

« _____ » « _____ » 2007 года

План конспект
Проведения методического занятия по горной подготовке с л/с подразделений
СпН и Р.

Тема: Преодоление препятствий на горно штурмовой полосе

Цели: 1. ознакомить л/с с характеристикой г.ш.п

2.обучить л/с передвижению по горно штурмовой полосе

Время: 1 час.

Учебные вопросы: 1. препятствия горно штурмовой полосы

2.преодоление препятствий горно штурмовой полосы

Метод: Тактика - строевое занятие.

Материальное обеспечение: 1. ИСС – на каждого (в комплекте);

2. Веревка основная на одно отделение (10 Чел).
2×30 м

Ход занятия:

Вводная часть: 5мин

- Проверяю наличие л/с, снаряжения

Учебные вопросы № и время	Действия руководителя	Действия обучаемых, и содержания учебного вопроса
<p>Вводная часть: 20 мин.</p> <p>Основная часть: 180 мин</p> <p>1.препятствия горно штурмовой полосы.</p>	<p>Провести краткую вводную беседу. Лучше такую беседу провести по отделениям на конкретном учебном месте. Беседа сопровождается показом приемов передвижения и страховки .</p>	<p>Горно штурмовая полоса - предназначена для обучения подразделений в горной местности. Формирования навыков и умений преодоления горных препятствий. Развитий у военнослужащих необходимые физических и психологических качеств(координации движений</p>

<p>2.основные виды передвижений и преодолений препятствий, характерных для горной местности</p> <p>Меры безопасности при действиях на горно штурмовой полосе</p> <p>Запрещается</p> <p>Заключительная часть : 15 мин.</p>		<p>гибкости,ловкости,силы и спец выносливости).Формирования навыков и умений действий подразделений в условиях боевого слаживания в горной местности. Обучение и совершенствование навыков работы с альпинистским снаряжением в различных условиях . Проведение соревнований подразделений,предназначенных для действий в горах</p> <p>Основные характеристики горно штурмовой полосы.</p> <p>-протяженность полосы -1350м:</p> <p>-количество основных препятствий-13</p> <p>-контрольное время прохождения полосы взводом 1 час.</p> <p>-подъём и спуск по травянистым , сыпучим, каменистым склонам под различными углами.</p> <p>-подъёмы и спуски на скальных участках</p> <p>-переправы через горные реки в брод, подвесным мостам с помощью с помощью подвесных систем с использованием подручных средств. - Преодоление ущелий различной протяженности.- Преодоление просек, зарослей, кустарников и лесных завалов.</p> <p>К занятиям на ГШП л/с допускается только в присутствии инструктора , после принятия зачёта по использованию индивидуального и группового альпинистского снаряжения, средств эвакуации, умение оказать первую медицинскую помощь, а также инструктировать по мерам безопасности. Проведение разминки перед началом занятий на ГШП обязательно . Перед выполнением отдельных элементов и прохождения полосы в целом не обходимо проверить исправность индивидуального снаряжения. Упражнения на высотах более двух метров проводится со страховкой. Визуальный контроль , самоконтроль за элементами страховочной цепи обязателен в период прохождения полосы</p> <p>-Пользование не исправным снаряжением ;- нахождение на одном снаряде более 2 чел;- нахождение на одной верёвки (во время спуска, подъёма двух и более чел);-Преодоление скальных участков без средств защиты головы и страховки;- Нахождение на площадке</p>
---	--	---

		<ul style="list-style-type: none">-Построить личный состав.-Проверить наличие л/с, снаряжение и экипировку.-Подвести итоги занятий, напомнить меры безопасности на занятиях по ГШП.-Выделить лучших, худших.
--	--	---

Руководитель занятия
