

**ДОДАТКОВІ УМОВИ**  
**II (міського) етапу Всеукраїнської дитячо-юнацької**  
**військово-патріотичної гри «Сокіл» («Джура»)**

**Змагання «Таборування (бівак)»**

Участь беруть:

*молодша* вікова категорія - 6 джур (з них не менше 1 протилежної статі) та 2 керівники рою;

*середня* вікова категорія - 6 джур (з них не менше 1 протилежної статі) та 1 керівник рою;

*старша* вікова категорія - 6 джур (з них не менше 1 протилежної статі).

**Контрольний час встановлення табору:**

*молодша* – 1 год. 30 хв.;

*середня* – 1 год. 15 хв.;

*старша* – 1 год.

**Вимоги до організації бівака**

1. На території бівака розміщуються:

- житлові намети;
- місце для вмивання;
- місце для збирання сміття;
- місце для ройової атрибутики.

2. Намети слід розміщувати на сухих майданчиках із трав'яним покривом або з твердим ґрунтом.

3. Намети повинні бути:

- міцними;
- водонепроникними;
- вітрозахисними;
- з теплоізоляційними властивостями;

▪ мати клапани або вікна для провітрювання, які обладнані захисними засобами від проникнення комах (захисна сітка на вікнах і дверях, застібка типу «блискавка»).

4. Усі намети повинні мати вхід, який щільно закривається.

**Критерії оцінювання**

1. Недотримання чистоти (до 25-ти балів);

2. Неправильна (нераціональна) постановка табору (до 30-ти балів);

3. Стан зберігання особистих речей (до 16-ти балів);

4. Відсутність миючих та дезінфікуючих засобів (до 2-х балів);

5. Зберігання харчових продуктів суворо заборонено (до 30-ти балів);

6. Відсутність поліетиленових технічних мішків для сміття (до 3-х балів);

7. Мова та культура спілкування (до 25-ти балів);

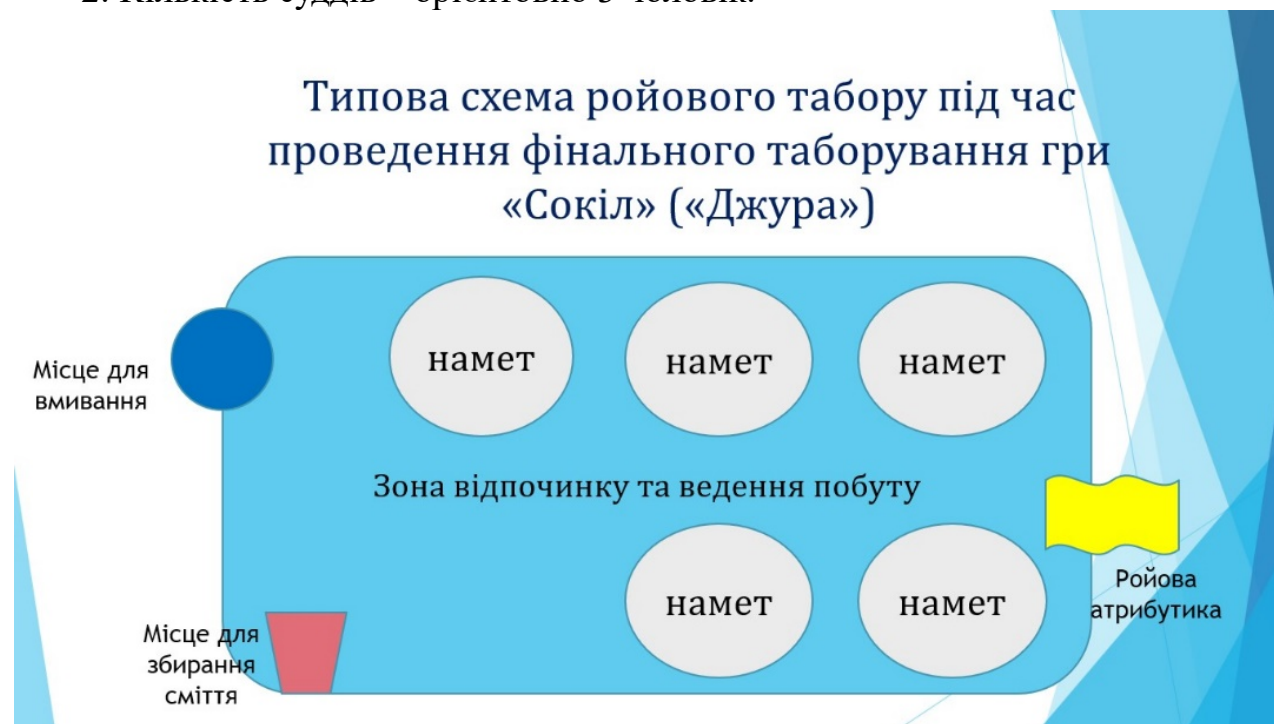
8. Втрата під час чергування обов'язкових атрибутів (хоругва, емблема, девіз тощо) (до 15-ти балів).

**Як здійснюється оцінювання?**

1. Проводиться:

- оцінка побуту;
- чистоти;
- доцільності розміщення;
- дотримання санітарно-гігієнічних норм;
- стан спорядження;
- стан особистих речей тощо.

2. Кількість суддів – орієнтовно 3 чоловік.



### Визначення переможців

Переможець визначається за найменшою сумою штрафних балів. У випадку, якщо команди набрали однакову суму балів, перевага надається тій команді, яка за часом найшвидше поставила табір.

### Нормативно-правова база оцінювання таборування

1. Статут Збройних сил України (Додаток 18 до Статуту внутрішньої служби ЗСУ (стаття 369): <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/548-14#Text>

2. Санітарно-гігієнічні вимоги (Державні санітарні норми та правила влаштування, утримання та організації режиму діяльності дитячих наметових містечок (Наказ МОЗ України від 07.02.2012 № 89): <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0284-12#Text>

3. Загальні вимоги до біваку (Наказ УДЦТКУМ «Про затвердження Типових правил та умов організації проведення таборувань під час шкільного, I (районного, міського, ОТГ), II (обласного, Київського міського) та III (Всеукраїнського) етапів Всеукраїнської дитячо-юнацької військово-патріотичної гри «Сокіл» («Джура») від 05.05.2018 р. №51-А, п. 11): [https://patriotua.org/wp-content/uploads/2020/09/%D1%82%D0%B0%D0%B1%D0%BE%D1%80%D1%83%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%BD%D1%8F\\_%D0%B3%D1%80%D0%B8\\_%D0%94%D0%B6%D1%83%D1%80%D0%B0\\_05.2018.pdf](https://patriotua.org/wp-content/uploads/2020/09/%D1%82%D0%B0%D0%B1%D0%BE%D1%80%D1%83%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%BD%D1%8F_%D0%B3%D1%80%D0%B8_%D0%94%D0%B6%D1%83%D1%80%D0%B0_05.2018.pdf).

Організатори залишають за собою право на зміну даних умов, про що

повідомляється учасникам не пізніше, ніж за добу до проведення заходу.

**УВАГА!!! Рої прибувають на конкурс «Таборування (бівак)» зі своїм спорядженням та атрибутами. Копання на місці галявини ЗАБОРОНЯЄТЬСЯ! Рівчак навколо намету, ями під сміття та під умивальник не копаються!**

### **Змагання «Туристська смуга перешкод»**

Участь беруть: 6 джур (не менше 1 протилежної статі).

#### **Умови змагань:**

1. Довжина дистанції – від 200 м до 350 м.
2. Спортивна форма повинна закривати лікті та коліна учасників.
3. Учасники рухаються в заданому напрямку, долаючи етапи по черзі.
4. Контрольний час – 12 хв.
5. Якщо учасник після помилки починає проходити етап спочатку, дозволяється подолання етапу іншим учасником команди.
6. Молодша вікова група долає етапи з №1 по №5, середня з №1 по №6, старша з №1 по №7.
7. При перевищенні контрольного часу, команда закінчує виступ на дистанції.

#### **Етап №1 Азимут**

*Молодша вікова* – команда обирає картку, на якій вказаний азимут та відповідно цього азимуту вказує на КП (червоно-біла призма), який розташований на місцевості на певній відстані. До суддівського протоколу команда вносить літеру цього КП (наприклад: А). Літери рахуються зліва направо (А, Б, В, Г, Д).

*Середня вікова* – команда обирає картку, на якій вказано літеру (А, Б, В, Г чи Д). Літери співпадають з КП (червоно-біла призма), який розташований на місцевості на певній відстані, зліва направо. Команда вимірює азимут до цього КП та вносить до суддівського протоколу (наприклад: В - 245°).

*Старша вікова* – команда обирає картку, на якій вказано літеру (А, Б, В, Г чи Д). Літери співпадають з КП (червоно-біла призма), який розташований на місцевості на певній відстані, зліва направо. Команда вимірює азимут та відстань до цього КП та вносить до суддівського протоколу (наприклад Г - 44°, 55метрів).

**Команда, яка правильно виконала завдання, рухається коротким шляхом дистанції. Якщо неправильно – довгим (суддя підкаже напрям руху).**

#### ***Помилки:***

*Молодша* – неправильно вказане КП.

*Середня* – неправильно вказаний азимут, похибка більше ніж 5°.

*Старша* – неправильно вказаний азимут, похибка більше ніж 5°, неправильно вказана відстань, похибка більше 10%.

**Команда рухається далі по дистанції тільки після того, як суддя вкаже напрям руху.**

#### **Етап №2 Паралельні мотузки**

Над землею натягнуті паралельні мотузки, учасники використовують нижні мотузки, як опору для ніг, а верхні мотузки як опору для рук, долають перешкоду. Наступний учасник може починати рухатись по етапу тільки після того, як

попередній перетне контрольну лінію (червоно-біла стрічка). Якщо учасник зривається і торкається землі – починає спочатку.

### **Етап №3 Топографія**

Кожен учасник обирає картку з малюнком топографічного знаку та називає його. При неправильній відповіді рухається до таблиці з правильними відповідями (відстань в межах 30 метрів), повертається та називає знак. Наступний учасник обирає картку тільки після того, як попередній скаже правильну відповідь.

### **Етап №4 Купини**

На землі розташовані круглі дерев'яні форми на відстані до 2 метрів. Кожен учасник долає етап перестрибуючи з купини на купину. Необов'язково торкатися всіх купин. Наступний учасник може починати рухатись по етапу тільки після того, як попередній перетне контрольну лінію (червоно-біла стрічка). Якщо учасник торкається землі – починає спочатку.

### **Етап №5 «Ліани»**

Над землею натягнуті паралельні мотузки, з верхньої мотузки звисають петлі. Учасники використовують нижні мотузки, як опору для ніг, а петлі як опору для рук, долають перешкоду. Наступний учасник може починати рухатись по етапу тільки після того, як попередній перетне контрольну лінію (червоно-біла стрічка). Якщо учасник зривається і торкається землі – починає спочатку.

*Фініш для молодшої вікової групи.*

### **Етап №6 «Петлі»**

Над землею звисають великі петлі. Учасники, тримаючись за петлі руками та стаючи ногами в ці петлі, переходять з петлі в петлю. Наступний учасник може починати рухатись по етапу тільки після того, як попередній перетне контрольну лінію (червоно-біла стрічка). Якщо учасник зривається і торкається землі – починає спочатку.

*Фініш для середньої вікової групи.*

### **Етап №7 Горизонтальний маятник**

Над землею натягнута мотузка для опори на неї ногами, руками тримаючись за мотузку, яка закріплена на дереві, учасники, втримуючи рівновагу, долають етап.

Наступний учасник може починати рухатись по етапу тільки після того, як попередній перетне контрольну лінію (червоно-біла стрічка). Якщо учасник зривається і торкається землі – починає спочатку.

*Фініш для старшої вікової групи.*

### **Підведення результатів**

Результат команди визначається за часом проходження дистанції. При перевищенні контрольного часу, команда займає місце після команд, які вклалися в контрольний час, отримуючи 20 штрафних балів за кожного учасника, який не пройшов етап (на кожному етапі) та займає вище місце з найменшою сумою штрафних балів серед команд, які не вклалися в контрольний час.

Організатори залишають за собою право на зміну даних умов, про що повідомляється учасникам не пізніше, ніж за добу до проведення заходу.

**Змагання «Стрільба із пневматичної зброї.**  
**Матеріальна частина автоматичної зброї (розбирання та складання) та**  
**спорядження магазину АК»**

Участь беруть: 6 джур, з них не менше 2 протилежної статі.

**Оцінювання:** сума місць зайнятих в розділах «Стрільба» і «Матеріальна частина автоматичної зброї (розбирання та складання) та спорядження магазину АК».

Вище місце посідає рій з меншою сумою місць.

**«Стрільба»**

Участь беруть 4 джури (1 з них протилежної статі)

Для *молодшої* вікової категорії – участь рою обов’язкова без оцінювання, 5 пробних пострілів.

*Середня та старша* вікові категорії:

Виконання стрільб з пневматичної рушниці.

**Умови стрільби:**

•мішень № 8 для стрільби з пневматичних рушниць з відстані 10 м (олімпійська);

•дистанція – 10 м;

•пострілів – 3 пробних, 5 залікових;

•час на стрільбу – 8 хв,

•на підготовку – 2 хв;

•стрільбу проводять з положення сидячи з опорою ліктями об стіл (див. мал.)



**Оцінювання:** сума балів 4-х джур. У разі рівності набраних балів, перевага надається кількості більш влучних пострілів рою.

**«Матеріальна частина автоматичної зброї (розбирання та складання)**  
**та спорядження магазину АК»**

**Оцінювання:** сума часу неповної збірки/розбірки АК двох учасників, враховуючи штрафний час та спорядження магазинів двох учасників, враховуючи штрафний час.

**Неповне розбирання/складання АК**

Участь беруть 2 джури протилежної статі

**Умови змагань:**

**Для всіх вікових категорій надається можливість пробного циклу розбирання/складання АК**

### ***Виконання розбирання (складання) автомата:***

• Розбирання і складання автомата слід проводити на столі та чистій підкладці;

• Частини й механізм слід розміщувати в порядку розбирання;

• Поводитися з ними обережно;

• Не класти одну частину на іншу;

• Не застосовувати зайвих зусиль і різких ударів.

• Учень підходить до місця, де розкладено зброю;

• Час відлічують з моменту подачі команди: «До неповного розбирання (складання) зброї приступити!» — до доповіді учня: «Готово!».

• Редакція – час відлічується після команди «До неповного розбирання (складання) зброї приступити!» з моменту торкання до автомата і фіксується після доповіді «Готово!» автомат покладений на стіл.

#### ***Послідовність неповного розбирання АК***

1. Відокремити магазин.

2. Перевірити, чи немає набою в набійнику, контрольний постріл.

3. Відокремити шомпол.

4. Відокремити кришку ствольної коробки.

5. Відокремити зворотний механізм.

6. Відокремити затворну раму із затвором.

7. Відокремити затвор від затворної рами.

8. Відокремити газову трубку.

#### ***Порядок дій***

9. Відокремити магазин.

• утримуючи автомат лівою рукою за шийку приклада або цівку, правою рукою обхопити магазин.

• натискаючи великим пальцем на засувку, подати нижню частину магазину уперед і відокремити його.

10. Перевірити, чи немає набою в набійнику.

• для чого перемкнути перевідник вогню вниз, поставивши його в положення АВ (автоматична стрільба) або ОД (одиначна стрільба);

• відвести за рукоятку затворну раму назад;

• відпустити рукоятку затворної рами й спустити курок з бойового взводу;

3. Відокремити шомпол.

Послідовними поштовхуваннями ребра долоні правої (лівої) руки відокремити кінець шомпола від ствола так, щоб його головка вийшла з-під упору на основі мушки, і витягнути шомпол.

11. Відокремити кришку ствольної коробки.

• правою рукою обхопити шийку (передню частину) приклада;

• великим пальцем руки натиснути на виступ спрямовуючого паза зворотного механізму;

• підняти догори задню частину кришки ствольної коробки і відокремити кришку.

## 12. Відокремити зворотний механізм.

- утримуючи автомат лівою рукою за ствольну накладку, правою рукою подати вперед спрямовуючий стержень зворотного механізму до виходу його п'яти з поздовжнього стержня ствольної коробки;
- підняти задній кінець спрямовуючого стержня й витягнути зворотний механізм із каналу затворної рами.

## 13. Відокремити затворну раму із затвором.

- продовжуючи втримувати автомат лівою рукою, правою відвести затворну раму назад до упору;
- підняти її разом із затвором і відокремити від ствольної коробки.

## 14. Відокремити затвор від затворної рами.

- узяти затворну раму в ліву руку затвором догори, правою рукою відвести затвор назад;
- повернути його так, щоб спрямовуючий виступ затвора вийшов з фігурного вирізу затворної рами, і вивести затвор уперед.

## 15. Відокремити газову трубку.

- утримуючи автомат лівою рукою, правою повернути замикач газової трубки;
- зняти газову трубку з патрубків газової камери.

*Можливі помилки під час розбирання АК (за кожну помилку додається 5 сек. до загального часу учасника):*

- Падіння частин автомата зі столу;
- Частини автомата розміщені не у правильному порядку;
- Частини автомата знаходяться одна на одній;
- Контрольний спуск проведений не у вертикальному положенні автомата.

*Послідовність складання автомата після неповного розбирання:*

- Приєднати газову трубку.
- Приєднати затвор до затворної рами.
- Приєднати затворну раму із затвором до ствольної коробки.
- Приєднати зворотний механізм.
- Приєднати кришку ствольної коробки.
- Спустити курок з бойового взводу й поставити на запобіжник.
- Приєднати шомпол.
- Приєднати магазин до автомата.

*Порядок дій*

### 1. Приєднати газову трубку.

- утримуючи автомат лівою рукою, правою одягнути газову трубку переднім кінцем на патрубок газової камери й щільно підігнати задній кінець ствольної накладки до ствола, до упору;
- повернути за замикач ствольної накладки на себе до входу його фіксатора у виїмку.

### 2. Приєднати затвор до затворної рами.

- узяти затворну раму в ліву руку, а затвор — у праву й вставити його

циліндричну частину в канал затворної рами;

- повернути затвор так, щоб виступ увійшов у фігурний виріз затворної рами, і просунути затвор уперед.

3. Приєднати затворну раму із затвором до ствольної коробки.

- узяти затворну раму в праву руку так, щоб затвор утримувався великим пальцем у передньому положенні.

- лівою рукою обхопити шийку приклада, правою ввести газовий поршень у порожнину колодки прицілу й подати затворну раму вперед настільки, щоб відгини ствольної коробки увійшли в пази затворної рами;

- невеликим зусиллям притиснути її до ствольної коробки і подати вперед до упору.

4. Приєднати зворотний механізм.

- утримуючи автомат лівою рукою, правою рукою ввести зворотний механізм у канал затворної рами;

- стискаючи зворотну пружину, подати спрямовуючий стержень уперед і опустивши трохи вниз;

- завести його п'яту в поздовжній паз ствольної коробки.

5. Приєднати кришку ствольної коробки.

- вставити кришку ствольної коробки переднім кінцем у напівкруглий виріз на колодці прицілу;

- натиснути на задній кінець кришки долонею правої руки вперед-вниз, щоб виступ напрямного стрижня зворотного механізму увійшов в отвір кришки ствольної коробки.

6. Спустити курок з бойового взводу й поставити на запобіжник.

- Натиснути на спусковий гачок і підняти перевідник режимів стрільби до упору

7. Приєднати шомпол.

Вставити різьбовий кінець шомпола в отвір у кільці цівки й закріпити його.

«Утопити» шомпол. Головку шомпола вставити в паз на колодці мушки.

8. Приєднати магазин до автомата.

*Можливі помилки під час складання АК (за кожну помилку додається 5 сек. до загального часу учасника):*

- Магазин покладений не на затворну раму;
- Не вставлений шомпол;
- Не проведений спуск;
- Не поставлений на запобіжник;
- Не повернутий замикач газовідвідної трубки.

**Оцінювання:**

Сума часу неповної збірки/розбірки АК двох учасників, враховуючи штрафний час.



## Спорядження магазину АК

Участь беруть 2 джури

### **Умови змагань:**

*Для спорядження магазину патронами потрібно:*

- взяти магазин у ліву руку горловиною вгору і випуклою стороною від себе;
- у праву руку — патрони кулями до мізинця так, щоб дно гільзи було трохи вище рівня великого і вказівного пальців;
- утримуючи магазин з невеликим нахилом донизу, вкладати патрони по одному на подавач (попередній патрон), дном гільзи до задньої стінки магазину;
- натисканням великого пальця лівої руки заводити їх під загини; бокових стінок і просувати до задньої стінки магазину.

Патрони повинні знаходитись у коробці/ящику розсипом. Кількість патронів – 30 шт.

### Можливі помилки:

Під час спорядження заборонено магазином торкатися столу (додається 5 сек. штрафного часу).

### **Оцінювання:**

Сума часу спорядження магазинів двох учасників, враховуючи штрафний час.

### **Рекомендовані джерела:**

1. Підручник з Захисту Вітчизни. Хлопці. 10 клас. Гарасимів - Нова програма, § 21. Основи стрільби з пневматичної гвинтівки. Помилки під час стрільби з гвинтівки та їх усунення

2. Підручник з Захисту Вітчизни. Хлопці. 10 клас. Гарасимів - Нова програма, § 19. Порядок неповного розбирання і складання та обслуговування автомата. Тренування в неповному розбиранні та складанні автомата.

3. Відео збирання АК: <https://www.youtube.com/watch?v=Co6CWcewnIg>

4. Відео розбирання АК: <https://www.youtube.com/watch?v=giHcng0hFBU>

5. Відео спорядження магазину:

<https://www.youtube.com/watch?v=6IBI07V16eA>

Організатори залишають за собою право на зміну даних умов, про що повідомляється учасникам не пізніше, ніж за добу до проведення заходу.

## **Змагання «Метання гранати»**

Участь беруть 4 джури (не менше 1 протилежної статі). «Граната» учбова (макет ручної наступальної гранати).

Змагання з метання гранати є одним з основних важливих розділів змагань Всеукраїнської дитячо-юнацької військово-патріотичної гри «Сокіл» («Джура»).

Створення правил змагань з метання гранати відбувалося у тісній взаємодії і з врахуванням всіх вимог і побажань представників ЗСУ.

Досвід ведення сучасних бойових дій беззаперечно визначає вміння влучно і технічно вірно метати гранати як одну з основних базових компетентностей підготовки майбутнього захисника України. Керівник рою має досягти зі своїми учнями високого рівня дисципліни, неухильного дотримання правил техніки

безпеки, вірної техніки і високої влучності виконання метань гранати.

Правила змагань з метання гранати:

1. Габарит (зона влучання) розбивається у глибину на три частини: Центральна – глибиною 1 м, ближня та дальня – глибиною по 2 м. Дальність до центру цілі - 25 м (старша), 15 м (середня), 7 м (молодша) (див. мал.).

2. Положення для метання «гранати» – стоячи.

3. Спочатку усі учасники виконують по 1 пробному кидку, а потім кидають по 1 «гранаті» в командний залік.

4. Час для виконання завдання усіма 4 учасниками – до 8 хвилин.

Команди старшого судді етапу:

- «На вогневий рубіж вперед!»; - «Гранатою – вогонь!»; - «Метання закінчити».

**Оцінювання конкурсу «Метання гранати»:**

**5 балів** – влучання у центральну частину габариту;

**4 бали** – влучання у дальню частину габариту;

**3 бали** – влучання у ближню частину габариту;

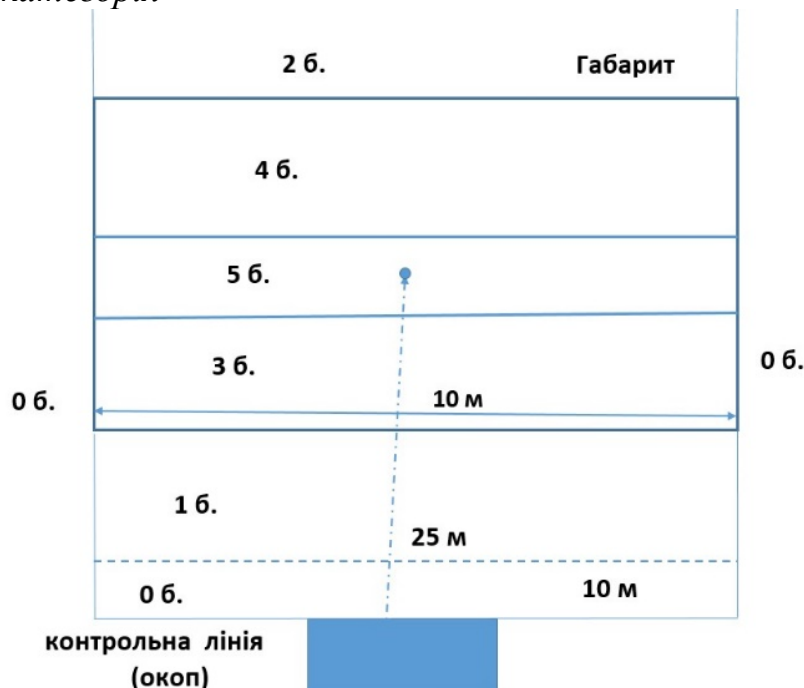
**2 бали** – граната перекинута за дальню частину габариту;

**1 бал** – граната не докинута до габариту;

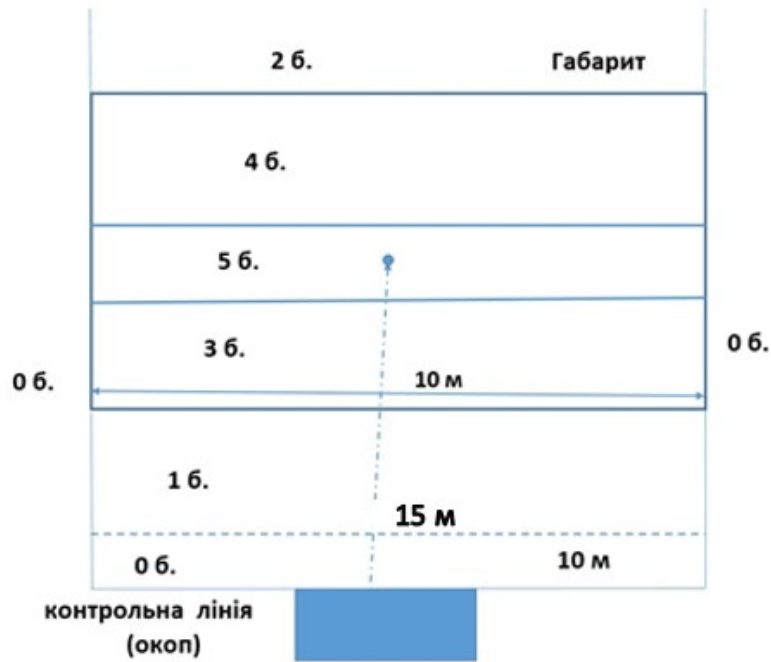
**0 балів** – граната впала від учасника на відстані менше ніж 10 метрів (старша, середня), 5 м (молодша) або вилетіла «ліворуч» чи «праворуч» за межі 10-метрового сектору габариту (див. мал.).

Місце першого контакту «гранати» з поверхнею землі (не «рикошет») вважається «точкою падіння» для оцінювання.

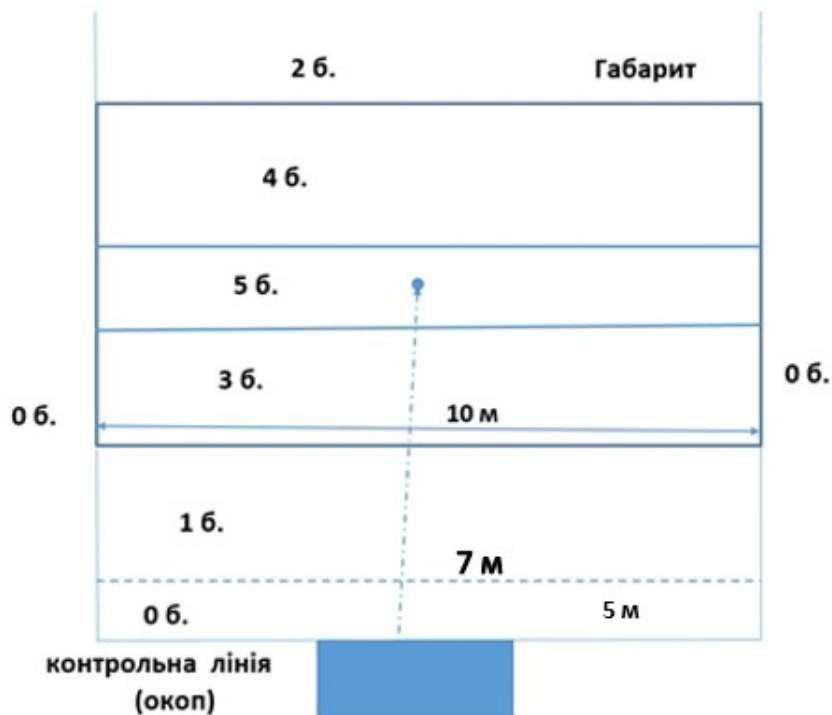
*Старша вікова категорія*



### Середня вікова категорія



### Молодша вікова категорія



### Оцінювання змагання:

Переможець змагання визначається за найбільшою сумою балів, набраних командою, з урахуванням точності кидків.

За рівної суми балів і однакової кількості п'ятибальних влучань, вище місце посідає команда з меншою сумою відстаней від місця контакту «гранати» з поверхнею землі до середини центральної зони.

Організатори залишають за собою право на зміну даних умов, про що повідомляється учасникам не пізніше, ніж за добу до проведення заходу.

### **Інтелектуальна гра-вікторина «Відун»**

Участь беруть 6 джур (незалежно від статі).

#### **Умови проведення:**

Конкурс проводиться у **три** етапи. **Команда повинна мати планшети та ручки.**

**I етап** – виконання завдань з історії України різного рівня складності.

**Кількість запитань – 10** з тематичних розділів.

#### ***Тематичні розділи:***

1. Історія українського козацтва.
2. Козацькі переможні походи та гетьмани.
3. Київщина козацька.
4. Фортифікаційні укріплення та замки України.
5. Культура та мистецтво козацької доби.
6. Українські військові формування різних епох.
7. Сучасні збройні сили України.

**Оцінювання** правильних відповідей: I рівень – 1 бал, II рівень – 2 бали, III рівень – 3 бали. По завершенню відведеного часу для відповіді на одне питання (повідомляється перед проведенням I етапу) асистенти збирають бланки роїв і ведучий переходить до наступного запитання.

До другого етапу виходять 4 кращих команди, які набрали більшу кількість балів.

**II етап** – проводиться у формі «Брейн-рингу». Конкурс відбувається у 3 раунди. Жеребкуванням визначаються пари команд. Гра між двома командами продовжується до 3-х правильних відповідей. Перший та другий раунди визначають переможців у парах.

У третьому раунді змагаються дві команди, які програли у першому та другому раундах, у результаті чого посідають третє і четверте місце. Дві команди, що вибороли перемогу у першому та другому раундах, переходять до фіналу.

**III етап (фінал).** Дві команди за методикою «Брейн-рингу» розігрують між собою I та II місце. Питання базуються на грі, розробленій Українським інститутом національної пам'яті до 100-ліття Української революції. Учасникам пропонуються питання цінністю від 1 до 3 балів.

#### **Зміст питань тематичних розділів відповідає:**

I. **Молодша вікова група:** навчальним програмам 1-4 класів («Я досліджую світ» 1-3 кл.).

II. **Середня та старша вікові групи:** навчальним програмам 5-10 класів (Історія України. Козацька доба.).

#### **Також рекомендовано ознайомитись з додатковими джерелами:**

1. Козацька Енциклопедія Для Юнацтва /Апанович О. М./ 2009/ Розділ I / [https://archive.org/details/cossacks\\_2009/page/n8/mode/1up](https://archive.org/details/cossacks_2009/page/n8/mode/1up)

2. «Вся історія України за 30 хвилин»: <https://www.youtube.com/watch?v=1MOcJ3YEjQI>

3. «Історія України. Докудрама». Серії 1-25:  
[https://www.youtube.com/watch?v=LJFR\\_3myjUk](https://www.youtube.com/watch?v=LJFR_3myjUk)

4. «Історія України. Докудрама». Серії 26-50:  
<https://www.youtube.com/watch?v=eSQCvnIhR68>

5. Досліджуємо історію і суспільство: підручник інтегрованого курсу для 5 класу закладів загальної середньої освіти / І. Д. Васильків, О. Я. Басюк, Г. С. Гінкул, Л. А. Грисюк, І. С. Димій, О. А. Іртищева, М. І. Костікова, І. Л. Паршин, Р. В. Шеремета. — Тернопіль : Астон, 2022. (Козацька доба)

[https://lib.imzo.gov.ua/wa-data/public/site/books2/5kl-nush/grom-galuz/%D0%90%D0%A1%D0%A2%D0%9E%D0%9D\\_%D0%94%D0%BE%D1%81%D0%BB%D1%96%D0%B4\\_%D1%96%D1%81%D1%82\\_%D1%96\\_%D1%81%D1%83%D1%81%D0%BF%D1%96%D0%BB%D1%8C%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%BE\\_5%D0%BA%D0%BB\\_%D0%92%D0%B0%D1%81%D0%B8%D0%BB%D1%8C%D0%BA%D1%96%D0%B2\\_%D1%82%D0%B0\\_%D1%96%D0%BD\\_2022.pdf](https://lib.imzo.gov.ua/wa-data/public/site/books2/5kl-nush/grom-galuz/%D0%90%D0%A1%D0%A2%D0%9E%D0%9D_%D0%94%D0%BE%D1%81%D0%BB%D1%96%D0%B4_%D1%96%D1%81%D1%82_%D1%96_%D1%81%D1%83%D1%81%D0%BF%D1%96%D0%BB%D1%8C%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%BE_5%D0%BA%D0%BB_%D0%92%D0%B0%D1%81%D0%B8%D0%BB%D1%8C%D0%BA%D1%96%D0%B2_%D1%82%D0%B0_%D1%96%D0%BD_2022.pdf)

6. Історія України: підручник для 8 класу закладів загальної середньої освіти / В.С. Власов, О.С. Панарін, Ю.А. Топольницька – Київ: Літера ЛТД, 2021  
<https://lib.imzo.gov.ua/wa-data/public/site/books2/pidruchnyky-8klas-2021/4-istoria-Ukr-8kl/Istoria-Ukrainy-8kl-Vlasov.pdf>

7. Історія України (рівень стандарту): підручник для 10 класу закладів загальної середньої освіти / В.С. Власов, С.В. Кульчицький – Київ: Літера ЛТД, 2018  
<https://lib.imzo.gov.ua/wa-data/public/site/books2/pidruchnyky-10-klas-2018/04-istoriya-ukrainy-10-klas/hist-ukr-10-standart-sait.pdf>

Під час виконання завдань команді ЗАБОРОНЯЄТЬСЯ використовувати мобільні телефони, смартфони, планшети тощо.

**Підручники є на сайті ІМЗО та за посиланнями, вказаними вище.**

Організатори залишають за собою право на зміну даних умов, про що повідомляється учасникам не пізніше, ніж за добу до проведення заходу.

### **Конкурс «Рятівник»**

Участь беруть 6 джур (мінімум 1 протилежної статі)

#### **Умови конкурсу:**

*Молодша вікова категорія:*

- Практичне завдання: людина без свідомості. Надати першу допомогу, викликати медиків.

- Постраждалих: 2 особи.

Контрольний час на етапі: 5 хвилин.

Учасники молодшої вікової категорії мають знати та вміти виконати:

- Спосіб переведення людини в стабільне положення;
- Правильну послідовність дій при виклику медиків;
- Правила заповнення картки постраждалого;
- Правила поведіння в зеленій/жовтій/червоній зоні.

*Середня вікова категорія:*

- Практичне завдання: поранення нижньої кінцівки, травма голови.  
Транспортування потерпілого в жовту зону.

- Постраждалих: 2 особи.

Контрольний час на етапі: 10 хвилин.

*Старша вікова категорія:*

- Практичне завдання: поранення верхньої і нижньої кінцівки, пневмоторакс.  
Транспортування в зелену зону.

- Постраждалих: 2 особи.

Контрольний час на етапі: 15 хвилин.

Учасники середньої та старшої вікових категорій мають знати та вміти виконати:

- Спосіб переведення людини в стабільне положення;
- Причину і місце накладання турнікету;
- Правильну послідовність дій при виклику медиків;
- Правила заповнення картки постраждалого;
- Послідовність дій при множинних пораненнях;
- Правила поводження в зеленій/жовтій/червоній зоні;
- Способи евакуації в кожній із зон.

**ПО ЗАКІНЧЕННЮ КОНТРОЛЬНОГО ЧАСУ ВИКОНАННЯ ЗАВДАННЯ ПРИПІНЯЄТЬСЯ.**

***Оцінювання конкурсу:***

1. Штрафні бали нараховуються за кожне порушення\*. **Максимально допустима сума штрафних балів – 15 б.** За умови більшої кількості штрафних балів команда займає місце після команд з меншою кількістю штрафних балів.

2. Дискваліфіковані (команди, які не впоралися за контрольний час) розмістяться в протоколі після команд, які набрали найбільшу кількість штрафних балів.

**\* Таблиця штрафних балів за порушення**

	<u>Порушення</u>	Бал
1)	Відсутність строю/команди при руху на етапі	1 б.
2)	Залишився в зеленій/жовтій зоні при руху в червону (за кожного учасника)	1 б.
3)	Відсутність реакції на сигнал «постріл» (за кожного учасника)	1 б.
4)	Відсутність/неповна діагностика умовно пораненого (кінцівки, тулуб, голова)	2 б.
5)	Ненакладання турнікету, наліпки (в залежності від завдання)	1 б.
6)	Непереведення в стабільне положення (за умови відсутності свідомості)	1 б.
7)	Пропуск поранення, ненадання допомоги	1 б.
8)	Травматична евакуація в жовту зону	1 б.
9)	Травматична евакуація в зелену зону	1 б.
10)	Загублений турнікет (інші засоби допомоги) під час евакуації	3 б.
11)	Залишення умовно пораненого в жовтій/червоній зоні	3 б.

12)	Залишення умовно пораненого без контролю «евакуаційного бійця»	1 б.
13)	Відсутність медичних рукавичок при допомозі потерпілому	1 б.
14)	Перевірка дихання «бачу, чую, відчуваю»	1 б.
15)	Порушення послідовності дій при наданні допомоги	1 б.
16)	Умовно поранений допомагає своїй команді	3 б.

Організатори залишають за собою право на зміну даних умов, про що повідомляється учасникам не пізніше, ніж за добу до проведення заходу.

### **Конкурс строю та маршової пісні «Впоряд»**

Участь беруть 8 джур (не менше 2 протилежної статі).

Конкурс проходить у вигляді демонстрації навичок зі стройової підготовки (впоряду). Оцінювання конкурсу здійснюється відповідно до Муштрового впоряду гри «Сокіл» («Джура»).

*Мета* – перевірити практичні навички всіх учасників рою з муштрового впоряду (стройової підготовки) індивідуально і командно.

**Місце проведення:** стройовий плац, рівний майданчик з твердою поверхнею (асфальтований, бетонний, дерев'яний) не менше 50 м в довжину і 30 м в ширину.

**Час на виконання:** загальний час на виконання обов'язкового завдання – до 8 хв. (за кожну повну хвилину перевищення часу рій отримує «10» штрафних балів).

**Учасники:** 8 джур (не менше 2 протилежної статі). У разі відсутності 1 учасника – рій отримує «64» штрафні бали.

**Накази подає:** головний суддя (для ройового) і ройовий (всі накази для рою).

**Оцінювання:** Виконання вправ проводиться згідно Муштрового впоряду гри «Джура». Визначення результатів проводиться з урахуванням допущених помилок кожним учасником рою під час виконання вправ муштрового впоряду. Суддя за кожну помилку ставить «1» штрафний бал. Обов'язково враховуються основні критерії: оцінка зовнішнього вигляду, справність одностроїв, злагодженості рою та якості виконання команд; виконання маршової патріотичної пісні.

Перемагає рій, який за виконання обов'язкового завдання набрав найменшу кількість штрафних балів. За рівної кількості балів вище місце посідає рій, який виконав завдання за менший час.

#### **Протокол судді конкурсу «Впоряд»**

Рій \_\_\_\_\_

Вікова категорія \_\_\_\_\_

Оцінки конкурсу		
№	Оцінювання дій після наказів	Кількість помилок
	<b>Основні вимоги для всіх учасників рою</b>	<b>2</b>
1	Оцінка зовнішнього вигляду, справність однострою	
2	Правильне виконання	
	<b>Вихід рою на місце виконання</b>	<b>16</b>
1	Рій, збірка	

2	За мною в ДВОРЯД ШИКУЙСЬ	
3	РІВНЯЙСЬ	
4	СТРУНКО	
5	ходом – РУШ	
6	Рій на місці	
7	СТІЙ	
8	Ліво- (право-) РУЧ	
9	До правого рівняйсь	
10	СТРУНКО	
11	Наша назва	
12	Наше гасло	
13	До середини ГЛЯНЬ	
14	СПОЧИНЬ	
15	Рій	
16	РОЗХІД	
	<b>Шиккування в однолаву</b>	<b>5</b>
1	Рій - ЗБІРКА	
2	Рій, в однолаву - ШИКУЙСЬ	
3	До правого рівняйсь	
4	СТРУНКО	
5	СПО -ЧИНЬ	
	<b>Повороти на місці</b>	<b>10</b>
1	Рій	
2	Право- РУЧ	
3	Право- РУЧ	
4	Ліво- РУЧ	
5	Ліво- РУЧ	
6	Обер-нись	
7	Обер-нись	
8	До правого РІВНЯЙСЬ	
9	СТРУНКО	
10	СПО -ЧИНЬ	
	<b>Перешиккування рою з одно лави в дволаву та навпаки</b>	<b>14</b>
1	Рій	
2	До двох- відлі-ЧИ	
3	Відлік завершено	
4	Рій, у дволаву шикуйсь	
5	Рій, вправо зім- КНИСЬ	
6	До правого- РІВНЯЙСЬ	
7	СТРУНКО	
8	СПО -ЧИНЬ	
9	Рій	
10	Вліво розім- КНИСЬ	
11	Рій, в однолаву - ШИКУЙСЬ	



12	До правого- РІВНЯЙСЬ	
13	СТРУНКО	
14	СПО -ЧИНЬ	
	<b>Крок на місці</b>	<b>6</b>
1	Рій	
2	До правого- РІВНЯЙСЬ	
3	СТРУНКО	
4	На місці ходом - РУШ	
5	Рій - СТІЙ	
6	Спо-ЧИНЬ	
	<b>Перешикуння в колону по двоє</b>	<b>6</b>
1	Рій	
2	У дволаву - ШИКУЙСЬ	
3	Рій, право- РУЧ	
4	Зім- КНИСЬ	
5	Рій, РІВНЯЙСЬ	
6	СТРУНКО	
	<b>Проходження урочистим ходом з виконанням військового вітання під час руху</b>	<b>6</b>
1	Рій, ходом - РУШ	
2	СТРУНКО	
3	Рій, вправо - ГЛЯНЬ	
4	Рій - ВІЛЬНО	
5	Рій, пісню заспі -ВАЙ	
6	Рій - ВІЛЬНО	
	<b>Загальна сума</b>	<b>65</b>
	<b>Додаткові оцінки ройовому</b>	<b>4</b>
1	Віддання наказів ройовим	
2	Виконання маршової патріотичної пісні роєм	
3	Послідовне виконання основних вправ згідно умов	
4	Безперервний круговий рух рою при урочистому вході і виконанні маршової пісні	
	<b>Перевищення часу виконання завдання (за кожен повну хвилину перевищення часу по 10 балів)</b>	<b>10</b>
	<b>Загальна сума штрафних балів</b>	

Суддя \_\_\_\_\_

#### Обов'язкове завдання

Обов'язкове завдання – це виконання прийомів у складі рою без зброї.

На завершення обов'язкового завдання відбувається *проходження рою урочистим кроком із виконанням маршової патріотичної пісні* на тематику козацтва, УСС, військ УНР, УПА або сучасних ЗСУ (у межах відведеного часу).

***Рій виконує прийоми в такій послідовності:***

- вихід рою і звіт ройового до суддівської колегії;
- шикування в однолаву;
- перешикування рою з однолави в дволаву та навпаки;
- повороти на місці (праворуч, ліворуч, обернись);
- крок на місці;
- перешикування в дворяд;
- проходження рою урочистим ходом з виконанням військового вітання під час руху;

- проходження рою з виконанням маршової патріотичної пісні.

#### ***Вихід рою на місце виконання***

- вихід рою і звіт ройового до суддівської колегії;
- шикування в однолаву;
- перешикування рою з однолави в дволаву та навпаки;
- повороти на місці (праворуч, ліворуч, обернись);
- крок на місці;
- перешикування в дворяд;
- проходження рою урочистим ходом з виконанням військового вітання під час руху;
- проходження рою з виконанням маршової патріотичної пісні.

#### **Команда «РІВНЯЙСЬ. СТРУНКО! СПОЧИНЬ».**

✓ «РІЙ. До правого РІВНЯЙСЬ. СТРУНКО! Наша назва (рій проголошує назву), наше гасло (рій проголошує гасло)».

✓ «До середини ГЛЯНЬ!» – ройовий підходить до головного судді конкурсу та доповідає про готовність рою: «Пане суддя! Рій (назва) до участі в конкурсі Впоряд готовий! Ройовий (називає своє ім'я та прізвище)». Ройовий крокує **навскіє праворуч** і стає біля судді **зліва**.

✓ Суддя подає команду: «СПОЧИНЬ!».

✓ Ройовий дублює команду: «*Спо-ЧИНЬ!*»

✓ Ройовий повертається на своє місце і командує: «Рій. РОЗХІД». Джури розбігаються, вимовляючи «СЛАВА!»

#### **Шикування в однолаву**

✓ Ройовий підходить до встановленого місця шикування і подає команду для збору: «Рій – ЗБІРКА». (За цією командою джури бігом збираються до ройового).

✓ Ройовий подає команду: «Рій, в однолаву – ШИКУЙСЬ» (подавши команду, ройовий приймає **поставу «струнко» і рукою вказує лінію** для шикування. Як тільки перший член рою став на лінію, то ройовий робить **два кроки** вперед і повертається обличчям у бік чолової лінії шикування).

✓ Ройовий подає команду: «До правого РІВНЯЙСЬ».

✓ Після закінчення вирівнювання рою подається команда: «СТРУНКО!»

✓ Ройовий завершує виконання вправи командою: «Спо-ЧИНЬ».

#### **Повороти на місці «ПРАВОРУЧ, ЛІВОРУЧ, ОБЕРНИСЬ»**

✓ Рій!» (всі джури приймають рівну поставу).

✓ Ройовий подає **двічі команди** (в довільному порядку): «Право-РУЧ, ліво-

РУЧ, обер-НИСЬ».

✓ Ройовий подає команди: «До правого – РІВНЯЙСЬ, СТРУНКО!»

✓ Ройовий завершує виконання прийому командою: «Спо-ЧИНЬ».

✓ Повороти виконуються на п'ятці і носку протилежної ноги, зберігаючи правильне положення корпусу та не згинаючи ніг у колінах. Найкоротшим шляхом приставляючи другу ногу.

### **Перешикування рою з однолави в дволаву та навпаки**

✓ Ройовий подає команду: «Рій, до двох – відлі-ЧИ». Відлік починається з правого флангу: кожний джура, швидко повертаючи голову до джури, який стоїть ліворуч від нього, називає свій номер і швидко ставить голову прямо. Крайній лівого флангу голову не повертає, робить крок вперед і доповідає «Відлік завершено» та крокує назад.

✓ Ройовий подає команду: «Рій, у дволаву – ШИКУЙСЬ». За виконавчою командою другі номери роблять лівою ногою крок назад, не приставляючи правої ноги, крок праворуч, щоб стати ззаду за першими номерами, й приставляють ліву ногу.

✓ Ройовий подає команду: «Рій, вправо зім-КНИСЬ». За виконавчою командою всі джури, за винятком того, до якого призначене змикання, повертаються в бік змикання, після чого пришвидшеним півкроком підходять на встановлений для зімкненого строю проміжок і в міру підходу самостійно зупиняються та повертаються ліворуч.

✓ Ройовий подає команди: «До правого РІВНЯЙСЬ. СТРУНКО!»

✓ Ройовий завершує виконання прийому командою: «Спо-ЧИНЬ».

### **Змикання**

✓ Ройовий подає команду: «Рій, вправо зім-КНИСЬ». За виконавчою командою всі джури, за винятком того, до якого призначене змикання, повертаються в бік змикання, після чого пришвидшеним півкроком підходять на встановлений для зімкненого строю проміжок і в міру підходу самостійно зупиняються та повертаються ліворуч.

✓ Ройовий подає команди: «До правого РІВНЯЙСЬ. СТРУНКО!»

✓ Ройовий завершує виконання прийому командою: «Спо-ЧИНЬ».

### **Розмикання**

✓ Ройовий подає команду: «Рій. Вліво (за необхідністю визначається кількість кроків, в випадку не зазначення робиться проміжок в один крок) розім-КНИСЬ». За виконавчою командою всі джури, за винятком того, від якого здійснюється розмикання, повертаються в зазначений бік, рівночасно з постановкою ноги повертають голову до фронту строю і йдуть пришвидшеним півкроком, дивлячись через плече на того, хто йде ззаду, і не відриваючись від нього; після зупинки того, хто йде ззаду, кожен робить ще стільки кроків, скільки було зазначено в команді або один крок, й повертається праворуч.

✓ Ройовий подає команду: «Рій, в однолаву – ШИКУЙСЬ». За виконавчою командою другі номери роблять лівою ногою крок вліво, не приставляючи правої ноги, крок вперед й приставляють ліву ногу.

✓ Ройовий подає команди: «До правого РІВНЯЙСЬ. СТРУНКО!»

- ✓ Ройовий завершує виконання прийому командою: «Спо-ЧИНЬ».

### **Крок на місці**

✓ Ройовий подає команду: «Рій, до правого РІВНЯЙСЬ. СТРУНКО. На місці ходом-РУШ». За виконавчою командою всі джури крокують на місці.

✓ Ройовий подає команду: «Рій – СТІЙ». За виконавчою командою, що подається під ліву ногу, всі джури приставляють праву ногу і зупиняють крок на місці – зупинка на два кроки.

- ✓ Ройовий завершує виконання прийому командою: «Спо-ЧИНЬ».

### **Перешикування в колону по двоє**

- ✓ Ройовий подає команду: «Рій. У дволаву –ШИКУЙСЬ».

✓ Ройовий подає команду: «Рій, Право-РУЧ. Зім-КНИСЬ». За виконавчою командою всі джури, повертаються праворуч, після чого пришвидшеним півкроком підходять на встановлену дистанцію шикування в ряд. Ройовий і хорунжий роблять півкрок навкіс вправо, щоб зайняти місце посередині колон.

✓ Ройовий робить ще крок вперед, повертається до рою і подає команди: «РІЙ, РІВНЯЙСЬ. СТРУНКО!».

### **Проходження урочистим ходом з виконанням військового вітання під час руху**

✓ Рій в дворяд знаходиться на вихідній позиції, хорунжий з прапорцем рою стоїть перед роєм в позиції для руху урочистим ходом, ройовий стоїть перед хорунжим.

✓ Ройовий розвертається спиною до рою і подає команду: «РІЙ, ходом - РУШ!».

Рій починає рух у встановленому напрямку.

✓ При наближенні рою до судді на відстань не менше 20 кроків ройовий подає команду: «СТРУНКО». Рій переходить від похідного кроку на урочистий.

✓ При наближенні рою до судді на відстань не менше 10 кроків ройовий повертає голову вправо (в напрямку до судді) і подає команду: «Рій, вправо – ГЛЯНЬ!». За командою ройовий прикладає праву руку до головного убору, хорунжий і права колона рою тримає голову прямо, а ліва колона повертає голову праворуч.

✓ Після проходження рою повз судді ройовий подає команду: «Рій – ВІЛЬНО!». За командою ройовий опускає праву руку, ліва колона рою повертає голову прямо, рухається далі по колу плаца.

### **Проходження з виконанням маршової пісні**

✓ За визначенням ройового він подає команду (під ліву ногу): «Рій, пісню заспі-ВАЙ» (рій починає виконувати маршову пісню).

✓ Після проходження рою судді ройовий подає команду: «Рій – ВІЛЬНО!». За командою рій припиняє співати пісню і крокує на вихідну позицію.

### ***Додаткова інформація:***

*Муштровий вишкіл* є однією з головних форм навчання і виховання учасників дитячо-юнацької військово-спортивної патріотичної гри «Сокіл» («Джура»). Його метою є поглибити знання учасників гри щодо елементів ладу, обов'язків та порядку дій Джур перед шикуванням та в лад; закріпити практичні навички

виконання команд в ладу й окремих муштрових хватів. Виховувати в собі організованість, дисциплінованість, підтягнутість, охайність, відчуття товариства, побратимства і взаємодопомоги.

#### Лади та керування ними

*Лад* – встановлене Впорядом шикування козачат, джур, молодих козаків, козаків (далі по тексту скрізь – козаків) і їх підрозділів для спільних дій пішо.

*Лава* – лад, у якому козаки стоять один біля одного в лінію згідно з установленими інтервалами.

*Чоло* – бік ладу, до якого козаки звернені обличчям.

*Інтервал* – відстань чільною лінією між козаками в чоловій лінії підрозділами.

*Дистанція* – відстань у глибину між козаками й козацькими підрозділами.

*Дволавовий лад, дволава* – козаки однієї лави стоять за козаками іншої лави на відстані одного кроку (витагнутої руки, покладеної долонею на плече козака, що стоїть спереду). Лави називаються першою та другою. Під час поворотів ладу назви лав не змінюються.

*Рядок* – коли два козаки стоять у дволавовому ладу один за одним. Якщо за козаком першої лави не стоїть іззаду козак другої лави, такий рядок називається неповним, останній рядок завжди повинен бути повним. Під час виконання дволавовим ладом команди «Обернись» козак неповного рядка переходить до лави, що стоїть спереду.

*Однолавовий (лава) і дволавовий (дволава)* лади можуть бути зімкненими або розімкненими. У зімкненому ладу козаки в лавах стоять чоловою лінією один до одного в інтервалах, що дорівнюють ширині долоні між ліктями. У розімкненому ладу козаки в лавах стоять чоловою лінією один до одного в інтервалах на один крок або в інтервалах, які визначає отаман.

*Ряд* - лад, у якому козаки стоять один за одним (гусаком), а підрозділи один за одним на відстанях, які визначив Впоряд або отаман. Ряди по два називаються *дворядом*, по три — *трирядом*, по чотири — *чотирирядом* і т.д. Лад, що складається з дво-, три- і більше рядів, називається *колоною*.

#### Команди

Команда поділяється на *підготовчу та виконавчу*. Команди можуть бути й тільки виконавчі.

*Підготовча* команда подається чітко (виразно), голосно й протяжливо, щоб ті, які перебувають у ладу, зрозуміли, яких дій від них вимагає отаман. За будь-якою підготовчою командою козаки, які перебувають у ладу й поза ладом на місці, приймають поставу «Струнко», під час руху переходять на рівний крок, а поза ладом обертаються в бік отамана й стають «струнко».

*Виконавчу* команду (у Впоряді надрукована великим шрифтом) подають після паузи голосно, уривчасто й чітко.

#### Муштрові хват

*Шикування* підрозділів здійснюється за командою «ЗБІРКА». За цією командою треба швидко зайняти своє місце в ладу, визначити встановлені інтервал і дистанцію, підбори поставити разом, а передки розгорнути по чоловій лінії на

ширину стопи, дивитися просто перед собою.

*Муштрову (основну) поставу* приймають за командою «СТРУНКО». За цією командою стояти прямо, без напруги, ноги в колінах випростувати, але не напружувати, груди підняти, а все тіло трохи нахилити вперед, живіт втягнути, плечі розгорнути, руки опустити так, щоб п'ясті, повернені долонями всередину, були збоку й посередині стегон, а пальці напівзігнуті й торкались стегна, голову тримати високо й прямо, не виставляючи підборіддя, дивитись просто перед собою, бути готовим до негайної дії. Постава «СТРУНКО» на місці приймається і без команди під час віддання та отримання наказу, під час доповіді, під час виконання Державного Гімну України, під час військового вітання, а також під час подавання команд.

За командою «СПОЧИНЬ» стати вільно, виставити ліву ногу вперед під 45 градусів так, щоб п'ятка лівої ноги знаходилася на прямій лінії з носком правої ноги; вага тіла переходить на праву ногу. Руки вільно опущені вздовж тулуба. Хорунжий самостійно ставить прапор до стопи і випрямляє руку з прапором навскіс вправо.

«ДО ПРАВОГО РІВНЯЙСЬ». За цією командою усі, крім правофлангового прапороносця (хорунжого), повертають голови праворуч (праве вухо вище від лівого, підборіддя трохи підняте) вирівнюючись. Під час вирівнювання джури можуть трохи пересуватися вперед, назад або в той чи інший бік.

Після закінчення вирівнювання рою подається команда: «СТРУНКО!»

#### Рух під час «Впоряду»

Рух здійснюється ходом або бігом. Звичайна швидкість руху ходом 110–120 кроків за хвилину. Розмір кроку 70–80 см. Звичайна швидкість руху бігом 165–180 кроків за хвилину. Розмір кроку 85–90см.

Рух рівним кроком починається за командою «Рівним кроком — ходом РУШ», а рух похідним кроком — за командою «Ходом — РУШ». За підготовчою командою нахилити корпус трохи вперед, перенести вагу його більше на праву ногу, зберігаючи стійкість, за виконавчою командою почати рух із лівої ноги повним кроком. Під час руху рівним кроком ногу з відтягненим уперед передком підносити на висоту 15–20 см від землі й ставити її твердо на всю стопу, відокремлюючи в той же час від землі другу ногу Руками, починаючи від плеча, здійснювати рух біля тіла: вперед — згинаючи їх у ліктях так, щоб п'ясті підіймались вище пряжки пояса на ширину долоні й на відстані долоні від тіла, а лікоть був на рівні п'ясті руки, назад — до відпору в плечовому суглобі. Пальці рук напівзігнуті. Під час руху голову та корпус тримати прямо, дивитися вперед. Під час руху похідним кроком ногу підносити вільно, не відтягуючи передка, і ставити її на землю, як під час звичайного ходіння, руками здійснювати вільні рухи біля тіла. .

Під час руху похідним кроком за командою «СТРУНКО» перейти на рівний крок. Під час руху рівним кроком за командою «СПОЧИНЬ» йти похідним кроком.

**УВАГА!** Організатори залишають за собою право на зміну даних умов, про що повідомляється учасникам не пізніше, ніж за добу до проведення заходу.