

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Коротков Сергей Леонидович
Должность: Директор ИТЖТ - филиал ПривГУПС
Дата подписания: 06.11.2024 15:16:00
Уникальный программный ключ:
705b520be7c208010fd7fb4dfc76dbd29d240bbe

Практическая работа № 10

Тема: Отработка движения строевым и походным шагом, бегом, шагом на месте, повороты в движении.

Цель:

-Привить первоначальные навыки в движении строевым и походным шагом, бегом , шагом на месте.

Движение шагом осуществляется с темпом

Движение бегом осуществляется с темпом

Для перехода с бега на шаг подается команда

Обозначение шага на месте производится по команде

Шаг на месте. _____

Для изменения скорости движения подаются команды:

Для перемещения вперед или назад на несколько шагов подается команда.

					ПР – _____ – 10			
Изм.	Лист	№ докум.	Подп.	Лат.	Отработка движения строевым и походным шагом, бегом, шагом на месте, повороты в движении.	Лит.	Лист	Листов
Разраб.							1	1
Пров.		Яковлева						
Консвл.								
Н.								
Утв.								
						Филиал СамГУПС в г. Ижевске САД (21)-9-21		

