечини, підтягування висячи, висіння зігнувшись, прогнувшись й ін.



**Мал. 4.**Замкнутий рукохід

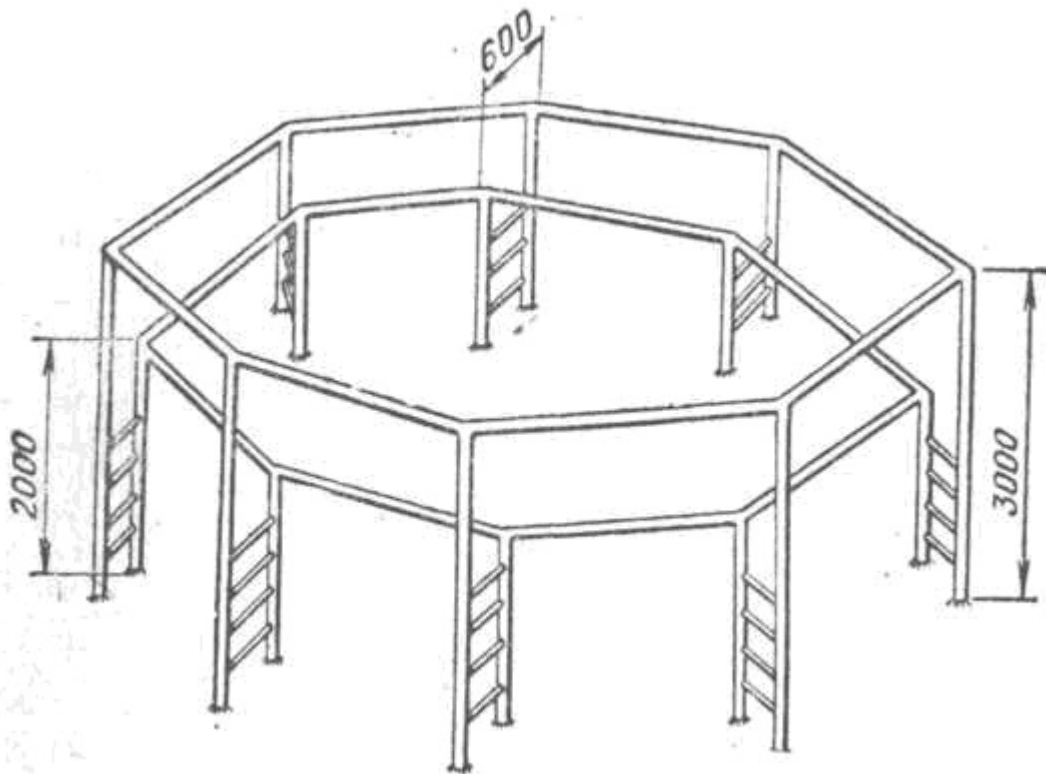


**Мал. 5.**Дугоподібний рукохід



Мал. 6. Кільцевий рукохід

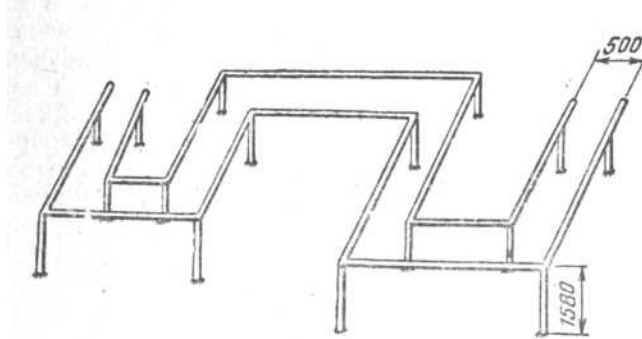
**Блок замкнутої перекладини й різновисоких брусів** (мал. 7). Замкнута система поперечин і брусів вигідно відрізняється від лінійного розташування снарядів тим, що у полі зору викладача перебувають всі учні.



Мал.7. Блок замкнутої поперечини і різновисоких брусів



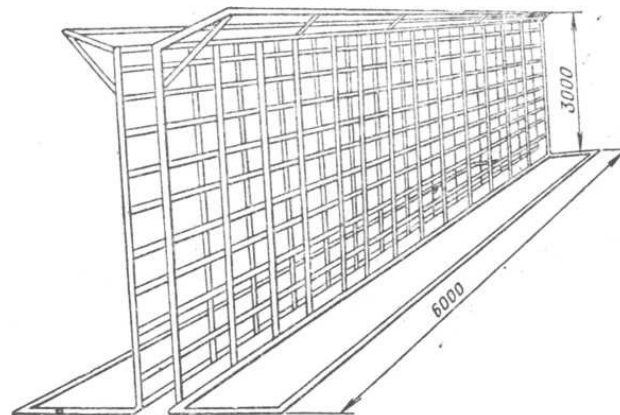
**Лабіринт** (мал. 8). Конструкція призначена для бігу з виконанням додаткових завдань: гімнастичних вправ на паралельних брусах, здвоєному бумі і ін. Підвищує емоційність занять, є хорошим снарядом для виховання таких фізичних якостей, як спритність, сила м'язів рук, плечевого поясу, тулуба.



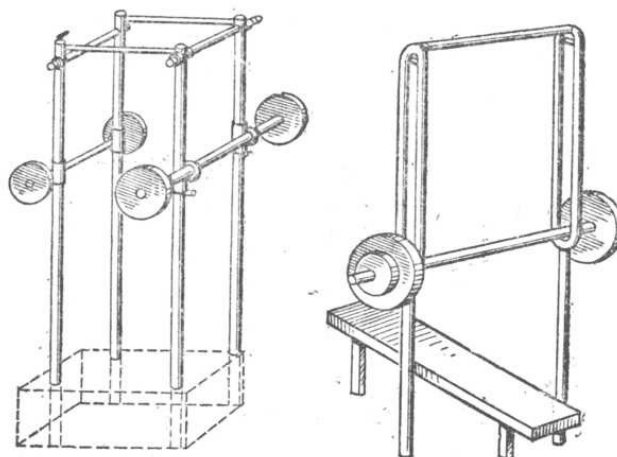
Розвиває координацію рухів і уміння орієнтуватися в змінній обстановці.

**Мал. 8.**Лабіринт.

**Гімнастична стіна на майданчику** (мал. 9). Є багатопрогінною конструкцією, виготовленою із металевих зварних труб. Дозволяє урізноманітнити вправи, які виконуються учнями.



**Мал.9.** Гімнастична стіна на майданчику



**Мал. 10.** Система стаціонарних штанг

**Система стаціонарних штанг** (мал. 10). Стаціонарну штангу на відкритому майданчику найкраще виготовити багатокомплектною (у системі повинні бути не менше як два прилади).

Заняття на багатокомплектних приладах дозволяють пояснювати і демонструвати вправи всім учням, вивчати підготовчі рухи на приладах доступної висоти змінами по 4—20 чоловік, робити вправи груповим методом, регулювати фізичне навантаження за допомогою активних павз, застосовувати метод змагання між змінами безпосередньо біля одного приладу, одночасно навчати учнів всієї зміни страхувці і допомозі.

### СМУГА ПЕРЕШКОД

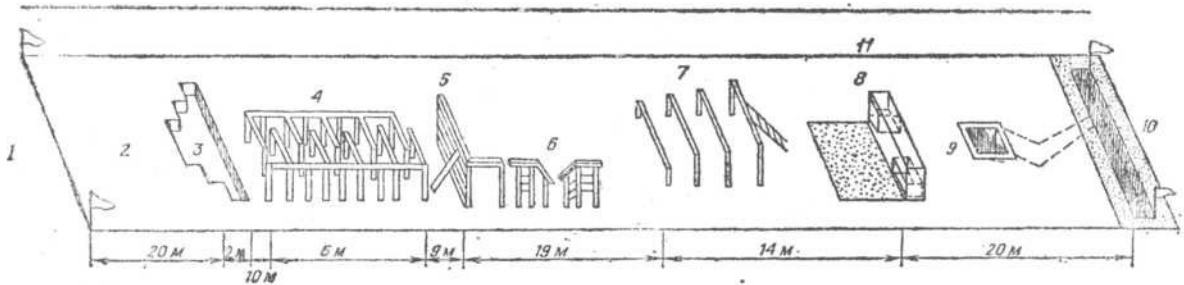
В навчальних програмах з фізичної культури навчальних закладів системи загальної середньої освіти, професійно-технічних та вищих навчальних закладів I і II рівнів акредитації в розділі «Легка атлетика» передбачено подолання єдиної смуги перешкод (мал. 11). На заняттях і тренуваннях з подолання смуги перешкод вирішуються наступні завдання: навчання учнів способам подолання різноманітних перешкод, кидання гранат, швидким і вправним діям в складній, швидкозмінній обстановці, розвиток у них витривалості, швидкості, сили, спритності, а також виховання сміливості, рішучості, винахідливості, впевненості в своїх силах.

Характерною особливістю занять і тренувань на смугі перешкод є можливість змінювати і постійно ускладнювати умови виконання вправ і прийомів, включати дії за раптовими командами і змагання на якість і швидкість виконання прийому. Все це підвищує активність учнів, змушує їх проявляти значні вольові зусилля, виробляти швидкість орієнтування, винахідливість,

ініціативність, рішучість, наполегливість, здатність переносити граничну напругу, швидко переключатися з одних дій на інші.

### Порядок подолання смуги перешкод при виконанні контрольної вправи на оцінку

Дистанція 200 м. Виконується без навчальної зброї. Початкове положення — лежачи перед лінією початку смуги перешкод.



**Мал. 11.** Єдина смуга перешкод: 1 — лінія початку смуги; 2 — ділянка для швидкісного бігу; 3 — рів (ширина по верху 2, 2,5 і 3 м, глибина 1 м); 4 — лабіринт (ширина 2 м, висота 1,1 м, ширина проходу 0,5 м, кількість проходів 10); 5 — огорожа (висота 2 м, товщина 25 см) з похилою дошкою (довжина 3,2 м, ширина 25—30 см); 6 — зруйнований міст (висота 2 м), який складається з трьох відтинків прямокутних балок (0,2x0,2 м; перший — завдовжки 2 м, другий — 3,8 м з вигином на 135° (довжина від початку вигину -1 м, третій — 3,6 м з вигином на 135° (довжина від початку до вигину 2,8 м); розриви між відтинками балок 1 м; на початку другого і третього відтинків балки і в кінці перепони — вертикальні драбини з трьома щаблями); 7 — зруйновані сходи (ширина 2 м, висота сходин 0,8, 1,2, 1,5 і 1,8 м, відстань між сходами 1,2 м; біля високої сходини похила драбинка (довжина 2,3 м) з чотирма щаблями); 8 — цегляна стіна (висота 1,1 м, ширина 2,0 м, товщина 0,4 м) з двома проломами (нижній — 1 x 0,4 м - розташований на рівні землі, верхній — 0,5x0,6 м — на висоті 0,35 м від землі) і прилеглим до неї майданчиком (2,6x3 м); 9 — колодязь (глибина 1,5 м, площа перетину по верху 1x1 м) і хід сполучення (довжина 8 м з одним вигином); 10 — траншея (глибина 1,5 м); 11 — бігова доріжка (ширина 2 м).

За командою «Вперед»:

схопитися з місця, пробігти 20 м і перестрибнути рів (для учнів 10-х класів середніх шкіл і 1-х курсів середніх спеціальних і професійно-технічних навчальних закладів — шириною 2 м; для учнів 11-х класів середніх шкіл і старших курсів середніх спеціальних і професійно-технічних навчальних закладів і призовників, що проходять початкову військову підготовку на учбових пунктах — 2,5 м);

пробігти по десяти проходах лабіринту;

перелізти через огорожу будь-яким способом;  
влізти по вертикальній драбині на другий (зігнутий) відрізок зруйнованого моста, пробігти по балках, перестрибнувши через розрив, і зіскочити на землю з постави стоячи з кінця останнього відрізка балки;  
подолати зруйновані сходи стрибками, наступаючи на кожну сходину, і зіскочити з останньої сходини на землю;  
подолати стіну, пролізши в будь-який отвір;  
добігти до траншеї, вскочити до неї і пройти ходом сполучення до колодязя;  
в підняти із землі гранату (маса 600 г) і метнути з колодязя на 13 м по одному з проломів у стіні або по майданчику 2,6Х3 м за стіною (зараховується пряме попадання). При непопаданні в ціль першою гранатою продовжувати метання (але не більше трьох гранат) до ураження мети;  
вискочити з колодязя і стрибком подолати стіну;  
влізти по похилій драбині і збігти вниз по сходинках зруйнованих сходів;  
перейти на доріжку і пробігти по ній до лінії початку смуги.  
Оцінку «відмінно» отримує той, хто подолає смугу перешкод за 1 хв 25 с, «добре» — за 1 хв 30 с, «задовільно» — за 1 хв 40 с, «незадовільно», якщо юнак при подоланні смуги перешкод не вклався у вищеперелічені нормативи.

### **Порядок подолання смуги перешкод при виконанні контрольної вправи на спортивний розряд**

Дистанція 200 м. Виконується без навчальної зброї. Початкове положення — лежачи перед лінією початку смуги перешкод.  
По команді «Вперед»:  
метнути гранату з положення лежачи на 20 м у рів (мета № 1 — залічується пряме попадання), схопитися, добігти до рову;  
перестрибнути рів шириною 2,5 м;  
пробігти по десяти проходах лабіринту;  
перелізти через огорожу «зачепом» або «силою»;  
влізти по вертикальній драбині на другий (зігнутий) відрізок зруйнованого моста, пробігти по балках, перестрибнувши через розрив, і зіскочити на землю з постави стоячи з кінця останнього відрізка балки;  
подолати першу, другу і третю сходини зруйнованих сходів будь-яким способом з обов'язковим торканням ногами землі між сходинками, пробігти під четвертою сходинкою до стіни;  
подолати стіну пролізанням в будь-який отвір;  
добігти до траншеї і вскочити до неї, пройти підземним ходом сполучення до колодязя;

підняти дві гранати (маса 600 г) із землі і метнути їх одну за другою з колодязя по одному з проломів у стіні або по майданчику площею 2,6Х3 м за стіною (мета № 2 — залічується пряме попадання);

вискочити з колодязя і стрибком подолати стіну;

влізти по похилій драбині і збігти вниз по сходах зруйнованих сходів;

влізти по вертикальній драбині на балку зруйнованого моста, пробігти по ній, перестрибуючи через розриви, і збігти по похилій дошці;

подолати рів шириною 2 м, пробігти 20 м і перетнути лінію фінішу (лінію початку смуги).

На перший спортивний розряд смугу перешкод необхідно подолати за 1 хв 18 с, на другий розряд — за 1 хв 23 с і на третій розряд — за 1 хв 30 с.

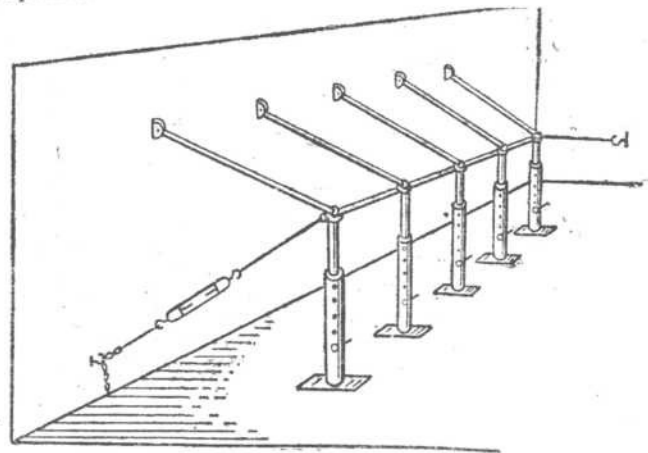
## ОБЛАДНАННЯ СПОРТИВНИХ ЗАЛІВ В ЗАКРИТИХ ПРИМІЩЕННЯХ

Матеріально-технічне оснащення занять в спортивному залі навчальним обладнанням і необхідним спортивним інвентарем — одна з умов ефективності занять фізичною культурою і спортом у навчальних закладах.

Застосовуючи багатокомплектне нестандартне обладнання, слід дотримувати деякі вимоги. Всі прилади і пристосування повинні сприяти підвищенню щільності уроку фізичної культури. Пропускна спроможність приладів і пристосувань повинна бути високою, з тим, щоб фізичні вправи могли виконуватися якомога більшим числом учнів. Час, що витрачається на встановлення і прибирання приладів і пристосувань, повинен займати не більше 1—2 хв. Багатокомплектні нестандартні прилади повинні мати просте конструктивне рішення, щоб їх легко можна було виготовити самостійно, і відповідати правилам безпеки. Конкретні варіанти обладнання розробляються з урахуванням розмірів спортивного залу, стану несучих стін і перекриттів, розташування раніше встановленого обладнання й ін.

### **Багатокомплектні поперечини**

Багатокомплектна пристінна поперечина (мал. 12) — підвісна конструкція на декілька прогонів, виконана на металевій тязі. Тяга закріплюється на стіні шарнірами.

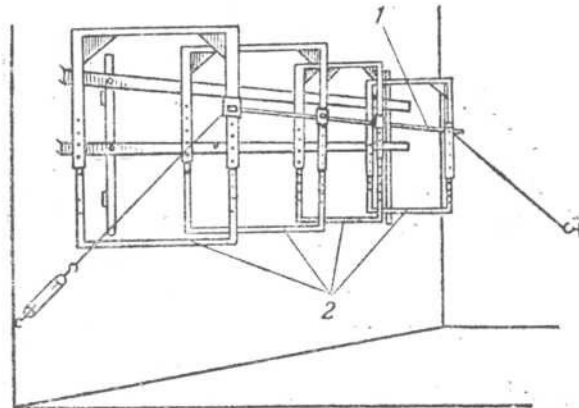


**Мал. 12.** Багатокомплектна пристінна поперечина

У зібраному, неробочому стані конструкція притиснута до стіни, опорні стійки поперечини підняті і притиснуті до тяги, яка опускається вниз і під впливом власної маси утримуються разом з опорними стійками в підвішеному стані.

Поперечина встановлюється таким чином: конструкція відводиться від стіни, опорні стійки опускаються вниз і займають вертикальне положення; нижні кінці опорних стійок з виступаючими шкворнями фіксуються в спеціальних пластинах, прикріплених до підлоги; висота поперечини, необхідна для даного уроку, регулюється так само, як у стандартної поперечини, і може бути встановлена в низькому, середньому або високому положенні.

**Багатокомплектна підвісна система поперечин** (мал. 13) є підвісною конструкцією на декілька прогонів, виконаною на прямокутних кронштейнах.



**Мал. 13.** Багатокомплектна підвісна система поперечин: 1 — висока поперечина; 2 — низька поперечина

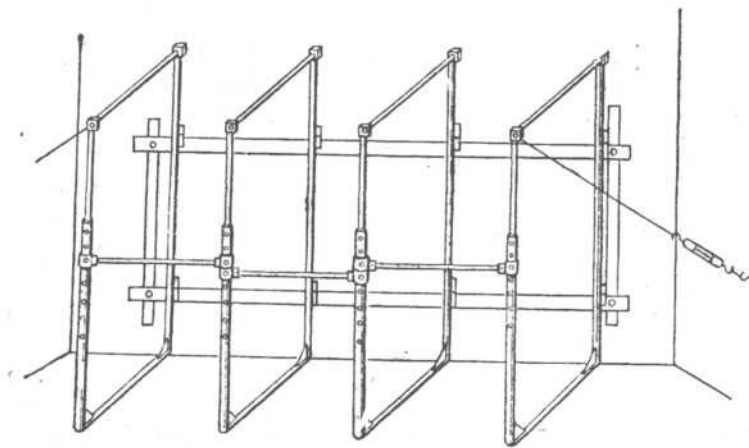
У зібраному, неробочому положенні вся конструкція притискається до стіни й утримується під дією власної маси. Щоб перевести прилад в робоче положення, необхідно відвести рами від стіни й закріпити систему одним

тросом і талрепом. Другий трос має постійну довжину і кріпиться одним кінцем за гак до стіни, іншим до вертикальної стійки.

Встановлення прилада і закріплення вимагають мало часу.

**Багатокомплектна пристінна опорно-поворотна система поперечин** (мал. 14) — це ряд поперечин, зв'язаних в єдину конструкцію.

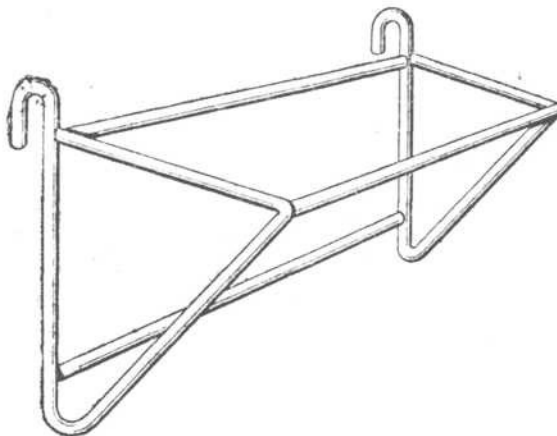
У неробочому положенні поперечини притиснуті до стіни і займають мало місця. Щоб привести конструкцію в робочий стан, необхідно відвести всю систему так, щоб високі поперечини були перпендикулярні стіні. Закріплюється система розтяжними тросами, один з яких має постійну довжину і кріпиться до гака в стіні або до «жаб» на підлозі. Другий трос через талреп кріпиться до протилежної стіни або до «жаб».



**Мал. 14.** Багатокомплектна пристінна опорно-поворотна система поперечин

Конструкція легко і швидко встановлюється і прибирається, її можна використовувати у поєднанні з іншими приладами і пристосуваннями (драбинами, лавками, гирями і ін.), які можуть бути підвішені або укладені на поперечини.

**Навісна поперечина** (мал. 15) — зварна конструкція з труб або металевого прута (діаметр 30—35 мм).



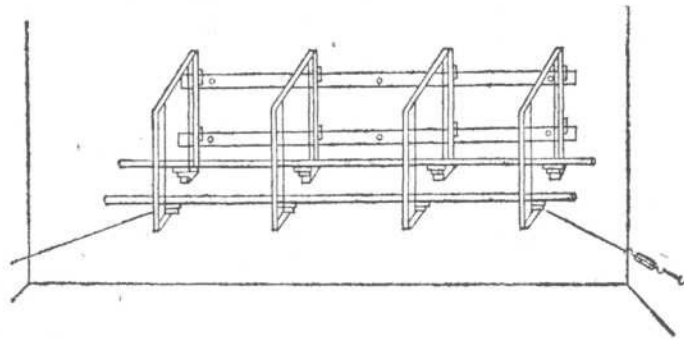
**Мал. 15.** Навісна поперечина

Пристосування навішується на гімнастичну стіну. Залежно від висоти навішування воно може використовуватися як поперечина для підтягування висячи або як прилад для виконання вправ лежачи упираючись в підлогу, у звисі сидячи на поперечині й ін.

### Нестандартні багатокomплектні бруси

**Підвісна поворотна система брусів** (мал. 16). Основою конструкції є підвісні рами-кронштейни, на яких шарнірами кріпляться робочі частини прилада — металеві або дерев'яні жердини.

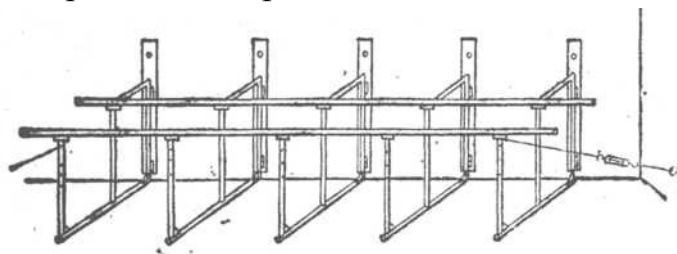
Конструкція швидко встановлюється і прибирається.



Мал. 16. Підвісна поворотна система брусів

**Пристінна опорно-поворотна система брусів** (мал. 17). Основним елементом конструкції є опорна рама, яка кріпиться до пристінних швелерів шарнірами.

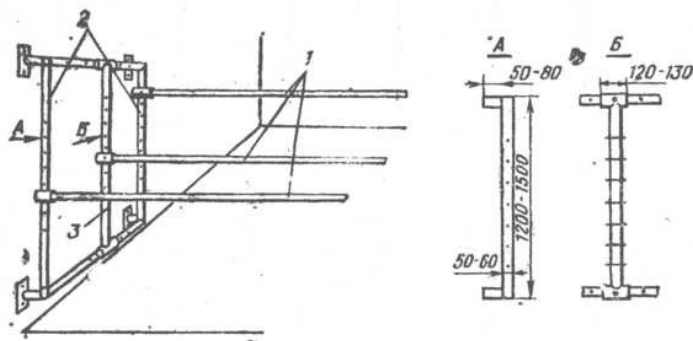
У неробочому положенні система брусів притиснута до стіни. Для встановлення в робоче положення бруси відводяться від стіни і закріплюються двома розтяжними тросами і талрепами.



Мал 17. Пристінна опорно-поворотна система брусів

**Багатоцільовий комбінований снаряд** (мал. 18). Основними елементами прилада є пристінні рами, які змонтовані на протилежних стінах, і довгі жердини, встановлені впоперек спортивного залу.





**Мал. 18.** Багатоцільовий комбінований прилад:

1 — рухомі горизонтальні жердини; 2 — вертикальні нерухомі стійки; 3 — вертикальна рухома стійка

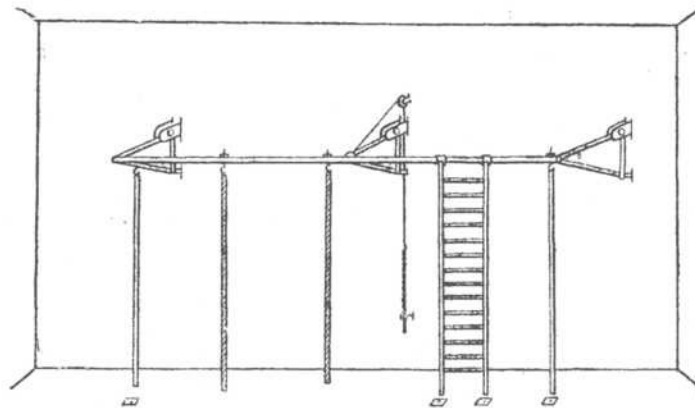
Залежно від кількості жердин прилад можна використовувати як поперечину, паралельні або різновисокі бруси, потрійний бум. Крім того, на ньому можна відпрацьовувати різні вправи, які сприяють розвитку рівноваги, координації рухів, вихованню вольових якостей та ін.

Для встановлення жердин в робоче положення їх необхідно закріпити на нерухомих частинах рами і рухомій каретці шкворнями.

### Підйомна система підвісних приладів для лазіння

(мал. 19)

Прилади для лазіння (канати, жердини, вертикальні драбини), як правило, монтуються на нерухомих виступаючих балках або кронштейнах, міцно закріплених в стінах спортивного залу.



**Мал. 19.** Підйомна система підвісних приладів для лазіння

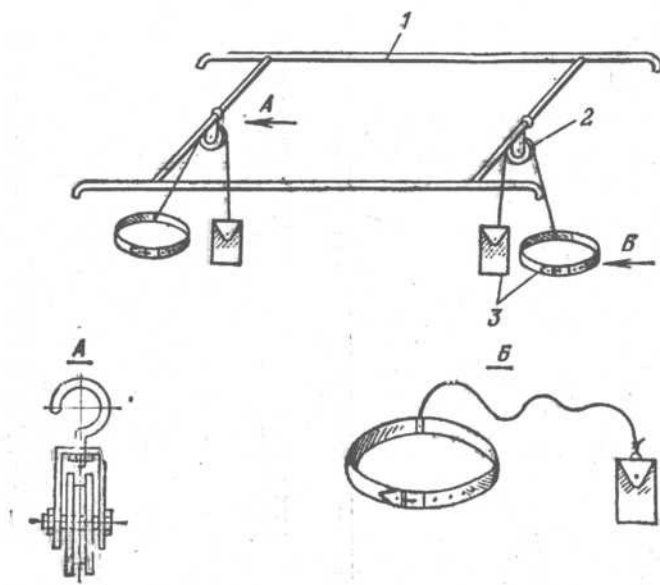
У неробочому положенні система приладів піднімається і притискається до стіни тросом і ланцюгом. Для приведення системи в робоче положення досить зняти ланцюг з гаків та опустити до впирання кронштейна в стіну.

Розташування приладів на основній трубі повинне бути таким, щоб можна було виконувати вправи не тільки в лазінні по канату або жердині, але і в перелізанні з одного каната на іншій, з каната на жердину, по двох канатах або жердинах і ін.

### Індивідуальні тренажерні пристрої

Тренажерні пристрої виховують фізичні якості і розвивають психологічні функції організму при індивідуальній роботі, допомагають оволодівати технікою виконання фізичних вправ.

**Пристосування для вдосконалення техніки підтягання** (мал. 20). Основними елементами пристосування є пояс, сполучений тросом з противагою (сумка з нормованим вантажем), і рама, на якій підвішуються два блоки. Для виконання вправ рама з блоками кріпиться на двох поперечинах. Пояс надягають на того, хто займається, а трос перекидається через блок. Залежно від маси того, хто займається і його фізичної підготовленості в сумку кладуть відповідний вантаж.



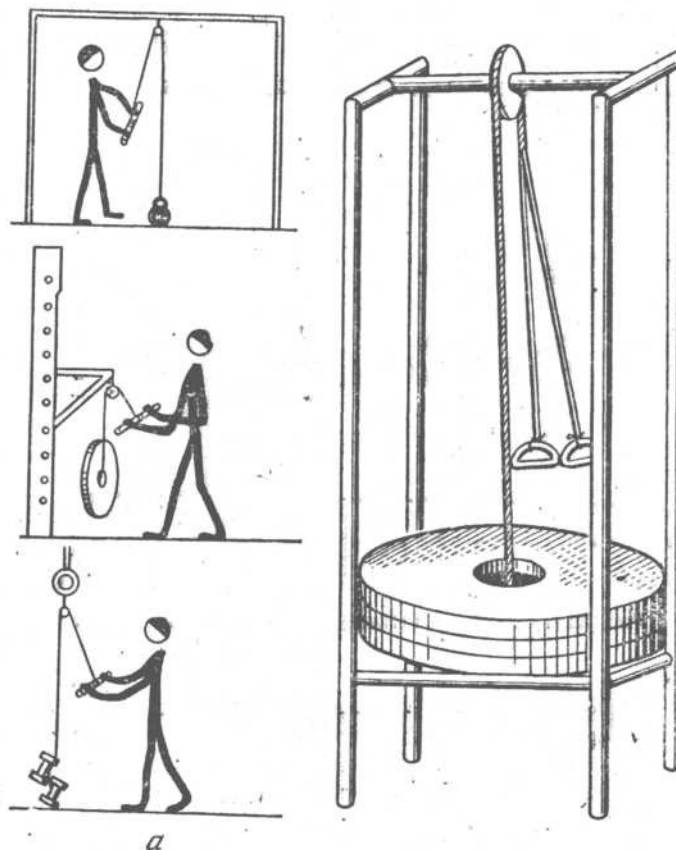
**Мал. 20.** Пристосування для вдосконалення техніки підтягування:

1 — спеціальна рама; 2 — навісний блок; 3 — пояс і сумка для вантажу, сполучені тросом

У міру оволодіння ними технікою виконання вправи масу вантажу слід зменшувати. Цю конструкцію можна використовувати в комплексі з пристосуванням для підтягання, що навішується на гімнастичну стіну.

Кистева корба (мал. 21). Простий пристрій, що дозволяє піднімати і опускати вантаж, накручувавши шнур, трос або відрізок велосипедного ланцюга на корбу. Пристрій служить для розвитку сили м'язів кистей рук, плеча і

плечевого суглоба. Як вантаж можна використовувати «млинці» від штанги, гирі, набір гантелів, сумку з брезенту або шкіри з вантажем та ін.

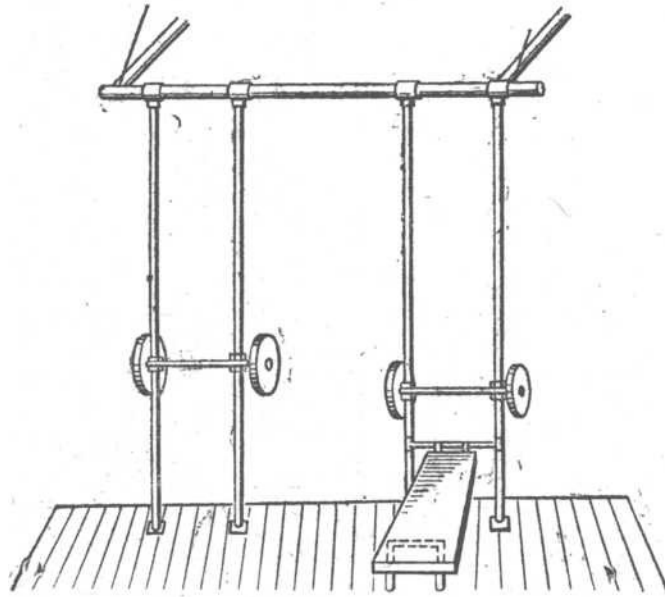


**Мал. 21.** Кистева корба:

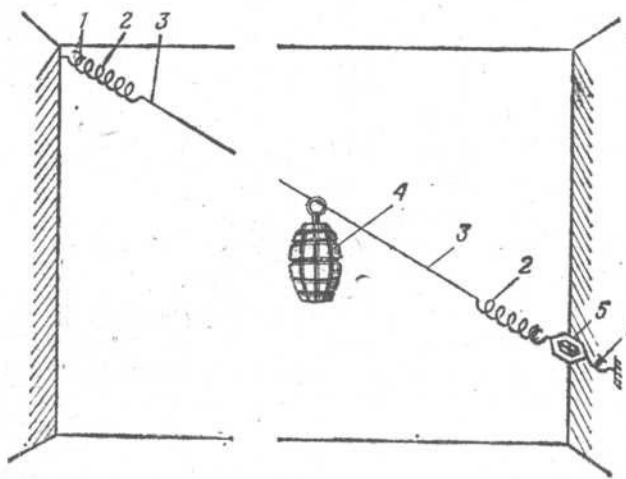
*а* — система «вантаж на тросі — блок — корба»; *б* — стаціонарна кистева корба

Рухома штанга на вертикальних жердинах (мал. 22). Для розвитку сили м'язів ніг, тулуба, рук досить ефективним приладом може бути штанга, яка закріплена на фіксованих вертикальних жердинах ковзаючими муфтами.

Тренажер для навчання метанню гранат (мал. 23). На ньому учні освоюють техніку метання гранат Ф-1 на дальину і тренують силу кидка для виконання цієї вправи. Заняття на тренажері проводяться так само, як на окремому навчальному місці при відпрацювання прийомів дій на смузі перешкод.



**Мал. 22.** Рухомі штанги на вертикальних жердинах



**Мал. 23.** Тренажер для навчання киданню гранат

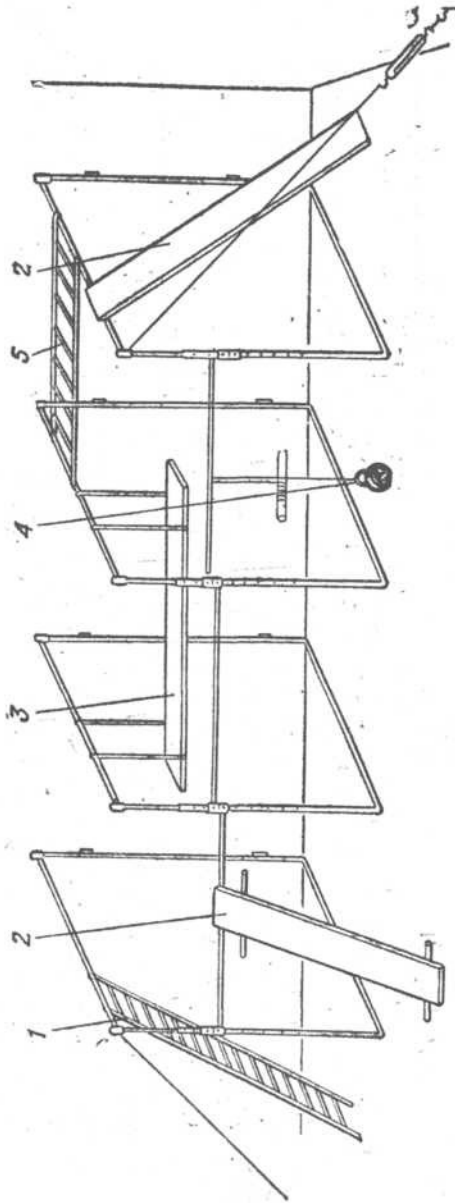
При правильній техніці метання і сильному кидку граната летить по натягнутому тросі (дроті) до кінця і вдаряється об амортизаційну пружину. Такий кидок дорівнює лету гранати на 40—45 м.

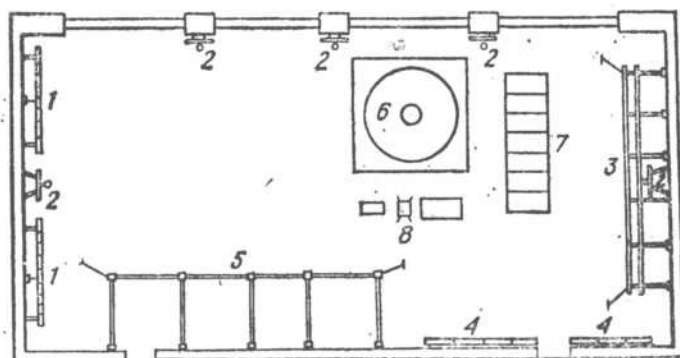
При слабкому кидку граната летить натягненим тросом (дротом), але не долітає 1—1,5 м до кінця. Цей кидок дорівнює лету гранати на 25—30 м.

При неправильній техніці метання (при високій або низькій траєкторії, відхиленнях убік) граната обертається навколо троса (дроту) по осі або зависає. В цьому випадку необхідно виправляти траєкторію польоту або напрям кидка за рахунок положення тулуба кидальника (розвернути управо, вліво) або руху руки.

### Гімнастичне містечко в спортивному залі

З підвісних та опорних приладів можна зробити велику кількість комбінацій залежно від завдань уроку і наявності допоміжних приладів і пристосувань. Один з варіантів використання системи пристінних поворотно-опорних поперечин в комплексі з гімнастичною лавкою, двома металевими, спеціально виготовленими драбинами, підвісною дошкою та іншими пристосуваннями, які нескладно виготовити з підручних матеріалів, показаний на мал. 24.





**Мал. 25.** Оснащення спортивного залу для проведення комплексного уроку:  
 1 — підйомна пристінна система канатів, драбин і вертикальних жердин; 2 — баскетбольні щити; 3 — пристінна система брусів на п'ять пар; 4 — сім прогонів гімнастичних стін; 5 — пристінна опорно-поворотна система низьких і високих поперечин; 6 — борцівський килим (4х4 м), 7 — акробатична доріжка з гімнастичних мат; 8 — прилад для опорних стрибків

Під час занять в гімнастичному містечку учень повинен виконати серію вправ, пройшовши по всьому ланцюгу приладів. На кожному уроці вправи можна ускладнювати або полегшувати залежно від завдань уроку, підготовленості груп, наявності й розташування приладів і пристосувань.

Для проведення комплексного уроку в спортивному залі (24X12 м) встановлюються багатокомплектні прилади (мал. 25). Учні класу (групи) діляться на 4—6 і більше навчальних груп для одночасного виконання вправ на всіх приладах. Зміну навчальних місць доцільно проводити через 6—7 хв. Таким чином, за час заняття учні встигнуть виконати вправи на шести-семи приладах.

## **ПРЕДМЕТ «ЗАХИСТ ВІТЧИЗНИ» І ВІЙСЬКОВО-ПАТРІОТИЧНЕ ВИХОВАННЯ МОЛОДІ**

### **НАВЧАЛЬНА БАЗА В НАВЧАЛЬНОМУ ЗАКЛАДІ (НАВЧАЛЬНОМУ ПУНКТІ)**

Якість предмета «Захист Вітчизни» і військово-патріотичного виховання молоді багато в чому залежить від наявності й стану навчальної бази в навчальних закладах і на навчальних пунктах підприємств та установ.

Навчальна база включає: кабінет предмета «Захист Вітчизни»; кімнату, спеціально обладнану для зберігання навчальної зброї, дрібнокалібрових гвинтівок і набоїв до них; стрілецький тир; навчальне містечко для занять з тактичної підготовки і цивільної оборони; майданчики для занять з муштрового

вишколу і практичного вивчення прийомів і правил стрільби; місця для практичного вивчення обов'язків чатового, днювального і вивчення чищення і змашування навчальної зброї; табельна навчальна зброя і військове майно; навчальні та наочні посібники і технічні засоби навчання, а в медичних і фармацевтичних навчальних закладах, крім того, клас військово-медичної підготовки.

Для проведення заходів, пов'язаних з військово-патріотичним вихованням молоді, кожен навчальний заклад і навчальний пункт повинні мати музей або кімнату (куточок) бойової і трудової слави.

Наочна агітація з військово-патріотичного виховання повинна бути високоідейною, актуальною, дохідливою, відображати найважливіші політичні події, військово-патріотичну тематику; пропагувати успіхи українського народу, героїв національно-визвольного руху, показувати життя району (міста), навчального закладу, школи ТСОУ, підприємства. В навчальних закладах, які мають почесні найменування, бажано мати спеціальне місце з портретом або бюстом героя та описом його подвигу.

В навчальному закладі повинна бути оформлена наочна агітація, що відповідає сучасним вимогам. Вона повинна відображати повсякденну роботу вчителів, військових керівників, викладачів і майстрів виробничого навчання, мобілізувати молодь на виконання завдань, що стоять перед нею, із захисту Вітчизни, пропагувати професію українських офіцерів, героїку і романтику військової служби. Для цього обладнують стенд (планшет) з фотографіями солдатів, слухачів, офіцерів-випускників навчального закладу та учнів-відмінників у вивченні предмета «Захист Вітчизни».

### КАБІНЕТ ПРЕДМЕТА «ЗАХИСТ ВІТЧИЗНИ»

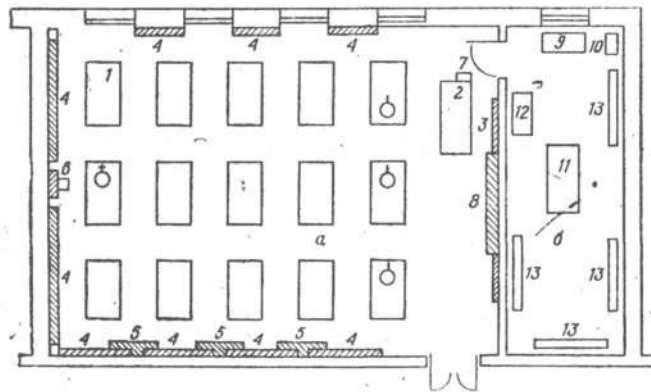
Кабінет предмета «Захист Вітчизни» призначений для теоретичного і практичного вивчення розділів Програми предмета «Захист Вітчизни», а також для проведення гурткової роботи у позаурочний час і самостійної підготовки учнів до занять (заліків).

Кабінет предмета «Захист Вітчизни» обладнують в просторому і світлому приміщенні та оснащують учнівськими двомісними столами, стільцями на кожного учня, столом для військового керівника (викладача, інструктора) і класною дошкою. Варіант плану кабінету предмета «Захист Вітчизни» з лаборантською показаний на мал. 26.

На лицевій стороні кабінету розміщують: над класною дошкою — портрет Президента України, ліворуч від портрета текст ст. 65 Конституції України «Захист Вітчизни, незалежності та територіальної цілісності України, шанування її державних символів є обов'язком громадян України», а праворуч — текст ст. 17 Конституції України «Захист суверенітету і територіальної

цілісності України, забезпечення її економічної та інформаційної безпеки є найважливішими функціями держави, справою всього Українського народу.

Оборона України, захист її суверенітету, територіальної цілісності і недоторканності покладаються на Збройні Сили України»; ліворуч і праворуч від класної дошки відповідно розміщують планшети з текстом військової присяги і положення про Бойовий Прапор військової частини Збройних Сил України.



**Мал. 26.** План кабінету предмета «Захист Вітчизни» з лаборантською (варіант): *a* — кабінет предмета «Захист Вітчизни»; *б* — лаборантська; 1 — учнівські столи; 2 — стіл військового керівника; 3 — класна дошка; 4 — навісні стенди (турнікети); 5 — вітрини; 6 — підставка під проектор; 7 — пульт дистанційного керування апаратурою; 8 — екран; 9 — робочий стіл; 10 — книжкова шафа; 11 — стіл для чищення зброї; 12 — шафа для апаратури; 13 — стелажі

У кабінеті предмета «Захист Вітчизни» необхідно мати: стенди (турнікети); макет місцевості; технічні засоби навчання; стіл, стійку або підставку для демонстрації наочних посібників; підстилки на столи з картону або іншого матеріалу для використання їх при неповному розбірі й збиранні навчальної зброї, спорядженні магазину; указку й набір кольорової крейди.

Учнівські столи у кабінет предмета «Захист Вітчизни» доцільно розміщувати в три ряди, крайні не ближче 60 см від стін, з тим, щоб кожен учень мав можливість за викликом приймати поставу «струнко» і рівним кроком виходити до дошки для відповіді або практичного показу муштрового хвату (дії), а також щоб військовий керівник (викладач, інструктор) мав можливість контролювати правильність виконання вимог Стройового статуту (Впоряду) учнем (основну поставу, рух рівним кроком, поверти на місці, в русі та муштрові хвати).

На заняттях з у кабінеті предмета «Захист Вітчизни» учні розміщуються за столами в рядах відділеннями (роями). У кожному ряді за першим столом — командир відділення (рою), за ним — все відділення (рій) учнів. Командир взводу (чети) — за останнім столом.



У кабінеті предмета «Захист Вітчизни» обладнують стенди (турнікети), оформлені на кожен розділ програми навчання, і розміщують в такій послідовності.

I. Військово-історичні, правові та політичні основи захисту Вітчизни:  
схема структури Збройних Сил України та інших військових формувань в Україні;

види Збройних Сил України та їх призначення;  
склад Сухопутних військ по родах військ; завдання, що вирішуються ними.

II. Загальновійськова підготовка:

а) Статут внутрішньої служби Збройних Сил України:  
малюнок (фотографія) лицьової обкладинки статуту; коротке визначення змісту статуту; зміст першого абзацу ст. 1 і 140;

б) Дисциплінарний статут Збройних Сил України:  
малюнок (фотографія) лицьової обкладинки статуту; коротке визначення змісту статуту; зміст ст. 1, 2 і 3;

в) Статут гарнізонної та вартової служб Збройних Сил України:  
малюнок (фотографія) обкладинки Статуту; коротке визначення змісту Статуту;  
малюнки (фотографії) положення зброї чатового на стійці в нічний час, в денний час, при гасінні пожежі або боротьбі зі стихійними лихами.

Муштрові хвати і рух без зброї та зі зброєю (стенд може обладнуватися в коридорі, де проводиться шиккування учнів перед заняттями) :

малюнок (фотографія) обкладинки Стройового статуту Збройних Сил України;

коротке визначення змісту Статуту;

зміст ст. 1;

малюнки (фотографії) одношеренгового зімкнутого ладу і колони одинцем (показати елементи ладу);

зміст ст. 26.

III. Вогнева підготовка:

загальний вигляд автомата АК-74 (АКС-74), ручного кулемета РКК-74 (РКК-74С), ПКМ, снайперської гвинтівки СГД, пістолета ПМ, ручного протитанкового гранатомета РПГ-7В, ручних скалкових гранат РГД-5, Ф-1, РГН, РГО, ручної кумулятивної гранати РКГ-3, протитанкових і протипіхотних мін ТМ-62, ТМ-57, ПМН-3, ОЗМ-72, МОН-50;

основні частини і механізми АК-74 (АКС-74), РКК-74 (РКК-74С), ПКМ, СГД, ПМ, РПГ-7В, РГД-5, Ф-1 і РКГ-3, ТМ-57, ТМ-62, ПМН-3, ОЗМ-72, МОН-50 ;

теоретичні основи стрільби;

таблиця з тактико-технічними даними АК-74 (АКС-74), РКК-74 (РКК-74С), ПКМ, СГД, ПМ, РПГ-7В, ручних гранат (виділити мірникову дальину стрільби з автомата, дальину вогню по наземних і повітряних цілях).

IV.Тактична підготовка:  
формулювання, що таке бій;  
обов'язки солдата в бою;  
схеми (види бою і маневру в бою; бойовий порядок відділення в наступі;  
позиція відділення (рою) в опорному пункті взводу (чети), його інженерне обладнання).

Військова топографія:  
способи визначення сторін горизонту за компасом, сонцем, годинником, небесними світилами, місцевими предметами;  
рух за азимутом (магнітні азимути, схема маршруту руху за азимутами).

V.Прикладна фізична підготовка:

кидання гранат;  
основи самозахисту;  
Бойовий Гопак та Аркан.

VI.Основи цивільного захисту:

сигнали оповіщення цивільної оборони;  
вражаючі чинники ядерного вибуху, способи захисту.

VII.Основи медико-санітарної підготовки:

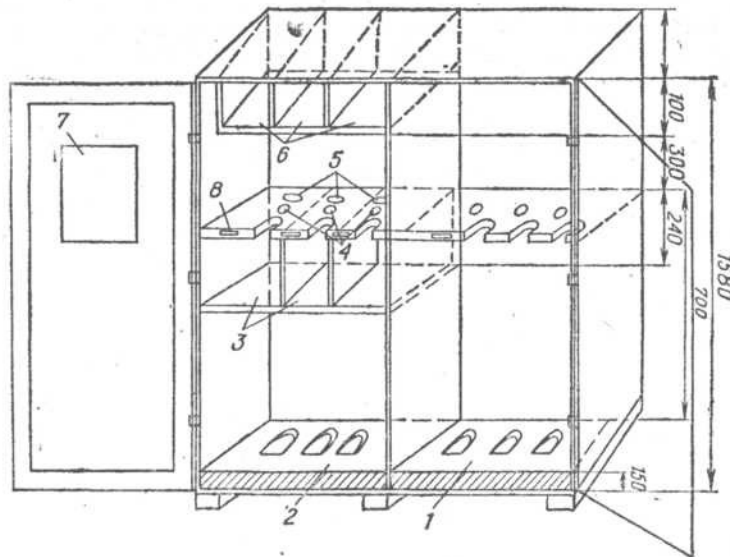
надання першої допомоги при кровотечах, пораненнях, переломах та вивихах.

## КІМНАТА ДЛЯ ЗБЕРІГАННЯ ЗБРОЇ ТА БОЄПРИПАСІВ

Кімната призначена для зберігання навчальної зброї, дрібнокалібрових гвинтівок і боєприпасів. Її обладнують у відповідності з Інструкцією про порядок виготовлення, придбання, зберігання, обліку, перевезення і використання вогнепальної зброї, боєприпасів до неї та вибухових матеріалів.(Затверджена наказом МВС України від 25 березня 1993 р. №164, із змінами та доповненнями).

Варіант обладнання шафи (піраміди) для спільного зберігання навчальної зброї і дрібнокалібрових гвинтівок показаний на мал. 27.

Для зберігання дрібнокалібрових гвинтівок окремо обладнують таку ж шафу (піраміду), тільки без місць (гнізд) для магазинів, масничок, приладдя, багнетів-ножів і набійниць.



**Мал. 27.** Обладнання шафи (піраміди) для спільного зберігання навчальної зброї і дрібнокалібрових гвинтівок (варіант): 1 — місце для зберігання дрібнокалібрових гвинтівок; 2 — місце для зберігання навчальної зброї; 3 — місця для торб; 4 — гнізда для магазинів; 5 — гнізда для багнетів-ножів; 6 — місця для магазинів; 7 — рамка для опису; 8 — місце для ярличка

Шафа (піраміда) обладналася на таку кількість навчальної зброї і дрібнокалібрових гвинтівок, які є в навчальному закладі (навчальному пункті).

На внутрішній стороні дверей шафи (піраміди) в рамці розміщують опис майна.

**ОПИС**  
навчальної зброї і дрібнокалібрових гвинтівок  
що зберігаються в шафі (піраміді) №

№ по пор.	Назва	Перебуває на			
		04.08.2007	15.09.2007		
1.	АК-74	3	4		
2.	МКВ	11	10		
3.	Магазини до АК-74 тощо	3	4		

Військовий керівник —

З навчальною метою, щоб наочно продемонструвати учням, як зберігаються у військовослужбовців інженерне майно і протигазы, в шафі (піраміді) можуть бути обладнані місця для протигазів і чарунки для малих шанцевих лопат. На торби протигазів прикріплюються ярлички (3X5 см). На ярличку вказують розмір

протигаза і прізвище учня, за яким закріплений протигаз. Ярличок кріпиться з лівого боку, в місці з'єднання шлейки з торбою.

### СТРІЛЕЦЬКИЙ ТИР

Тир — це спеціально обладнана споруда або ділянка місцевості, призначена для стрільби по мішенях з дрібнокалібрової гвинтівки. Він обмежений ззаду лінією вогню, спереду кулевловлювачем і валом, а з боків валами або стінами, що перешкоджають вилету куль за межі тиру. Тири можуть бути відкритими, напівзакритими і закритими, а також спрощеними — з використанням залізобетонних (металевих) труб на 25, 50 м і більш (додаток 4).

При будівництві й експлуатації стрілецького тиру необхідно керуватися основними вимогами до заходів безпеки при проведенні стрільби. Стрілецький тир повинен бути побудований так, щоб забезпечити повну безпеку для навколишніх людей і виключити можливість проникнення людей і тварин в зону стріляння. Дотримання цих умов досягається спеціальним плануванням, влаштуванням захисних стінок, козирків, кулевловлювачів і перехватів на дистанції стрільби. Стрілецький тир повинен мати зону стріляння і приміщення для підготовки стрільців.

У зоні ведення вогню початкове положення і рубіж відкриття вогню позначають добре видимими лініями і вказівками з відповідними написами. На рубежі відкриття вогню повинні бути підстилки для стрільців та упори (мішечки або валики з піском або тирсою) для стрільби лежачи з упори.

У приміщенні для підготовки стрільців доцільно обладнати навчальні місця, де учні могли б удосконалювати свої знання і практичні навички з вогневої підготовки. Для цього вивішуються щити, на яких розміщують: умови виконання підготовчої вправи з дрібнокалібрової гвинтівки; заходи безпеки під час стрільби; умови виконання початкової вправи з автомата АК-74.

## ОБЛАДНАННЯ ПНЕВМАТИЧНОГО ТИРУ

### 1. Виготовлення приладдя тиру

За наявності спеціального окремого приміщення для стрільби довжиною 12 м треба обладнати два вогневі рубежі: на 10 і на 5 метрів. Для кожного вогневого рубежу слід виготовити дерев'яні щити і килимки розміром близько 100 x 175 см за числом місць для стрільби. Ширина вогневої позиції для кожного стрільця близько 100 см. Підлога вогневої позиції не повинна прогинатися під час ходьби в зоні вогню. Всі вогневі позиції повинні бути на одній лінії необхідної дистанції стрільби.

Для стрільби "сидячи за столом" треба мати легкі переносні столи відповідно до кількості вогневих позицій. Для упор можна використовувати дерев'яні ящики відповідної висоти і мішечки з тирсою або ватою завдовжки близько 30 см і діаметром 20—25 см. Валики для стрільби з коліна роблять завдовжки 30 см і діаметром 12—20 см.

Поряд з приміщенням для стрільби рекомендується, як наголошувалося вище, по можливості, обладнати кімнату очікування і підготовки до стрільби, де повинні бути столи і стільці, висіти плакати про заходи безпеки, правила виконання стрільби, будову зброї, прийоми стрільби тощо, а також мають бути книги, газети і журнали.

Бажано мати окреме приміщення для розбіру, чищення і ремонту зброї. Якщо такої можливості немає, то в приміщенні для стрільби треба зробити спеціальний стіл для роботи зі зброєю. Але слід пам'ятати, що **КАТЕГОРИЧНО ЗАБОРОНЯЄТЬСЯ ПРАЦЮВАТИ ЗІ ЗБРОЄЮ ПІД ЧАС СТРІЛЬБИ. ЦЕ НЕБЕЗПЕЧНО!**

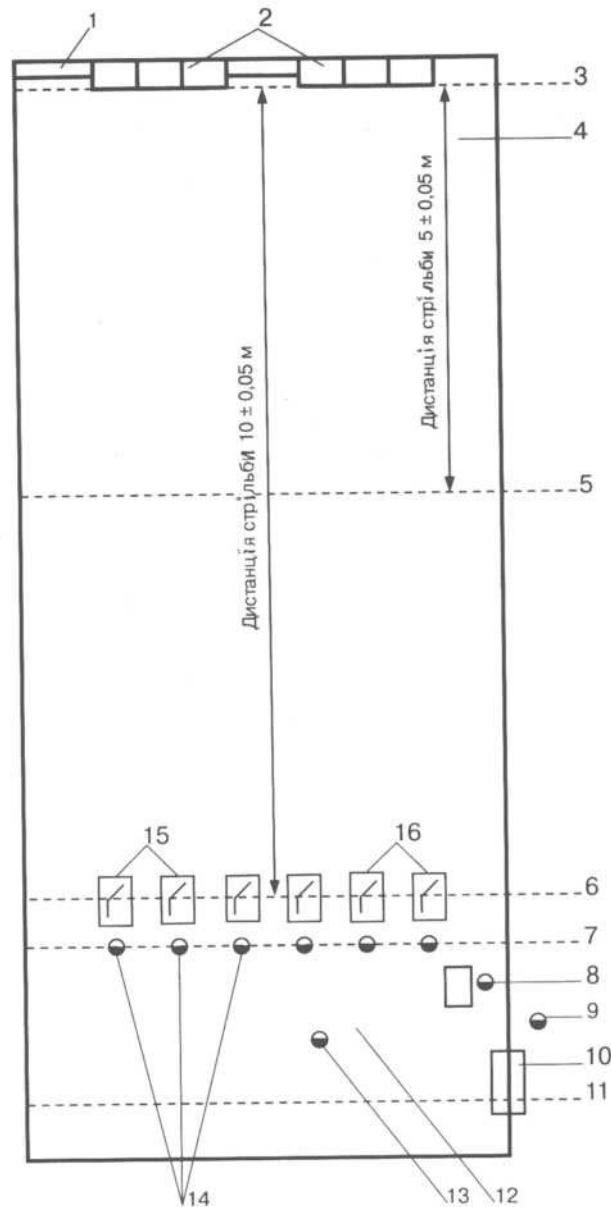
Якщо окремого приміщення для стрільби немає, то можна обладнати тир прямо в учбовому кабінеті зі столами і стільцями (мал.28). Тоді можна стріляти з гвинтівки в положенні сидячи за столом з упорою ліктями на стіл і стоячи без упори, а також з пістолета.

У такому приміщенні на глухій (без дверей) стіні обладнують лінію мішеней і зону стрільби, а в іншому кінці кімнати, де є вхідні двері, — зону вогню. Вхідні двері приміщення для стрільби повинні закриватися зсередини на міцний замок (засув), а зовні треба зробити світлове табло або навісну табличку з написом чіткими червоними буквами: "НЕ ВХОДИТИ! ЗАНЯТТЯ ЗІ СТРІЛЬБИ!". Після

закінчення стрільби треба вимкнути табло або зняти табличку. На вікна роблять щити.

Освітленість на лінії мішеней повинна бути 800—1000 лк, а на лінії вогню — не менше 300 лк.

У всіх приміщеннях повинна бути достатня вентиляція.



**Мал.28.** План пневматичного тиру і вогневих позицій.

1 — кулевловлювальна стіна; 2 — трьохщитовий кулевловлювач (2 шт.); 3 — лінія мет; 4 — зона стріляння; 5 — лінія стріляння на 5 метрів; 6 — лінія стріляння на 10 метрів; 7 — межа вогню; 8 — секретар; 9 — черговий біля входу; 10 — входні двері; 11 — лінія попереднього старту; 12 — зона вогню; 13 — керівник стрільби; 14 — стрільці (6 чол.); 15 — столи (6 шт.); 16 — зброя (6 шт.).

### Виготовлення кулевловлювачів

Рекомендовані двохщитові або трьохщитові кулевловлювачі відповідають всім правилам безпеки стрільби, не вимагають капітальних витрат, виготовляються з підручних матеріалів своїми силами, прості і надійні. Їх можна використовувати як підвісні настінні або як переносні для встановлення на яку-небудь підставку.

Пропонуються два варіанти кулевловлювачів: перший — зі сталевим похилим відбивачем, другий — з гумовими стрічками, що вільно висять.

Трьохщитовий кулевловлювач зі сталевим похилим відбивачем виготовляють таким чином. Дерев'яний каркас роблять з чотирьох подовжніх рейок, що скріплюють з бічними щитами. Всередині закріплюють зігнуту пластину з листової сталі завтовшки 1,5-2 мм. Можна використовувати і вживану покрівельну сталь завтовшки 0,6-0,8 мм. Одна частина цієї пластини з листової сталі утворює уподовж кулевловлювача відбивач куль, нахилений вниз під кутом близько 45° до траєкторії польоту куль. Інша частина цієї пластини закріплюється горизонтально, утворюючи дно кулевловлювача.

Вертикальні планки підвищують жорсткість конструкції кулевловлювача і ділять його на три вогневі щити. Деякі грані кулевловлювача стають перпендикулярно до траєкторії польоту куль, і може бути рикошет.

Треба прибити на вказані елементи конструкції захисні планки з перетином у вигляді прямокутного трикутника так, щоб кулі відбивалися вниз і в безпечну зону. На відбивні планки передніх торців бічних щитів і вертикальні планки прибити стрічкові гумки, під які перед стрільбою вставляються листи картону з наперед наклеєними на них мішенями. Виходять три вогневі щити.

Кулі, що потрапили в кулевловлювач, пробивають картон з мішенню, вдаряються у відбивач, потім в дно, знову у відбивач і втрачають свою енергію. Відбивач куль, виготовлений з покрівельної сталі завтовшки 0,6 мм, витримує 5—10 тисяч пострілів і виходить з ладу. Його замінюють.

Для заміни відбивача треба вирізувати прямокутник з листової сталі за розмірами кулевловлювача, а потім закріпити його. Новий відбивач можна зробити і з двох частин з розрахунком, щоб ці листи по ширині були на декілька сантиметрів більші і перекивали один одного.

Другий варіант кулевловлювача — із стрічками (мал.29), що вільно висять. Каркас кулевловлювача аналогічний попередньому. На дві планки завдовжки близько 900 мм (як і довжина кулевловлювача) закріплюються суцільним рядом стрічки з щільної гуми (від камер велосипеда чи автомобіля) шириною близько 50 мм і завдовжки з висоту кулевловлювача. Планки закріплюють по верху кулевловлювача, стрічки висять вільно. При ударі кулі втрачають свою енергію майже не ушкоджуючись. Їх можна використовувати для стрільби стрільців-

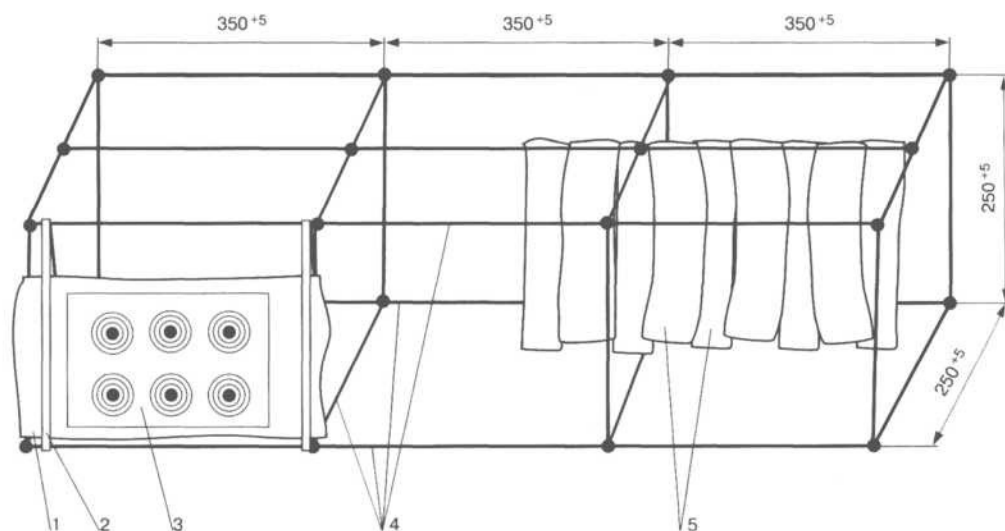
початківців. Друга перевага — вловлювання куль відбувається тихо, без шуму. Два таких кулевловлювачі розташовують на відстані близько 1 м один від одного на висоті 1,5 м для стрільби сидячи і стоячи й на висоті 0,5 м для стрільби лежачи.

Каркас кулевловлювача можна виготовити із металевих деталей за допомогою зварювання або клепання.

Виготовлення кулевловлювальної стіни навколо кулевловлювачів

Не всі кулі потрапляють у кулевловлювачі, особливо коли стріляють стрільці-початківці. Випадкові постріли бувають через помилки націлювання, через неправильне утримання зброї, внаслідок поганої підготовки зброї до стрільби, через дефектні кулі тощо. Усувати ці помилки необхідно додатковим вивченням правил стрільби, ретельною технічною підготовкою зброї і куль, а також виробленням звички — максимум уваги до зброї, ніякої покvapності!

Кулі, які не потрапили в кулевловлювач, вдаряються до стіни, рикошетять і летять назад в тих, що стріляють. Їх удар може завдати травм.



**Мал. 29.** Трьохщитовий кулевловлювач.

1 — картон для наклеювання мет; 2 — гумка для кріплення картону з метами (4 шт.); 3 — лист паперу з метами; 4 — каркас кулевловлювача; 5 — гумові стрічки, що вільно звисають.

Ці кулі досить сильно відскакують від стін з різних матеріалів. А від міцної сталеві стіни можуть відлетіти осколки куль, оскільки свинець, з якого вони зроблені, може мати домішки миш'яку, сурьми й ін., і кулі стають крихкими.

Пропонується кулевловлювальна стіна, що повністю виключає рикошети куль або їх осколків. Під стелею уздовж стіни горизонтально закріплюють брус перетином близько 50 x 50 (100 x 50) мм і на нього прибивають лінолеум, який вільно звисає навколо кулевловлювачів майже до підлоги. Потім на перший брус прибивають другий, а на нього — другий шар лінолеуму. Для розміщення



кулевловлювачів треба вирізувати отвори. Зовні на лінолеум можна повісити неяскаву тканину. Над кулевловлювачами великими буквами пишуть порядкові номери вогневих щитів.

Пробивши лінолеум, кулі втрачають енергію і застрягають між стіною і лінолеумом. Затриманню куль сприяє й еластичність лінолеуму.

Таке покриття стіни навколо кулевловлювачів дає повну гарантію уловлювання куль тривалий час при стрільбі з пневматичної зброї навіть покращеної якості. Замість лінолеуму можна використовувати щільну листову гуму або брезентову тканину завтовшки близько 1,5—3 мм.

Якщо тир обладнано в приміщенні, де стіна цегляна, бетонна або тинькована, то рекомендується закріпити на стіні дерев'яні стійки і поперечину з брусів або товстих дощок і зробити дерев'яний щит (грати) у всю стіну. Після цього закріпити кулевловлювачі й кулевловлювальну стіну навколо них.

Виготовлення щита для стрільби кулями багаторазового користування (кулями-стрілками)

Цими кулями стріляють на дистанції 5 м стрільці-початківці, і тому щит повинен бути великого розміру. Стріляти кулями-стрілками рекомендується з гвинтівок ИЖ-22, а не ИЖ-38, оскільки у останніх велика початкова швидкість і кулі-стрілки так сильно забиваються в щит, що їх важко витягнути.

Щит розміром 2000x2000 мм рекомендується виготовити з дощок, а на них прибити гумовий лист середньої щільності розміром 500x500 мм, завтовшки 10—30 мм. Щільність гуми і товщина листа повинні бути такі, щоб кулі-стрілки після пострілу добре трималися і легко витягувалися. Підбір гумового листа проводиться дослідним способом. В крайньому випадку, замість нього можна використовувати тонку фанеру, прибиту до дощок. В середині листа треба намалювати або наклеїти мети.

Якщо кулі-стрілки дуже сильно забиваються в щит, то можна спиляти їх гострі кінці жал, але так, щоб вони добре трималися в щиті.

Пензлики або пластмасові стабілізатори куль-стрілок можна пофарбувати в різні яскраві кольори, помітні з лінії вогню, і стріляти по одній мети декількома стрілкам одночасно без підходу до мет. Стрільцям треба нагадувати, щоб вони завжди повністю втискали пензлики куль-стрілок в канал цівки. Якщо кінець пензлика затиснеться між торцями цівки і цівкової скриньки, то пензлик зовсім не вилетить. А якщо затиснуться кінчики декількох волосків, то куля вилетить з меншою швидкістю, відірвавши ці волоски, і попадання буде погане. В обох випадках кулі-стрілки стануть дефектними. Для стрільби кулями-стрілками рекомендується виділити найбільш стару, зі зношеними цівками, зброю оскільки вона для точної стрільби свинцевими кулями буде вже непридатна.

## Переносний пневматичний тир

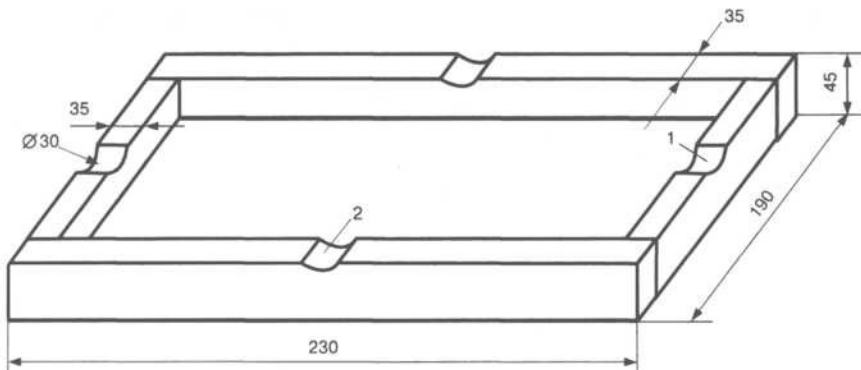
За відсутності окремого постійного приміщення для тиру можна виготовити переносний тир для тимчасової стрільби у відповідному місці (фойє, глухий коридор тощо).

На двох стійках з підставками (дерев'яних або сталевих) закріплюють раму з дерев'яним щитом. Це і буде переносна кулевловлювальна стінка, аналогічна за будовою з описаною вище стаціонарною кулевловлювальною стіною. Її роблять, по можливості, великих розмірів, а поряд і вище, при необхідності, можна встановлювати додаткові щити, але обов'язково з нахилом вниз і в безпечний бік.

### 2. Виготовлення інструментів і приладдя для експлуатації пневматичного тиру

**1. Стіл для розбіру, огляду й ремонту зброї.** Повинен мати на стільниці м'яке покриття з гуми, лінолеуму тощо для оберігання деталей зброї від деформації при ударах. З планок слід зробити борти стільниці заввишки близько 20 мм.

**2. Зйомна стільниця.** Аналогічна вищезгаданій. Виготовляється, коли немає спеціального столу. Якщо буде ковзати, то по її кутах із зворотного боку слід приклеїти шматки листової гуми. Розмір накривки близько 1200 x 700 мм.



**Мал. 30.** Рама-підставка для розбіру й збирання зброї типу ИЖ-38:

1 — виїмки для гвинтівки; 2 — виїмки для пістолета.

**3. Рама-підставка для розбіру й збирання зброї типу ИЖ-38 (мал.30)** складається з чотирьох дерев'яних рейок, скріплених між собою. Виїмки на верхніх гранях служать для жорсткого кріплення цівкової скриньки при розбірі зброї. На коротких гранях — для гвинтівки, а на довгих — для пістолета. Приладдя забезпечує:

а) Відокремлення (з'єднання) ложі від гвинтівки або ручки пістолета. Для цього зброю треба покласти мірником вниз так, щоб цівкова скринька лягла у виїмки рами, і вигвинтити кріпильні гвинти.

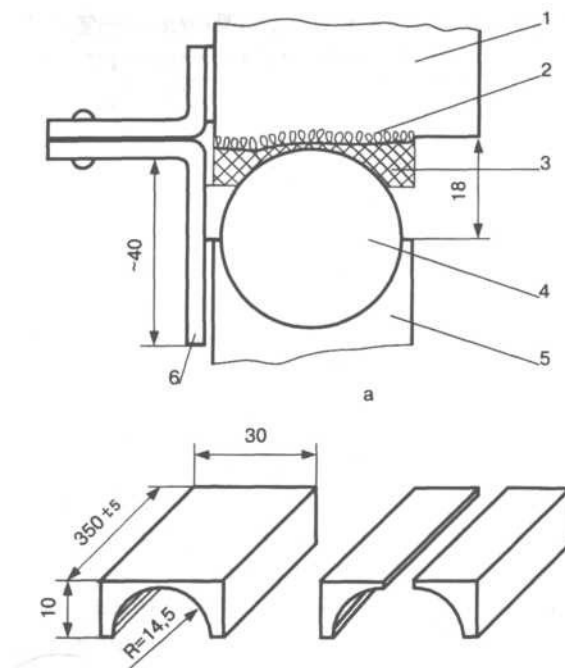
б) Вигвинчування (загвинчування) стопорного гвинта й вісі цівки.

в) Вибивання (вставляння) штифта колодки спускового механізму вісі шептала і важеля блокування і штифта ригеля. При цьому зброю треба покласти набік.

**4. Комплект вибивачів.** Виготовляються зі сталеві заготовки довжиною близько 50 мм і діаметром 4,8; 3,8; 3,3 мм. Краї треба обпиляти на конус. При збиранні зброї ці вибивачі використовуються для точного поєднання отворів деталей перед вставлянням в них вісів і штифтів.

**5. Навчальний подовжувач націльної лінії зброї.** Призначений для вироблення навичок кращої стійкості зброї під час тренування у стрільбі. Є дерев'яним стрижнем завдовжки - 300 мм з високою і широкою мушкою на дальньому кінці. Близький кінець — напрямний; роблять діаметром 4,3 мм, щоб він вставлявся в канал цівки з дульної частини. При цьому довжина націльної лінії збільшується на 300 мм. Тому при неточностях націлювання мушка подовжувача дасть відхилення більше, як на 70%, ніж мушка зброї, що буде помітне самому стрільцеві. Стійкість зброї буде швидко зростати. Висоту мушки подовжувача треба зробити приблизно 20 мм, щоб мушка зброї не закривала мушку подовжувача. Ширину мушки подовжувача слід зробити близько 5 мм, щоб вона займала 2/3 ширина прорізу мірника. Пофарбувати її слід в чорний колір.

**6. Магнітний прилад контролю наведення пневматичної зброї типу ИЖ-38 (ортоскоп)** (мал. 31). Переробляється із заводського приладу.

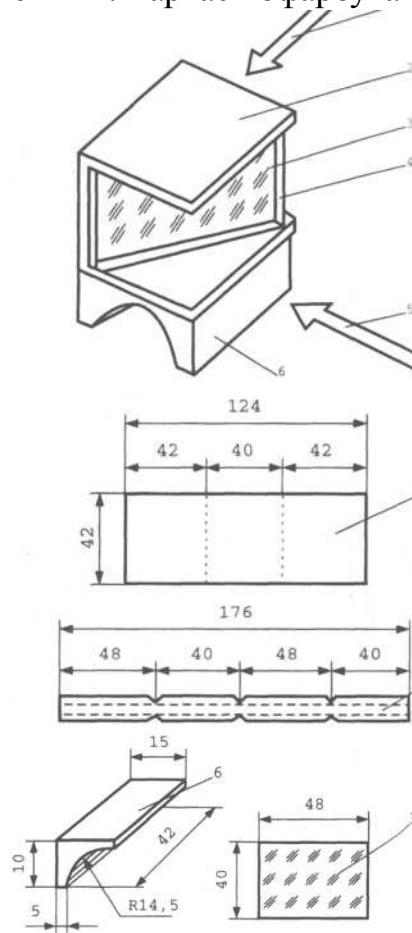


**Мал. 31** Магнітний прилад контролю наведення пневматичної зброї — ортоскоп:

а — поперечний розріз встановленого ортоскопа; б — магніт для ортоскопа з однієї деталі; у — магніт з двох деталей. 1 — прилад; 2 — клейовий шов; 3 — магніт; 4 — цівкова скринька; 5 — ложа; 6 — кронштейн

Для цього треба випрямити кронштейн його кріплення так, щоб він щільно прилягав до лівого боку зброї. Потім відпиляти зайву частину кронштейна, залишивши кінець 40 мм. Сформувані феритовий магніт і приклеїти його (клей БФ-6, "Момент" й ін.). Отриманий прилад встановлюється зверху на задню частину цівкової скриньки й утримується на ній достатньо міцно силою магнітного поля. Знімається прилад з невеликим зусиллям однією рукою.

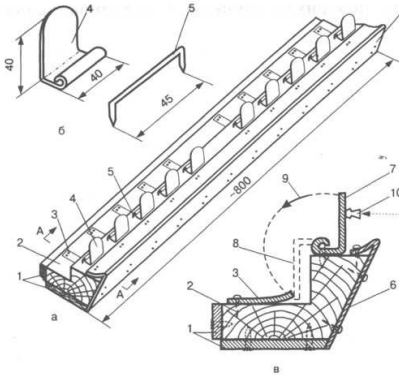
**7. Спрощений саморобний ортоскоп.** Відповідно до малюнка 32 виготовити заготовки ортоскопа і склеїти їх. Каркас пофарбувати чорним лаком.



**Мал.32.**Спрощений магнітний ортоскоп:

1– напрям націлювання з боку стрільця; 2 – корпус (сталь); 3 – віконне скло; 4 – обіймиця скла (жерсть); 5 – контроль націлювання з боку керівника; 6 – магніт (2 шт.).

**8. Встановлення силуетних падаючих мет для "дуельної" і швидкісної стрільби** (мал.33 ). Підставку мет роблять з дошки завтовшки близько 60 мм. Ширина дошки близько 200 мм, довжина — залежно від розмірів кулевловлювача і кількості мет. Для оберігання установки від руйнування і від рикошету куль від передньої стінки підставки треба виготовити її скошеною і покрити сталевим відбивачем. Він обов'язково повинен закривати нижню частину мет приблизно на 5 мм. Рекомендується зробити по 5 мет для кожного з двох дуелянтів.



**Мал. 33** .Встановлення силуетних падаючих мет для швидкісної і "дуельної" стрільби: а — загальний вигляд; б — вигляд ззаду; у — розріз А —А.

1 — металеві обтяжувачі; 2 — підставка (дерево); 3 — пластинчасті пружинні фіксатори; 4 - мета(10шт.,сталь); 5 - вісь мети; 6 — відбивач куль (сталь); 7 — початкове положення мети; 8 — положення збитої мети; 9 - шлях збитої мети; 10 — куля.

Мети виготовляють із сталі завтовшки 1,5 – 2,5 мм. Їх задні нижні краї загинають у вигляді трубок і закладають в них осі мет, зроблені зі сталевого дроту діаметром 2-3 мм і завдовжки біля -мм із загостреними кінцями. Потім кінці загинають під кутом і забивають в підставку, але не до кінця, а так, щоб мети могли вільно обертатися на своїх осях. Лицевий бік мет фарбують відмінною від фону фарбою.

Для стрільців-розрядників рекомендується виготовити мети, зменшені в півтора рази.

У початковому положенні всі мети підняті й стоять вертикально. При попаданні куль вони перекидаються назад. Але при цьому удар мет об підставку такий сильний, що вони відскакують від нього і миттєво знову повертаються в початкове положення. Тому треба виготовити пружинні фіксатори з пластинчастої

сталі. При падінні мета відтисне донизу вільний підведений кінець пружинного фіксатора і проскочить за нього, залишившись в нижньому положенні.

Для повернення мет в початкове положення після стрільби слід натиснути на вільні кінці пружинних фіксаторів і, притримуючи їх, повернути мети в початкове положення. Приладдя знову готове до стрільби.

#### **9. Ручна вказівка контролю націлювання для стрільців-початківців.**

Призначена для перевірки уміння і тренування навичок у націлюванні. Виготовляється диск діаметром близько 100 мм з тонкого листа металу, пластику тощо. На середину диску наклеюють чорний круг від мети. В центрі просвердлюється отвір діаметром 1-2 мм для відмічання олівцем контрольних точок націлювання. На краю диска робляться три оцінювальні отвори діаметром 1,5; 2,5 і 5 мм для дистанції 5 метрів. При стрільбі на 10 м отворів слід зробити в два рази більше. З іншого краю диска кріпиться ручка завдовжки - 300 мм.

**10. Комплект пересувних обтяжувачів зброї.** Виготовляється у вигляді набору легкознімних ваг, які можна навішувати на зброю на різних відстанях від стрільця, але так, щоб не закривати мірник. При цьому зміщуватиметься центр ваги зброї, і у стрільця покращає загальна стійкість постави. При зсуві центру ваги зброї ближче до дульної частини зменшуються її коливання. Рекомендуються ваги масою від 0,5 до 3 і більше за кг.

#### **11. Легкознімний подовжувач приклада пневматичної гвинтівки типу ИЖ-38.**

Він необхідний стрільцям високого зросту і далекозорим. За формою затильника ложі треба зробити з дерева, як продовження приклада, надставку-подовжувач — завдовжки близько 30—50 мм, яка повинна щільно прилягати до затильника. Потім прибити до подовжувача по периметру покрівельну сталь у вигляді манжети так, щоб вона виступала приблизно на 10—20 мм з того боку, який надягатиметься на приклад гвинтівки.

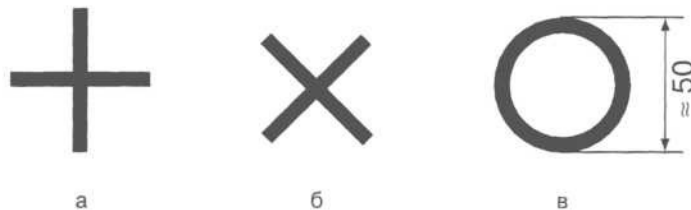
**12. Обтяжування пневматичних гвинтівок типу ИЖ-38.** Правилами змагань дозволено мати масу пневматичної гвинтівки до 3кг. Завод випускає гвинтівки меншої ваги. Збільшити його можна за допомогою засипання в порожнисту пластмасову ложу дрібних камінчиків, шматків металу тощо і залити клеєм. В результаті стрільба буде точніша.

**13. Заслінка закриття мети від непровідного ока стрільця.** Встановлено, що зажмурювання непровідного ока під час пострілу погіршує видимість провідного ока і призводить до швидшої стомлюваності очей. Усунути це можна, якщо обоє очей будуть розплющені, але мета буде закрыта від непровідного ока.

Треба зшити із стрічкової гумки кільце, яке щільно облягає голову в горизонтальній площині, а на лобі напроти непровідного ока на гумці закріпити білу смужку — заслінку з картону так, щоб мета від непровідного ока була закрыта. Розміри пристосування підбираються індивідуально кожним стрільцем. Можна використовувати й окуляри, накладаючи білий папір на скло непровідного ока.

Чашки для укладання куль, виданих стрільцеві для стрільби, виготовляються з металевих накривок діаметром 50 мм. Зробити їх слід увігнутими з виступаючими краями на висоту - 3 мм.

**15. Фігурні мети М.А. Іткіса.** Намалювати на листі паперу згідно мал.34 і закріпити на стіні біля мет. Для стрільців-початківців, розміри збільшені, а для розрядників — зменшені.



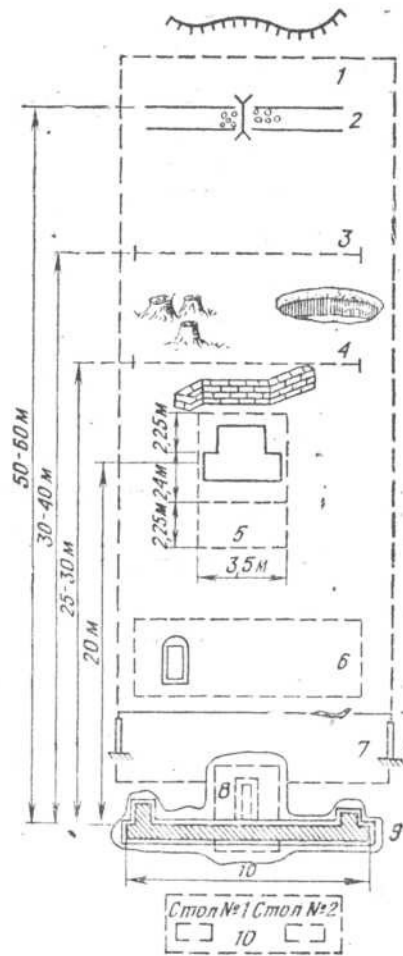
**Мал.34.** Фігурні мети М.А. ІТКІСА:

а — хрестоподібна; б — діагональна хрестоподібна; у — кільцеподібна.

## НАВЧАЛЬНЕ МІСТЕЧКО ДЛЯ ЗАНЯТЬ З ТАКТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ І ЦИВІЛЬНОЇ ОБОРОНИ

Призначене для відпрацювання з учнями навчальних закладів і призовною молоддю на навчальних пунктах практичних питань, вказаних в розділах «Тактична підготовка» і «Цивільна оборона» Програми предмета «Захист Вітчизни».

У навчальному містечку обладнують навчальні місця (мал.35 ).



**Мал. 35 .** Навчальне містечко для занять з тактичної підготовки і цивільної оборони:

1 — майданчик для відпрацювання способів пересування в бою, дій при спаласі ядерного вибуху, русі в атаку, надяганні засобів захисту, проведенні дегазування і дезактивації;

2 — місце для позначення мінного загородження і проходу в ньому (використовуються указки, макети ПТМ і ППМ); 3 — межа для позначення супротивника, що наступає (використовується мета № 8 — ростова фігура); 4 — межа для кидання гранат під час атаки по ворогові, що перебуває в шанці; 5 — місце для встановлення контуру танка, виготовленого за розмірами мети № 9 і 12, і тренування в застосуванні ручних протитанкових гранат для знищення танків супротивника; 6 — майданчик для відпрацювання облаштування і маскуванню шанців для стрільби лежачи і трасування щілин (зразково обладнаний шанець для стрільби лежачи), 7 — місце для тренування у веденні вогню зі стрілецької зброї по низколетючих повітряних цілях (макет літака, вертолета); 8 — перекрита щілина або бліндаж; 9 — місце для відпрацювання підготовки до атаки, знищення супротивника вогнем, гранатами і в рукопашному бою, дій при застосуванні супротивником



ядерної зброї і з початком вогневої підготовки (окоп з чарункою для стрільця і перекритою щілиною, мета № 6 — грудна фігура, мета № 10 — кулемета, опудало); 10 — майданчик для підготовки до роботи приладів радіаційної і хімічної розвідки

Вивчення дій стежників проводиться на ділянці місцевості, що має кущі, міст, яр, річку, ліс й ін. Для подавання умовних сигналів застосовуються червоні і жовті прапорці, навчальна зброя.

Розміщення навчальних і наочних посібників і макетів, а також обладнання траншей, окопів, загород, майданчиків та інших об'єктів проводиться відповідно до умов розташування будівлі навчального закладу, наявності вільної території (площі) відповідно до рекомендацій з обладнання навчального містечка для занять з тактичної підготовки і цивільної оборони в навчальному закладі і на навчальному пункті.

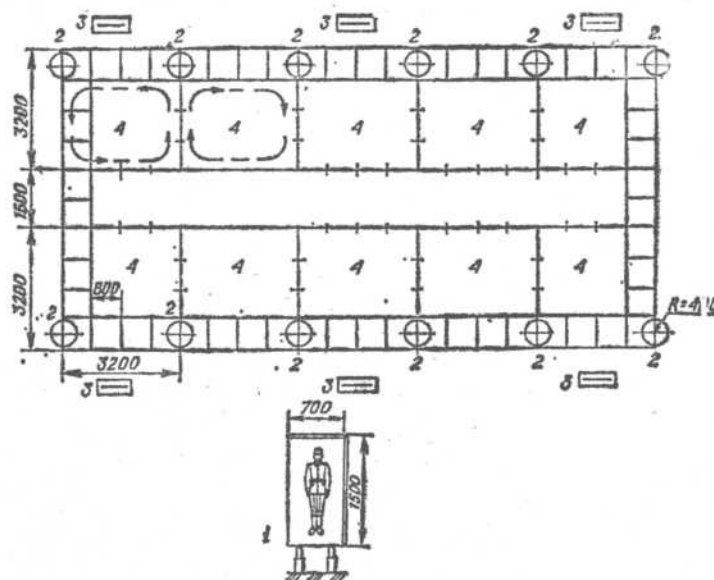
### МАЙДАНЧИК ДЛЯ ЗАНЯТЬ З МУШТРОВОГО ВИШКОЛУ

(мал.36)

Всі заняття з муштрового вишколу з учнями проводяться на спеціально обладнаному майданчику. Він обладнується в межах території навчального закладу, навчального пункту, повинен бути рівним і мати асфальтове або бетонне покриття, на якому робиться білою фарбою докладне розмічування.

Лінії, проведені по периметру майданчика через 80 см, призначені для відпрацювання рівного кроку і відповідають його ширині.

Круги, нанесені по периметру майданчика, призначені для відпрацювання учнями правильної муштрової постави і поворотів на місці. Розділення круга на чотири частини дає змогу військовому керівникові (викладачеві, інструкторові) проконтролювати правильність приставляння ноги після повороту на місці — носки повинні бути розгорнені по лінії фронту на ширину стопи.



**Мал. 36.** Майданчик для занять з муштрового вишколу:

1 — щити із зображенням муштрового хвату; 2 — місця для відпрацювання муштрової постави і повертів на місці; 3 — місця для встановлення щитів; 4 — місця для відпрацювання рівного кроку, повертів і військового вітання в русі. Великі квадрати 4Х4 м призначено для відпрацювання повертів в русі.

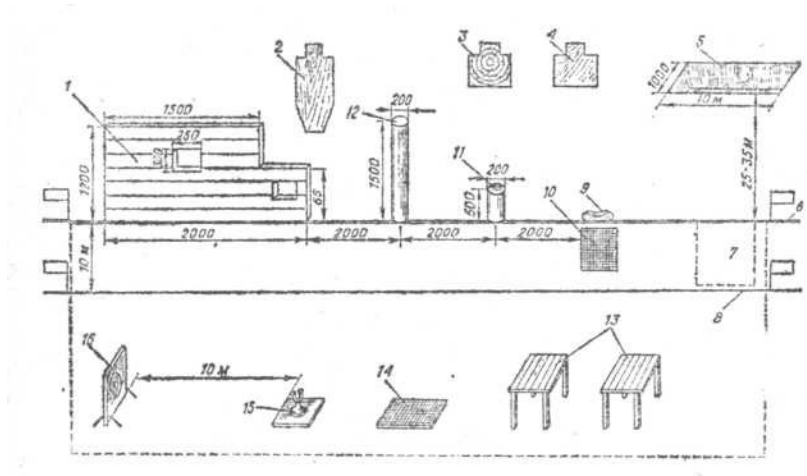
Периметр майданчика для занять з муштрового вишколу 48 м або 60 кроків дає можливість військовому керівникові (викладачеві, інструкторові) прохронометрувати у учнів швидкість руху рівним кроком (110 — 120 кроків за хвилину).

Для наочності по периметру майданчика встановлюються щити розміром 70х150 см із зображенням основних муштрових хватів: муштрова постава зі зброєю і без зброї, поверти на місці і в русі, рух рівним кроком, військове вітання на місці та в русі.

Майданчик для занять повинен бути розрахований на проведення занять з одним класом (групою) учнів.

**МАЙДАНЧИК ДЛЯ ПРАКТИЧНОГО ВИВЧЕННЯ ХВАТІВ ЗІ ЗБРОЄЮ І ПРАВИЛ СТРІЛЬБИ (мал.37 )**

Майданчик обладнують поблизу стрілецького тиру і використовують як одне з навчальних місць при проведенні стрільби з дрібнокалібрової гвинтівки. Якщо не дозволяють умови, то майданчик обладнують на навчальному містечку для занять з тактичної підготовки і цивільної оборони.



**Мал. 37.** Майданчик для практичного вивчення хватів зі зброєю і правил стрільби (розміри дані в сантиметрах):

1 — стіна; 2 — ростова фігура (мета № 8); 3 — грудна фігура з кругами (мета № 4); 4 — грудна фігура (мета № 6); 5 — шанець; 6 — межа вогню; 7 — місце для відпрацювання прийомів метання гранат; 8 — початкове положення; 9 — упора; 10 — мата (підстилка); 11 — пень; 12 — стовп; 13 — столи для розбіру, збирання автомата і спорядження магазинів; 14 — мата (підстилка); 15 — націльний верстат; 16 — екран

Обладнаний майданчик включає наступні навчальні місця:

- для підготовки до стрільби з положення лежачи з упори (для стріляння, припинення стріляння, розряджання й огляду зброї після стріляння);
- для тренування в одноманітності націлювання;
- для навчання розвідці цілей спостереженням, визначенню відстані і цілевказанню;
- для навчання метанню ручних гранат;
- для вивчення матеріальної частини зброї і спорядження магазинів.

Кожне навчальне місце повинне забезпечувати навчання учнів хватів зі зброєю і правилам стрільби та виконання підготовчих вправ.

Для приготування до стрільби з положення лежачи з упори використовуються мата (підстилки), упори (мішки і валики з тирсою або піском), мета № 4 (грудна фігура з кругами) і мета № 8 (фігура людини, що біжить).

Для тренування в одноманітності націлювання встановлюються націльні верстати, відкидні екрани, пристосування для навчання винесенню точки націлювання й інші навчально-тренувальні засоби.

Для навчання розвідуванню цілей спостереженням, визначенню відстаней і цілевказанню застосовується комплект мет, які встановлюються на різній далині від учнів.

Для навчання киданню ручних гранат на дальину і влучність обладнують шанець розміром 1X10 м на відстані 25—40 м від межі вогню.

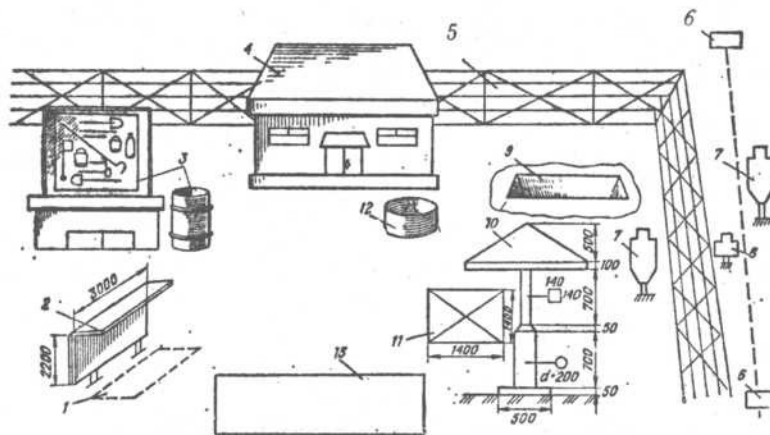
Межа вогню і початкове положення для стрільби позначаються табличками (прапорцями).

### МІСЦЕ ДЛЯ ПРАКТИЧНОГО ВИВЧЕННЯ ОБОВ'ЯЗКІВ ЧАТОВОГО (мал.38 )

Місце обладнують у дворі навчального закладу (підприємства) для відпрацювання практичних дій чатового в різних умовах обстановки, що склалася на стійці, і включає наступні елементи (навчальні місця):

об'єкт (можуть бути використані стіна, вхід господарського приміщення), що охороняється, захищений огорожею (дерев'яною, дротяною або іншою);

шанець для стрільби з автомата стоячи (обладнують відповідно до вимог Бойового статуту Сухопутних військ). Для міцності стінки шанця зсередини викладаються цеглою, заливаються цементним розчином або обшиваються дошками. Щоб уникнути нещасних випадків шанець повинен бути щільно закритий накривкою, яка на час занять знімається. На цьому навчальному місці відпрацьовуються дії чатового після оголошення повітряної тривоги, при нападі на стійку й ін.;



**Мал. 38.** Місце для практичного вивчення обов'язків чатового:

1 — місце для заряджання і розряджання зброї; 2 — макет кулевловлювача; 3 — засоби пожежегасіння; 4 — об'єкт, що охороняється; 5 — огорожа; 6 — межа забороненої зони; 7 — мета № 8; 8 — мета № 6; 9 — шанець; 10 — стійковий гриб; 11 — накривка гриба; 12 — місце для імітації пожежі; 13 — місце для шикування учнів під час проведення занять

місце для заряджання і розряджання зброї (обладнують макетом кулевловлювача, який встановлюється на стовпчиках на висоті 30 см від землі); місце (майданчик) для шикування зміни чатових, що йдуть на стійки або прибувають зі стійок. На цих місцях відпрацьовуються прийоми заряджання і розряджання чатовими їх зброї;

засоби пожежегасіння: вогнегасник, ящик з піском, бочка з водою, відра й інвентар (лопати, сокири, лопи, гаки) — повинні бути безпосередньо на об'єкті, що охороняється. Поряд з об'єктом, що охороняється, обладнують місце для імітації

виникнення пожежі на стійці (використовується зрізана металева бочка або металевий ящик);

стійковий гриб для зберігання одягу чатового. На стійковому грибі встановлюється сигналізація зі зворотним зв'язком, що забезпечує негайний виклик начальника зміни, його помічника або розвідного;

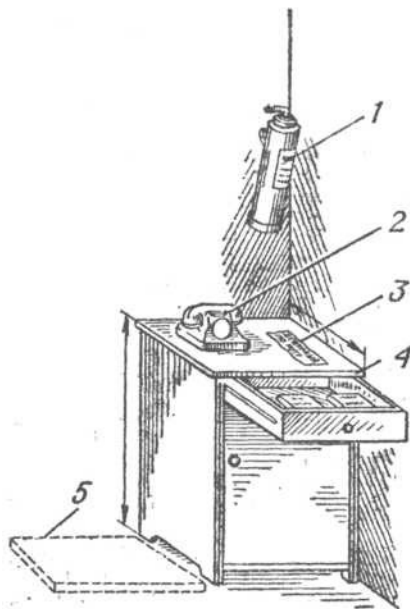
за огорожею об'єкту, що охороняється, позначається лінія «заборонена зона»; для цього встановлюється табличка з написом «Межа забороненої зони». На цьому навчальному місці відпрацьовуються дії чатового при наближенні сторонньої особи (порушника) до стійки або забороненої зони, спробі проникнути на стійку (перетнути межу забороненої зони), проникненні на територію об'єкта (стійки), що охороняється, і у разі явного нападу на чатового або на об'єкт, що ним охороняється. З цією метою встановлюються мета: № 8 (ростова фігура) — за лінією забороненої зони (особа, що наближається до межі забороненої зони); мета № 6 (грудна фігура) — на території забороненої зони (порушник, що перетнув межу забороненої зони); мета № 8 (ростова фігура) — на території об'єкта, що охороняється (порушник, що проник на стійку).

## МІСЦЕ ДЛЯ ПРАКТИЧНОГО ВИВЧЕННЯ ОБОВ'ЯЗКІВ ДНЮВАЛЬНИКА

(мал.39 )

Місце обладнують біля виходу з кабінету предмета «Захист Вітчизни» або в іншому зручному місці поблизу кабінету.

Обладнане місце включає: дошку з документацією (оформляється відповідно до Статуту внутрішньої служби Збройних Сил України); шафка, в якій є макети книг приймання і здавання чергування, видання зброї і боєприпасів, запису хворих, що звільняються; телефонний апарат (макет); засоби пожежегасіння (вогнегасник) — розміщені поблизу днювального; нарукавну пов'язку чергового роти (сотні) (виготовляється з тканини завдовжки 30—40 см і шириною 10 см, до країв пов'язки пришивають тасьму для закріплення пов'язки на рукаві, на пов'язці роблять напис білою фарбою або нашивають з білої тканини напис «Черговий роти»); спорядження днювального (макети багнета-ножа і піхов виготовляють з дерева чи пластмаси за розміром багнета-ножа автомата).



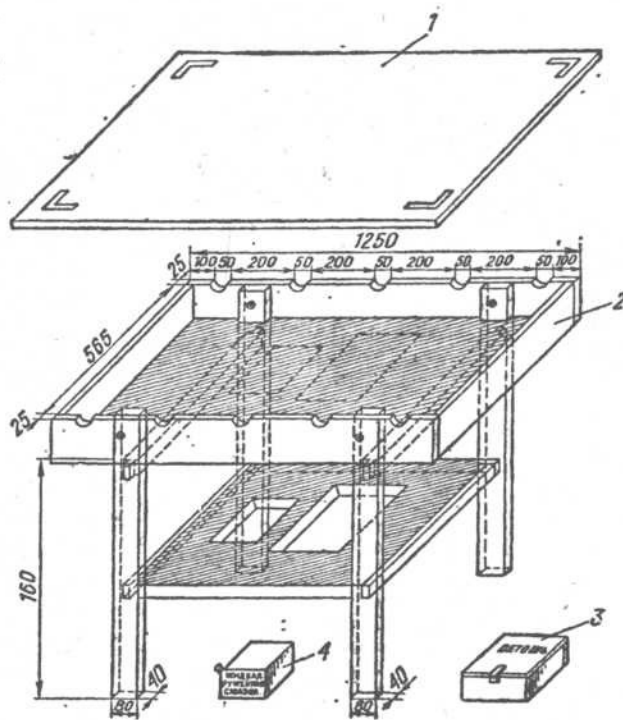
**Мал. 39.** Місце для практичного вивчення обов'язків днювальника

На цьому навчальному місці відпрацьовують практичні дії днювальника під час прибуття в роту прямих начальників, у разі тривоги або пожежі, доповіді по телефону, прибутті в роту військовослужбовців не своєї роти, виклик днювальника вільної зміни до чергового роти, забезпечення збереження зброї і майна роти (винесення з розташування роти).

#### МІСЦЕ ДЛЯ ВИВЧЕННЯ ЧИЩЕННЯ І ЗМАЩУВАННЯ ЗБРОЇ (мал.40 )

Місце обладнують в стрілецькому тирі в приміщенні для підготовки стрільців. Його необхідно використовувати як одне з навчальних місць при вивченні вогневої підготовки. За відсутності стрілецького тирю в навчальному закладі (навчальному пункті) місце обладнують в лаборантській кімнаті кабінету предмета «Захист Вітчизни» або поблизу кімнати для зберігання зброї.

Обладнане місце включає: спеціальний стіл, на якому проводяться розбір, чищення, змащення і збирання зброї; щит з викладеним порядком чищення і змащення зброї (на щиті розміщують зразки приладдя і матеріали, вживані при чищенні і змащенні зброї, набір дерев'яних паличок для чищення окремих частин і механізмів зброї (виготовляються учнями); щит з пам'яткою про догляд і порядок огляду зброї; посуд з рідким рушничним мастилом; металевий ящик з клоччям і чистим ганчір'ям.



**Мал.40.** Місце для навчання чищенню і змащенню зброї:

1 – накривка столу; 2 – стіл; 3 – ящик для ганчіря; 4 – скринька з рідким збройовим мастилом

Навчання чищенню і змащенню зброї проводиться під безпосереднім керівництвом військового керівника (викладача, інструктора). Якщо місце для навчання чищенню і змащенню зброї при проведенні стрільби з дрібнокалібрової зброї використовується як одне з учбових місць, то навчання чищенню і змащенню зброї може проводитися під керівництвом найпідготовленішого командира відділення (рою).

## ДОДАТОК 1

### ПОРЯДОК ЧИЩЕННЯ І ЗМАЩЕННЯ ЗБРОЇ

Чищення і змащення зброї слід робити в наступному порядку:

підготувати матеріали для чищення і змащення;

розібрати автомат;

оглянути приладдя і підготувати його для використання при чищенні;

прочистити канал цівки, газову камеру, газову трубку, цівкову скриньку, замок, газовий поршень за допомогою шомпола з ганчір'ям (клоччям), змоченим в рідкому рушничному мастилі, і дерев'яних паличок;

протерти всі деталі досуха, дерев'яні частини обтерти сухим ганчір'ям.

Після чищення металевих частин зброю змастити. Мастило накладати на добре очищену поверхню негайно після чищення, щоб не допустити дії вологи на метал.

Чищення і змащення зброї проводять під керівництвом військового керівника (викладача, інструктора).

## ДОДАТОК 2

### ПАМ'ЯТКА ПО ДОГЛЯДУ ЗА ЗБРОЄЮ

Зброя повинна бути завжди справною і готовою до негайної дії. Це досягається вмiлим чищенням і змащенням, правильним зберiганням, дбайливим доглядом і своєчасним усуненням поломиv.

Чищення проводиться: після стрiльби бойовими або слiпими набоями — негайно після закінчення стрiльби; після наряду і занять в полі без стрiльби — після повернення з наряду або занять; у бойовій обстановці і на тривалих навчаннях — щодня в період затишшя бою і під час перерви в навчаннях; якщо зброя стоїть без застосування — не рiдше за один раз в тиждень.

Солдати і сержанти оглядають зброю: щодня; перед заступанням в наряд, перед виходом на заняття; у бойовій обстановці — періодично протягом дня і перед виконанням бойового завдання.

При щоденному огляді слід переконатися в наявності всіх частин зброї і перевірити, чи немає на зовнішніх частинах іржі, бруду, вм'ятин та інших пошкоджень, чи немає на дерев'яних частинах тріщин, відколів і вм'ятин; перевірити стан мастила, наявність ременя і приладдя, магазинів і торб для них, багнета-ножа.

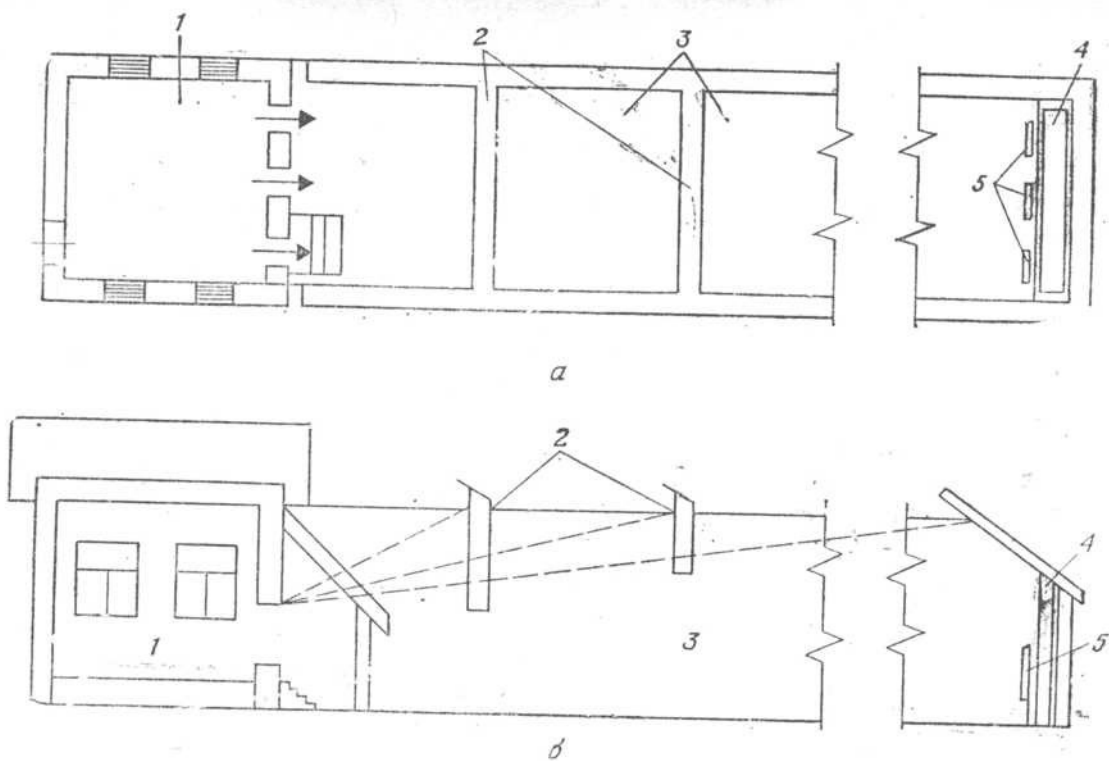
## ДОДАТОК 3

### ВИРЯД УЧНІВ

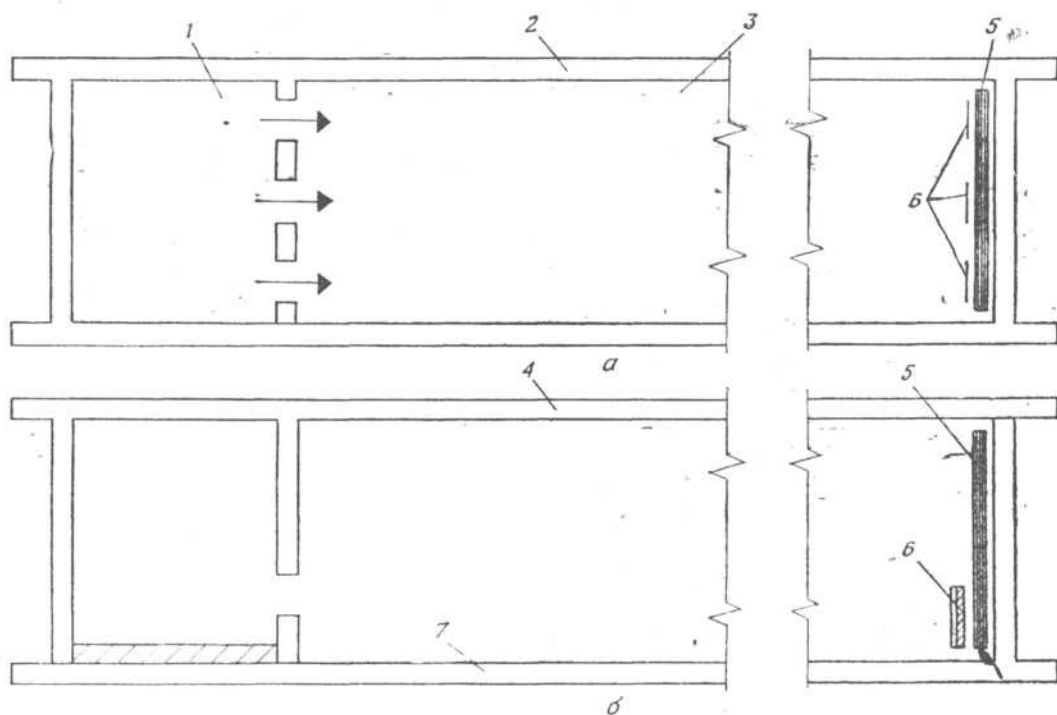
При виході на заняття з тактичної підготовки (на територію навчального містечка для занять з тактичної підготовки і цивільної оборони) учні повинні мати: макети автоматів АК, протигази, торби для ручних гранат і магазинів, фляги для води, поясні ремені, малі шанцеві лопати, єдину форму одягу, встановлену в районі або навчальному закладі, головні убори. Всі предмети виряду, окрім табельних, отримуються або виготовляються навчальними закладами.

## ДОДАТОК 4



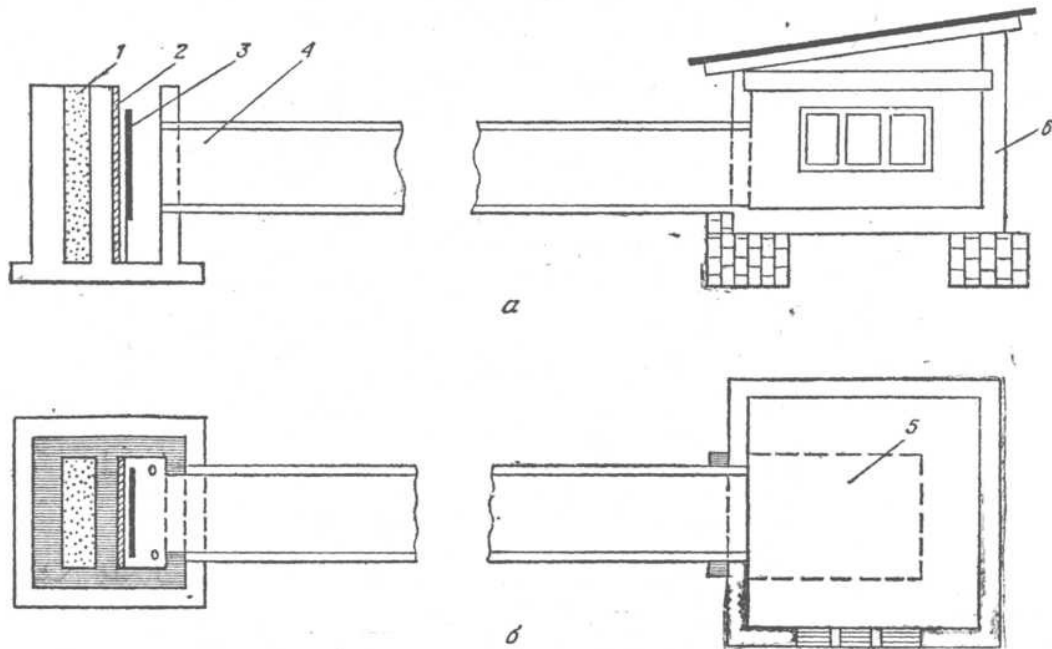


**Мал. 41.**Схема напівзакритого тиру:  
*а*– план; *б* – поздовжній розріз; 1 – стрілецький павільйон; 2 – верхні перехвати; 3 – зона вогню; 4 – кулевловлювач; 5 - мети



**Мал.42 .** Схема закритого тиру:

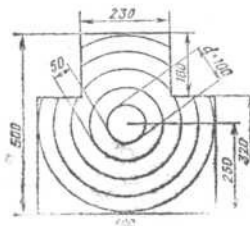
а- план; б-поздовжній розріз; 1 – стрілецький павільйон; 2 – куленепробивні стіни; 3 – зона вогню; 4 – куленепробивна стеля; 5 –кулевловлювач; 6 – мети; 7 – підлога



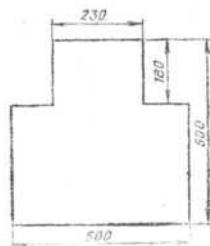
**Мал. 43.** Схема спрощеного тиру з використанням залізобетонних (металевих труб): а — вигляд збоку; б — вигляд зверху: 1 — пісок; 2 — сталевий лист, 3 — підйомний щит, на який кріпляться мети; 4 – залізобетонна (металева) труба; б — зйомний щит для стрільби лежачи; б — приміщення для обладнання стрілецької галереї і класу вогневої підготовки

ДОДАТОК 5

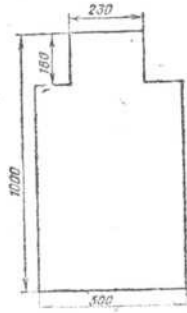
### ЗРАЗКИ МЕТ



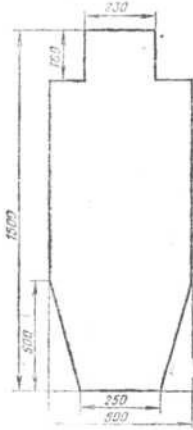
**Мал.44 .** Грудна фігура з кругами (мета № 1)



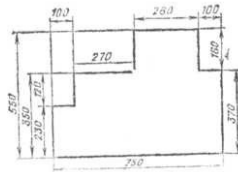
**Мал. 45.** Грудна фігура (мета № 6)



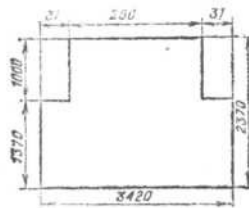
**Мал.46 .** Поясна фігура (мета №7)



**Мал. 47.** Ростова фігура (мета № 8)



**Мал. 48.** Ручний кулемет (мета № 10)



**Мал.49 .** Танк (мета №12)

## ОБЛАДНАННЯ МІСЦЬ ЗАНЯТЬ З РУКОПАШНОГО БОЮ

Якість навчання багато в чому залежить від наявності обладнаних місць занять і необхідного обладнання.

У літній час заняття, як правило, проводять на спеціально обладнаному майданчику для навчання рукопашного бою (додаток 1), в зимовий час - в спортивних залах і пристосованих приміщеннях.

Літній майданчик дає змогу проводити заняття з учнями навчального закладу одразу на 2—3 учбових місцях. Зміст і призначення окремих її елементів дані в додатку 1. Майданчик обладнується силами навчального закладу і закріплюється за одним із класів для підтримання його в робочому стані. Основу майданчика складає пісково-тирсова яма. Розміри її 10x15 м і більше, глибина 40—50 см. На дно ями кладуть шар щебеню, жужелю або битої цегли, грубозернистого річкового піску завтовшки 10—15 см. Потім насипається 7—10 см дрібного жужелю або битої цегли, грубозернистого річкового піску. Ці два шару служать дренажем. Зверху дренажу настеляються мати з хмизу, очерету або інших рівноцінних матеріалів, а на них рівно з краями ями, укріпленими дошками, насипається пісково-тирсова суміш.

Така будова ями дозволяє проводити заняття в будь-яку погоду, виконувати прийоми, пов'язані з кидками і падіннями. По можливості необхідно мати покривало з брезенту або іншої щільної тканини і на час занять покривати ним яму. В цьому випадку поряд з ямою треба обладнати місце для чищення взуття і мати щітку (мітлу) для підтримки чистоти покривала.

На металевій конструкції майданчика підвішують боксерські мішки і груші, набиті тирсою. Мішки виготовляються з щільної тканини, вони можуть бути різних розмірів і підвішуються на різній висоті. Доцільно на них намалювати контури верхньої частини тулуба людини з яскраво-позначеними больовими точками.

На одній із сторін конструкції обладнують мети і пристосування для відпрацювання прийомів бою автоматом та ударів ногами.

На майданчику окрім ями з металевою конструкцією обладнують місця для відпрацювання прийомів бою автоматом, маршрут для проведення підготовчої частини заняття і комплексного тренування. На маршруті обладнують спеціальні ділянки для різних варіантів занять і тренувань. Весь літній майданчик повинен бути рівним, мати хороший трав'яний покрив, без сторонніх предметів і забруднень.

Для занять в холодну пору року навчальні місця для рукопашного бою обладнують в спортивних залах або пристосованих приміщеннях. Як правило, біля дальньої торцевої стіни залу укладається борцівський килим або робиться спеціальне для рукопашного бою напівжорстке покриття (дерев'яні ґрати, повсть, зверху шкірозамінник). Стіни покриваються м'якими і напівжорсткими планшетами, мішенями, барельєфними опудалами (тренажерами), які одночасно оберігають учнів від ударів об стіну і виконують роль тренувального обладнання. По периметру залу

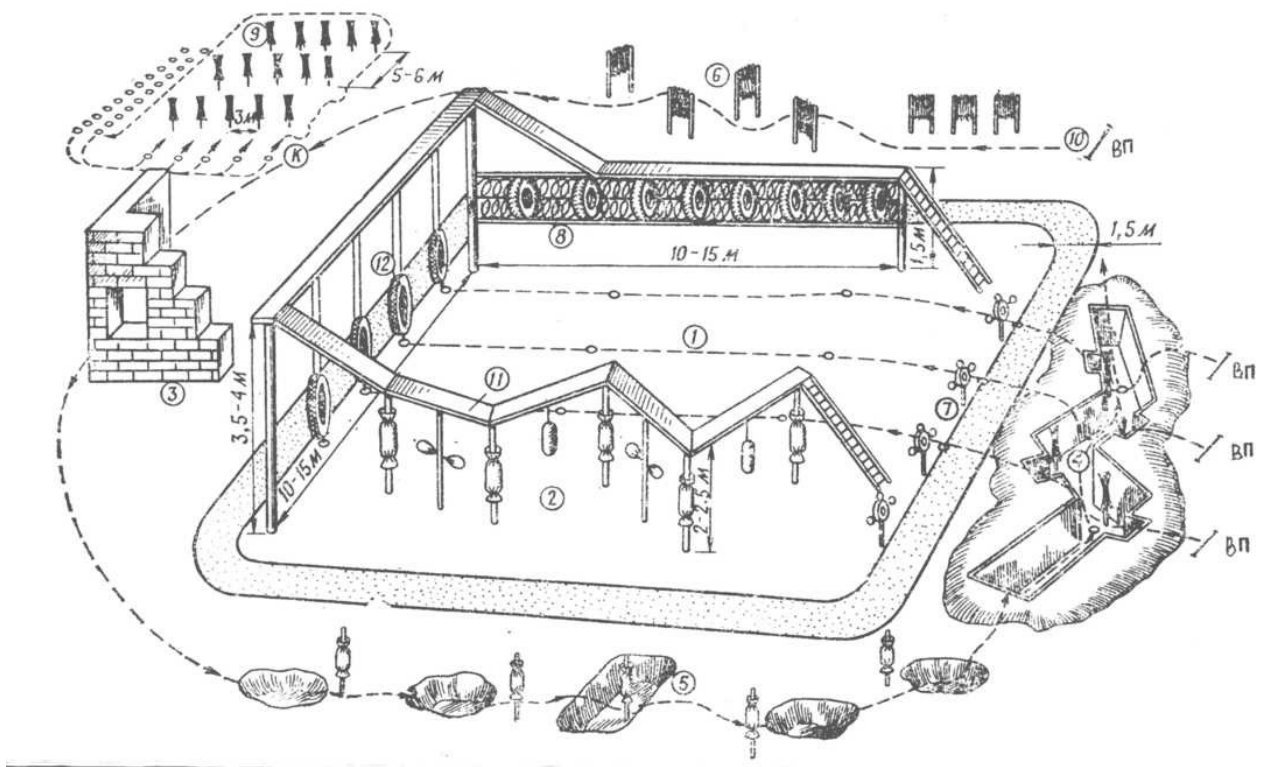
можуть бути обладнані стаціонарно або встановлюватися на час занять різні тренувальні прилади (додаток 2).

В цілому обладнання місць проведення занять, кількість тренувальних засобів може бути різною, але вони повинні забезпечувати одночасне навчання всього класу (навчальної групи).

У школах, що не мають спортивних залів, для відпрацювання окремих прийомів рукопашного бою у складі класу в зимовий час можна використовувати інші відповідні приміщення.

Клас, вишикуваний в дві шеренги лицем один до одного на відстані 3—4 м з інтервалом між учнями 1 — 2 м, може відпрацьовувати удари і прийоми захисту від ударів рукою (підставки, відбиви, ухили, пірнання тощо.), больові прийоми (важелі руки всередину і назовні, вузол руки вгорі), прийоми обеззброєння з ножем і пістолетом і ряд інших прийомів, не пов'язаних з падінням. А за наявності в розташуванні підрозділу гімнастичних мат (4—6 шт.) можна відпрацьовувати кидки і прийоми з падінням.

Важливе значення в процесі навчання має забезпеченість учнів навчальною зброєю або макетами зброї. Макетів автоматів, пістолетів, ножів і малих шанцевих лопат в кожному класі повинно бути не менше, ніж на 50% складу. Виготовляються вони, як правило, з дерев'яних заготовок (додаток 2, мал. 51).



Мал. 50. Майданчик для занять рукопашним боєм:

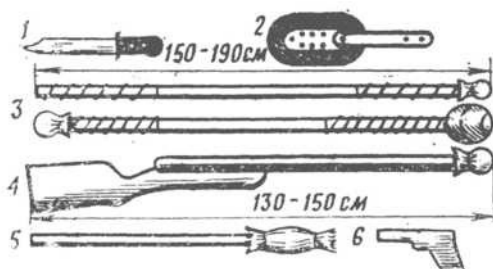
1 — пісково-тирсова яма для відпрацювання прийомів з кидками і падіннями; 2 — тренажери для відпрацювання ударів рукою, ногою, прикладом; 3 — елементи зруйнованої будівлі, які використовуються в підготовчій частині заняття і на комплексному тренуванні; 4 — траншея з опудалами для відпрацювання прийомів і дій в траншеї; 5 — ділянка з вирвами, опудалами, ровом для проведення комплексного тренування; 6 — група мет для відпрацювання ударів ножем, уколів у русі, а також для проведення комплексних тренувань; 7 — спеціальні тренажери-«крутилки» для відпрацювання прийомів нападу зі зброєю і без зброї; 8 — напівжорстка (з сітки, лози) стіна з шинами для відпрацювання ударів та уколів; 9 — містечко опудал для вивчення прийомів і дій зі зброєю (з одним із варіантів шиккування учнів; К — місце командира); 10 — початок маршруту для проведення комплексного тренування, виконання вправ і дій в підготовчій частині заняття; 11 - металева конструкція майданчики для підвішування тренувального обладнання і для переміщень по різновисокій опорі; 12 — тренажери для відпрацювання уколів та ударів зброєю (автоматом, малою лопатою). ВП — вихідне положення.

## ДОДАТОК 6

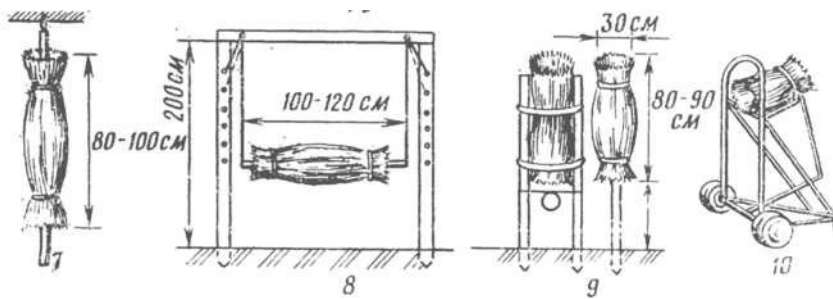
### ОБЛАДНАННЯ МІСЦЬ ЗАНЯТЬ РУКОПАШНИМ БОЄМ

**Мал. 51.** Макети зброї і найпростіші мети: 1 — макет ножа; 2 — макет малої шанцевої лопати; 3 — тренувальні палиці; 4 — макет автомата; 5 — тренувальна палиця для відпрацювання удару ножем і малою лопатою та уколів автоматом по рухомій меті; 6 — макет пістолета; 7 вертикальна мета-фашина, що гойдається; 8 — горизонтальна мета-фашина, що гойдається; 9 — стаціонарні мети-фашины; 10 пересувна мета

а) макети зброї;

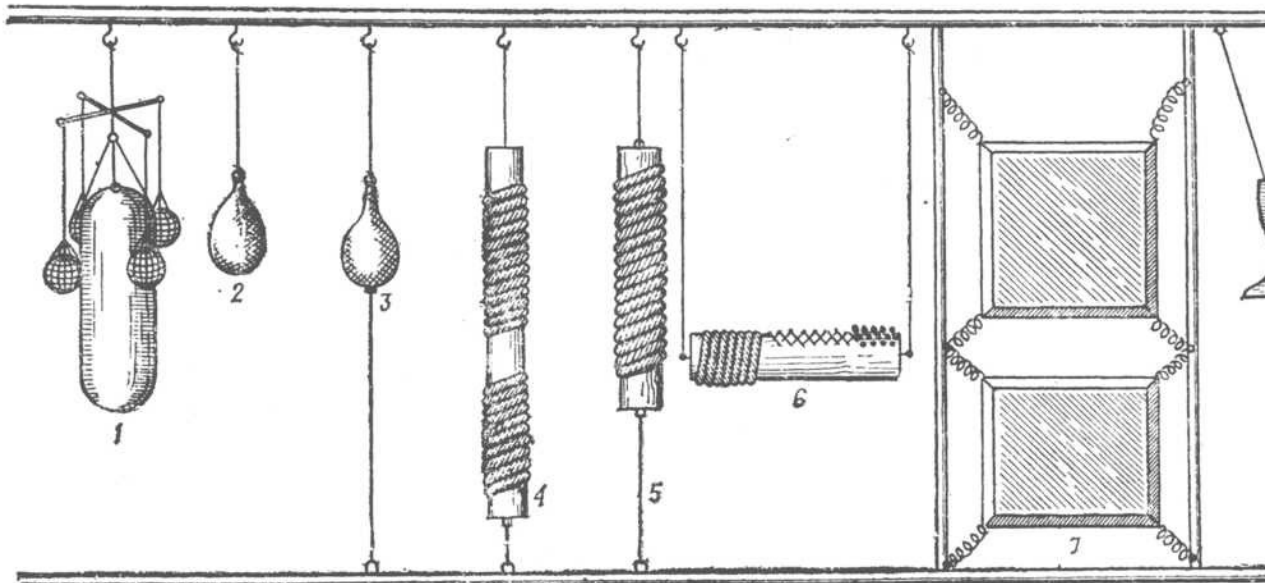


б) найпростіші мети для відпрацювання уколів, ударів, стусанів зброєю

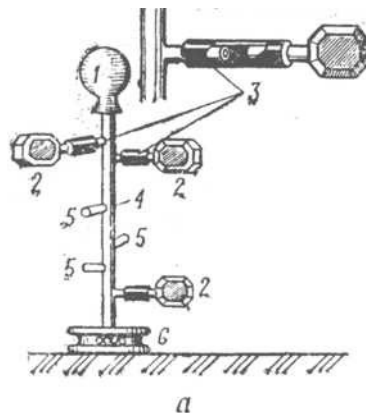


**Мал. 52.** Тренувальні снаряди для відпрацювання ударів рукою і ногою:

1 — мішок боксерський з підвісними м'ячами, що гойдаються; 2 — насипна груша; 3 — надувна груша; 4, 5 — колоди, обмотані мотузком (гумовим джгутом); 6 — колода з ділянками різної жорсткості; 7 — напівжорсткі планшети на амортизаторах

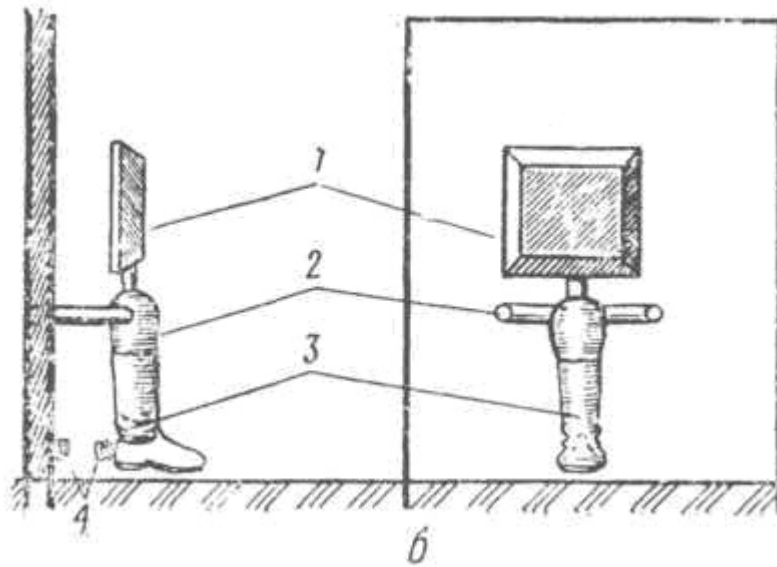


(пружинах); 8 — маска для відпрацювання точності завдання стусана пальцями

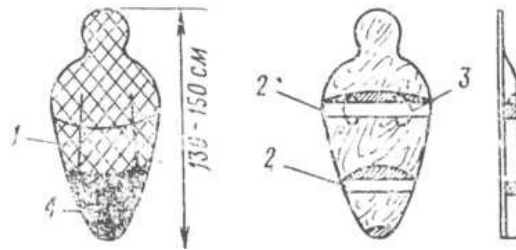


**Мал. 53.** Тренажери і навчально-тренувальні пристосування:

*a* — тренажер «Крутилка» (універсальний): 1 — набивний м'яч; 2 — ударні лапи; 3 — гумова трубка — з'єднувач лапи зі стійкою; 4 — стійка, що обертається; 5 — патрубки для кріплення ударних лап на різних рівнях; 6 — підставка (списаний диск від автомобільного колеса) з кріпленням стійки, що обертається;

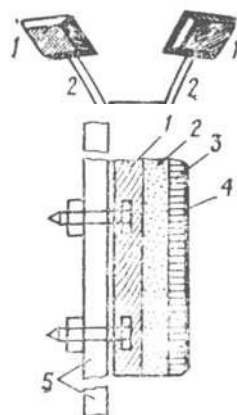


*б* - тренажер для відпрацювання ударів ногою в гомілку і коліно, захисту підставкою стопи: 1 — ударна лапа (планшет); 2 — рама кріплення; 3 — макет гомілки ноги; 4 — поворотна пружина;



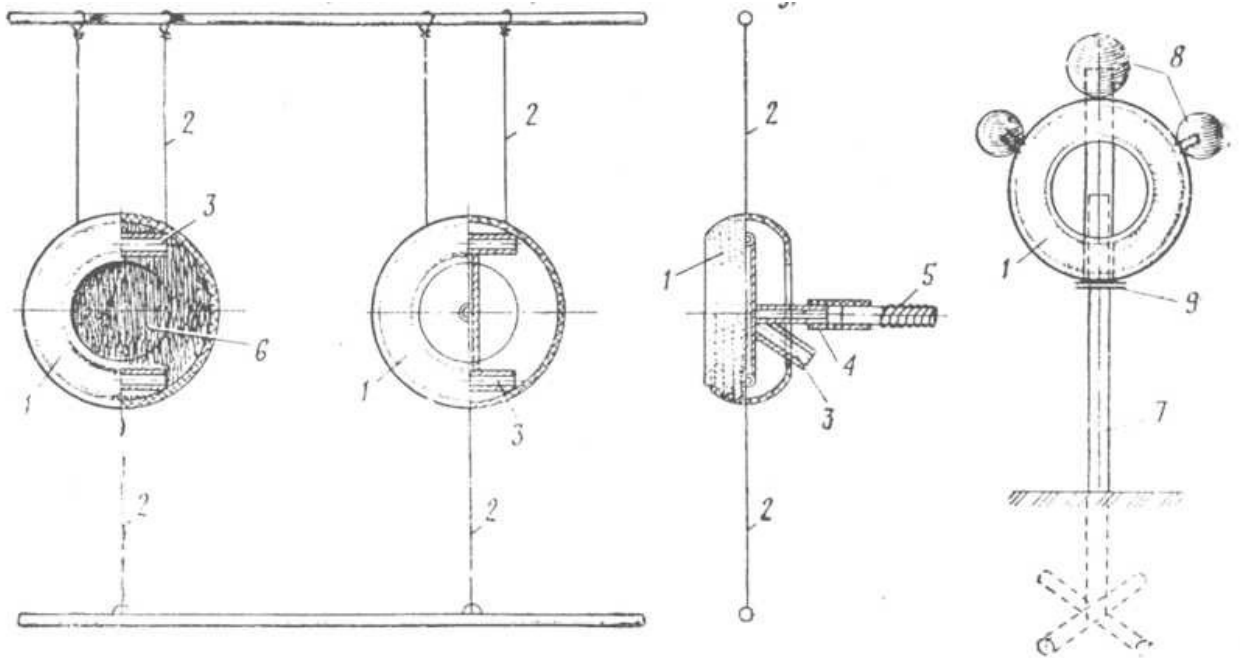
вигляд спереду;      вигляд ззаду;      вигляд збоку

*в* — щит-мета для відпрацювання ударів по рухомих цілях: 1 — щит з багатошарової фанери або пластику; 2 — ребра жорсткості; 3 — ручки для утримання щита рукою; 4 — покриття (гума, повсть);

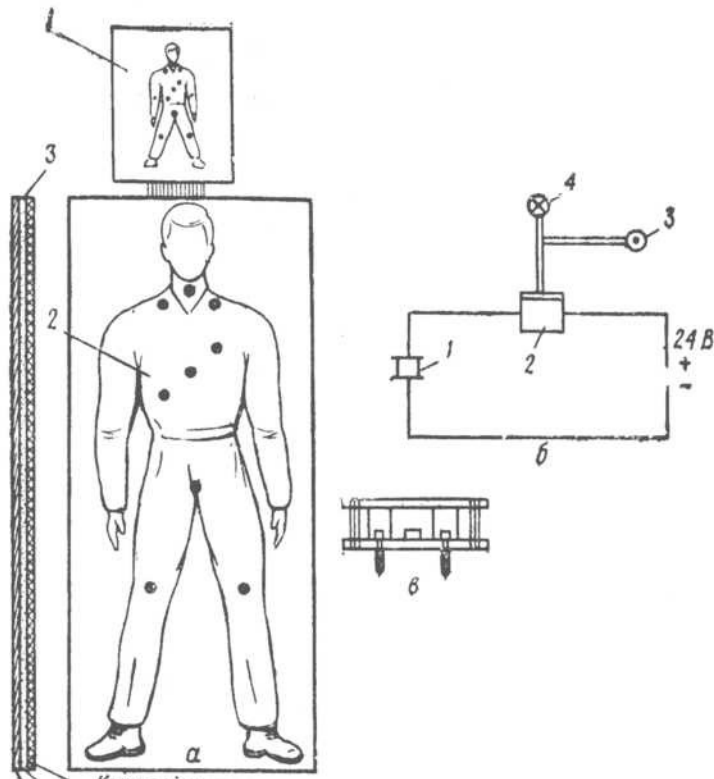




з — тренажер ресорний для відпрацювання ударів рукою і ногою; 1 — ударні лапи; 2 — ресорні стійки; 3 — підставка для кріплення стійки з лапами;  
 д — ударна лапа (у розрізі): 1 — дерев'яний брусок (дошка); 2 — пориста гума; 3 — повсть; 4 — шкірозамінник; 5 — підставка стійки



**Мал. 54.** Тренувальні снаряди (мети) з автомобільних скатів для відпрацювання прийомів бою зі зброєю: 1 — малогабаритні скати (списані) для завдання ударів прикладом і магазином; 2 - трос кріплення ( $\text{Ø}3 - 5 \text{ мм}$ ); 3 - патрубки кріплення ( $\text{Ø} 2,5 \text{ см}$ ); 4 — патрубки з гумовою трубкою — з'єднувачем тренувальної палиці; 5 — тренувальний майданчик для розучування дій автоматом і малою лопатою; 6 — хмиз-заповнювач ската для завдання уколів багнетом; 7 — основна стійка; 8 — набивні кулі; 9 — опора, що обертається



Шкірзамінник

Повсть (пориста гума) з контактами

Деревоплита

- Мал. 55.**Тренажер – настінний планшет-мета для відпрацювання точності ударів:
- a* – планшет-мета: 1 –табло сигналізації; 2 – контури людини, у вразливих точках якого встановлюються контакти; 3 – структура планшета в розрізі;
  - б* – електрична схема тренажера: 1 – контакт; 2 – реле затримки; 3 – кнопка скиду; 4 – лампочка сигналізації на табло;
  - в* – схема контакту, вмонтована у вразливі точки (більові точки)

## КОРОТКИЙ ОПИС ТРЕНУВАЛЬНИХ ЗАСОБІВ І ЇХ ВИКОРИСТАННЯ В НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОМУ ПРОЦЕСІ

**МАКЕТИ ЗБРОЇ** (мал. 51) призначені для розучування прийомів і дій із зброєю в рукопашній сутичці.

**Макет ножа** (1) виготовляють в двох варіантах: один — для завдання ударів по меті (опудало, мета, фашина і ін.) — з металу, інший — для відпрацювання прийомів обеззброєння з партнером — з дерева, пластику або інших легких матеріалів. Виготовлення макетів гнучких ножів з гумового листа небажано. Вони хоч і менш не безпечні, але не дозволяють правильно освоювати техніку прийомів обеззброєння, застосування важелів (больових дій).

**Макет лопати** (2) — з дерева, багатошарової фанери, щільної гуми, використовується для розучування відбивів штикових атак автоматом, завдання ударів і стусанів.

**Тренувальні палиці** з м'якими і жорсткими наконечниками призначені для імітації уколів багнетом; з кулями (3) — для виконання підставок під удар прикладом; з фашиною (5) — для ударів ножем та уколів автоматом по меті, що раптово з'являється.

**Макети автоматів і пістолетів** (4, 6) виготовляються з дерев'яних заготовок. Вони необов'язково повинні копіювати форму і масу штатної зброї, а лише відповідати їх розмірам. За допомогою макетів розучуються прийоми обеззброєння, захисту відбивами і підставками, техніка виконання дій автоматом. Проте після розучування на етапі вдосконалення навичок у виконанні прийомів зі зброєю необхідно застосовувати навчальну зброю (автомати, багнети-ножі, лопати). Тренування з використанням навчальної зброї виховують в особового складу психологічну готовність рішуче вступати в рукопашну сутичку з озброєним супротивником.

**Прості мети** (фашини) виготовляються з чагарника (очерету), з синтетичних і інших матеріалів. Вони можуть підвішуватися вертикально (7) і горизонтально (8) на різних конструкціях містечка для рукопашного бою, встановлюватися нерухомо на стійках (9) і вкладатися в обіймиці переносної мішені (10). Фашини (7, 8) за допомогою тросів (шнурів) можуть розміщуватися на необхідній висоті.

### НАЙПРОСТІШІ ТРЕНУВАЛЬНІ ПРИЛАДИ (мал. 52).

**Боксерський мішок** (1) з підвішеними (на висоті 160—170 см і відстані 30—40 см від приладу) на хрестовині м'ячами (кулями) застосовується при відпрацюванні ударів рукою і ногою, ухилів і відходів від ударів супротивника (м'ячів, що гойдаються), для вдосконалення рухової реакції і просторового орієнтування учнів.

**Насипні і надувні груші** (2, 3) використовуються для відпрацювання точності ударів і стусанів рукою по рухомій меті.

**Колоди з гумовим і мотузяним обплетенням** (4, 5) підвішуються вертикально і горизонтально, зверху на жорсткому кріпленні, знизу на гумових амортизаторах або без кріплення (прилад, що гоїдається). Горизонтальна колода з ділянками різної жорсткості (6) застосовується для набивання ударних частин рук. Окремі ділянки приладу виконуються з поступовим посиленням їх жорсткості. Наприклад, перша ділянка з м'якою або гладкою поверхнею, другою з жорсткішою поверхнею — з дрібною нарізкою, далі з ребристою, потім з тупими шпильками і т.д. Висота приладу встановлюється зміною точки кріплення троса на стійках.

**Напівжорсткі планшети** (7) на пружинних або гумових розтяжках (амортизаторах) закріплені в нерухомій рамі. Підставка планшетів — з багатошарової фанери, на яку накладається повстяна або рівноцінна їй накладка, поверхня обтягується шкірозамінником. Подібні прилади застосовуються для відпрацювання пробивних ударів рукою і ногою.

#### ТРЕНАЖЕРИ І НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНІ ПРИСТОСУВАННЯ (мал. 53).

**Тренажер «Крутилка»** (мал. 53, а) застосовується для комплексного відпрацювання вивчених прийомів (ударів рукою, ногою і захисту від них). Тренажер виготовляється зі списаного диска колеса автомобіля, який є опорою приладу, а до нього кріпиться стійка, що обертається. До стійки приварюються на різній висоті патрубкі завдовжки 8—10 см. На них за допомогою гнучкого зчленування (гумова товстостінна трубка, шланг тощо) кріпляться знімні ударні лапи.

Залежно від дій (серій прийомів), що вивчаються, підбирається відповідне поєднання ударних лап на стійці. Наприклад, при розташуванні ударних лап, показаних на мал. 53, а, можна відпрацьовувати наступну серію ударів (комбінацію): прямий правою в голову, лівою по тулубу (права лапа), нурець під удар зліва (ліва лапа), підставка стопи під удар в гомілку (нижня лапа). Міняючи положення лап на стійці, можна задавати інші варіанти дій учнів.

**Макет гомілки** (мал. 53, б) з пружинним поверненням при ударі використовується для розучування ударів зовнішньою стороною стопи по гомілці і захисту підставкою стопи при завданні супротивником махового удару ногою.

**Щит-мета** (рухома мета) (мал. 53, в) застосовується для відпрацювання прийомів в парах (з партнером). Виготовляється з міцних сортів фанери, гнучкого пластика. Залежно від призначення мета може виконуватися з напівжорстким покриттям передньої поверхні – для завдання ударів рукою і з твердим покриттям — для завдання уколів зачохленим в піхви багнетом автомата або його макетом.

При відпрацюванні прийомів парами один з учнів, утримуючи щит за ручки ззаду, виконує роль рухомої мети. Партнер, який нападає, намагається зближуватися

з метою і завдавати удари, а учень з щитом-мішенню намагається ухилитися від ударів відходами, відскоками. Щоб той, що захищається (з метою) виконував в єдиноборстві активнішу роль, він може мати в правій руці вкорочену тренувальну палицю з м'яким наконечником для імітації прямих ударів рукою або уколів (стусанів) багнетом. В цьому випадку складність і варіативність дій обох партнерів збільшується і наближається до реальних умов рукопашної сутички.

Після того, як учні навчаються користуватися щитом-метою, тренування проходять дуже жваво, цікаво, з великою ефективністю для закріплення навичок у виконанні вивчених прийомів. У місцях проведення занять необхідно мати 10 — 15 щитів-мет.

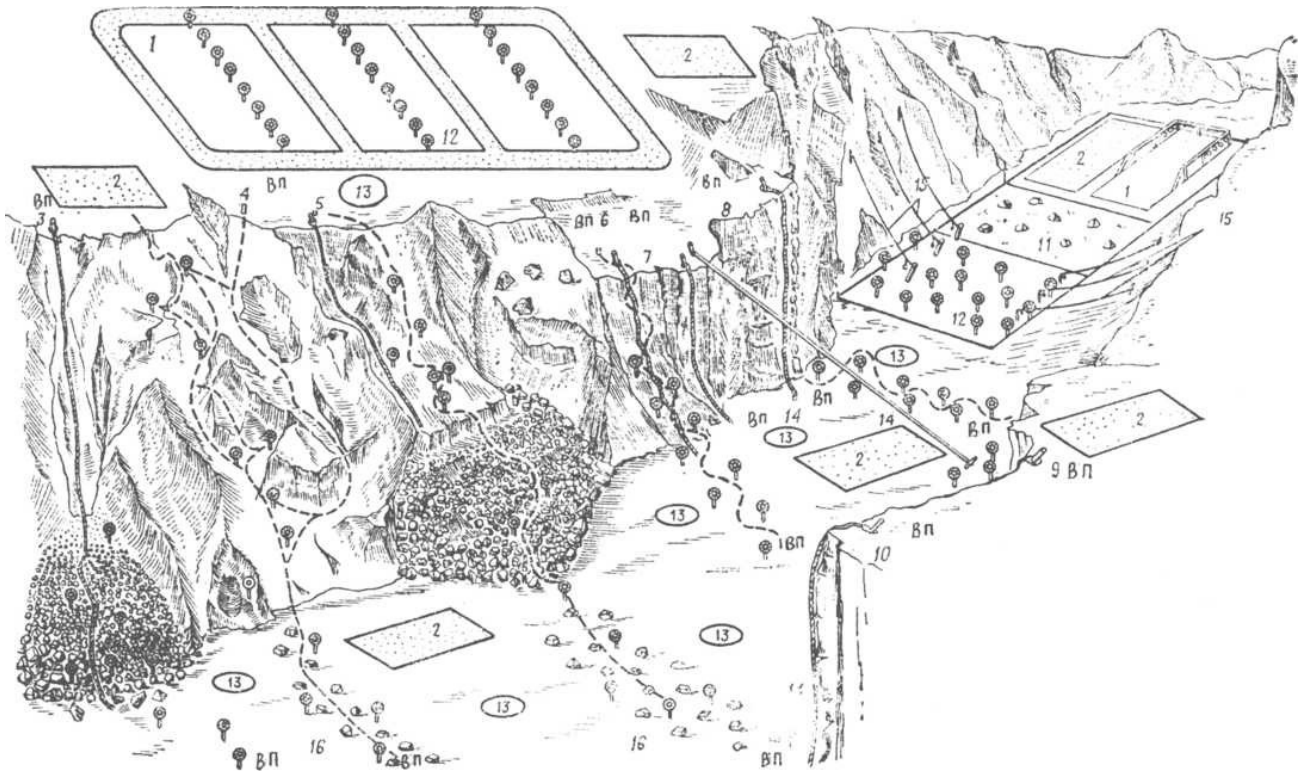
**Ресорний тренажер** (мал. 53, з) виготовляється з дисків коліс (3) і ресорних листів (2), на них кріпляться ударні лапи (1). Будова лапи показана на мал. 73, д. Застосовується для відпрацювання серій ударів по меті.

**Мети зі старих автомобільних шин** (мал. 54) найпоширеніші в обладнанні містечок для рукопашного бою. Мети бувають різні: нерухомо вбудовані в елементи конструкції містечка (додаток 1, мал. 50), на нерухомих стійках і на опорах, що обертаються (мал. 54). Порожнини шин можуть заповнюватися фашинами з чагарнику (очерету, синтетичних матеріалів і ін.) і використовуватися як мети для завдання уколів багнетом та ударів ножем. Усередині таких мет можуть встановлюватися труби з патрубками, як показано на мал. 54 (варіант 2). Тренувальна палиця, що приєднується гнучким зчленуванням до патрубка, імітує укол у верхню або середню частину тулуба. На таких метах розучуються контрприйоми (уколи), що виконуються після відбиву штикових атак супротивника. Після відпрацювання прийомів по нерухомій меті вони удосконалюються в динаміці з партнером, який із-за мети завдає укол тренувальною палицею, а учень, відбивши атаку, завдає укол багнетом або удар прикладом по меті.

Мета на платформі, що обертається, може використовуватися для відпрацювання як серій ударів рукою, так і дій багнетом і прикладом автомата.

**Настінний планшет-мета** (мал. 55) з світловою сигналізацією є одним з варіантів тренажерів з об'єктивною інформацією якості виконуваних прийомів (точність, швидкості, сили ударів).

ПЛАН НАВЧАЛЬНОГО МІСТЕЧКА ДЛЯ КОМПЛЕКСНОГО  
ВІДПРАЦЮВАННЯ ПРИЙОМІВ РУКОПАШНОГО БОЮ В ГІРСЬКІЙ  
МІСЦЕВОСТІ



**Мал. 56.** Гірське навчальне містечко:

1 — спеціальні майданчики з тренувальним обладнанням для розучування прийомів рукопашного бою; 2 — місця для шикування особового складу і ставлення завдань на заняття (тренування); 3 — стежки для вдосконалення навичок у подоланні труднопрохідної гірської ділянки за допомогою мотузка, подолання осипів з одночасним виконанням прийомів бою автоматом (уколів, ударів); 4 — стежка для вдосконалення навичок у швидкому подоланні сухого русла річки і гірської ділянки у поєднанні з прийомами бою автоматом, підготовкою до стрільби із-за укриття з різних положень і киданням гранат у ціль; 5 — стежка для тренувань і киданні гранат згори донизу на точність, виконання спускання «дюльфером», сходженням спортивним способом у поєднанні з прийомами бою льодорубом (альпенштоком); 6 — стежка для тренувань в спусканні мотузком з вузлом «провідника» (на карабіні), в киданні гранат згори донизу на точність, для вдосконалення прийомів рукопашної сутички з використаною холодною зброєю і підручних засобів; 7 — стежка для тренувань у виконанні прийомів бою ножем і киданні гранат на точність, для вдосконалення навичок в спусканні на карабіні по похилій мотузці і сходженні спортивним способом; 8-10 — стежки для тренувань зі сходження і спускання по

виступах, виконання прийомів бою автоматом, киданні гранат в ціль; 11 — навчальне місце для навчання і тренування у виконанні навичок пересування по каменях. 12 — навчальне місце для навчання і тренування у виконанні прийомів бою автоматом, ножем, малою лопатою, льодорубом (альпенштоком). 13— цілі для кидання гранат на точність; 14 — основні вірьовки для відпрацювання способів спускання і сходження; 15 — тренажер для вдосконалення навичок в киданні гранат в ціль знизу вгору; 16 — сухе русло річки для вдосконалення навичок в подоланні гірських річок по каменях; 17 — вихідне становище для виконання навчальних завдань.

Додаток 8

**Табель**  
**оснащення загальноосвітніх шкіл учбовим майном**  
**для підготовки учнів до цивільної оборони (забезпечуються згідно заявок,**  
**поданих у відповідні штаби цивільної оборони)**

№№ п/п	Н а з в а	Одиниця виміру	Середні загальноосвітні школи
1.	Протигаз фільтруючий	шт.	60
2.	Протигаз дитячий	-"	50
3.	Респіратор	-"	30
4.	Протипилова маска з тканини	-"	5
5.	Ватно-марлева пов'язка	-"	5
6.	Протигаз (в розрізі)	-"	1
7.	Ренгенометр	-"	1
8.	Радіометр	-"	1
9.	Прилад хімічної розвідки	-"	1
10.	Захисний костюм (комбінезон)	-"	2
11.	Чоботи гумові	пари	2
12.	Рукавиці захисні	-"	2
13.	Носилки санітарні	шт.	2
14.	Сумки санітарні	-"	2
15.	Індивідуальний перев'язувальний пакет	-"	10
16.	Індивідуальний протихімічний пакет	-"	10
17.	Аптечка індивідуальна	-"	10
18.	Учбовий набір дегазуючих речовин	комп.	2
19.	Плакати з цивільної оборони	-"	3
20.	Діафільми, відеофільми з цивільної оборони	-"	2
21.	Набір знаків огороження для носіння (К30-1)	-"	1
22.	Проектор	шт.	1
23.	Макет найпростішого укриття (в розрізі)	шт.	1
24.	Макет об'єкта господарського призначення	шт.	1

Табель  
навчального обладнання, майна, підручників та  
навчально-наочних посібників обов'язкових у кабінетах  
допризовної підготовки загальноосвітніх шкіл  
(Забезпечуються органами освіти )

№№ п/п	Н а з в а	Одиниця виміру	Кількість
1.	Статути Збройних Сил України	шт.	2
2.	Підручник з допризовної підготовки	шт.	2
3.	Настанови зі стрілецької справи та інші навчально-методичні посібники	шт.	8-10
4.	Плакати з будови автомата АК	шт.	1
5.	Макети і станки для показу роботи частин і механізмів автомата	шт.	3-4
6.	Плакати з будови кулеметів РКК і КК	шт.	1
7.	Плакати з будови 7,62 мм снайперської гвинтівки СГД	шт.	1
8.	Плакати з будови ручного протитанкового гранатомета РПГ-7	шт.	1
9.	Плакати з основ і правил стрільби із стрілецької зброї	шт.	1
10.	Плакати із загальної будови та маркування ручних гранат	шт.	1
11.	Плакати з муштрової підготовки	шт.	1
12.	Плакати з будови малокаліберної гвинтівки	шт.	1
13.	Відеофільми, CD	шт.	8-10
14.	Плакати «План місцевості та умовні знаки»	шт.	2
15.	Література та наочні посібники з військово-		



	патріотичного виховання	шт.		8-10
16.	Пневматичні гвинтівки. Зберігаються в кімнатах для збереження зброї	шт.		3
17.	Пневматичні пістолети. Зберігання в кімнатах для збереження зброї	шт.		2
18.	Комп'ютер	шт.		1
19.	Телевізор	шт.		1
20.	Муштровий впоряд	шт.	1	
21.	Хрестоматія з військово-патріотичного виховання	шт.		1

Додаток 10

**Табель**  
**майна для проведення навчальних занять**  
**з медико-санітарної підготовки в загальноосвітніх школах**

№№ п/п	Н а з в а	Одиниця виміру	Кількість на школу	Кількість служби
1.	Аптечка індивідуальна	шт.	4	2 роки
2.	Банки кровососні	шт.	20	- " -
3.	Бинт марлевий 10 x 5 см	шт.	20	1 рік
4.	Булавки безпечні	шт.	20	- " -
5.	Вата гігроскопічна нестерильна в пачках по 500 г	пачка	10	- " -
6.	Вата компресна в пачках по 100.0 г	"-	5	- " -
7.	Повітроводна трубка «рот у рот»	шт.	1	Безтерміново
8.	Лійка скляна	шт.	2	- " -
9.	Грілка	шт.	1	- " -
10.	Джгут кровоспинний гумовий	шт.	10	3 роки
11.	Шприци одноразові, 10 мл, з голками	шт.	10	2 роки
12.	Зонд шлунковий товстий	шт.	2	Безтерміново
13.	Індивідуальний перев'язувальний пакет	шт.	10	1 рік
14.	Хусточка перев'язувальна	шт.	20	2 роки
15.	Кровоспинний затискач прямий	шт.	1	- " -
16.	Чашка Есмарха з приладдям до неї	комп.	1	Безтерміново

17.	Папір (поліетилен) компресний	лист	20	1 рік
18.	Поліетилен підкладний	м2	2	2 роки
19.	Настойка йоду у флаконах	фл.	1	1 рік
20.	Ножиці для перев'язувального матеріалу, прями	шт.	1	Безтерміново
21.	Нарукавна пов'язка (виготовляється учнями)	шт.	10	1 рік
22.	Пов'язка мала стерильна	шт.	10	1 рік
23.	Пов'язка велика стерильна	шт.	10	1 рік
24.	Рушники	шт.	1	2 роки
25.	Пінцет хірургічний	шт.	1	Безтерміново
26.	Поїльник	шт.	1	- " -
27.	Простирадло	шт.	1	2 роки
28.	Система для переливання крові та рідини	шт.	2	Безтерміново
29.	Хлорамін та інші деззасоби	г	200	1 рік
30.	Шприц-тюбик (без наповнювача)	шт.	10	2 роки
31.	Шинний матеріал (цупкі шмати картону, рейки і т. п. довжиною 1,5 м, — 10 штук. і 70-90 см — 20 штук, та інші підручні матеріали			
32.	Комплект таблиць «Надання першої допомоги» комп.		1	Безтерміново
33.	Методичний посібник для викладача	шт.	1	- " -
34.	Підручник з медичної підготовки	- " -	1	- " -
35.	Відеофільми за тематикою програми	- " -	5-6	- " -
36.	Література з військово-патріотичного виховання дівчат	-"-	8-10	Безтерміново
37.	Настанова з медичного забезпечення Сухопутних військ (з'єднання, частина, підрозділ) на воєнний час	-"-	1	Безтерміново