

Министерство внутренних дел Российской Федерации
Омская академия

**СКОРОСТНАЯ СТРЕЛЬБА
С МЕСТА ПО НЕПОДВИЖНОЙ ЦЕЛИ ДНЕМ
(2-е упражнение учебных стрельб)**

Методические рекомендации

Омск 2007

ББК 68.9
С 44

С 44 Скоростная стрельба с места по неподвижной цели днем: (2-ое упражнение учебных стрельб): методические рекомендации / авт.-сост. В. Ф. Выштикалюк. – Омск: Омская академия МВД России, 2005. – 24 с.

Методические рекомендации подготовлены с учетом требований, предъявляемых к профессиональной подготовке сотрудников органов внутренних дел, и преследуют цель обучения технике стрельбы из пистолета Макарова по условиям 2-го упражнения учебных стрельб, а также методическим приемам по выявлению и исправлению ошибок в технике стрельбы.

Предназначены для преподавателей, курсантов и слушателей, могут быть полезны сотрудникам правоохранительных органов, занимающимся боевой подготовкой.

ББК 68.9

© Омская академия МВД России, 2007

ВВЕДЕНИЕ

Умелое владение табельным оружием – один из главных компонентов профессиональной подготовки сотрудников органов внутренних дел. Важность данного обстоятельства подтверждается тем, что проведение занятий по огневой подготовке регламентировано приказом министра внутренних дел России от 11 сентября 2000 г. № 955 «Об утверждении Наставления по огневой подготовке в органах внутренних дел Российской Федерации» (*далее* – НОП 2000).

Специфика служебной деятельности сотрудников органов внутренних дел предъявляет повышенные требования к профессиональному обучению, и в том числе к огневой подготовке, которая является составляющей боевой подготовки и представляет систему мероприятий, направленных на усвоение личным составом теоретических знаний, умений и навыков, необходимых для уверенного владения оружием при выполнении поставленных задач.

Средствами обучения огневой подготовке являются стрелковые упражнения. Формируемые в процессе отработки 2-го упражнения навыки обеспечивают надежное поражение цели в короткий промежуток времени, что наиболее отвечает требованиям милицейской стрельбы.

Изложенный материал будет полезен курсантам и слушателям, осваивающим приемы и правила ведения огня из боевого пистолета по условиям 2-го упражнения, а также для дальнейшего совершенствования техники скоростной стрельбы. Методические рекомендации предполагают наличие у обучаемых сформированных навыков техники медленной стрельбы из боевого пистолета. Использование материала позволит обучаемым своевременно, на этапе формирования навыка скоростной стрельбы, выявлять возникающие ошибки и самостоятельно исправлять их. Методические рекомендации разработаны с учетом практических требований подготовки курсантов и слушателей к их будущей профессиональной деятельности.

1. Порядок и условия выполнения 2-го упражнения

В соответствии с требованиями НОП 2000, сотрудникам органов внутренних дел Российской Федерации необходимо:

- владеть устойчивыми навыками в обращении с огнестрельным оружием;
- быть готовым в различных ситуациях служебной деятельности к правомерному пресечению противоправных действий с помощью оружия.

Индивидуальная оценка по огневой подготовке курсантов (слушателей) определяется выполнением контрольного упражнения курса стрельб, а именно 2-го упражнения стрельбы из пистолета для всех сотрудников. Рассмотрим требования, предъявляемые к выполнению упражнения:

2 ói ðàæíáí èá Nêíðîîíáÿ ñò ðàëüüà ñ ì áñòà ìí íáííáæèæíé òäëè äí äí

Óäëü грудная фигура (мишень № 6) на щите 0,75×0,75 м, установленная на уровне глаз стреляющего, неподвижная.

Ðàññòîíÿí èá äí òäëè: 20м.

Êíëè: áñòäí ì àòðííá: 4шт.

Áðàí ÿ í à ñò ðàëüüá: 10с.

Í íêíæáí èá äëÿ ñò ðàëüüá: стоя.

Упражнение считается выполненным, если обучаемый произвел четыре выстрела и не превысил время, отведенное на упражнение.

Í òáí èá: «отлично» – поразить цель четырьмя пулями;

«хорошо» – поразить цель тремя пулями;

«удовлетворительно» – поразить цель двумя пулями.

Í íðÿäíé äíííêíáí èÿ óí ðàæíáí èÿ: по команде руководителя стрельб обучаемый выходит на огневой рубеж и докладывает о готовности к стрельбе. Проверив готовность обучаемого к стрельбе, руководитель подает команду «Огонь!» и одновременно включает секундомер. По этой команде обучаемый извлекает пистолет из кобуры, принимает положение для стрельбы, выключает предохранитель, досылает патрон в патронник и производит четыре прицельных выстрела. По истечении времени руководитель стрельб подает команду «Стой».

2. Этапы обучения

Обучение любому двигательному действию принято разделять на 3 этапа:

1. *Этап начального разучивания двигательного действия.*

Цель обучения - создание представления об изучаемом двигательном действии. Используемые методы: рассказ, показ, объяснение. По завершении этапа обучаемые должны уметь выполнить двигательное действие в целом. Чем пол-

нее и правильное будет создано представление о двигательном действии, тем быстрее и легче будет оно осваиваться.

2. Этап углубленного разучивания двигательного действия.

Цель обучения - формирование двигательного умения. В основе обучения лежит метод повторного упражнения (т.е. многократное выполнение двигательного действия). По окончании этапа нужно уметь стабильно хорошо выполнять двигательные действия в стандартных условиях.

3. Этап закрепления и совершенствования двигательного действия.

Целью обучения на последнем этапе является формирование двигательного навыка. Используется метод вариативного упражнения (т.е. многократного выполнения изучаемого двигательного действия в различных условиях). По окончании обучения на данном этапе должно быть сформировано качественное выполнение изучаемых упражнений, при наличии сбивающих факторов.

Длительность обучения на каждом этапе зависит от сложности изучаемого двигательного действия, уровня стрелковой подготовленности и индивидуальных особенностей стрелков. На следующий этап обучения переходят по мере решения задач текущего этапа.

Изучение 2-го упражнения необходимо начинать после освоения 1-го упражнения. Курсанты и слушатели перед обучением выполнению 2-го упражнения должны знать технику медленной стрельбы из пистолета и уметь выполнять на положительную оценку 1-ое упражнение.

Исходя из этого для освоения 2-го упражнения необходимо сформировать навыки:

- правильного ношения пистолета;
- быстрого извлечения пистолета из кобуры;
- заряжания пистолета и подготовки его к выстрелу;
- принятия изготовки стрельбы;
- управления дыханием при скоростной стрельбе;
- прицеливания при стрельбе в ограниченное время;
- обработки спуска курка.

3. Способы ношения пистолета в общевойсковой кобуре

На вооружении большинства подразделений правоохранительных органов находятся общевойсковые закрытые кобуры. Закрытая кобура с клапаном (крышкой) крепится на пояском ремне. Форма кобуры повторяет контуры пистолета и имеет следующие детали: крышка с ременной застежкой на шпелек, карман для запасного магазина, скрытые петли для поясного ремня, петли для протирки, ремешок для извлечения пистолета из кобуры, револьверный ремешок для предотвращения утери пистолета (рис.1).

Месторасположение кобуры на пояском ремне должно определяться наилучшими условиями для быстрого и безопасного извлечения из нее пистолета и досылания патрона в патронник.

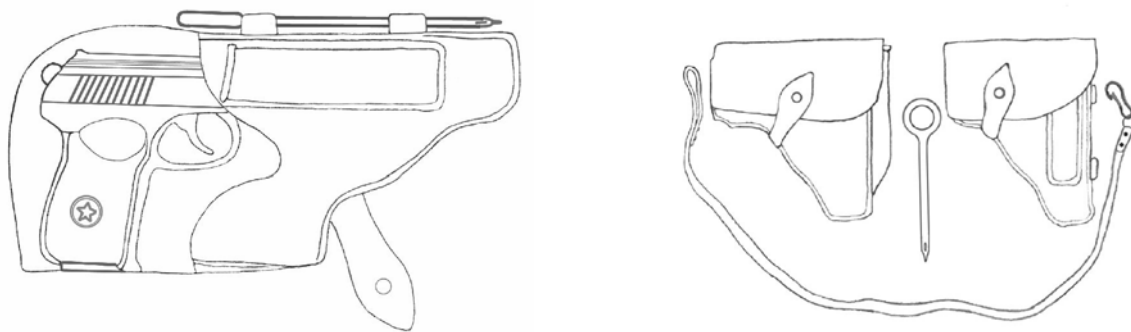


Рис. 1. Общевойсковая кобура

Существует несколько основных способов ношения пистолета Макарова в общевойсковой кобуре. На рисунке 2 изображено расположение кобуры с пистолетом на поясном ремне с правой стороны, ближе к задней поверхности бедра. В этом случае при извлечении пистолета из кобуры и выведении его на линию прицеливания траектория движения дульной части ствола оружия будет располагаться в вертикальной плоскости «сотрудник – правонарушитель», а возможно располагающиеся слева от сотрудника граждане будут находиться в полной безопасности от случайного выстрела.

Если кобуру расположить с правой стороны, но ближе к передней поверхности бедра, то в ходе возможного преследования правонарушителя нижняя часть кобуры (дульный срез ствола пистолета) будет упираться в бедро и затруднять передвижение сотрудника. Таким образом, при несении службы с оружием кобуру целесообразней располагать с правой стороны, ближе к задней поверхности бедра. Такой вариант крепления кобуры несколько неудобен при поездке в автомобиле: ствол пистолета упирается в сиденье, создавая неудобства при извлечении оружия.

Если кобуру расположить на поясном ремне с левой стороны (рис. 3), то при извлечении пистолета и выведении его на линию прицеливания траектория движения дульной части ствола располагается в двух плоскостях, описывая дугу в секторе 90° слева от сотрудника. В этом случае есть вероятность, что находящиеся слева от сотрудника граждане будут подвергнуты опасности.



Рис. 2 Извлечение пистолета из кобуры, расположенной на поясном ремне с правой стороны



Рис. 3 Извлечение пистолета из кобуры, расположенной на поясном ремне с левой стороны

Курсантам и слушателям до момента выполнения практических упражнений, связанных с извлечением пистолета из кобуры, необходимо заранее выбрать один, наиболее удобный для себя способ ношения пистолета в общевойсковой кобуре и наработать навык быстрого извлечения из нее оружия.

4. Способы быстрого извлечения пистолета из кобуры и досылания патрона в патронник

Большое практическое значение при выполнении скоростной стрельбы из боевого пистолета отводится быстроте его извлечения из кобуры и досылания патрона в патронник. На выполнение упражнения отводится 10 секунд. Следовательно, от времени, затраченного стрелком на извлечение пистолета из кобуры и досылание патрона в патронник, зависит оставшаяся его часть на стрельбу. Практикой доказано, что хорошо тренированный стрелок, справляется с извлечением пистолета и досыланием патрона в патронник менее чем за 2 секунды, увеличивая тем самым время на стрельбу.

Рассмотрим два наиболее распространенных способа досылания патрона в патронник при помощи свободной руки.

1. Движение вооруженной руки вперед (рис. 4а). При этом способе левая рука, удерживающая затвор за насечки, находится в неподвижном состоянии, а досылание патрона в патронник обеспечивается за счет резкого движения правой вооруженной руки вперед в направлении цели. Когда затвор пистолета окажется в крайнем заднем положении, необходимо резко отпустить его;

2. Отведение затвора назад (рис. 4б). Здесь правая рука удерживает пистолет в неподвижном положении, а левая, удерживая затвор за насечки с торца, отводит затвор в заднее положение. В момент отведения затвора в крайнее заднее положение стрелок отпускает затвор, не сопровождая его рукой. Сопровождение затвора (уступающее движение рукой, удерживающей затвор, действию возвратной пружины) недопустимо, т.к. это может привести к возникновению задержки при стрельбе (недокрытию патрона затвором).

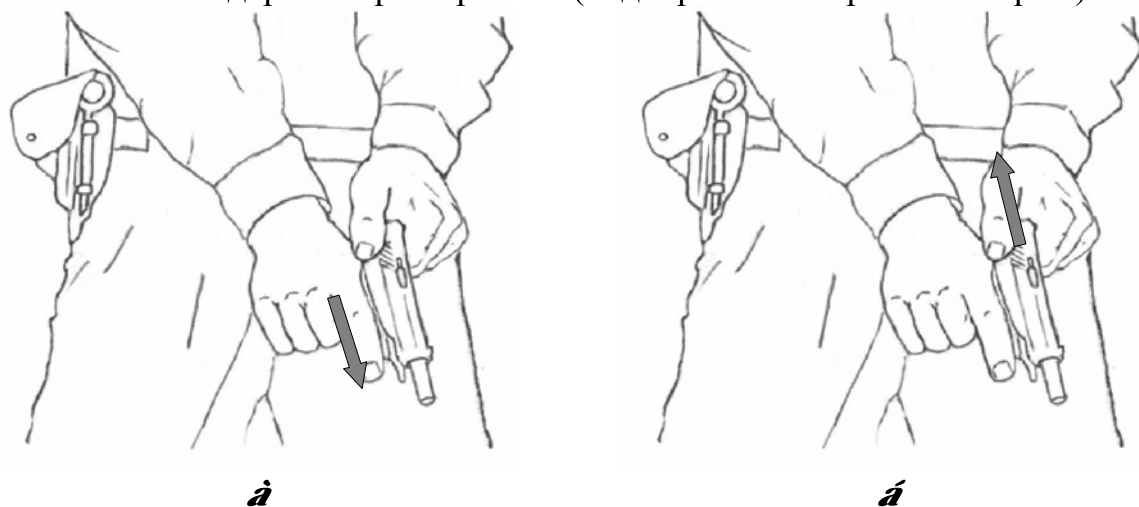


Рис. 4 Досылание патрона в патронник

Обучение быстрому извлечению пистолета из кобуры осуществляется в процессе тренировки без патрона. Пистолет находится в общей кобуре и закрепляется на пояском ремне справа или слева по выбору обучаемого. Оружие проверяется на незаряженность, затем пистолет убирается в кобуру, магазин – в кармашек кобуры, которая застегивается.

По команде руководителя стрельб «Огонь!» – необходимо:

– расстегнуть застежку кобуры и подняв ее крышку левой рукой, выполнить предварительный хват правой рукой за рукоятку пистолета находящегося в кобуре. Одновременно с извлечением пистолета большой палец правой руки расположить на затворной задержке, указательный уложить на предохранительную скобу, а остальными пальцами кисти обхватить рукоятку пистолета;

– продолжая извлечение пистолета, и направляя его в сторону цели, выключить предохранитель, удерживая затвор за насечки левой рукой, дослать патрон в патронник, после чего левая рука выполняет один из вариантов поддержки вооруженной руки (рис. 9-12);

– в момент выноса пистолета в сторону цели указательный палец правой руки накладывается третьей (ногтевой) фалангой на спусковой крючок и выбирает свободный ход;

– затем, сфокусировав взгляд на прицельных приспособлениях и уточняя их в районе прицеливания, задержать дыхание и продолжить плавный, равномерный нажим указательным пальцем правой руки на хвост спускового крючка до момента срыва курка с боевого взвода. Для выполнения последующих выстрелов необходимо поставить курок на боевой взвод большим пальцем поддерживающей (левой) руки и выполнить очередной выстрел. Включить предохранитель и убрать пистолет в кобуру.

Наиболее часто встречающиеся ошибки при извлечении пистолета из кобуры и досылании патрона в патронник:

– извлечение пистолета из кобуры одной рукой, без поддержки кобуры снизу свободной рукой, значительно увеличивает время, затрачиваемое на извлечение оружия. Как следствие, стрелок не успевает выполнить упражнение;

– досылая патрон в патронник с удержанием затвора за насечки с торца необходимо обратить внимание на степень влажности руки, удерживающей затвор: при отведении затвора в крайнее заднее положение влажной рукой велика вероятность срыва пальцев руки с затвора, что, в свою очередь делает невозможным досылание патрона в патронник;

– извлекая пистолет из кобуры в целях безопасного обращения с оружием необходимо накладывать указательный палец правой руки на предохранительную скобу. На спусковой крючок палец накладывается после досылания патрона в патронник, чтобы снизить степень риска при случайном нажатии на спусковой крючок при досылании патрона в патронник;

– при досылании патрона затвор удерживается левой рукой сверху (рис. 5). При таком способе досылания патрона ствол пистолета направлен в левую сторону от сотрудника или в его предплечье, что связано с нарушением мер безопасности при обращении с пистолетом. Следует также учитывать, что при устранении задержек при стрельбе окно затвора будет закрыто рукой, что помешает извлечению гильзы или патрона из патронника;

– если сотрудник не отработал до автоматизма действия по извлечению оружия из кобуры, и переводит взгляд на кобуру для того, чтобы извлечь пистолет, то он визуальнo теряет цель, не успевая выполнить упражнение.



Рис. 5 Досылание патрона в патронник путем удержания затвора левой рукой сверху

5. Изготовка для скоростной стрельбы с использованием поддержки пистолета

В стрелковой практике применяются различные варианты изготовок для скоростной стрельбы стоя с использованием дополнительной поддержки пистолета свободной рукой. Изготовки отличаются друг от друга в основном расположением корпуса стрелка относительно направления стрельбы и вариантами поддержки пистолета. Рассмотрим две изготовки, которые наиболее широко применяются сотрудниками при стрельбе стоя из боевого пистолета.

1. Стрелок располагается под углом к линии ведения огня, левое плечо впереди. Это так называемая штурмовая изготовка (рис. 6). Ноги расположены немного шире плеч и создают площадь опоры в виде трапеции, стопы естественно разведены в стороны. Вес тела стрелка равномерно распределяется на обе ноги или немного ближе к левой ноге. В этой изготовке стрелок представляет собой силуэт с небольшой площадью собственного поражения. Корпус стрелка при использовании данной изготовки «перекручен», что создает некоторые неудобства при прицеливании.

2. Корпус стрелка расположен перпендикулярно линии стрельбы и представляет собой силуэт с максимальной площадью собственного поражения. Это положение называется «фронтальной» изготовкой (рис. 7). Из-за того, что корпус стрелка «не перекручен» и грудная клетка не мешает при стрельбе, некоторые стрелки считают, что из этого положения стрелять удобнее.



Рис. 6 Положение для стрельбы стоя с поддержкой, «штурмовая» изготовка



Рис. 7 Положение для стрельбы стоя с поддержкой «фронтальная» изготовка

Существуют общие требования к изготкам для скоростной стрельбы из пистолета. Например, используется более широкая, чем при медленной стрельбе расстановка стоп. В отличие от изготки для медленной стрельбы, которая предусматривает жесткое закрепление ног в суставах при изготке для скоростной стрельбы с места при возможном переносе огня по фронту необходимо стремиться к тому, чтобы туловище не было слишком жестко закреплено в тазобедренных суставах, и обладало необходимой гибкостью и эластичностью.

Изготка для скоростной стрельбы из пистолета должна обладать повышенной устойчивостью в направлении плоскости стрельбы, позволять быстро и уверенно поднимать руку с пистолетом, существенно не нарушая равновесия тела при выполнении очередного выстрела.

Положение ног в скоростной стрельбе стоя с использованием поддержки пистолета связано с распределением центра масс (ЦМ) системы «стрелок-оружие» в площади ограниченной ступнями ног. Вес тела при стрельбе необходимо распределять равномерно на обе ноги, или чуть ближе к левой ступне. Ноги должны быть выпрямлены, нагрузка распределяется на середину каждой стопы или немного ближе к пяткам. Расположение площади опоры и центра масс тела стрелка при использовании фронтальной и штурмовой изготок изображено на рисунках 8 а и 8 б.

Голова должна быть повернута в направлении стрельбы без наклона, т.е. находится в наиболее естественном положении. Правую руку, удерживающую пистолет необходимо выпрямить и закрепить в локтевом и лучезапястном суставах. Это обеспечит устойчивость пистолета после выстрела и направит суммарный вектор силы отдачи на общую массу тела стрелка.

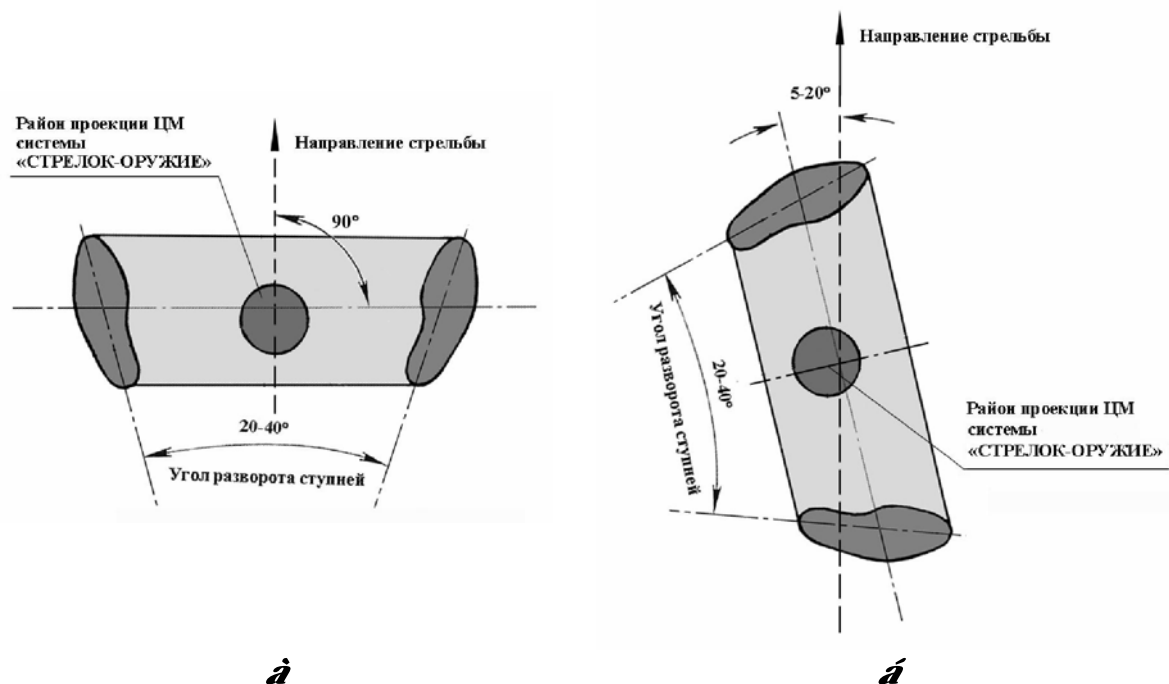


Рис. 8. Площадь опоры и проекция центра масс:

а – при использовании «фронтальной»; *б* – при использовании «штурмовой» изготовки

При использовании указанных выше изготовок для стрельбы у стрелка могут возникнуть следующие ошибки:

- слишком узкая, (меньше ширины плеч) или, наоборот, излишне широкая постановка ног при выполнении упражнения. В первом случае узкая постановка ног сближает точки опоры и неблагоприятно сказывается на устойчивости, особенно при стрельбе в плохих метеоусловиях (ветер). Излишне широкая постановка ног вызывает чрезмерное мышечное напряжение и затрудняет чувствительность и тонкую координацию;

- перенос центра масс системы «стрелок-оружие» на одну ногу и сгибание ног (приседание) ведет к снижению устойчивости стрелка;

- потеря контроля за положением головы: наклон головы влево, вправо, или вперед-вниз (прицеливание исподлобья) увеличивает разброс пробоев на цели. Необходимо помнить, что положение головы должно быть естественным и однообразным;

- сгибание руки, удерживающей пистолет, в локтевом суставе. Данная ошибка значительно увеличивается время, возвращения пистолета на линию прицеливания для выполнения очередного выстрела. Рука в момент импульса отдачи «переламывается» в локтевом суставе, увеличивая его амплитуду, и стрелок не успевает уложиться в отведенные для выполнения 10 сек.

6. Способы поддержки руки с пистолетом

Степень устойчивости оружия при стрельбе обусловлена способом, который сотрудник выбирает для удержания пистолета (одной, или двумя руками), расположением рукоятки пистолета в кисти (хвата), поддержкой руки с пистолетом свободной (поддерживающей) рукой.

В скоростной стрельбе особое значение приобретает такой элемент техники, как время возврата прицельных приспособлений пистолета после выстрела на линию прицеливания. Эта характеристика в значительной степени зависит от квалификации стрелка. Чем выше уровень подготовки, тем меньше затрачивается времени на возвращение прицельных приспособлений.

Способы поддержки пистолета значительно влияют на его устойчивость при стрельбе. В практике скоростной стрельбы из боевого пистолета существует множество способов поддержки руки с пистолетом. Рассмотрим некоторые из них:

- способ поддержки за кисть кистью поддерживающей руки снизу, сбоку, спереди;
- поддержка за лучезапястный сустав: охватывая одновременно кисть и предплечье кистью поддерживающей руки снизу;
- поддержка за предплечье кистью поддерживающей руки с опорой о туловище;

Поддержка кисти руки с пистолетом снизу (рис. 9). Поддерживающая рука охватывает кисть руки с пистолетом снизу. Большие пальцы располагаются крест накрест на затворной задержке пистолета, обеспечивая устойчивое положение оружия при прицеливании.

Поддержка кисти руки с пистолетом сбоку (рис. 10). Указательный палец поддерживающей руки располагается снизу затвора, охватывая спусковую скобу спереди. В таком положении он выполняет функцию горизонтального и вертикального упора и позволяет стрелку лучше контролировать положение пистолета (особенно это необходимо на первых этапах обучения скоростной стрельбе). Такая поддержка позволяет снизить колебания оружия при выполнении выстрела.

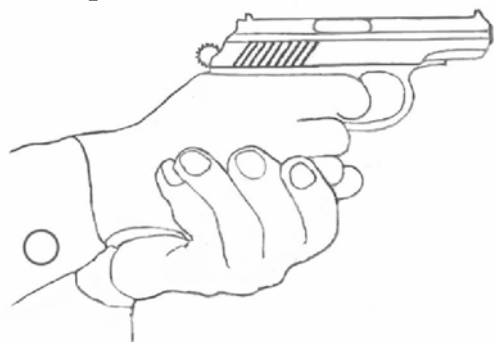


Рис. 9. Поддержка кисти руки с пистолетом снизу

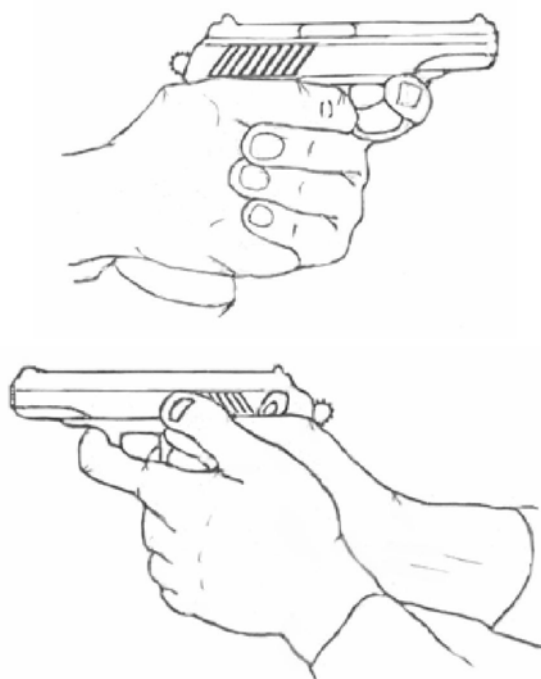


Рис. 10. Поддержка кисти руки с пистолетом сбоку

Разновидностью поддержки руки с пистолетом за кисть сбоку является револьверный хват (рис. 11). В данном случае большой палец поддерживающей руки отведен в сторону, что позволяет быстро взводить курок револьвера.

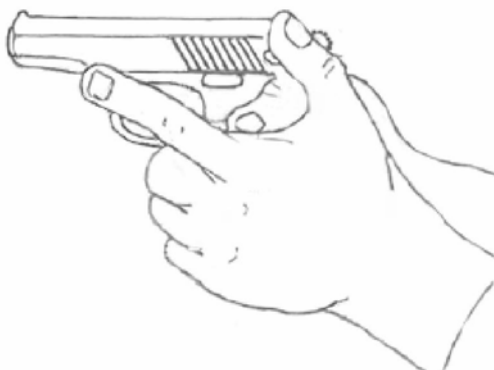


Рис. 11. «Револьверный» хват пистолета

Некоторые стрелки практикуют использование поддержки за лучезапястный сустав.

Поддержка руки с пистолетом поддерживающей рукой за запястье (рис. 12а). Большой палец поддерживающей руки охватывает запястье сверху, а другие пальцы снизу, жестко фиксируя сустав в заданном положении.

Разновидностью поддержки руки с пистолетом за запястье является способ, когда большой палец поддерживающей руки не охватывает его сверху, а располагается параллельно оси канала ствола вдоль средней линии предплечья и кисти (рис. 12б). Пистолет находится в относительно устойчивом положении, что обеспечивает хорошие условия для прицеливания.

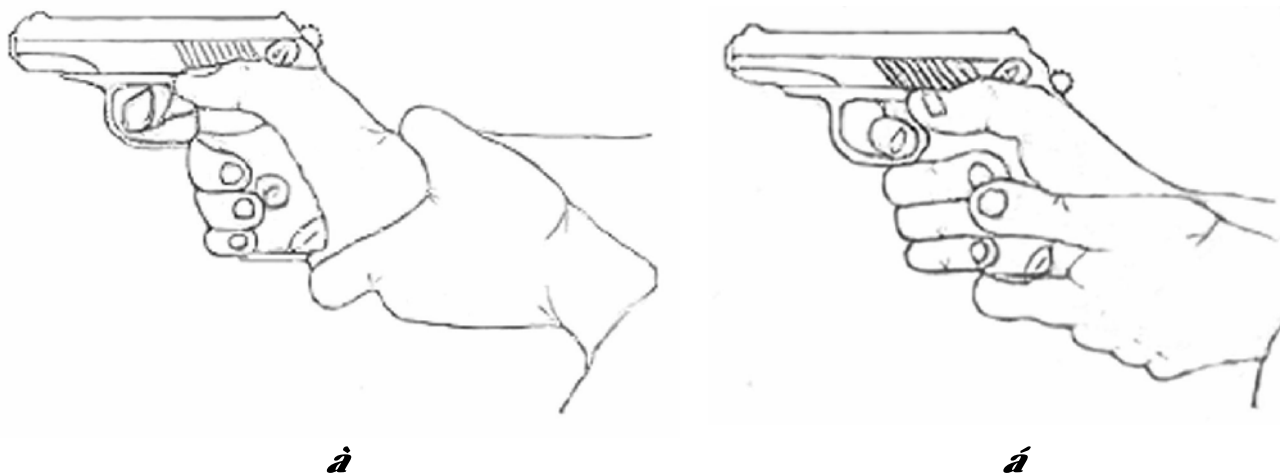


Рис. 12 Поддержка руки с пистолетом за запястье

Поддержка руки с пистолетом за локтевой сустав и опорой о туловище (рис. 13). При стрельбе во «фронтальной» изготовке с поддержкой руки с пистолетом за локтевой сустав стрелок располагается лицом к цели. Рука с пистолетом выпрямлена в локтевом суставе. Поддерживающая рука согнута и опирается плечом и локтевым суставом о туловище. Рука с пистолетом поддерживается кистью другой руки снизу за локтевой сустав, обхватывая его изнутри большим пальцем.



Рис. 13. «Фронтальная» изготовка с поддержкой руки с пистолетом за локтевой сустав и опорой о туловище

При стрельбе с использованием «винтовочной» изготовки (рис. 14) стрелок располагается боком к цели. Рука, удерживающая пистолет, полностью выпрямлена в локтевом суставе. Поддерживающая рука опирается плечом и локтевым суставом сбоку о туловище. Рука с пистолетом поддерживается кистью поддерживающей руки снизу, обхватывая локтевой сустав изнутри большим пальцем.



Рис. 14. Поддержка руки с пистолетом за локтевой сустав с опорой о туловище

Последние два способа поддержки (рис. 13, 14) выгодно отличаются от других положений параметрами устойчивости оружия, но требуют больше времени на изготовку к стрельбе.

Распространенные ошибки при хватах пистолета с поддержкой:

– при стрельбе с использованием поддержки руки с пистолетом снизу (рис. 15) стрелок поддерживающей рукой нарушает хват руки с пистолетом, выдавливая рукоятку оружия из кисти вверх. Такая ошибка приводит к увеличению амплитуды отдачи и времени, затрачиваемого на возвращение оружия на линию прицеливания;

– неправильное положение большого пальца поддерживающей руки (внакладку на большой палец вооруженной руки сверху) (рис. 16). Стреляя из

пистолетов со свободным ходом затвора, при движении затвора назад после выстрела можно повредить палец поддерживающей руки острыми кромками тыльной части затвора;

– недостаточное усилие, прилагаемое к хвату пистолета при скоростной стрельбе. Хват пистолета при стрельбе в ограниченное время должен быть более плотным, чем при медленной. Стрелок, недостаточно плотно удерживающий рукоятку пистолета, из-за амплитуды отдачи оружия теряет возможность в ограниченное время контролировать прицельные приспособления. Недостаточное усилие, прилагаемое к хвату пистолета, мощный патрон, высокий импульс отдачи и натяжение спуска курка в 2,5-3 кг, не позволяют уложиться в отведенное время. Хват пистолета должен быть однообразным по силе, обеспечивать наименьшие колебания пистолета и максимальную скорость возвращения пистолета после импульса отдачи на линию прицеливания для выполнения последующего выстрела;

– чрезмерное усилие, прилагаемое стрелком к хвату пистолета. Излишнее напряжение мышц кисти и чрезмерное сжатие рукоятки пистолета приводит к дополнительному увеличению дрожи в руке (тремору) и негативно сказывается на качестве стрельбы. Стрелок должен внимательно следить за положением пистолета в кисти и усилием хвата. Предотвращая ошибки в хвате пистолета необходимо запомнить усилие, прилагаемое к нему и выполнять его проверку перед каждой стрельбой.

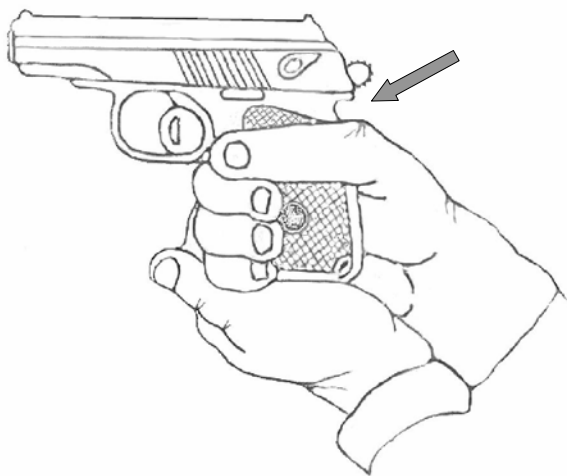


Рис. 15. Недостаточная посадка рукоятки пистолета в кисти

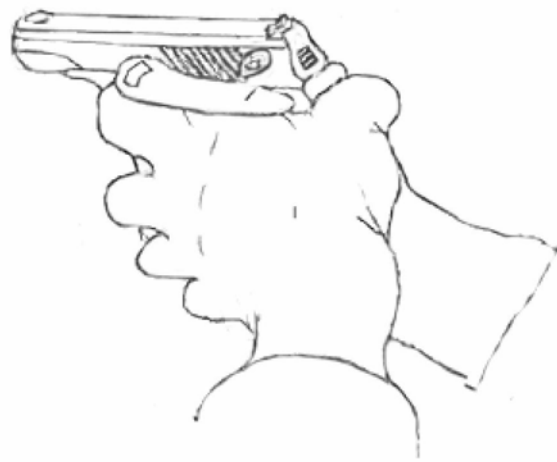


Рис. 16. Неправильная поддержка кисти руки с пистолетом кистью поддерживающей руки сбоку

7. Управление дыханием

Важное условие качественного выполнения – устойчивость системы «стрелок-оружие». Дыхание сопровождается ритмичным движением грудной клетки, живота, плечевого пояса, что вызывает смещения и колебания оружия, при которых сложно произвести точный выстрел. Поэтому нельзя одновременно дышать и выполнять выстрел, надо на некоторое время задержать дыхание, т.е. прекратить движение грудной клетки. Задержка дыхания на 10-15 секунд не представляет трудности даже для нетренированного человека.

Этого времени вполне достаточно для выполнения четырех выстрелов по условиям выполнения 2-го упражнения.

Существует мнение, что после физической нагрузки дыхание необходимо задерживать на полувдохе, в спокойном же состоянии на полувыдохе. Если задержать дыхание после физической нагрузки на полувыдохе, может наступить состояние гипоксии (кислородного голодания), что в свою очередь, негативно отразится на результатах стрельбы.

Мы предлагаем каждому стрелку выбрать самостоятельно наиболее подходящий для него способ задержки дыхания прежде, чем приступить к выполнению упражнения. Однако общепризнанно, что выполнение серии до пяти выстрелов в ограниченное время должно проходить на задержке дыхания. Общая схема задержки дыхания сводится к следующему варианту: при поднятии (направлении) рук с пистолетом на уровень мишени выполняется полувдох либо полувыдох, затем при подведении прицельных приспособлений пистолета к району прицеливания (центральной зоне мишени) – задержка дыхания. Задержав дыхание, производят окончательное прицеливание (уточняется положение мушки в прорези прицела), обработку спуска курка и выполняют выстрел.

Рассмотрим, некоторые ошибки в управлении дыханием при скоростной стрельбе из пистолета:

– при выполнении выстрела стрелок продолжает дышать. Эта ошибка часто отмечается у задерживающих дыхание на выдохе. Характеризуется тем, что дыхание возобновляется помимо воли стрелка. Он, сосредоточив все свое внимание на прицеливании и спуске курка, не выдерживает задержки дыхания до конца серии выстрелов, и последние выстрелы фактически осуществляются уже с дыханием. Эта ошибка приводит преимущественно к разбросу пробойн по вертикали;

– преждевременное задерживание дыхания до предварительной наводки оружия в цель, вследствие чего увеличивается время задержки дыхания при стрельбе. Это побуждает стрелка ускорять нажим на спусковой крючок без достаточной обработки выстрела («дергать» за спусковой крючок). Особенно эта ошибка проявляется после физической нагрузки при недостатке кислорода. Пробойны концентрируются, как правило, в нижнем левом углу мишени.

8. Прицеливание

Техника прицеливания при стрельбе с ограничением во времени заметно отличается от прицеливания в неограниченное время. Начинающие стрелки часто сталкиваются с проблемой правильного наведения прицельных приспособлений пистолета на цель при выполнении скоростной стрельбы.

В реальной ситуации, связанной с применением огнестрельного оружия в ограниченное время, сотруднику, как правило, необходимо визуально следить за целью (целями), не отвлекаясь переключением взгляда на пистолет в момент извлечения его из кобуры и досылание патрона в патронник. Поэтому мы рекомендуем на первых занятиях обучения скоростной стрельбе, до момента откры-

тия огня сконцентрировать внимание на мишени. Далее перед стрелком встает вопрос: каким образом выводить пистолет на линию прицеливания, и в какой момент необходимо переключать взгляд с мишени на прицельные приспособления.

Рассмотрим два способа прицеливания и подъема рук с пистолетом на цель.

Первый вариант базируется на методике спортивной скоростной стрельбы по появляющейся мишени. Он предполагает подъем рук с пистолетом после извлечения из кобуры и досылания патрона в патронник снизу-вверх (рис. 17). Такой способ формирует надежные навыки поражения цели на дистанциях требующих прицельной стрельбы (более 15 метров) в ограниченное время, и выгодно для стрелка исключает перекрытие пистолетом видимого изображения цели. Суть его заключается в том, что при выполнении упражнения сразу после подачи команды «Огонь!», стрелок извлекает пистолет из кобуры, досылает патрон в патронник, выполняет поддержку и быстро, почти рывком, поднимает руки с пистолетом. После преодоления двух третей всего пути движение рук постепенно замедляется. Зрительная «встреча» прицельных приспособлений должна состояться при их вхождении в нижнюю часть мишени или несколько ниже (рис. 17 а). В последней трети пути подъема пистолета стрелок уточняет положение мушки в прорези прицела и выполняет начальный нажим указательным пальцем на спусковой крючок (рис. 17 б). Применительно к пистолету Макарова свободный ход должен быть заранее выбран. Вместе с остановкой пистолета в районе прицеливания стрелок усиливает нажим на спусковой крючок с таким расчетом, чтобы к моменту совмещения мушки и прорези прицела с центром цели произошел выстрел.

При выполнении скоростной стрельбы из боевого пистолета прицеливание приходится осуществлять не по району прицеливания, а по центральной зоне на мишени. Это связано с жестким лимитом времени (10 сек.) на серию из четырех выстрелов, что практически не позволяет начинающему стрелку четкого уточнить прицельные приспособления.

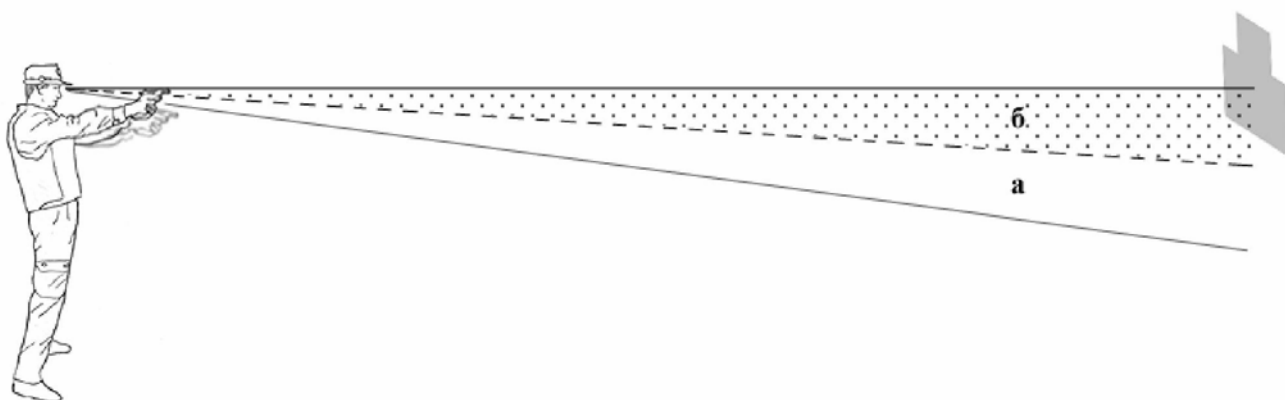


Рис. 17. Техника прицеливания при подъеме рук снизу-вверх:
а – сектор зрительной «встречи» прицельных приспособлений;
б – сектор уточнения прицеливания

Второй способ предполагает вынос пистолета в район прицеливания по кратчайшей линии. Стрелок после извлечения пистолета из кобуры, досылания патрона в патронник и выполнения поддержки выпрямляет руки, направляя пистолет в цель. Этот способ считается более быстрым его можно с успехом использовать на практике, но он требует длительных тренировок направленных на совмещение прицельных приспособлений. Направление пистолета в цель по кратчайшей линии начинающими отрабатывается быстро, а вот совмещение ровной мушки в районе прицеливания вызывает сложность. Стрелки, пытаясь, быстро совместить мушку с целиком визуально теряют ее, нарушая, хват пистолета напряжением мышц кисти.

Ошибки, встречающиеся при и направлении пистолета в цель и прицеливании:

– превышение района прицеливания при использовании первого способа подъема руки с пистолетом. Завершающая часть (последняя треть) подъема пистолета – один из наиболее сложных элементов техники скоростной стрельбы, который имеет решающее значение в успешном выполнении выстрела. Начинающим стрелкам нужно обратить внимание на плавный переход от быстрого почти рывкового движения рук с пистолетом вверх к замедленному, а затем – его полному затуханию при вхождении прицельных приспособлений в район прицеливания. Важно следить за тем, чтобы прицельные приспособления при подъеме пистолета не прошли выше района прицеливания, иначе стрелку придется заново его уточнять, а это связано с дополнительными затратами времени. Успех попадания в цель, в полной мере связан с точностью выхода ровной мушки в центральную зону на мишени, для чего необходимо на каждом практическом занятии многократно выполнять и доводить до автоматизма все перечисленные выше технические действия с учебным оружием. Без длительной и трудоемкой тренировки без патрона нельзя добиться хороших результатов в скоростной стрельбе из боевого пистолета;

– сосредоточение взгляда на цели. Ошибка, которую сложно определить со стороны, она проявляется только во время стрельбы и практически не улавливается самим стрелком. Встречается она не только у новичков, но и у более опытных стрелков. Известно, что глаз человека не может одновременно четко видеть разно удаленные предметы, во время же прицеливания необходимо сконцентрироваться на прицельных приспособлениях, а не на мишени. При переключении взгляда с прицельных приспособлений на цель стрелок визуально теряет их, при этом отклонение мушки в прорези целика на 1 мм приводит к смещению пробойны от центра мишени при стрельбе с 25 - метровой дистанции на 19 см, и в лучшем случае увеличивается разброс пуль, а чаще всего уменьшается количество пробойн на мишени.

9. Техника спуска курка с боевого взвода при стрельбе в ограниченное время

Управление спуском курка – самый трудный технический элемент при выполнении стрельбы в ограниченное время. Формирование навыка управления спуском курка с боевого взвода в скоростной стрельбе занимает особое место, ведь нажим на спусковой крючок является сложнейшим элементом техники, который завершает всю цепь действий выполнения выстрела.

Как известно 2-е упражнение – это серия из четырех выстрелов в которой главная роль отводится первому. От того, как стрелок выполнит его, будет во многом зависеть качество последующих выстрелов. Сложность техники выполнения первого выстрела связана с извлечением пистолета из кобуры, выполнением правильного хвата, досыланием патрона, выносом рук с оружием в сторону цели, выравниванием мушки в прорези прицела и, самое главное правильной работой указательного пальца при нажиме на спусковой крючок.

Рассмотрим порядок действий, связанных со спуском курка с боевого взвода при скоростной стрельбе из боевого пистолета.

Управление спуском в ограниченное время строится на принципе, противоречащем взглядам большинства людей на стрельбу. Он основан на некотором пренебрежении точностью прицеливания и за счет этого большей сосредоточенностью на управлении спуском. Представление начинающих стрелков о меткой стрельбе связано главным образом с точностью прицеливания, и нет четкого понимания необходимости и сложности совмещения точного прицеливания с нажимом на спусковой крючок, который бы не сдвигал оружие при выстреле. Как бы тщательно не прицелился стрелок, неправильное выполнение завершающей фазы всех действий при выполнении выстрела – нажим на спусковой крючок – предопределяет некачественный выстрел.

Общеизвестно, что меткий выстрел при скоростной стрельбе возможен в том случае, если нажим на спусковой крючок будет достаточно быстрым и обязательно равномерным. Если стрелок начнет нажимать на спусковой крючок лишь тогда, когда подъем рук с пистолетом будет завершен и «ровная

мушка» окажется доведенной до центральной области на мишени, то этот процесс будет протекать слишком долго. Стремление выиграть время за счет спуска курка приведет к рывку за него и резкому смещению пистолета в самый ответственный момент выполнения выстрела. Поэтому, чтобы выиграть время, необходимое для спуска курка, начинать нажимать на него (выдавливает свободный ход спускового крючка) следует одновременно с направлением рук с пистолетом в цель. Движение указательного пальца при нажиме на спусковой крючок по своему характеру должно походить на движение рук при подъеме пистолета (вначале быстрое и энергичное с последующим замедлением нажатия к моменту завершения подъема). Это необходимо для того, чтобы при остановке рук, потребовалось незначительное дополнительное усилие указательного пальца для мягкого, плавного, окончательного выжима боевого хода спускового крючка. В согласованном действии подъема (направления) рук и одновременного с ним движения указательного пальца при нажиме на спусковой крючок в основном и заключается искусство выполнения первого выстрела при скоростной стрельбе. Техника выполнения последующих трех выстрелов во многом схожа с рассмотренной выше. Разница лишь в том, что стрелку необходимо на каждый последующий выстрел правильно удерживать импульс отдачи пистолета, чтобы не нарушился хват оружия для максимального снижения времени возвращения пистолета на линию прицеливания и выполнения очередного выстрела.

При выполнении скоростной стрельбы из боевого пистолета у стрелка могут возникнуть следующие ошибки при спуске курка с боевого взвода:

– в момент подъема (направления) пистолета в цель, или чаще всего при выполнении очередного выстрела, стрелок забывает заранее выдать свободный ход спускового крючка. Импульс отдачи побуждает его переключить свое внимание на совмещение прицельных приспособлений, забывая о необходимости выдать свободный ход спускового крючка для выполнения очередного выстрела. Если выдавливать одновременно свободный и боевой ход, то значительно увеличивается путь, проходимый указательным пальцем при

нажмем на спусковой крючок, что, в свою очередь, напрягает большую часть мышц кисти участвующих в удержании пистолета. Напряжение мышц кисти участвующих в удержании оружия приводит к большим угловым отклонениям ствола пистолета. Как правило, пуля уходит далеко вниз и влево от цели;

– самооборонительный рефлекс на звук и импульс отдачи пистолета в момент выстрела (ожидание выстрела). Имеет место в большей степени, при стрельбе в закрытых помещениях (тирах). Как и в первом случае, эта ошибка проявляется напряжением группы мышц, участвующих в удержании пистолета, и приводит к неметкой стрельбе;

– касание второй фалангой указательного пальца рамки пистолета при удержании и нажиме на хвост спускового крючка либо касание поддерживающей рукой указательного пальца при стрельбе с поддержкой (рис. 18). Это приводит к тому, что указательному пальцу при нажиме на спусковой крючок приходится преодолевать дополнительное усилие и изменять направление своего движения. Стрелку необходимо выполнять нажим на спусковой крючок строго вдоль осевой линии ствола пистолета, без боковых отклонений (рис. 19);

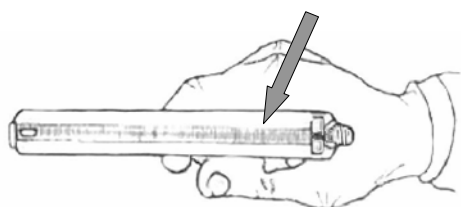


Рис. 18. Касание указательного пальца правой руки рамки пистолета



Рис. 19. Правильное положение указательного пальца при нажиме на спусковой крючок

– «поддавливание» цели, т.е. резкий нажим на спусковой крючок в момент правильного расположения прицельных приспособлений на цели. Такой нажим на спусковой крючок – «дерганье» – приводит, как правило, к тому, что пробойны располагаются далеко от центра цели чаще всего в ее левом нижнем углу, либо стрелок промахивается. Нажимать на спусковой крючок следует достаточно быстро, равномерно увеличивая усилие, без рывка;

– в момент выстрела стрелок ослабляет усилие хвата пистолета. Это ослабление хвата возникает в результате резкого отбрасывания указательного пальца от спускового крючка. Палец стрелка как будто «обжигается» о спусковой крючок. От такого движения рефлекторно ослабляется хват пистолета, выстрел происходит при большом угловом смещении ствола пистолета. Чтобы, не допускать такой ошибки, стрелку достаточно не отрывать указательный палец от спускового крючка после выстрела, сохраняя легкое касание;

– нарушение темпа при выполнении скоростной стрельбы. «Ломаный» темп стрельбы и возможно возникающие затяжки времени между выстрелами, которые часто отмечаются у начинающих стрелков, негативно отражаются на ее результатах. Необходимо помнить, что на первый выстрел следует уделять больше времени. Это связано с извлечением оружия из кобуры, досыланием патрона в патронник, направлением пистолета в цель. Выполнение первого выстрела определяет ритмичность последующих действий и успешное выполнение всей серии. В этих целях мы рекомендуем следующее примерное распределение времени для выполнения 2-го упражнения (табл. 1).

Таблица 1

<i>Время серии, сек</i>	<i>Порядковый номер выстрела</i>			
	<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>
10	4,0 сек	5,8 сек	7,7 сек	9,6

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Формирование навыков скоростной стрельбы из боевого пистолета должно занимать одно из центральных мест в обучении сотрудников органов внутренних дел. Задачи огневой подготовки не ограничиваются меткой стрельбой в условиях тира. Огневая подготовка является составной частью всего комплекса боевой подготовки сотрудника и должна обеспечивать полноценное выполнение служебных функций в ситуациях, вызывающих необходимость применения оружия.

Совершенствование в стрельбе из боевого пистолета связано не столько с физическими, сколько с психическими процессами: мышечной и двигательной памятью, вниманием, мышлением, волей. Их развитие на тренировочных стрельбах самым благоприятным образом сказывается и на других сторонах подготовленности сотрудников, способствуя выполнению ими служебных обязанностей. Тренировки в стрельбе из боевого пистолета требуют большого расхода времени, но грамотное его использование поможет значительно поднять продуктивность, ускорить процесс обучения, усилить качественную сторону стрелковой подготовки.

СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. *Приказ* МВД России от 11 сентября 2000 г. № 955 «Об утверждении Наставления по огневой подготовке в органах внутренних дел Российской Федерации».
2. *Вайнштейн Л. М.* Оружие – пистолет: учебно-методическое пособие по стрельбе из пистолета. – М.: ООО «Издательство Астрель», 2002.
3. *Вайнштейн Л. М.* Стрелок и тренер. – М.: ДОСААФ, 1977.
4. *Кальченко В. А.* Организация и поведение учебных стрельб из пистолета Макарова: методические указания. – Омск, ОВШМ, 1980.
5. *Кальченко В. А.* Формирование профессиональных навыков владения личным оружием у инспектора уголовного розыска. – Омск, ОВШМ, 1981.
6. *Мальшев В. А.* Основы стрельбы из боевого пистолета. – СПб., 1993.
7. *Начальная профессиональная подготовка: учебно-методическое пособие.* Авторский коллектив. – М.: Моск. ун-т МВД России, Изд-во «Щит-М», 2004.
8. *Осипов О. О.* Техничко-тактическая подготовка сотрудников правоохранительных органов в стрельбе из пистолета – Омск: Омская академия МВД России, 2003.
9. *Разноцветные мишени: сб. статей и очерков по стрелковому спорту.* – М.: Физ-ра и спорт, 1978.
10. *Разноцветные мишени: сб. статей и очерков по стрелковому спорту.* – М.: Физ-ра и спорт, 1979.
11. *Спортивная стрельба: учебник для институтов физической культуры / под общ. ред. А. Я. Корха.* – М.: Физ-ра и спорт, 1987.
12. *Щитин А. И., Ковшов Н. В., Шестопалова Е. В., Дьякова Е. Ю.* Огневая подготовка в органах внутренних дел: учебно-методическое пособие. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Моск. ун-т МВД России, Изд-во «Щит-М», 2004.

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	2
1. Порядок и условия выполнения 2-го упражнения	4
2. Этапы обучения	4
3. Способы ношения пистолета в общевойсковой кобуре	5
4. Способы быстрого извлечения пистолета из кобуры и досылания патрона в патронник.....	7
5. Изготовка для скоростной стрельбы с использованием поддержки пистолета.....	9
6. Способы поддержки руки с пистолетом	11
7. Управление дыханием	15
8. Прицеливание	16
9. Техника спуска курка с боевого взвода при стрельбе в ограниченное время.....	19
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	22
СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ	23