# Повороти на місці

Керівник заняття повинен пояснити, що повороти на місці виконуються одиночними військовослужбовцями на всіх заняттях, при підході до начальника та відході від нього, а також при поверненні у стрій, а також під час шикування та здійснення руху.

Навчання поворотам на місці починається після відпрацювання стройового положення. При цьому спочатку необхідно відпрацювати повороти праворуч, ліворуч та кругом, а потім повороти півоберта праворуч, півоберта ліворуч.

Для навчання поворотам на місці керівник шикує особовий склад взводу по периметру квадрату розмітки стройового плацу, виходить на середину та показує порядок виконання поворотів в цілому у встановленому темпі.

Показуючи прийом керівник пояснює, що повороти виконуються за командами: **«Ліво-РУЧ»** та **«Кру-ГОМ»**  в бік лівої руки на лівому підборі та на правому носку, а **«Право-РУЧ» –** убік правої руки на правому підборі та на лівому носку.

Всі повороти виконуються на два рахунки: за рахунком «РАЗ» військовослужбовці повертаються у визначений бік, зберігаючи правильне положення корпусу та не згинаючи ніг у колінах, переносять вагу тіла на ногу, що попереду, за рахунком «ДВА» – найкоротшим шляхом приставляють ногу, що позаду. Для чіткого і точного виконання повороту на місці необхідно перенести вагу тіла на ту ногу, в бік якої буде виконуватися поворот, з одночасним ривком корпусу в бік повороту і сильним упором на носок протилежної ноги, зберігаючи стійке положення тіла.

Вивчення поворотів на місці починається з повороту праворуч. Після показу прийому по розділам, керівник командує: «Поворот праворуч по розділам, роби – РАЗ, роби – ДВА», або якщо потребується пояснення: «Поворот праворуч по розділам, за рахунком «РАЗ»: повернутися убік правої руки на правому підборі та на лівому носку, не згинаючи ніг у колінах та перенести вагу тіла на ногу, що попереду - «Взвод, роби – РАЗ»; за рахунком «ДВА»: найкоротшим шляхом приставити ногу, що позаду - «Взвод, роби – ДВА».

Керівник слідкує за тим, щоб ті, хто навчаються, після виконання повороту праворуч носки ніг були розведені по фронту на ширину ступні, а положення рук було таке саме, як при стройовому положенні. Також необхідно звернути увагу на те, щоб поворот виконувався не тільки за допомогою ніг, а і за допомогою різкого руху корпусом в сторону повороту.

При неправильному або нечіткому виконанні елемента керівник подає команду «Відставити», за якою приймається попереднє положення.

Після вивчення повороту праворуч по розділам, керівник починає розучування його в цілому. Для цього він подає команду «Поворот праворуч в цілому, на два рахунки почи-НАЙ» і супроводжує її підрахунком «РАЗ, ДВА».

Вивчення прийому можна продовжувати з підрахунком тих, хто навчається, або під барабан. Для цього керівник подає команду: «Поворот праворуч на два рахунки, з підрахунком в голос, почи-НАЙ» та задає темп підрахунком «РАЗ, ДВА».

Потім керівник переходить до вивчення повороту ліворуч. Поворот ліворуч також виконується на два рахунки. За рахунком «РАЗ» військовослужбовці повинні повернутися на лівому підборі та на носку правої ноги, перенести вагу тіла на ліву ногу, зберігаючи правильне положення корпусу, не згинаючи ніг у колінах і не розмахуючи руками під час повороту. За рахунком «ДВА» праву ногу треба найкоротшим шляхом приставити до лівої так, щоб підбори були разом, а носки ніг були розведені на ширину ступні.

Після показу та пояснення повороту ліворуч у такій же послідовності проводиться тренування з виконання цього повороту.

Вивчивши поворот ліворуч, керівник переходить до вивчення повороту кругом. Він показує прийом в цілому, потім по розділам на два рахунки та пояснює, що поворот кругом виконується за командою «Кру-ГОМ» так, як і поворот ліворуч, але на 180о.

За командою «Поворот кругом по розділам за рахунком «РАЗ»: різко повернутися на лівому підборі та правому носку, не згинаючи ніг у колінах, перенести вагу тіла на підбор лівої ноги, подавши корпус трохи вперед» - «Взвод, роби – РАЗ». Звертається увага на те, що під час повороту кругом не дозволяється розмахування руками навколо корпусу. За рахунком «ДВА»: треба найкоротшим шляхом приставити праву ногу до лівої так, щоб підбори були разом, а носки ніг розведені по фронту на ширину ступні.

Добившись правильного виконання прийому по розподілам, керівник переходить до тренування з виконання повороту кругом в цілому. Під час навчання повороту кругом він повинен уважно стежити за тим, щоб військовослужбовець завчасно не зривав з місця ногу, що стоїть позаду, а при повороті не допускав хитання корпусом та розмахування руками.

Тренування у поворотах праворуч, ліворуч, кругом проводяться самостійно, попарно та у складі взводу до повного засвоєння.

Якщо військовослужбовець виконує поворот або його елемент неправильно, керівник подає команду «Відставити» та вказавши на помилки подає команду на повторення.

Під час виконання поворотів на місці характерні такі помилки: передчасний поворот корпусу за підготовчою командою, згинання ніг у колінах, розмахування руками при повороті, нахил голови вниз, опускання грудей або випинання живота, відхилення корпусу назад, поворот не на підборі, а на всій ступні, при повороті кругом неповний розворот, приставляння ноги не найкоротшим шляхом і при цьому хитання корпусу.