



ԵՐԹԱՅԻՆ ՊԱՏՐԱՍՏՈՒԹՅՈՒՆ

Ժամանակակից մարտը արմատապես փոխել է հետևակի երթի բնույթը՝ այդ դիստիպլինը դարձնելով մարտական պատրաստության ամենակարևոր բաղկացուցիչներից մեկը:

Այսօր երկար տարածության երթը ցրված, գաղտնի շարժում է անհարթ տեղանքով, որի ընթացքում մարտիկը կրում է հսկայական բեռ (բացի զինամթերքից, ավելանում են մարտկոցները, ՌԷՊ համակարգերը և հակաօդային պաշտպանության տարրերը):

Նյութական մասի նախապատրաստում և էրգոնոմիկա:

Երթի գլխավոր թշնամին սխալ բաշխված քաշն է: Հանդերձավորման սխալ հարմարեցումը 5 կմ - ից հետո վերածվում է տանջանքի, իսկ 15 կմ-ից հետո՝ վնասվածքի:

Շարակարգման եռաստիճան սկզբունքը:

1-ին շարակարգ (մարտական գոտի/**warbelt**). մարտական լրակազմ, դեղատուփ, դանակ, ջուր (տափաշիշ): Այս քաշը պետք է ամուր նստի ազդրերի ոսկորների վրա՝ թեթևացնելով ուսերի բռնվածություն:

2-րդ շարակարգ (սալիկներ). սալիկներ, հիմնական մարտական լրակազմ, ռադիոկայան: Ժիլետը պետք է հարմարեցված լինի. քայլելիս չպետք է տարուբերվի (լիսկլիսկա), բայց խորը շնչելիս չպետք է սեղմի կուրծքը:

3-րդ շարակարգ (ուսապարկ). քնապարկ, բիվակ, ծանր հանդերձանք,

լրացուցիչ մարտական լրակազմ:

Ուսապարկի կշռաբաժանումը

Ամենածանր իրերը (զինամթերք, մարտկոցներ) տեղադրվում են մեջքին մոտ՝ թիակների մակարդակին: Եթե ծանր իրերը տեղադրվեն ուսապարկի հատակային մասում, ապա այն կծանրաբեռնի գոտկատեղը, իսկ եթե չափազանց բարձր տեղադրվի, ապա կխախտվի հավասարակշռությունը անհարթ գետնի վրա քայլելիս:

Կոշիկներ և գուլպաներ.

Միայն փորձարկված, արդեն օգտագործված, մարտական կամ տրեկկինգային ճտկակոշիկներ: Գուլպաները պետք է լինեն հաստ տրեկկինգային գուլպաներ (սինթետիկի և բրդի համադրությամբ), ոչ թե բամբակյա (դրանք խոնավություն են հավաքում և անմիջապես մաշում են ոտքերը): Ուսապարկում պահեք առնվազն երկու զույգ չոր, փոխարինելի գուլպաներ:

Առաջադեմ ֆիզիկական պատրաստվածության ծրագիր:

Ամբողջ քաշով 20 կմ երթ ուղարկել չպատրաստված ստորաբաժանման փորձը ավարտվելու է զանգվածային վնասվածքներով (սթրես-կոտրվածքներ, գերձգումներ, մեջքի խնդիրներ և այլն): Նախապատրաստումը պետք է լինի աստիճանական:

1. Բազային դիմացկունություն (առանց քաշերի):

Նպատակն է պատրաստել սրտանոթային համակարգը և կապանները: Երկար վազքեր ցածր տեմպով (սրտի զարկը մինչև 140 զարկ րոպեում) շաբաթական երեք անգամ 40-60 րոպե: Արագ տեմպով քայլք (մինչև 110-120 քայլ րոպեում) անհարթ տեղանքով 8-10 կմ հեռավորությամբ:

2. Ինտենսիվացման փուլ (թեթև քաշեր):

Առանցքային բեռնվածության ներդրում: 7-10 կմ հարկադիր երթ 10 կգ քաշով (միայն բեռնաթափող գոտի և զրահաբաճկոն, առանց սալիկների): Ճիշտ քայլքի պրակտիկա. ոտնաթաթը փափուկ է դրվում, գլորվում է կրունկից մինչև ոտնաթաթի մատներ: Արգելվում է ծանրաբեռնված վազել ներքև, քանի որ դա վնասում է մենիսկը:

3. Մարտական քաշ (հեռավորության աճ):

Կիրառել աշխատանքային քաշեր: 12-15 կմ երթ՝ 20-25 կգ քաշով (ամբողջական անհատական զրահապաշտպանիչ մարտական հանդերձանք + թեթևացված ուսապարկ): Անհարթ տեղանքում տեմպը 4-5 կմ/ժ: Կարճատև դադարները պարտադիր են. յուրաքանչյուր 45-50 րոպեն մեկ՝ 5 րոպե դադար: Դադարի ժամանակ ոտքերը պետք է բարձրացված լինեն գլխի մակարդակից վեր (կարող են դնել ուսապարկի վրա կամ հենել ծառին)՝ արյան արտահոսքի համար:

4. Մարտավարական երթ (էքստրեմալ պայմաններ):

Վերջնական ներդաշնակում: 20-30 կմ երթ՝ ամբողջ մարտական քաշով (30 կգ

կամ ավելի): Երթ մթության մեջ՝ օգտագործելով գիշերային տեսողության սարքեր կամ լրիվ մթության ռեժիմով՝ օգտագործելով նավիգացիոն սարքեր:

Այսօրվա հետիոտն երթը, դա շարունակական հակաօդային և հակահրետանային պաշտպանություն է :

Տարակենտրոնացման հեռավորությունը:

FPV դրոնների և կասետային զինամթերքի սպառնալիքի դեպքում, շարասյան մեջ զինվորների միջև հեռավորությունը պետք է լինի առնվազն 15-20 մետր, իսկ ջոկերի միջև՝ մինչև 50-100 մետր: Մեկ դրոնը կամ արկը չպետք է հարվածի մեկից ավելի զինվորի:

Լուսային և ջերմային քողարկում:

Շարժվել հիմնականում ծառերի ծածկերի (կանաչապատ տարածքների) տակով կամ կիրճերի ափերով՝ խուսափելով բաց տարածքներից: Հարկադիր կանգառների ժամանակ օգտագործել ջերմամեկուսիչ ծածկոցներ (պոնչոներ)՝ հակառակորդի ջերմատեսիլ սարքերով հազեցած հետախուզական անօդաչու թռչող սարքերից թաքնվելու համար:

Խստիվ արգելվում է սպիտակ լույսի ցանկացած աղբյուրի (լապտերներ, հեռախոսի էկրաններ) օգտագործումը: Անհրաժեշտության դեպքում միայն մուգ կարմիր լույսերն են թույլատրվում, այն էլ ծածկի տակ: Շարժման ընթացքում միշտ նշանակվում են օդային դիտորդներ: Մոտեցող անօդաչու թռչող սարքի ձայնի դեպքում անմիջապես տրվում է «Օդ» հրամանը, որից հետո կանգ են առնում կամ հնարավորության դեպքում պատսպարվում են տեղանքում, ծառերի, քարերի, ժայռաբեկորների ետևում:

Շարասյան արագությունը որոշվում է ամենաթույլ և ամենադանդաղ զինվորի հաշվարկից ելնելով:

Աղբյուրը՝ <https://t.me/+MpAT1p83t-VkMTJk>