

**ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ № 1**  
зі спеціалізації “Допризовна підготовка”  
для студентів 5 курсу факультету фізичного виховання  
**Тема: Організація і методика проведення занять зі стройової підготовки.**

План

Впродовж двох годин вивчаються та удосконалюються наступні стройові прийоми:

1. Стройові вправи на місці.
2. Військове вітання на місці.
3. Рух стройовим та похідним кроком.
4. Повороти під час руху.

Л І Т Е Р А Т У Р А

1. Допризовна підготовка: Підруч. для 10-11 кл. / Конотопенко Я.І., Томчук М.І., Крамаренко Ю.В. та ін.; За ред. М.І.Томчука.– К.: “Вежа”, 1998.– 448 с.
2. Конотопенко Я.І., Томчук М.І., Тульчинський І.П., Шевченко В.В. Допризовна підготовка: Навально-методичний посібник/ За ред. Я.І.Конотопенка, М.І.Томчука.К.:ІЗМН, 1998.- 392 с.
3. Організація та методика допризовної підготовки. Навчально-методичний посібник для викладачів допризовної підготовки та студентів / Конотопенко Я.І., Томчук М.І., Крамаренко Ю.В. та ін.; За ред. Я.І.Конотопенка, М.І.Томчука. – К.: “Вежа”, 1996. – 416 с.

**ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ № 2**  
зі спеціалізації “Допризовна підготовка”  
для студентів 5 курсу факультету фізичного виховання  
**Тема: Організація і методика проведення занять зі стройової підготовки.**

План

Впродовж двох годин вивчаються та удосконалюються наступні стройові прийоми:

1. Повороти під час руху.
2. Військове вітання під час руху.
3. Вихід зі строю і повернення в стрій.
4. Підхід до начальника і відхід від нього.

Л І Т Е Р А Т У Р А

1. Допризовна підготовка: Підруч. для 10-11 кл. / Конотопенко Я.І., Томчук М.І., Крамаренко Ю.В. та ін.; За ред. М.І.Томчука.– К.: “Вежа”, 1998.– 448 с.
2. Конотопенко Я.І., Томчук М.І., Тульчинський І.П., Шевченко В.В. Допризовна підготовка: Навально-методичний посібник/ За ред. Я.І.Конотопенка, М.І.Томчука.К.:ІЗМН, 1998.- 392 с.
3. Організація та методика допризовної підготовки. Навчально-методичний посібник для викладачів допризовної підготовки та студентів / Конотопенко Я.І., Томчук М.І., Крамаренко Ю.В. та ін.; За ред. Я.І.Конотопенка, М.І.Томчука. – К.: “Вежа”, 1996. – 416 с.

**ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ № 3**  
зі спеціалізації “Допризовна підготовка”  
для студентів 5 курсу факультету фізичного виховання  
**Тема: Організація і методика проведення занять з вогневої підготовки.**

План

Впродовж двох годин вивчаються та удосконалюються наступні завдання:

1. Прийоми і правила підготовки до стрільби з малокаліберної гвинтівки.
2. Правила прицілювання та стрільби з малокаліберної гвинтівки.
3. Неповне розбирання і збирання автомата Калашнікова.
4. Засоби і прийоми чищення автомата Калашнікова.

Л І Т Е Р А Т У Р А

1. Допризовна підготовка: Підруч. для 10-11 кл. / Конотопенко Я.І., Томчук М.І., Крамаренко Ю.В. та ін.; За ред. М.І.Томчука.– К.: “Вежа”, 1998.– 448 с.
2. Конотопенко Я.І., Томчук М.І., Тульчинський І.П., Шевченко В.В. Допризовна підготовка: Навально-методичний посібник/ За ред. Я.І.Конотопенка, М.І.Томчука.К.:ІЗМН, 1998.- 392 с.
3. Організація та методика допризовної підготовки. Навчально-методичний посібник для викладачів допризовної підготовки та студентів / Конотопенко Я.І., Томчук М.І., Крамаренко Ю.В. та ін.; За ред. Я.І.Конотопенка, М.І.Томчука. – К.: “Вежа”, 1996. – 416 с.

**ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ № 4**  
зі спеціалізації “Допризовна підготовка”  
для студентів 5 курсу факультету фізичного виховання  
**Тема: Організація і методика проведення занять з рукопашного бою.**

План

Впродовж двох годин вивчаються та удосконалюються наступні завдання:

1. Вивчення прийомів самострахування.
2. Методика навчання прийомів самострахування.
3. Вивчання техніки виконання ударів руками.
4. Методика навчання ударів руками.
5. Вивчання техніки виконання захисту від ударів руками.

Л І Т Е Р А Т У Р А

1. Допризовна підготовка: Підруч. для 10-11 кл. / Конотопенко Я.І., Томчук М.І., Крамаренко Ю.В. та ін.; За ред. М.І.Томчука.– К.: “Вежа”, 1998.– 448 с.
2. Конотопенко Я.І., Томчук М.І., Тульчинський І.П., Шевченко В.В. Допризовна підготовка: Навально-методичний посібник/ За ред. Я.І.Конотопенка, М.І.Томчука.К.:ІЗМН, 1998.- 392 с.
3. Організація та методика допризовної підготовки. Навчально-методичний посібник для викладачів допризовної підготовки та студентів / Конотопенко Я.І., Томчук М.І., Крамаренко Ю.В. та ін.; За ред. Я.І.Конотопенка, М.І.Томчука. – К.: “Вежа”, 1996. – 416 с.

**ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ № 5**  
зі спеціалізації “Допризовна підготовка”

для студентів 5 курсу факультету фізичного виховання

**Тема: Організація і методика проведення занять з рукопашного бою.**

**План**

Впродовж двох годин вивчаються та удосконалюються наступні завдання:

1. Удосконалення прийомів самострахування.
2. Удосконалення техніки виконання ударів руками.
3. Удосконалення техніки виконання захисту від ударів руками.
4. Методика навчання захисту від ударів руками.
5. Вивчення техніки виконання ударів ногами.
6. Методика навчання ударів ногами.
7. Вивчення техніки виконання захисту від ударів ногами.
8. Методика навчання захисту від ударів ногами.

**Л І Т Е Р А Т У Р А**

1. Допризовна підготовка: Підруч. для 10-11 кл. / Конотопенко Я.І., Томчук М.І., Крамаренко Ю.В. та ін.; За ред. М.І.Томчука.– К.: “Вежа”, 1998.– 448 с.
2. Конотопенко Я.І., Томчук М.І., Тульчинський І.П., Шевченко В.В. Допризовна підготовка: Навально-методичний посібник/ За ред. Я.І.Конотопенка, М.І.Томчука.К.:ІЗМН, 1998.- 392 с.
3. Організація та методика допризовної підготовки. Навчально-методичний посібник для викладачів допризовної підготовки та студентів / Конотопенко Я.І., Томчук М.І., Крамаренко Ю.В. та ін.; За ред. Я.І.Конотопенка, М.І.Томчука. – К.: “Вежа”, 1996. – 416 с.

**ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ № 6**  
зі спеціалізації “Допризовна підготовка”

для студентів 5 курсу факультету фізичного виховання

**Тема: Організація і методика проведення занять з рукопашного бою.**

**План**

Впродовж двох годин вивчаються та удосконалюються наступні завдання:

1. Удосконалення прийомів самострахування.
2. Удосконалення техніки виконання ударів руками.
3. Удосконалення техніки виконання захисту від ударів руками.
4. Удосконалення техніки виконання ударів ногами.
5. Удосконалення техніки виконання захисту від ударів ногами.
6. Вивчення техніки виконання звільнення від захвату.
7. Методика навчання звільнення від захвату.

**Л І Т Е Р А Т У Р А**

1. Допризовна підготовка: Підруч. для 10-11 кл. / Конотопенко Я.І., Томчук М.І., Крамаренко Ю.В. та ін.; За ред. М.І.Томчука.– К.: “Вежа”, 1998.– 448 с.
2. Конотопенко Я.І., Томчук М.І., Тульчинський І.П., Шевченко В.В. Допризовна підготовка: Навально-методичний посібник/ За ред. Я.І.Конотопенка, М.І.Томчука.К.:ІЗМН, 1998.- 392 с.
3. Організація та методика допризовної підготовки. Навчально-методичний посібник для викладачів допризовної підготовки та студентів / Конотопенко Я.І., Томчук М.І., Крамаренко Ю.В. та ін.; За ред. Я.І.Конотопенка, М.І.Томчука. – К.: “Вежа”, 1996. – 416 с.

**ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ № 7**  
**зі спеціалізації “Допризовна підготовка”**  
**для студентів 5 курсу факультету фізичного виховання**  
**Тема: Організація і методика проведення занять з цивільної оборони.**  
**План**

Впродовж двох годин вивчаються та удосконалюються наступні завдання:

1. Ознайомлення із захисними спорудами ЦО.
2. Одягання засобів індивідуального захисту.
3. Вивчення правил користування приладами радіаційної і хімічної розвідки та дозиметричного контролю.

**Л І Т Е Р А Т У Р А**

1. Допризовна підготовка: Підруч. для 10-11 кл. / Конотопенко Я.І., Томчук М.І., Крамаренко Ю.В. та ін.; За ред. М.І.Томчука.– К.: “Вежа”, 1998.– 448 с.
2. Конотопенко Я.І., Томчук М.І., Тульчинський І.П., Шевченко В.В. Допризовна підготовка: Навально-методичний посібник/ За ред. Я.І.Конотопенка, М.І.Томчука.К.:ІЗМН, 1998.- 392 с.
3. Організація та методика допризовної підготовки. Навчально-методичний посібник для викладачів допризовної підготовки та студентів / Конотопенко Я.І., Томчук М.І., Крамаренко Ю.В. та ін.; За ред. Я.І.Конотопенка, М.І.Томчука. – К.: “Вежа”, 1996. – 416 с.