

**МИНИСТЕРСТВО ВНУТРЕННИХ ДЕЛ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ**  
**УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**  
**«ОРЛОВСКИЙ ЮРИДИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ МВД РОССИИ»**

Кафедра тактико-специальной и огневой подготовки

**ОГНЕВАЯ ПОДГОТОВКА**  
*Подготовка начинающего стрелка*

*Учебно-методическое пособие*

Составители: А.И. Дурнев, С.Г. Щеголев, А.М. Переплетов

**Орёл**  
**ОрЮОИ МВД России**  
**2009**

УДК 355.721  
ББК 68.512  
О-38

**О-38 Огневая подготовка:** подготовка начинающего стрелка: - Учебно-методическое пособие /сост. А.И. Дурнев., С.Г. Щеголев., А.М. Переплетов – Орел: ОрЮИ МВД России, 2009. – 39 с.

Учебно-методическое пособие содержит вопросы организации занятий и методику подготовки начинающего стрелка. В нем подробно изложена методика проведения занятий по дисциплине «Огневая подготовка» на начальном этапе обучения. Учебно-методическое пособие содержит достаточное количество схем, рисунков и фотографий, что в значительной мере облегчает усвоение этого материала. Пособие предназначено для преподавателей проводящих занятия по дисциплине «Огневая подготовка», а также курсантов ОрЮИ МВД России.

Учебно-методическое пособие рассмотрено и одобрено на заседании кафедры ТСиОП 15 апреля 2009 г. Протокол № 8

355.721

УДК

ББК 68.512

## ВВЕДЕНИЕ

При наличии в МВД России больших потенциальных возможностей профессиональной, в том числе и огневой подготовки, актуальным становится вопрос о совершенствовании средств и методов обучения будущих сотрудников органов внутренних дел.

«Концепция совершенствования профессиональной подготовки кадров в органах внутренних дел указывает, что приоритетным направлением системы профессионального образования является максимальное приближение содержания обучения к специфике задач, выполняемых работниками правоохранительных органов. Таким образом, данная Концепция ориентирует, прежде всего, на деятельный подход в подготовке сотрудников ОВД. Согласно этому подходу, содержание обучения должно соответствовать тем реальным задачам, которые придется решать специалисту и ради которых проводится его подготовка.

Деятельность органов внутренних дел Российской Федерации требует от личного состава высокой профессиональной подготовки, составной частью которой является боевая подготовка, направленная на воспитание работников в духе преданности Родине, верности служебному долгу, строгому соблюдению присяги, уставов и приказов, на формирование высоких морально-этических и психологических качеств, умение быстро ориентироваться в сложной обстановке. Кроме того, необходимо подготовка требовательных, дисциплинированных, подтянутых в строевом отношении специалистов, уверенно владеющих табельным оружием, средствами индивидуальной защиты, способных успешно решать служебно-боевые задачи.

Задачи и содержание любого вида профессионально-прикладной подготовки могут быть определены только в случае, если известны объективные требования конкретной профессии к человеку. В этой связи отправным моментом в определении содержания огневой подготовки должен быть характер и особенности использования и применения табельного оружия сотрудниками ОВД.

Если раньше было достаточно просто хорошо стрелять, то сегодня сотрудник органов внутренних дел должен быть в постоянной психологической готовности к тому, чтобы при необходимости из любого положения, независимо от способа ведения огня и от того, в какой руке находится оружие, суметь дать достойный отпор преступникам и поразить цель с одного-двух выстрелов.

Все это может быть достигнуто лишь комплексными методами в процессе целенаправленного обучения, путем создания необходимых условий для регулярного и качественного пополнения теоретических знаний по огневой подготовке, систематических тренировок без патрона и практических стрельб.

Необходимость ускорения начальной подготовки курсантов в стрельбе из пистолета и повышения ее качества заставляет вести дифференцированную отработку элементов техники стрельбы. Если все внимание уделить какой-нибудь одной, возможно простой операции, то она осваивается значительно быстрее и, что особенно важно, качественнее. Работая над отдельными элементами, кур-

сант приобретает способность быстрее находить и точнее определять свои ошибки.

В учебно-методическом пособии изложены вопросы огневой подготовки как одной из основных частей боевой подготовки сотрудников органов внутренних дел. Основное внимание уделено рассмотрению теории и практики стрельбы из табельного оружия, находящегося на вооружении МВД России, но при этом приводятся дополнительные сведения, позволяющие будущим сотрудникам органов внутренних дел иметь более полное представление вообще об оружии, в том числе оружии специального назначения.

Необходимым условием для совершенствования огневой подготовки является хорошо оборудованная учебно-методическая база (класс огневой подготовки, тир, стрельбище), которая позволяла бы проводить как теоретические и тренировочные занятия, так и практические стрельбы с использованием последних достижений в огневой подготовке.

# 1. ОРГАНИЗАЦИЯ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ

## *Общие положения*

В руководящих документах МВД РФ указывается, что в деле повышения профессиональной подготовленности работников правоохранительных органов важную роль играет боевая подготовка. Огневая подготовка является одним из ведущих разделов боевой подготовки рядового и начальствующего состава органов внутренних дел, вот почему руководство МВД России считает, что она является одним из важнейших направлений в решении задач, стоящих перед органами внутренних дел на современном этапе».

Целью огневой подготовки в образовательных учреждениях МВД России является - формирование готовности выпускника к умелому и эффективному применению и использованию боевого ручного стрелкового оружия при выполнении оперативно-служебных задач.

**Начальный этап дисциплины «Огневая подготовка» предполагает изучение курсантами:**

- основ стрельбы из стрелкового оружия (сведения из внутренней и внешней баллистики);
- материальной части оружия (пистолет, автомат);
- приемов и правил стрельбы из пистолета и автомата;
- практическое выполнение упражнений учебных стрельб.

**Целью огневой подготовки на начальном этапе является:**

*Формирование знаний:*

- мер безопасности при обращении с огнестрельным оружием и боеприпасами;
- содержания огневой подготовки и ее роли в профессиональной деятельности сотрудников органов внутренних дел;
- положений и требований Наставления по огневой подготовке в органах внутренних дел Российской Федерации (приказ МВД России от 11.09.2000 г. № 955);
- устройства, обращения, ухода и сбережения пистолета и автомата;
- условий и порядка выполнения первого упражнения стрельбы из пистолета и автомата (приказ МВД России от 11.09.2000 г. № 955):

*Формирование умений и навыков:*

- действий с оружием по подаваемым командам;
- производства прицельного выстрела в неограниченное время;
- выполнять неполную разборку пистолета Макарова и автомата Калашникова;
- выполнения нормативов по огневой подготовке.

*Основы стрельбы* - теоретический раздел, который предназначен для изучения явления выстрела и закономерностей полета пули. Знания по этому разделу необходимы для того, чтобы понимать явления, происходящие при выстреле, и сознательно использовать их во время стрельбы из оружия.

*Материальная часть оружия* - это раздел, который предназначен для изучения назначения стрелкового оружия, его боевых свойств, устройства частей и механизмов, а также приобретения навыков умелого обращения с оружием, его сохранность и безотказную работу при стрельбе в различных условиях.

*Приемы и правила стрельбы* - наиболее важный раздел огневой подготовки. Он необходим для того, чтобы научить курсантов действиям по командам, изготовке к стрельбе, хвату оружия, извлечению оружия из кобуры, заряданию оружия, прицеливанию, спуску курка с боевого взвода, прекращению стрельбы. При этом обучаемые должны научиться выполнять все действия, с оружием не нарушая мер безопасности.

Занятия по изучению основ стрельбы и материальной части оружия должны проводиться с использованием видеофильмов, компьютерных программ, наглядных пособий и учебного оружия в классе огневой подготовки. Приемам и правилам стрельбы курсантов обучают в тире. При организации проведения учебных стрельб руководствуются Приказом МВД России от 11 сентября 2000 г. № 955 «Об утверждении Наставления по огневой подготовке в органах внутренних дел Российской Федерации» (в редакции приказа МВД России от 20 мая 2003 г. № 340).

Учебным стрельбам из боевого оружия должны предшествовать:

- тщательное изучение материальной части оружия;
- мер безопасности при обращении с оружием;
- основ стрельбы из стрелкового оружия;
- приемов и правил стрельбы.

В процессе начальной подготовки формируются базовые навыки по технике стрельбы, вырабатываются волевые качества, необходимые для дальнейшего их совершенствования.

До начала практических стрельб необходимо провести не менее 10-12 занятий, на которых курсант должен изучить материальную часть оружия, меры безопасности при обращении с ним, основы стрельбы, усвоить правила поведения в тире и на стрельбище, приемы и правила стрельбы, отработать нормативы огневой подготовки, основные элементы техники стрельбы (положение для стрельбы, наводка оружия в цель и спуск курка), закрепить полученные знания на тренировках без патронов.

Обучаемый должен продуктивно использовать время, отведенное на занятие, и задача преподавателя так его организовать, чтобы моторная плотность занятия была максимальной.

На практических занятиях по огневой подготовке особое внимание уделяют строгому соблюдению дисциплины.

**Руководитель стрельб обязан пресекать любые нарушения обучаемым правил поведения в тире или на стрельбище и требовать беспрекословного выполнения всех его команд.**

К выполнению практических упражнений учебных стрельб допускают курсантов, сдавших зачеты по мерам безопасности при проведении стрельб, материальной части соответствующего оружия и правилам обращения с ним.

Выполнение зачетных упражнений проводят строго по правилам Приказа МВД России от 11 сентября 2000 г. № 955 «Об утверждении Наставления по огневой подготовке в органах внутренних дел Российской Федерации» (в редакции приказа МВД России от 20 мая 2003 г. № 340).

**Успешное решение курса стрельб и задач, стоящих перед огневой подготовкой на начальном этапе обеспечивается:**

- знанием курсантов материальной части оружия, основ, приемов и правил стрельбы, а также умелым владением оружием;
- соблюдением мер безопасности при обращении с огнестрельным оружием и боеприпасами;
- проведением консультаций с отстающими курсантами;
- регулярным проведением занятий по огневой подготовке;
- высокой профессиональной и методической подготовкой лиц, организующих и проводящих учебные занятия, рациональным и эффективным планированием огневой подготовки;
- исправным состоянием и правильной подготовкой к стрельбе оружия и боеприпасов;
- наличием хорошо оборудованной учебно-материальной базой, позволяющей проводить учебные занятия по всем разделам огневой подготовки.

## **2. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ПО ОГНЕВОЙ ПОДГОТОВКЕ**

При проведении занятий по огневой подготовке преподаватель не должен переходить к объяснению нового материала, не убедившись в усвоении предыдущего, придерживаясь в своей работе правила: *объяснить, наглядно показать, убедиться в правильном понимании материала (действия, приема) обучаемыми, приступить к тренировке, терпеливо устраняя замеченные ошибки.*

Учитывая, что начинающим трудно сразу правильно выполнять все элементы техники стрельбы, особенно обработку выстрела, в первую очередь необходимо добиться того, чтобы обучаемый хорошо усвоил технику плавного нажима на спусковой крючок с сохранением ровной мушки в прорези целика, без стремления произвести выстрел именно тогда, когда она точно совпадает с точкой прицеливания, а удерживая ее лишь в районе прицеливания.

Одна из основных проблем обучаемых при производстве выстрела, состоит том, что они ожидают выстрел и резко нажимают на спусковой крючок, и это приводит к сильному угловому отклонению ствола оружия, и пуля уходит мимо цели. Это действие сложное не столько технически, сколько психологически, поэтому задача преподавателя использовать все методы, чтобы научить обучаемого не ожидать выстрел и не дергать за хвост спускового крючка.

Необходимо понимать, что решающее значение в эффективности производства выстрела играет именно правильный нажим на хвост спускового крючка.

На занятиях к каждому курсанту должен применяться индивидуальный подход. Отстающие не должны задерживать успевающих, а успевающие должны помогать отстающим, для чего лучших курсантов привлекают на занятиях к работе в качестве помощников преподавателя.

### **Порядок проведения практических занятий в тире.**

Практическое занятие проводится с целью приобретения, отработки и закрепления практических умений и навыков применения теоретических знаний для решения практических задач. Практические занятия проводятся методом тренировок. Главным их содержанием является практическая работа каждого обучаемого.

Сейчас, в условиях постоянно повышающихся требований к занятиям по огневой подготовке и при условии минимума отводимого на это времени, важным является вопрос об интенсификации учебного процесса.

Интенсификация - увеличение напряженности, производительности.

Под интенсификацией учебного процесса понимается такая организация занятий, когда за единицу времени обучаемый получает максимально возможную сумму знаний, умений и навыков, при непрерывно совершенствующихся технических и иных средствах обучения.

Интенсификация учебного процесса является основным средством разрешения диалектического противоречия в обучении - противоречия между недостатком времени на обучение и достигаемыми результатами.

Поэтому интенсификация требует постоянного совершенствования методики обучения, применения лучших технических средств обучения.

Важной формой интенсификации обучения являются организация комплексного занятия, которое включает в себя элементы теории и практической стрельбы.

Схема организации комплексных занятий может быть самой различной.

Она зависит от количества курсантов и слушателей, привлекаемых к занятию, учебной цели и содержания вопросов, подготовленности руководителя, от наличия возможностей учебной базы.

На практических занятиях по огневой подготовке в тире используются следующие средства обучения:

- выполнение упражнений из пистолета боевыми патронами;
- выполнение действий с пистолетом вхолостую без патрона (изготовка, хватка, прицеливание, задержка дыхания, управление спуском);
- выполнение действий, направленных на изучение материальной части оружия (разборка, сборка, снаряжение магазина патронами).

В стрелковом тире отрабатываются учебные вопросы непосредственно связанные с поражением цели боевыми патронами. Поэтому методика освоения учебного материала, как правило, строится с учетом необходимости тренировки всего комплекса элементов техники стрельбы и специальных действий, обу-

словленных КС НОП. Практические занятия в тире организуются и проводятся непосредственно под руководством преподавателя или руководителя, назначенного для их проведения.

**При организации общего порядка учебного процесса возможен вариант, когда каждое отделение в группе занимается в составе смен на разных учебных местах, имеющих свое задание. При этом смена учебных мест осуществляется по следующей схеме:**

1) учебное место № 1 – огневой рубеж;

2) учебное место № 2 - учебный огневой рубеж. Тренировка в выполнении приемов, соблюдении правил и техники стрельбы, тренировка на тренажерах «СКАТТ», ОЭТ - 5.

3) учебное место № 3 – место для выполнения действий, направленных на изучение материальной части стрелкового оружия, выполнения нормативов огневой подготовки.

Занятия на учебных местах проводятся одновременно, что обеспечивает оптимальную моторную плотность использования учебного времени.

На первом учебном месте выполняются подготовительные упражнения, а затем после их усвоения 1-е упражнение КС НОП. При этом необходимо обратить внимание на четкое выполнение действий при обращении с оружием. Выполняя такие упражнения, необходимо определить реальную дистанцию для производства выстрела. Такой дистанцией может быть 20, 15, 10 или 5 м. Стрельбу целесообразно вести с двух рук, так как это обеспечивает наиболее устойчивое удержание пистолета. В результате создаются благоприятные предпосылки для правильной обработки спускового крючка без смещения наведенного в цель оружия.

На втором учебном месте организуется тренировка без патрона, которая является основой в освоении и совершенствовании техники стрельбы. С первых же занятий необходимо требовать от обучаемых добросовестного отношения к тренировкам без патрона, которые помогают лучше и быстрее освоить технику производства выстрела, развить специальные физические и психологические качества, так как по своей форме и характеру они сходны с теми упражнениями, которые будут выполняться обучаемыми на огневом рубеже.

Упражнения первых дней занятий подбираются с таким учетом, чтобы они формировали приемы правильной изготовки, хватки, устойчивости, прицеливания и управления спуском. Все эти упражнения должны быть регламентированы по времени или количеству раз и выполняться под руководством преподавателя (руководителя занятия). Если не будет четкого задания в выполнении указанных упражнений, эффективность работы на данном учебном месте будет значительно снижена и цель занятия не будет достигнута.

Тренировку необходимо также начинать с выполнения подготовительного или 1-го упражнения НОП 2000, так как оно является базовым. При этом могут использоваться специальные подготовительные упражнения, направленные на выработку устойчивости руки:

– длительное удержание оружия в позе изготовки;

- удержание оружия в районе прицеливания;
- имитация выстрела с удержанием ровной мушки и т.д.

На последующих занятиях работа без патрона осуществляется в таком же порядке, как и на первом учебном месте. Обучаемый должен подготовить себя психологически и физически к выполнению упражнения с боевыми патронами.

Кроме того, упражнения без патрона должны обязательно использоваться в качестве разминки перед стрельбой, особенно перед скоростной стрельбой с уходами и перемещениями. Такие действия способствуют развитию специальных качеств, таких как координация движений, устойчивость, выносливость и сила. Содержание и дозировка упражнений без патрона зависят от конкретных целей занятия, характера выполнения упражнений.

При обучении стрельбе по неподвижным целям в наибольшей степени требуется относительно полная устойчивость оружия, на фоне которой могут быть успешно выполнены все элементы техники меткого выстрела. Устойчивость оружия прежде всего обусловлена освоением рациональной изготовки, умением управлять спуском курка и постановкой правильного дыхания. Именно этим элементам техники выполнения выстрела следует уделять внимание при обучении и совершенствовании стрельбы по неподвижным целям.

Для определения уровня подготовки курсантов при проведении практических занятий преподаватель должен вести журнал, в который заносятся результаты теоретических знаний и практических навыков во владении оружием.

В начале каждого занятия курсантам объявляют очередные задания, по окончании - осуществляют краткий анализ и подводят итоги.

Периодически преподаватель обсуждает с обучаемыми результаты подготовки за определенный период.

### 3. ТРЕНИРОВКА БЕЗ ПАТРОНА

В подготовке и дальнейшем совершенствовании стрельбы из табельного оружия основной является тренировка без патрона.

Сама стрельба служит, в основном, для проверки усвоения пройденных элементов стрельбы, закрепления полученных навыков и выработки тактических способностей и психических качеств.

Большое количество выстрелов за одну тренировку переутомляет нервную систему стрелка, вызывая небрежность и ошибки в технике стрельбы.

Влияние отдачи и звука выстрела затрудняет анализ правильности действий обучаемого.

Тренировка без патрона дает возможность более тщательно проверить выполнение курсантом отдельных элементов техники выстрела и всех действий, необходимых для меткой стрельбы.

Кроме того, на тренировках без патрона курсанты приобретают и закрепляют необходимые навыки, развивают соответствующие физические и волевые качества, поэтому уже с первых занятий тренировок без патрона необходимо приучить занимающихся добросовестно, тщательно отрабатывать каждый выстрел, как при действительной стрельбе.

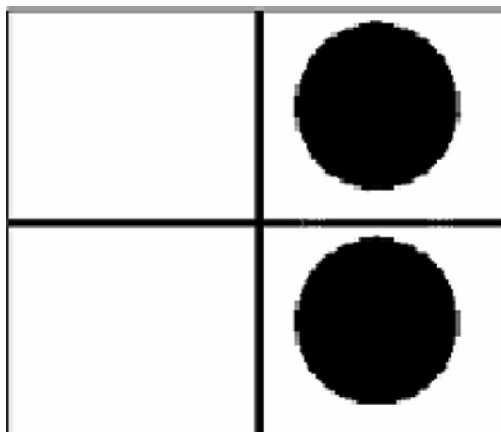
Только такая тренировка может принести пользу.

Однообразная тренировка с прицеливанием только по грудной фигуре быстро утомляет и притупляет внимание занимающихся, что приводит в конечном итоге к небрежной работе и возникновению ошибок, которые сам стрелок не замечает и, следовательно, не исправляет.

Поэтому тренировку без патрона целесообразно проводить по специальной тренировочной мишени, которая изготавливается своими силами.

Эту мишень чертятся на чистом листе бумаги. Через середину листа проводят вертикальную линию толщиной 3-5 мм, в верхней части листа проводят горизонтальную линию такой же толщины.

Через середину листа проводят вертикальную линию толщиной 3-5 мм, в верхней части листа проводят горизонтальную линию такой же толщины, на чистом поле правой стороны листа чертят черный круг (рис. 1).



**Рис. 1.** Мишень для тренировки без патрона

Например, если тренировочная мишень находится в 5 метрах от стрелка, то размеры этой мишени будут 10 см;

При установке тренировочной мишени на другие расстояния диаметр мишени уменьшают или увеличивают пропорционально изменению расстояния, соответственно изменяют и толщину черной линии. Тренировку по тренировочной мишени проводят в определенной последовательности:

1. Вначале стрелок наводит оружие на белое поле левой части мишени. Выровняв ровную мушку в прорези целика и затаив дыхание, производит плавный спуск курка, удерживая правильное положение мушки, не обращая внимания на колебания оружия.

2. Далее стрелок наводит оружие на вертикальную линию, стремясь при спуске курка уменьшить горизонтальные колебания оружия, не обращая внимания на его вертикальные перемещения.

3. Затем стрелок производит наводку по горизонтальной линии. При спуске курка старается уменьшить вертикальные колебания оружия, не обращая внимания на его горизонтальные перемещения.

4. После этого стрелок наводит оружие на перекрестие. Плавно нажимая на спусковой крючок, он удерживает оружие с ровной мушкой в районе прицеливания, не стремясь сделать «выстрел» обязательно тогда, когда вершина мушки точно совпадает с перекрестием.

5. Затем стрелок переходит к тренировке по черному кругу. Подводит оружие с ровной мушкой под черный круг с небольшим просветом, удерживая его в районе прицеливания, плавно нажимает на спусковой крючок, подавляя в себе желание, произвести «выстрел» обязательно только в момент совпадения вершины мушки с точкой прицеливания.

После каждого «выстрела» стрелок мысленно делает его отметку запоминая, осталась ли мушка в момент «выстрела» ровной, и в каком месте района прицеливания она находилась.

В дальнейшем при каждой тренировке следует проходить все разделы тренировочной мишени. Стрелок делает 1-2 серии по десять «выстрелов», начиная с чистого поля мишени, кончая черным кругом.

На первых занятиях время на «выстрел», а также серию «выстрелов», не ограничивается. Время на производство выстрела не должно превышать 10-12 сек. В дальнейшем вводится ограничение времени на производство выстрелов, так длительное удержание пистолета приводит к тому, что у обучаемого устает зрение (плохо видит мушку в прорези целика и ее не контролирует), начинаются значительные колебания оружия (трудно сделать меткий выстрел).

Особое внимание следует обратить на то, чтобы стрелок, прицеливаясь, не может фактически удерживать оружие в неподвижном состоянии - оно все время будет перемещаться в районе точки прицеливания - в районе прицеливания.

Этих отклонений стрелку опасаться не следует, так как даже значительные отклонения ровной мушки от точки прицеливания не дают резких отрывов.

Наиболее опасны угловые смещения, к которым приводит резкий, неконтролируемый нажим на спусковой крючок.

Это происходит вследствие того, что стрелок пытается произвести выстрел обязательно в момент совпадения вершины мушки с точкой прицеливания.

Следовательно, при производстве выстрела стрелок должен сосредоточить свое внимание на удержании оружия с ровной мушкой в точке прицеливания и на сохранении плавности спуска курка, независимо от колебаний оружия в районе прицеливания.

При тренировках без патрона из пистолета целесообразно удлинять прицельную линию.

Для этой цели можно вставить в канал ствола пистолета стержень из легкого дерева длиной 20-30 см. На конце стержня укрепить искусственную мушку (вставить спичку, окрашенную в черный цвет) такой высоты, чтобы она проектировалась в прорези прицела, не опуская сильно дульной части ствола, при этом настоящая мушка не должна быть видна (рис. 2).



**Рис. 2.** Способ прицеливания

Удлиненная таким способом прицельная линия дает возможность более устойчиво удерживать мушку в прорези прицела.

Дополнительно к тренировке по специальной мишени на короткие расстояния следует проводить тренировку без патрона по мишени на расстояние в соответствии с выполняемым упражнением.

Это закрепляет полученные навыки и облегчает переход к стрельбе.

#### **4. ОТ МАЛОКАЛИБЕРНОГО ПИСТОЛЕТА К ТАБЕЛЬНОМУ ОРУЖИЮ**

Тактика стрельбы включает в себя много приемов и большое количество отдельных элементов, которые при выстреле нужно выполнять слитно, как единый процесс.

Начинающий стрелок неминуемо допускает те или иные ошибки при выполнении стрельб и если их своевременно не устранить, они превращаются во вредные привычки и мешают совершенствовать технику стрельбы.

Особенно это касается техники стрельбы из 9 мм пистолета Макарова, стоящего на вооружении органов внутренних дел. По сравнению со спортивным пистолетом, ПМ обладает некоторыми особенностями, которые необходимо учитывать.

Во-первых, пистолет короткоствольный, длина прицельной линии (расстояние между целиком и мушкой) всего 130 мм.

Во-вторых, натяжение спуска курка — 2-4 кг.

В-третьих, сравнительно большая отдача и громкий звук выстрела.

Да и по своему весу ПМ тяжелее всех образцов короткоствольного оружия, что создает дополнительные трудности. Чтобы удерживать в равновесии ПМ по 8-12, 10-15 секунд, нужно иметь сильную руку.

Эти особенности затрудняют процесс обучения стрельбе, т.к. в большой степени, по сравнению со спортивным малокалиберным оружием, влияют на правильное выполнение приемов.

Добиться мастерства в стрельбе из пистолета Макарова гораздо труднее, чем в стрельбе из самозарядного малокалиберного пистолета.

Для того, чтобы научить курсантов меткой стрельбе на начальном этапе обучения предпочтительно на первых занятиях выполнять учебные стрельбы из спортивного пистолета системы Марголин, а в дальнейшем переходить на пистолет Макарова. Не желательно долго учить курсантов стрельбе из пистолета Марголин, так как трудно будет перейти на стрельбу из боевого оружия, и этот переход будет длительным и болезненным для обучаемого.

На первом этапе стрельба производится по белому листу с расстояния 5-10 метров с начала с одной руки, а затем с двух рук. Район прицеливания — центр белого листа. От занятия к занятию расстояние постепенно увеличивается и доходит до 25 м. После этого стрельба производится по мишени № 6 (грудная фигура) на поражение цели. Только после того, как курсанты научатся уверенно поражать мишень тремя пулями — выполняют первое упражнение КС НОП.

Овладев начальными навыками производства меткого выстрела из спортивного оружия, курсанты переходят к стрельбе из пистолета Макарова. При этом первые занятия со стрельбой из ПМ производятся также же - сначала с близкого расстояния и постепенно увеличивая его и на поражение цели, а затем - на очки.

На начальном этапе обучения имеет большое значение методически грамотное проведения занятий по огневой подготовке, так как выше сказано, что этот этап является базовым и ошибок в подготовке здесь допускать нельзя.

## **5. ТЕХНИКА СТРЕЛЬБЫ ИЗ ПИСТОЛЕТА**

Для достижения высоких и стабильных результатов в стрельбе необходима серьезная, целенаправленная и качественная организация учебного процесса. Несмотря на различия в методах и формах обучения есть выработанная годами и практикой система подготовки стрелков.

Обучение курсантов меткой стрельбе из пистолета должно обязательно начинаться с изучения теоретических положений об отдельных элементах техники стрельбы и выстрела в целом. Опыт ведущих стрелков определил основные элементы техники стрельбы. В нее входят:

- изготовление;
- хватка;
- дыхание;
- прицеливание;
- управление спуском курка;
- выполнение выстрела в целом.

### **ИЗГОТОВКИ ДЛЯ СТРЕЛЬБЫ СТОЯ**

#### **Стандартная изготовка стоя с одной руки**

Для принятия этой изготовки стреляющий располагается к цели боком, одноименным руке, удерживающей пистолет. Ноги стрелка расставлены примерно на ширину плеч, носки ног при этом слегка развернуты наружу. Ноги выпрямлены в коленных суставах полностью. Рука с пистолетом, направленная в цель, также выпрямлена и закреплена в лучезапястном и в локтевом суставах (рис.8). Для компенсации напряжения мышц туловища оно слегка отклонено в сторону противоположную руке с пистолетом. При этом свободная рука упирается в пояс, дополнительно фиксируя положение туловища. В некоторых случаях для увеличения жесткости изготовки стреляющий как бы «связывает» плечевой пояс с головой, поднимая плечо руки с пистолетом и прижимаясь к нему подбородком. Для этой изготовки характерен повышенный мышечный тонус и используется она преимущественно для скоростной стрельбы. Эта изготовка применяется, в основном, в условиях преследования для стрельбы на средних дистанциях (20 – 30 метров), а также в стабильных условиях без передвижения. (Рис. 3).

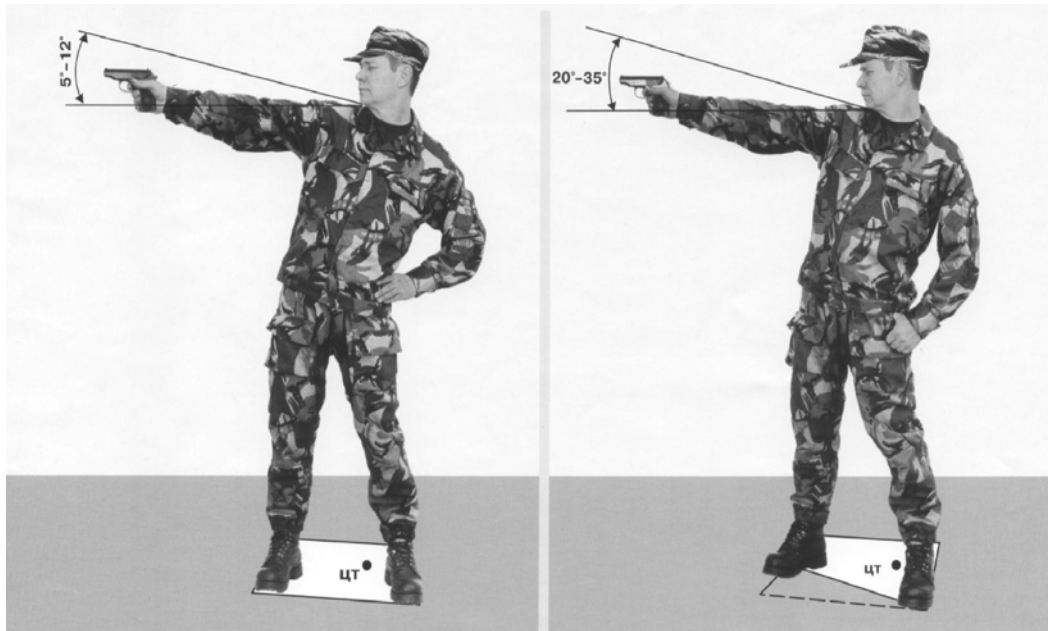


Рис. 3. Изготовки для медленной стрельбы с одной руки

### Фронтальные изготовки

1. Изготовка для стрельбы в положении стоя с удержанием пистолета хватом двумя руками.

Ступни расставлены на ширину плеч или чуть шире, носки немного разведены, общий разворот ног к центру «окна» должен составлять  $60\text{--}75^\circ$ . Левая нога вынесена вперед, носок ноги указывает направление движения (стрельбы). Коленные суставы слегка согнуты. Туловище расположено так, чтобы проекция центра масс приходилась на центр площади опоры. Возможен вариант, при котором центр масс несколько смещен вперед или назад. Позвоночник немного ссутулен. Туловище и плечи немного развернуты левым плечом в сторону цели. Плечевые суставы чуть приподняты и закреплены. Руки выпрямлены в локтевых суставах. Правая рука удерживает пистолет, также как и при хвате одной рукой. Голова наклона немного вперед. (Рис. 4).

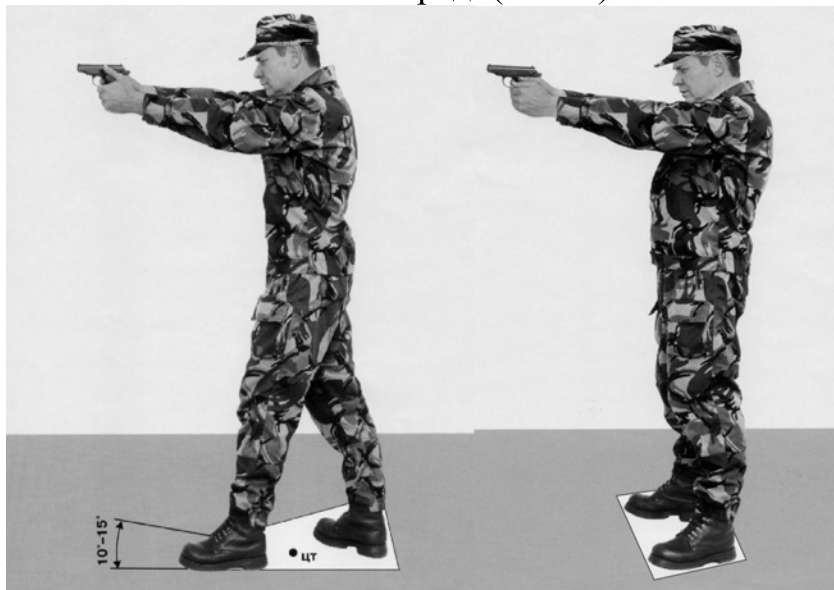


Рис. 4. Изготовки для стрельбы из положения стоя

с удержанием пистолета хватом двумя руками.

3) *Изготовка для стрельбы из положения стоя с удержанием пистолета под рукоятку (с поддержкой).* (Рис. 5.)



**Рис. 5.** Изготовка для стрельбы из положения стоя с удержанием пистолета под рукоятку (с поддержкой).

Ступни расставлены на ширину плеч или чуть шире, носки немного разведены, общий разворот ног к центру «окна» должен составлять 70—85°. Левая нога вынесена вперед, носок ноги указывает направление движения (стрельбы). Коленные суставы слегка согнуты. Туловище расположено так, чтобы проекция центра масс приходилась на центр площади опоры. Возможен вариант, при котором центр массы несколько смещен вперед или назад. Позвоночник держать прямо. Туловище и плечи развернуты на три четверти левым плечом в сторону цели. Голова фиксируется правой частью скулы на правой руке.

*Курсант должен уделять большое внимание правильности изготовки и научиться контролировать ее. Рекомендуется для проверки правильности изготовки навести пистолет в цель и, удерживая его в этом положении, закрыть на несколько секунд глаза. Затем, открыв глаза, проверить направление пистолета. Если обнаружится, что оружие отклонилось в сторону по сравнению с первоначальной наводкой, то необходимо, оставив руку в прямом направлении, изменить положение ступней ног путем изменения угла разворота корпуса по отношению к плоскости стрельбы. Проверка повторяется до тех пор, пока рука с оружием не будет направлена в район точки прицеливания.*

## **ХВАТКА ПИСТОЛЕТА**

От хватки во многом зависит как результат выстрела, так и стабильность стрельбы в целом, поскольку однообразное удержание оружия в совокупности с

однообразным прицеливанием ведет к снижению рассеивания пуль и, следовательно, повышению общего результата.

Если от стойки, как было выяснено раньше, зависит величина параллельных колебаний, то хватка определяет величину угловых отклонений оружия, которые примерно в шесть раз больше параллельных при одинаковой величине отклонения мушки. Поэтому выработка однообразной правильной хватки в дальнейшем будет определять результаты стрельбы,

Опыт показывает, что с изменением хватки при выполнении нескольких серий выстрелов с некоторыми перерывами меняется положение средней точки попадания серий, что приводит к увеличению рассеивания стрельбы и ухудшению результатов стрельбы в целом.

Как держать оружие, чтобы обеспечить хорошую устойчивость оружия в процессе прицеливания и, главное, в момент спуска курка и вылета пули?

Прежде всего хватка должна быть максимально плотной, но в руке при этом не должно возникать тремера (тряски). Для определения своего усилия удержания необходимо сжать рукоятку до появления тремера и постепенно ослаблять кисть, пока не прекратится дрожь, и мушка будет устойчиво находиться в прорези. С таким усилием и надо удерживать оружие.

Положение оружия в руке показано на (рис. 6). Необходимо обратить внимание на следующие моменты:

- оружие должно быть глубоко посажено в руку - так, чтобы тыльная часть рамки не отрывалась от руки;
- оси канала ствола и предплечья (по возможности) должны лежать в одной плоскости;
- рукоятку следует удерживать с одинаковым усилием трех пальцев при доминирующем усилии среднего пальца (рис.7);
- большой палец вытянут вдоль затвора и прижат к рамке средним усилием;
- основное усилие на рукоятку должно быть распределено в вертикальной плоскости;
- указательный палец накладывается на спусковой крючок серединой ногтевой фаланги или ближе к первому сгибу в зависимости от длины кисти, но обязательное условие - чтобы он не касался оружия с правой стороны.



**Рис.6.** Хватка пистолета



**Рис.7.** Распределения усилия по рукоятке

После выполнения вышеуказанных элементов необходимо навести оружие на цель и закрепить лучезапястный сустав, в котором, как выяснено раньше, происходят угловые отклонения оружия. Для этого надо оттолкнуть оружие от себя давлением на тыльную часть рукоятки и придавить ее к трем пальцам, которые остаются как бы неподвижными. В таком положении необходимо зафиксировать мышцы кисти и запомнить это ощущение, при этом центр давления на рукоятку будет находиться в районе «звездочки» или под ногтем среднего пальца.

Давление на тыльную поверхность рукоятки обеспечивает жесткое закрепление лучезапястного сустава, что в значительной мере способствует снижению угловых отклонений мушки при интенсивном нажатии указательного пальца, основной задачей которого является такое нажатие на спусковой крючок, при котором не сбивается наводка оружия.

Если после наведения оружия в район прицеливания мушка визуально не находится ровно в прорези целика, то выравнивать ее нужно при медленной стрельбе не поворотом кисти, а легким смещением головы в соответствующую сторону. В противном случае при срыве курка оружие вернется в прежнее положение, и пуля отклонится в ту сторону, откуда кистью выравнивалась мушка. Заметить эту ошибку и понять ее механизм бывает очень трудно.

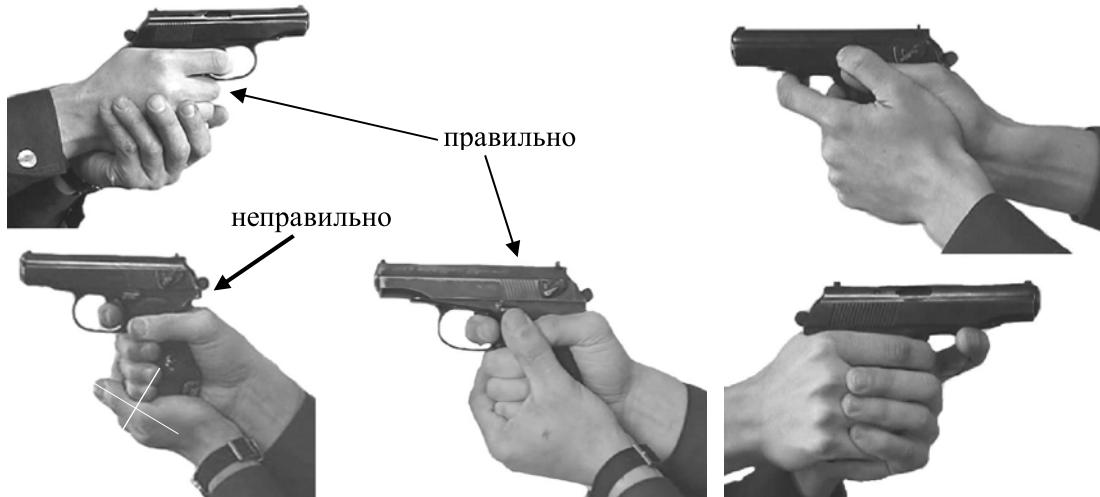


Рис. 8. Поддержка кисти вооруженной руки кистью невооруженной руки снизу

Рис. 9. Поддержка кисти вооруженной руки кистью невооруженной руки сбоку

Для хороших стабильных результатов стрельбы хватка должна быть однообразной, и контроль за ее выполнением должен осуществляться постоянно перед каждым спуском курка.

В процессе тренировок за счет мышечной памяти хватка уже рефлекторно выполняется однообразно при каждом выстреле, тем не менее контроль за работой и фиксацией мышц кисти должен быть обязательным независимо от квалификации стрелка.

## ДЫХАНИЕ

**Управление дыханием.** При выполнении выстрела без ограничения времени стрелок стремится к наилучшей устойчивости системы «стрелок — оружие». Естественно, возникает необходимость на это время затаить дыхание, т. е. прекратить движения грудной клетки. Задержка дыхания на 10—15 с. не представляет трудности даже для нетренированного человека. Этого времени вполне достаточно для выполнения выстрела, тем более что затаивание дыхания совпадает с плавной остановкой поднятой руки с пистолетом в районе прицеливания.

Стрелок затаивает дыхание на дыхательной паузе, как бы продолжая ее, причем остановка может быть на полу выдохе или полу вдохе. Это наиболее рациональная и естественная остановка дыхания, при которой остается небольшой тонус дыхательных мышц, соответствующий общему тону организма.

Уровень кислорода в крови и его запас в легких вполне достаточен для нормального функционирования всех систем организма в течение 15-20 с. Причем по мере тренированности отодвигается и рефлекторный порог позывов на вдох при уменьшении кислорода в крови.

При подобной задержке дыхания стрелок не испытывает кислородного голодания, т. е. не наступает состояние гипоксии, и поэтому нет необходимости

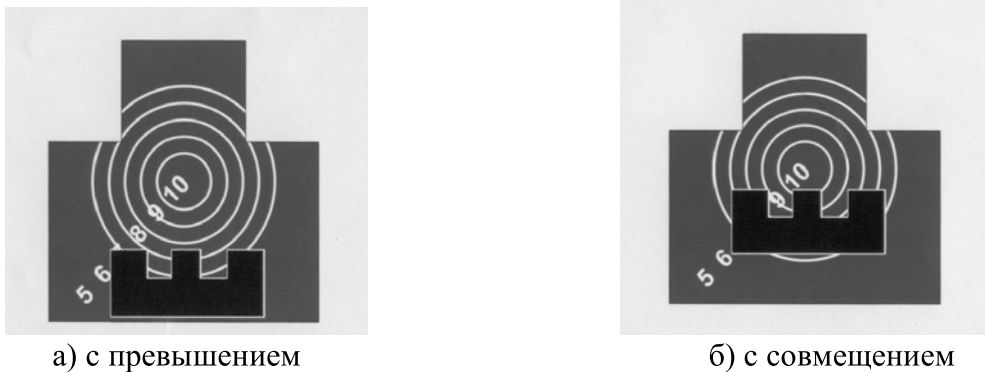
гипервентиляции легких. В случае гипервентиляции легких может произойти нежелательное для стрелка явление перенасыщения кислородом крови, которое ведет к легкому головокружению и потере устойчивости.

## ПРИЦЕЛИВАНИЕ

**Прицеливание** из пистолета Макарова состоит из наведения и удержания ровной мушки в прорези целика в районе прицеливания.

Прицеливание бывает двумя способами:

- с превышением точки попадания над районом прицеливания;
- с совмещением прицельных приспособлений с районом прицеливания.



**Рис. 8.**

Во время прицеливания стрелок видит прицельные приспособления и мишень. Глаз стрелка позволяет довольно точно различать цвет, форму, размеры, степень освещенности и взаимное расположение окружающих предметов. Он устроен так, что светопреломляющая часть (хрусталик) дает четкое изображение предмета на задней стенке (дне) глаза, покрытого сетчаткой. Обычно наиболее четкое изображение совмещается на желтом пятне сетчатки, имеющем наибольшее количество световоспринимающих элементов (колбочек).

Четкое изображение предмета на сетчатке в зависимости от его удаления от глаза объясняется способностью хрусталика изменять свою кривизну (аккомодация) и фокусировать изображение на сетчатке. Эта прекрасная способность глаза человека при прицеливании и рассматривании трех разноудаленных предметов не может быть использована. Четко сфокусированным может быть один из предметов: или мушка, или прорезь целика, или мишень. Вот почему стрелок должен принять следующую рекомендацию.

Стрелок видит определенную картину прицеливания: детали (мушка, целик с прорезью и мишень), их взаимное расположение, что очень важно для прицеливания, их взаимную четкость. Глаз фокусируется так, что наиболее четко (но не совершенно четко) видна мушка, менее четко — целик с прорезью и еще менее четко — мишень. Эта относительная четкость должна сохраняться при прицельной стрельбе из пистолета по любой цели. Изменение этой градации четкости — одна из основных ошибок в прицеливании. Навык удержания нужной четкости так же важен, как и удержание ровной мушки, независимо от ко-

лебаний пистолета. Предлагаемые степени четкости дают возможность лучше контролировать положение мушки и прорези прицела.

Устойчивость, в свою очередь, зависит от подготовленности стрелка, остроты зрения, метеорологических условий и т. д.

Район прицеливания — это площадь круга, ограниченная окружностью с центром в точке прицеливания. Он может быть больше или меньше (в зависимости от устойчивости, присущей данному стрелку и его подготовленности). Чем лучше подготовленность стрелка, тем меньше район колебаний пистолета.

Стрелок должен стремиться к уменьшению колебаний оружия, а если они и происходят, то только с ровной мушкой. Устойчивость системы «стрелок — оружие» может быть достигнута за счет неподвижности руки, особенно в лучезапястном суставе, предплечья, плечевого пояса и головы. Глаза стрелка, целик и мушка в этом случае устойчиво удерживаются на одной линии, которая колеблется около линии прицеливания. При их совпадении стрелок видит идеальную картину прицеливания.

Колебания пистолета с ровной мушкой обычно называют параллельными колебаниями; стрелок всегда видит величину и направление отклонения пистолета от точки прицеливания и точно определяет место расположения пробойны на мишени. Это так называемая отметка выстрела.

Если же стрелок не удерживает кисть с пистолетом неподвижной относительно предплечья (рука в целом неподвижна относительно плечевого пояса и головы), то в поле зрения колеблется мушка в прорези прицела. Это так называемые угловые колебания. Видимое смещение мушки по отношению к прорези прицела при небольшой длине прицельной линии дает значительное отклонение пули от центра мишени в направлении смещения мушки (вверх — крупная мушка, вниз — мелкая мушка и придержана в прорези прицела вправо или влево).

### **СПУСК КУРКА**

Наиболее важным моментом производства меткого выстрела из пистолета является плавный спуск курка с боевого взвода. Он проводится плавным нажатием на спусковой крючок во время удерживания «ровной мушки» в районе прицеливания. При наводке оружия, особенно у стреляющих из пистолета Макарова, появляется желание скорее нажать на спусковой крючок в тот момент, когда мушка совпадает с точкой прицеливания. Такое желание возникает вследствие опасения отклонения мушки в сторону от цели. Но быстрый, дергающий нажим неизбежно приводит к промаху. Чтобы это не произошло, надо, удерживая ровную мушку в районе прицеливания, плавно нажимать на спусковой крючок пистолета первым суставом указательного пальца до тех пор, пока не произойдет выстрел.

Нажим на спусковой крючок первым суставом указательного пальца не сбивает наводку. Это обеспечивается зазором между стенками рамки пистолета и указательным пальцем. Уменьшается и угловое перемещение пальца при его движении со спусковым крючком. Нажим должен быть направлен строго назад,

параллельно оси канала ствола пистолета и осуществлен плавно, безостановочно. Незначительные колебания руки с оружием у точки прицеливания не должны смущать стрелка. Они естественны. Уменьшить их можно систематическими тренировками.

При наводке всегда нужно отличать плавные (без рывков) колебания руки с оружием от колебаний вздрагивающих, которые возникают вследствие излишнего напряжения мышц или стремления усилить нажим на спусковой крючок (дернуть) в тот момент, когда ровная мушка находится в районе точки прицеливания. Если появятся резкие колебания, похожие на рывки, следует прекратить нажим на спусковой крючок, согнуть руку в локте и отдохнуть.

Оптимальное время, в течение которого обрабатывается выстрел 12-15 секунд с момента уточнения наводки оружия в цель. Работа указательного пальца при спуске курка должна быть изолирована от работы мышц кисти, удерживающей оружие и направлена строго вдоль оси канала ствола.

Как проверить, правильно ли работает указательный палец при спуске курка? Для этого перед стрельбой, не досылая патрона в патронник, следует 2-3 раза взвести курок, произвести его спуск, прицеливаясь в мишень и внимательно следя за положением мушки в прорези целика.

В ходе подготовительных занятий и последующих практических стрельб каждый сотрудник должен выработать способность замечать положение ровной мушки, характер ее отклонения в момент спуска курка с боевого взвода. Он должен добиваться того, чтобы в момент выстрела ровная мушка пистолета не отскакивала в сторону, а находилась в районе точки прицеливания. Умение фиксировать положение мушки в прорези в момент выстрела дает возможность почти точно определять место пробойн на мишени, вырабатывает чувство уверенности при стрельбе.

## **6. ОШИБКИ НАЧИНАЮЩЕГО СТРЕЛКА**

Большинство ошибок начинающего стрелка имеют общий характер, они аналогичны при стрельбе из разных положений и из разных видов оружия. К ним относятся, прежде всего, ошибки в затаивании дыхания, прицеливании, спуске курка.

### **ОШИБКИ В ДЫХАНИИ**

#### *ЗАТАИВАНИЕ ДЫХАНИЯ*

Широко распространено мнение, что затаивать дыхание при стрельбе следует на выдохе, даже рекомендуется иногда для этой цели использовать «дыхательную паузу».

Ошибочность этого взгляда заключается уже в том, что так называемая «дыхательная пауза» длится всего лишь доли секунды, а стрелку приходится

затаивать дыхание при выстреле на несколько секунд, следовательно, не может быть и речи о каком-то использовании «дыхательной паузы».

Для начинающего стрелка можно рекомендовать следующий способ затаивания дыхания: после полного (но не напряженного) вдоха и выдоха немного вдохнуть и затаить дыхание.

Нельзя затаивать дыхание на полном вдохе или на полном выдохе, так как в обоих случаях создается напряженное положение.

В дальнейшем для курсанта безразлично, когда затаивать дыхание при стрельбе - на вдохе или на выдохе. Достаточно тренированный стрелок делает это автоматически, не раздумывая.

### *Стрелок продолжает дышать при выстреле*

Это часто замечается у курсантов, затаивших дыхание на выдохе, когда голосовая щель остается открытой и дыхание возобновляется помимо воли стрелка. Или когда курсант, сосредоточив все свое внимание на прицеливании и спуске курка, не выдерживает паузы с затаенным дыханием до конца выстрела, и выстрел фактически происходит, когда стрелок уже начал дышать.

О том, что курсант не затаил дыхание, сложно судить по ритмичному движению дульной части ствола оружия вверх и вниз при прицеливании. Попадания в мишень при этой ошибке разбрасываются преимущественно по вертикали.

С начала обучения следует рекомендовать стрелку затаивать дыхание только на вдохе.

На тренировках без патрона не допускать холостых “выстрелов” (спуска курка) без затаивания дыхания.

Делать отметку каждого выстрела как на стрельбе, так и на тренировках без патрона, для чего стрелок после выстрела должен на какой-то миг остаться неподвижным, продолжая прицеливаться, не переводя дыхание.

### *Слишком рано затаивает дыхания*

Курсант затаивает дыхание до уточнения положения изготовления и до предварительной наводки оружия в цель, вследствие чего увеличивается период задержки дыхания, и непосредственно перед выстрелом положение стрелка становится напряженным, что побуждает его ускорить нажим на спусковой крючок без достаточной обработки выстрела.

Наблюдая за стволом оружия у курсанта, преждевременно затаивающего дыхание, мы не заметим характерного движения оружия в вертикальной плоскости совсем, или это движение заканчивается задолго до выстрела.

На тренировках без патрона и на стрельбах следует проследить, чтобы обучаемый не затаивал дыхание преждевременно. Уточняя свою изготовку и прицеливание, курсант должен свободно дышать.

### *Слишком интенсивная вентиляция легких перед выстрелом*

Перед затаиванием дыхания рекомендуется сделать несколько глубоких вдохов и выдохов, но это нужно сделать спокойно, без напряжения, и вполне достаточно 1-2 раза.

Резкое увеличение газообмена при интенсивном проветривании легких выводит из равновесия обычный дыхательный цикл (может вызвать даже головокружение) и затрудняет координацию движений стрелка.

Следует проследить, чтобы курсант перед затаиванием дыхания при стрельбе и на тренировках без патрона не делал резких и напряженных вдохов и выдохов.

### *Общее напряжение при затаивании дыхания*

Затаивая дыхание, курсант напрягает большую группу мышц грудной клетки, живота, плечевого пояса, шеи, лица и др.

Такое напряженное состояние сковывает стрелка и затрудняет координацию его движений при прицеливании и спуске курка, кроме того, при такой стрельбе стрелок значительно быстрее устает.

О напряженном состоянии курсанта можно судить по напряженному выражению его лица и по короткому выдоху и резкому, глубокому вдоху, которые он обычно делает сейчас же после выстрела.

Обычно такой стрелок дышит не глубоко, но часто.

Не успевая обработать выстрел, он начинает спешить или производит выстрел лишь после неоднократного затаивания дыхания.

Прежде всего следует курсанта направить к врачу, чтобы проверить, не связано ли это с какими-либо болезнями. Необходимо обратить больше внимания на физическую подготовку стрелка и предложить ему ежедневно по утрам выполнять специальные дыхательные упражнения.

## **ОШИБКИ В ПРИЦЕЛИВАНИИ**

При начальной подготовке для наводки оружия на цель используются открытые прицелы.

Целиться рекомендуется, открыв оба глаза, так как при закрывании одного глаза снижается острота зрения другого.

При этом необходимо учесть следующее: если стрелок при стрельбе из автомата целится правым глазом, а направляющий глаз у него левый, то такому стрелку нельзя целиться с двумя открытыми глазами, так как левый глаз, будучи направляющим, станет сбивать прицеливание.

Это не относится к стрельбе из пистолета, так как пистолет можно подвести при изготовке под любой глаз.

Поэтому, прежде чем решить, как лучше целиться стрелку, нужно узнать, какой глаз у него является направляющим.

Это можно сделать следующим образом: курсант смотрит двумя глазами на какой-нибудь отдаленный предмет, поднимает палец руки снизу так, чтобы последний встал против рассматриваемого предмета. Если теперь стрелку закрыть чем-нибудь левый глаз, а палец останется против рассматриваемого предмета, то у курсанта направляющим является правый глаз. Если же при закрытии левого глаза палец отскочит, то направляющим является левый глаз.

Прицеливание курсант должен производить в определенной последовательности.

Прежде всего, ему нужно проверить свою изготовку.

Вначале стрелок делает эту проверку без затаивания дыхания, потом уточняет, задерживая дыхание на короткие периоды.

Затем курсант устанавливает ровную мушку на белом поле мишени, затаив дыхание, подводит ее в точку прицеливания (под черный круг или фигуру мишени).

При прицеливании следует всегда устанавливать только ровную мушку.

Это такое положение мушки в прорези прицела, когда ее вершина находится на уровне с краями прицела и на одинаковом расстоянии от них.

Неоднообразное прицеливание - при каждом выстреле стрелок берет мушку по-разному: то крупную, то мелкую, то придержанную вправо или влево или делает различные комбинированные ошибки. Средняя точка попадания при этом может не перемещаться, но значительно ухудшается кучность стрельбы.

Для предупреждения и исправления указанных ошибок следует повторно объяснить обучаемым сущность и значение ровной мушки, продемонстрировать правильное положение мушки на показной мушке или на прицельном бруске.

Каждую тренировку без патрона следует начинать с наводки оружия по светлой стене или чистому листу бумаги с заданием удержать ровную мушку при спуске курка.

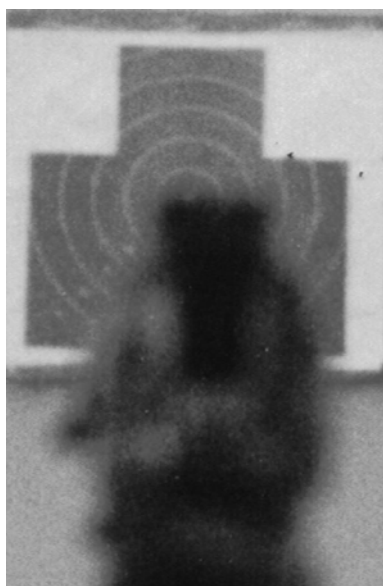
### *Зрение сосредоточено на мишени или мушке*

Глаз не может ясно видеть одновременно далекие и близкие предметы, поэтому, когда курсант сосредоточивает свое зрение на мишени, он хуже видит прицельные приспособления и не может точно фиксировать правильное положение мушки в прорези прицела.

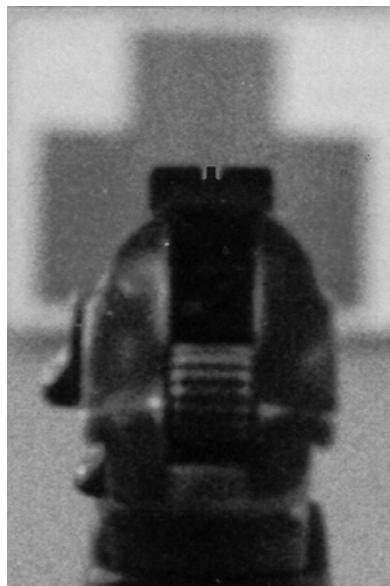
Это ведет к увеличению разброса попаданий и к более быстрому утомлению зрения.

Следовательно, основное внимание курсант должен обращать на правильное положение мушки в прорези прицела, а не на положение ее относительно точки прицеливания. (Рис. 8а).

Эту ошибку можно определить, спросив стрелка, что яснее он видит при выстреле - мишень или мушку в прорези прицела?



а) зрение сосредоточено на мишени



б) зрение сосредоточено на мушке

**Рис. 8**

Если зрение сосредоточено на мушке, то обучаемый не может четко видеть положение мушки относительно прорези целика, это также приводит к ухудшению кучности стрельбы (Рис. 8б).

Целесообразно временно прекратить стрельбу по мишени и перейти на тренировку без патрона и стрельбу по чистому листу бумаги.

При переходе к стрельбе по мишеням перед каждой стрельбой делать несколько выстрелов по чистому листу бумаги.

### *Прищуривание глаз*

Иногда курсант, закрывая левый глаз, одновременно щурит и правый, когда же он пытается хорошо открыть правый глаз, то открывается и левый.

Это значительно усложняет прицеливание.

Если стрелок целится направляющим глазом, то ему следует стрелять, открыв оба глаза, подводя оружие под направляющий глаз.

### *Моргание*

Моргание при выстреле, когда курсант продолжает внимательно целиться, не влияет на результаты стрельбы, но если стрелок при этом прекращает целиться или даже отводит взгляд в сторону, то такое моргание мешает правильно делать отметку выстрела.

Необходимо приучить курсанта, чтобы он независимо от моргания продолжал внимательно целиться, не переводя взгляд.

### *Затягивание прицеливания*

При слишком длительном прицеливании глаз курсанта быстрее устает и хуже различает положение мушки, при этом от долгого задерживания дыхания положение стрелка становится напряженным, а стрельба — неуверенной.

Для исправления этой ошибки необходимо выяснить причины, побуждающие курсанта затягивать прицеливание, и устранить их.

Если не удастся выяснить этих причин, то курсанта следует направить к врачу для проверки его зрения.

Курсант с ослабленным зрением должен стрелять в очках.

Подбираются такие очки, в которых стрелок может ясно видеть мушку, хотя при этом и ухудшится видимость мишени.

Для облегчения прицеливания целесообразно закоптить мушку и прицел.

### **ОШИБКИ В СПУСКЕ КУРКА**

Независимо от спускового механизма оружия основной техники спуска курка является *плавный нажим на спусковой крючок*.

Усилие нажима должно нарастать постепенно (без рывков), но не слишком медленно. Спуск курка при выстреле должен занимать не более 5-6 секунд.

Кроме того, прицеливание и спуск курка взаимосвязаны и должны производиться при выстреле как *единый процесс*. Причем, все внимание стрелка должно быть сосредоточено на прицеливании, спуск же курка должен происходить автоматически, подсознательно.

#### *«Ловля яблока»*

Это наиболее часто встречающаяся ошибка наблюдается не только у начинающих стрелков, но часто бывает и у опытных.

Стремясь спустить курок точно в тот момент, когда ровная мушка совмещится с точкой прицеливания, курсант резко усиливает нажим на спусковой крючок, что приводит к рывку. Он как бы “поддавливает” черное яблоко мишени.

Ошибку эту легко обнаружить, наблюдая за дульной частью ствола оружия, которая непосредственно перед выстрелом резко отходит в сторону.

Для большей наглядности, а также для того, чтобы сам курсант убедился в своей ошибке, преподаватель сам заряжает оружие и незаметно подкладывает холостой (учебный) патрон.

Резкое отклонение ствола оружия при спуске курка (без выстрела) при этом будет служить хорошей иллюстрацией неправильных действий стрелка.

Для того, чтобы курсант научился плавному спуску курка, независимо от колебаний оружия, первые тренировки без патрона, а также стрельбы на первых занятиях проводятся по чистому листу бумаги (без точки прицеливания).

При обнаружении указанной ошибки целесообразно временно прекратить с ним стрельбы по мишени и перейти на тренировку без патрона и на стрельбу по чистому листу бумаги.

На этих занятиях преподаватель должен добиваться, чтобы стрелок уверенно и плавно нажимал на спусковой крючок, независимо от колебаний оружия, удерживая лишь ровную мушку в районе прицеливания, без стремления произвести выстрел в какой-то определенный момент.

### *Поспешный спуск курка*

Курсант слишком торопится при спуске курка, что приводит к преждевременному спуску без достаточной обработки выстрела или к дерганью за спусковой крючок.

При исправлении этой ошибки нужно вначале выяснить причины, побудившие стрелка ускорить спуск курка, и затем принять соответствующие меры к их устранению.

Если преподаватель не сможет точно определить причины, побудившие курсанта спешить и резко нажимать на спусковой курок, то следует предположить наличие наиболее вероятных причин и принять соответствующие меры к их устранению.

Не будет никакого вреда, если преподаватель при этом даже ошибется. Перебирая разные предположения, он, в конце концов, дойдет до истинных причин. В этом случае объясняют курсанту, что мнение преподавателя пока является лишь предположительным.

### *Слишком медленный спуск курка*

Курсант, затягивая спуск курка, вынужден задерживать дыхание на более продолжительное время, а также дольше напрягать зрение при прицеливании, вследствие этого он делает выстрел в менее благоприятных условиях — положение его к моменту выстрела становится напряженным, глаз устает и хуже различает положение мушки.

Кроме того, перерывы для отдыха между отдельными выстрелами становятся короче, и он быстрее устает. Время, затраченное стрелком от начала прицеливания (при затаенном дыхании) до выстрела, не должны быть более 10-12 секунд.

Причины замедленного спуска курка:

- замедленные реакции стрелка;
- отсутствие зазора между пальцами и рукояткой пистолета;
- слишком тугий спуск у оружия;

- одновременная работа других мышц, кроме мышц пальца;
- слишком осторожный спуск;
- отсутствие достаточной тренировки.

### *Ожидание выстрела*

Ожидание выстрела отвлекает курсанта от четкого выполнения прицеливания и спуска курка, держит его нервную систему в напряженном состоянии.

Курсанту кажется, что время идет слишком медленно, и он невольно ускоряет нажим на спусковой крючок, нарушая плавность его спуска.

О том, что курсант ожидает выстрел, можно судить по его напряженному взгляду и сокращению мышц лица, а также потому, как мгновенно исчезают эти явления после выстрела. Иногда курсант при этом прищуривает глаз, которым целится, или начинает закрывать другой глаз. При спуске курка вхолостую при этой ошибке оружие стрелка не остается в спокойном состоянии, а сейчас же уходит в сторону.

Для предупреждения и исправления ошибки следует приучить курсанта при каждом выстреле делать его отметку. Следить за тем, чтобы стрелок после выстрела (спуска курка) на некоторое время (до 1 секунды) оставался неподвижным — не переводил дыхание и продолжал внимательно целиться.

Если стрелок, правильно выполняя все на тренировках без патрона, при стрельбе начинает ожидать выстрел, преподаватель сам заряжает оружие, подкладывая то холостой, то боевой патроны, делая это так, чтобы курсант не знал, каким патроном заряжено его оружие при очередном выстреле.

### *Одновременная работа других групп мышц*

При нажиме на спусковой крючок курсант, кроме мышц указательного пальца, одновременно сокращает и другие группы мышц - остальных пальцев, руки и плечевого пояса. Изготовка стрелка становится более напряженной, изменяется хватка оружия, правильная наводка в цель сбивается, ему приходится дополнительно уточнять прицеливание, что приводит к задержке спуска курка.

Об этой ошибке можно судить по значительному и постоянному отклонению средней точки попадания вниз.

Причины ошибки:

- плохая координация движений стрелка;
- слабое развитие его тормозных реакций;
- рассеянность и неумение сосредоточиться на определенных действиях.

Следует уделять больше внимания физической подготовке курсанта. Целесообразно периодически проводить тренировку без патрона.

### *Слишком быстрое отведение пальца после выстрела*

При выстреле стрелок мгновенно отводит палец вперед. Движение пальца может начаться до окончания процесса выстрела - когда курсант только почувствует срыв с шептала боевого взвода курка.

Это приводит к поддерживанию спускового крючка и мешает правильно делать отметку выстрела.

Следовательно, при этой ошибке курсант не завершает до конца процесс выстрела, оружие может смещаться до вылета пули из канала ствола, что ведет к ухудшению кучности стрельбы.

Причины этой ошибки:

- поспешность при спуске курка;
- ожидание выстрела;
- «ловля яблока»;
- слабое развитие тормозных реакций стрелка;
- повышенное эмоциональное состояние стрелка.

Необходимо следить на занятиях за тем, чтобы курсант после выстрела (спуска курка) задерживал палец на некоторое время в заднем положении. Однако следует следить и за тем, чтобы стрелок не перешел к другой крайности - долгой задержке пальца в заднем положении после выстрела.

#### *Отсутствие зазора между пальцами и рукояткой пистолета*

При нажиме на спусковой крючок курсант одновременно зажимает рукоятку пистолета, что утяжеляет спуск, а также сдвигает в сторону оружие.

Необходимо следить, чтобы при спуске курка оставался зазор между пальцем, нажимающим на спусковой крючок и рукояткой пистолета.

#### *Длительная задержка пальца в заднем положении после выстрела*

Курсант слишком долго задерживает палец на спусковом крючке в заднем положении после выстрела.

Это не влияет на результаты при спокойной стрельбе, но значительно усложняет освоение техники скоростных стрельб.

Причины этой ошибки:

- обдумывание стрелком своих действий и определение возможных результатов на основании отметки выстрела;
- замедленная реакция стрелка;
- слабое управление тормозными реакциями.

#### *Слишком осторожный спуск*

Слишком осторожный и неуверенный нажим на спусковой крючок является одной из причин затягивания процесса спуска курка.

Курсант, стремясь как можно более плавно спустить курок и боясь произвести плохой выстрел, слишком медленно усиливает нажим на спусковой крючок.

Уделяя большое внимание спуску курка, стрелок ослабляет контроль за прицеливанием и упускает благоприятные моменты для выстрела, что еще больше задерживает движение пальца.

Для предупреждения и исправления этой ошибки необходимо путем настойчивой тренировки без патрона по тренировочной мишени, а также периодической стрельбы по чистому листу бумаги привить стрелку навыки плавного, но уверенного спуска курка, как бы автоматически, подсознательно.

При дальнейшем совершенствовании стрелок может допустить и ряд других ошибок, связанных с выполнением более сложных упражнений, но, получив хорошую начальную подготовку, он будет делать меньше этих ошибок, и их легче будет исправить.

Поэтому в начальной подготовке особое внимание следует обратить на предупреждение и своевременное исправление возможных ошибок курсанта.

В целях успешного овладения техникой стрельбы необходимо отработать каждый прием отдельно в той последовательности, в какой они рекомендованы. Освоить вначале изготовку, затем прицеливание, задержку дыхания и, наконец, спуск курка. После этого продолжать тренировку в комплексе, контролируя выполнение каждого приема.

Как можно больше работать с учебным оружием, освоить и закрепить эти приемы с тем, чтобы они выполнялись почти автоматически. Это необходимо для того, чтобы при боевой стрельбе меньше уделять им внимания, т.к. боязнь выстрела некоторое время сковывает действия начинающего стрелка. Если навыки в выполнении действий хорошо отработаны и закреплены с учебным оружием, то психологический барьер боязни выстрела будет преодолен быстрее, а отсюда улучшатся и результаты стрельбы.

Важным средством, формирующим уверенность в обращении с оружием, способствующим преодолению боязни оружия, является твердое знание материальной части оружия, теории стрельбы и точное выполнение приемов и правил стрельбы.

### **ИСПРАВЛЕНИЕ ОШИБОК СТРЕЛКА**

Для предупреждения возможного появления у курсанта ошибок в технике стрельбы следует строго руководствоваться организационно-методическими указаниями.

Учитывая, что незамеченные ошибки начинающего стрелка могут стать для него вредными навыками, руководитель стрельб должен сам проверить каждого сотрудника на тренировке без патрона, а на первых стрельбах проследить за каждым выстрелом.

При осмотре мишеней руководитель стрельб должен проанализировать с каждым курсантом его результат, разъяснить ему, почему могли получиться те или другие отклонения пули, и дать указание на то, как исправить замеченные ошибки.

Руководитель стрельб должен очень осторожно относиться к своим выводам и не говорить о них стрелку, пока не убедится сам при неоднократной проверке в их правильности.

Поспешное заключение, оказавшись неправильным, дезориентирует курсанта и снижает авторитет преподавателя.

Исправляя замеченные ошибки, руководитель должен установить причины, побуждающие стрелка к этим ошибкам, так как без устранения причины, вызывающей определенную ошибку, нельзя исправить и саму ошибку.

## **7. ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА К СТРЕЛЬБЕ ИЗ ПИСТОЛЕТА.**

Одним из важных элементов профессиональной подготовки сотрудников органов внутренних дел, независимо от того, в какой службе протекает деятельность, является его огневая выучка, т.е. способность выполнять различного рода служебные задачи, связанные с применением оружия. Не принижая значения и роли традиционных методов огневой подготовки, следует все же отметить, что сложность выполнения упражнений, предусмотренных курсом стрельб, особенно из пистолета Макарова, требует сегодня новых более совершенных форм и методов обучения сотрудников органов внутренних дел.

Наиболее слабым местом, своего рода «ахиллесовой пятой» в методике обучения стрельбе, является слабая психологическая подготовка. Существующие формы и методы обучения еще недостаточно уделяют внимания этому важному вопросу.

Стреляя из пистолета, человек несет большую эмоциональную нагрузку.

Однако эти явления не всегда учитываются при обучении сотрудников, а это значит, что даже хорошие знания вопросов огневой подготовки могут сводиться на нет.

Как показывают исследования, во время стрельбы из личного оружия у лиц с неподготовленной для этого нервной системой результаты стрельбы чаще всего бывают неудовлетворительные.

Характерно, что отрицательные психологические явления в значительно меньшей мере проявляются при стрельбе из малокалиберного оружия и в большей степени при ведении огня из пистолета Макарова (ПМ).

Этот факт и подтверждает, что не учитывать психическое состояние человека при стрельбе нельзя. Как показывает опыт для управления своим психическим состоянием обучаемому необходимо значительное накопление опыта волевого поведения в условиях практической стрельбы, т.е. нужна определенная психологическая подготовка.

Еще А.С.Макаренко признавал, что в процессе учебы необходимо создавать такую цепь упражнений, цепь трудностей, которые бы формировали нужную волевою направленность воспитания личности. Нужна, следовательно, целенаправленная подготовка к действиям, которая соответствовала бы реальной обстановке.

Из всего сказанного вытекает вывод: для стрельбы из пистолета Макарова обучаемых необходимо готовить в волевом отношении так, чтобы стрелок был способен управлять своим поведением.

С этой целью на занятиях при подготовке к стрельбе следует создавать обстановку психологически приближенную к той, в условиях которой ему приходится выполнять упражнения из пистолета Макарова в тире или применять оружие при выполнении различного рода служебных задач.

Важным в этом плане является эмоциональный настрой обучаемого, отвлекающий его внимание от объектов, вызывающих страх.

Доказано, что страх парализует прежде всего наиболее тонкие и сложные функции психики: мышления, памяти, представления, снижает скорость реакции, сообразительность и т. д.

У недостаточно обученных курсантов страх перед выстрелом заряженным оружием, возможными последствиями при неумелом обращении с ним сковывает все их действия. Поэтому, одной из важных форм обучения, которые привели бы обучаемого к правильным действиям в данной ситуации, является отработка на тренировках приемов владения оружием до автоматизма. Сам этот факт во-первых повышает безопасность стрельбы, во-вторых, успокаивающе действует на обучаемого.

Опыт показывает, что у необученного курсанта, после того, как он взял заряженный пистолет в руки, иногда существенно меняется общее состояние.

Это приводит к тому, что психологические и физические процессы так сказываются на работе мышц и двигательного аппарата стрелка, что оружие начинает сильно колебаться, от сознания потери устойчивости изготовления еще больше нарушается координация. Все это затем сказывается на то, что стрелок чрезвычайно неуверенно нажимает на спусковой крючок, причем обычно не попадая, когда благоприятный момент для производства выстрела уже упущен и «ровная мушка» находится где-то в стороне от района прицеливания.

Нерешительность и скованность в движениях приводят к тому, что стрелок теряет способность плавно нажимать на спусковой крючок: движение указательного пальца при нажатии становится порывистым, судорожным.

При снижении способности координации движений во время стрельбы появляется обманчивое чувство, будто натяжение спуска неимоверно возросло,

указательный палец перестает повиноваться, теряется чувство времени, возникает боязнь нехватки времени на выполнение упражнения.

Бороться со всеми этими явлениями рекомендуется разными путями.

Важным является слово преподавателя. Правильный подход к обучаемому во время тренировки и в ходе стрельбы, глубокий анализ допущенных ошибок, вселение в обучаемого уверенности в положительный результат обучения, эмоциональный контакт с ним могут сыграть определенную роль в подготовке хорошего стрелка. Трудно поддающимся в психологическом отношении обучению курсантам для борьбы со страхом целесообразно рекомендовать специальные мыслительные тренировки. С этой целью он должен мысленно проделать все до мельчайшей подробности действия, применяемые в ходе стрельбы. Например, мысленно направлять пистолет в сторону мишени.

Глаза опущены, проверяется устойчивость ног. Мысленно охватывается состояние каждой мышцы. Внушить себе, что предыдущий выстрел был неважный, но об этом надо забыть. Главное сейчас - сделать очередной хороший, хотя попасть и не обязательно в десять. Необходимо все сделать правильно. Рука находится в устойчивом положении. Теперь можно посмотреть, что с прицелом, затем выравнивается мушка в целике, начинается спуск и т. д.

С основной же массой лиц, результаты стрельбы которых во многом определяются психологическими факторами, необходимо проводить большую кропотливую работу. Важным здесь являются желание стрелка пересилить в себе страх, волнение, выработать высокие волевые качества.

При условии, когда курсант хорошо выполняет упражнение эпизодически, а его психическое состояние влияет на стрельбу в каких-то конкретных ситуациях, преподаватель может дать ему отдельные советы, которые смогут привести стреляющего в спокойное состояние.

Вот некоторые из них:

Перед стрельбой необходимо сделать небольшую разминку в виде быстрой ходьбы или даже непродолжительного бега в замедленном темпе.

Если стрелок сильно волнуется в ожидании стрельбы, ему не следует сидеть на месте, а надо заняться какой-либо работой.

На огневом рубеже до подачи команды «Огонь» нужно мысленно отвлекаться от конкретных действий путем воспоминания того, что по своей значимости является более важным, чем происходящие события или по сравнению с которыми данная ничего не значит (образное представление важных событий, воскрешение в памяти интересных эпизодов и т. д.).

Для подавления волнения и отвлечения мыслей от предстоящего выстрела полезно вести ритмичную стрельбу, т.е. производить выстрел через равные промежутки времени.

Нужно уметь также заставить себя задержаться с производством выстрела, когда нет уверенности в точном прицеливании.

При появлении нерешительности в стрельбе следует разрядить оружие и потренироваться в наводке пистолета в цель без стрельбы.

Особенно напряжение стрелка возрастает, когда за его спиной корректируют или отмечают результаты его стрельбы. Преподаватель не должен допускать этого.

Организуя занятие с группой, преподаватель должен иметь в виду, что определенное влияние на психическое состояние обучаемых перед стрельбой оказывает общий настрой курсантов на данное занятие.

Важно, чтобы преподаватель настроил группу на успешное решение предстоящей задачи, сумел разжечь дух соревнования и создал обстановку уверенности слушателей в свои силы.

И, наконец, несколько методических советов преподавателю о психологических аспектах обучения, которые необходимо учитывать при организации и проведении стрельб:

- курсант, выполнивший упражнение на оценку «неудовлетворительно», не сможет быть допущен к повторному упражнению на том же занятии;
- работа с отстающими не должна быть по времени большей, чем с успевающими;
- однообразная тренировка с прицеливанием быстро утомляет и притупляет внимание стрелка, что приводит к небрежности в его работе и возникновению ошибок, которых сам стрелок не замечает и не исправляет;
- незамеченные ошибки начинающего стрелка могут стать для него отрицательными навыками;
- руководитель должен очень осторожно относиться к своим выводам о способностях стрелка и советам по устранению ошибок.

Необходима неоднократная проверка правильности своего мнения (поспешность снижает авторитет преподавателя). На зачетных стрельбах руководитель не должен вмешиваться в действия стрелка. В период обучения курсантов стрельбе из пистолета, преподаватель во время занятий и в ходе бесед говорит им как лучше и увереннее подготовиться к стрельбе, как можно стать хорошим стрелком. Давая советы и отвечая на вопросы, преподаватель должен сказать, что хорошая стрельба зависит только от знаний и умений всего комплекса огневой подготовки.

Чтобы стать действительно хорошим стрелком, способным показывать отличные и стабильные результаты, необходимо предусмотреть тренировки:

- физические;
- технические;
- морально-волевые;
- психологические.

Таким образом, только комплексный подход к обучению курсанта сможет решить психологический аспект его подготовки к уверенной и меткой стрельбе из табельного оружия.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Как уже говорилось, огневая подготовка в настоящее время стала одной из важнейших сторон готовности сотрудника милиции к профессиональной деятельности. Вопросы ее совершенствования ставит сама жизнь. На решение этих вопросов и направлено данное учебно-методическое пособие.

Основной задачей современной методики огневой подготовки курсантов на начальном этапе обучения является методически грамотное обучение стрельбе из боевого оружия, не взирая на индивидуальные особенности и способности обучаемых.

Начальный этап обучения является базовым и на этом этапе необходимо дать курсантам первоначальные навыки в обращении с оружием, а в связи с тем, что табельным оружием сотрудников ОВД является пистолет, поэтому в данной методике рассматриваются вопросы обучения курсантов стрельбе из пистолета. В методике также уделяется внимание психологической подготовке.

Данная методика имеет целью синтезировать опыт коллектива преподавателей кафедры в обучении огневой подготовке, поэтому она не может существовать без уточнений дополнений и изменений, которые возникают в результате поисков каждого преподавателя наиболее оптимальных форм, средств и методов обучения.

Преподавателю следует иметь ввиду, что от того какой уровень знаний, умений и навыков техники стрельбы за неограниченное время получают курсанты на начальном этапе обучения зависит их дальнейшее совершенствование. Следовательно, недостатки в работе преподавателя окажут значительное влияние на качество подготовки курсанта во владении оружием в целом. В связи с этим, преподаватель обязан всемерно наращивать свою педагогическую квалификацию и совершенствовать качество проводимых занятий.

Успех обучения во многом зависит от степени доверия обучаемых к преподавателю, от того, как сам преподаватель умеет делать то, чему учит других. Таким образом, для того, чтобы преподаватель мог на высоком педагогическом уровне научить курсантов техники стрельбы он должен сам отлично стрелять, знать методику преподавания дисциплины, а также психологическую подготовку.

Предлагаемая организация и методика проведения занятий по огневой подготовке поможет курсантам быстрее овладеть техникой стрельбы из пистолета Макарова.

## ЛИТЕРАТУРА

Закон Российской Федерации «О милиции» от 18 апреля 1991 г. (с изменениями и дополнениями от 18.02.93 г. № 4510-1; от 01.07.93 г. № 5304-1; от 15.06.96 г. № 73-ФЗ; от 31.03.99 г. № 68-ФЗ; от 06.12.99 г. № 209-ФЗ; от 25.07.00 г. № 105-ФЗ; от 07.11.00 г. № 135-ФЗ; от 29.12.00 г. № 163-ФЗ).

Федеральный закон РФ от 13 декабря 1996 г. «Об оружии» № 150-ФЗ (в редакции Закона от 25.06.02 г. № 70-ФЗ).

Приказ МВД России от 11 сентября 2000 г. № 955 «Об утверждении Наставления по огневой подготовке в органах внутренних дел Российской Федерации» (в редакции приказа МВД России от 20 мая 2003 г. № 340).

Концепция совершенствования профессиональной подготовки кадров в органах внутренних дел.

Торопов В.А. Огневая подготовка. Учебник. Под общ. ред. В.П. Сальникова. – СПб.: Санкт-Петербургский университет МВД России, 2004.

И. А. Дворяк. Огневая (стрелковая) подготовка работников органов внутренних дел: Учебник. – М.: ЦОКР МВД России, 2005.

Наставления по стрелковому делу. М., Воениздат, 1985.

Пулевая спортивная стрельба. А.А. Юрьев., М., «ФиС»-1973 г.

Торопов В.А. Учись владеть пистолетом в реальных условиях. Учебное пособие/под общ. ред. В.А. Щеголева. – М: Объединенная редакция МВД России, (Серия «Человек и право»), 2003.

Щипин А.И., Ковшов Н.В., Шестопалова Е.В., Дьякова Е.Ю. Огневая подготовка в органах внутренних дел: Учебно-методическое пособие. Издание 2-е, исправленное и дополненное. – М: Московский университет МВД России, Издательство «Щит – М», 2005.

Начальная подготовка в стрельбе из ПМ. Тарасов С.Г. Учебное пособие, Н.Новгород, 2004.

Щеголев С.Г. Пистолет Макарова. Учебно-методическое пособие. – Орел: ОрЮИ МВД России, 2009.

Меры безопасности при обращении с оружием. Учебно-методические рекомендации. – Орел: ОрЮИ МВД России, 2008.

Дурнев А.И. Краткий словарь по дисциплине «Огневая подготовка». - Орел, ОрЮИ МВД России, 2006 г.

Дурнев А.И., Меньшиков Д.В. Виды изготовок при стрельбе из пистолета и автомата. Методические рекомендации. – Орел: ОрЮИ МВД России, 2003.

## СОДЕРЖАНИЕ

Введение	3 – 4 стр.
1. Организация начальной подготовки	5 – 7 стр.
2. Организация и методика проведения занятий по огневой подготовке	7 – 10 стр.
3. Тренировка без патрона	11 – 13 стр.
4. От малокалиберного пистолета - к табельному оружию	13 – 14 стр.
5. Техника стрельбы из пистолета	
Изготовки для стрельбы стоя	15 – 17 стр.
Хватка пистолета	17 – 20 стр.
Дыхание	20 стр.
Прицеливание	20 – 22 стр.
Спуск курка	22 – 23 стр.
6. Ошибки начинающего стрелка	
Ошибки в дыхании	23 – 25 стр.
Ошибки в прицеливании	25 – 28 стр.
Ошибки в спуске курка	28 – 32 стр.
Исправление ошибок	32 – 33 стр.
7. Психологическая подготовка к стрельбе из пистолета	33 – 36 стр.
Заключение	37 стр.
Литература	38 стр.
Содержание	39 стр.

**Учебно-методическое пособие**

Огневая подготовка

Подготовка начинающего стрелка

*Составители:*

**Дурнев Алексей Иванович;**

**Щеголев Сергей Григорьевич;**

**Переплетов Алексей Михайлович**

Свидетельство о государственной аккредитации

Рег. № 0440 от 22.12.06 г.

Подписано в печать «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2009 г. Формат 60x90<sup>1</sup>/<sub>16</sub>.

Учет - изд.л. - \_\_\_\_\_. Тираж \_\_\_\_\_. Заказ № \_\_\_\_\_.

Орловский юридический институт МВД РФ.

302027, Орел, Игнатова, 2.