

Краснодарский университет МВД России

А. И. Давиденко
А. А. Якоб

ОСНОВЫ ТЕХНИКИ СТРЕЛЬБЫ ИЗ ПИСТОЛЕТА

Учебно-методическое пособие

Краснодар
2019

УДК 623.55
ББК 68.512
Д13

Одобрено
редакционно-издательским советом
Краснодарского университета
МВД России

Рецензенты:

Д. И. Ураков, кандидат юридических наук (Нижегородская академия
МВД России);

С. В. Сериков (Главное управление МВД России по Краснодарскому
краю).

Давиденко А. И.

Д13 Основы техники стрельбы из пистолета : учебно-методическое
пособие / А. И. Давиденко, А. А. Якоб. – Краснодар : Краснодарский
университет МВД России, 2019. – 92 с.

ISBN 978-5-9266-1523-1

Рассматриваются вопросы методики обучения медленной и скоростной стрельбе из пистолета. Подробно раскрыта техника производства основных элементов выстрела и их особенности при стрельбе в неограниченное время и скоростной стрельбе. Особое внимание уделено ошибкам при стрельбе и способам их устранения, даны рекомендации по организации занятий по огневой подготовке.

Для курсантов, слушателей образовательных организаций МВД России, сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации.

УДК 623.55
ББК 68.512

ISBN 978-5-9266-1523-1

© Краснодарский университет
МВД России, 2019
© Давиденко А. И., Якоб А. А., 2019

Введение

Огневая подготовка является составной частью боевой подготовки и представляет собой систему мероприятий, направленных на усвоение личным составом теоретических знаний, формирование умений и навыков, необходимых для уверенного владения оружием при выполнении оперативно-служебных задач.

Подготовка начинающего стрелка начинается с привития основных навыков по технике стрельбы и выработке необходимых психофизических качеств. Подготовка квалифицированного стрелка направлена на совершенствование ранее наработанных навыков, которые позволяют увеличить показатели в скоростной стрельбе. Именно они требуют большей концентрации внимания и повышенной координации движений, которые необходимы для принятия решений на поражение цели.

Главным критерием в оценке огневой подготовленности сотрудника должен стать факт умелого и безопасного обращения с оружием и ведения скоростного прицельного огня на различных расстояниях. Этого можно достичь, лишь владея правильной техникой стрельбы.

Техника стрельбы из пистолета складывается из пяти основных элементов; изготовки, хватки, прицеливания, спуска, регуляции дыхания. Это звенья той цепи, которые взаимосвязаны, взаимообусловлены и осуществляются во взаимодействии друг с другом, и выпадение одного из них в подготовке стрелка просто недопустимо. Техника выполнения каждого из этих элементов различается в зависимости от характера ведения огня. Тренировка этих элементов нуждается в многократном повторении и систематическом контроле.

Основой стрельбы является техника выполнения одного точного выстрела без учета времени с обязательным анализом проведенной работы. Только при выполнении данного условия можно говорить о качестве стрельбы и росте стрелкового мастерства.

В пособии рассматривается стрелковая техника, позволяющая точно производить одиночный выстрел без учета времени, сдвоенные выстрелы при ведении скоростного огня и методика обучения этим элементам. В работе анализируется техника умелого обращения с оружием, а так же характерные ошибки при стрельбе и способы их устранения.

Глава 1. Основные технические элементы выстрела

1.1. Понятие меткого выстрела

Меткий выстрел, это такой выстрел при котором достигается поставленная цель стрелка, это результат тренировок и владения техникой стрельбы на высоком уровне. Способность стрелка все выстрелы производить метко является критерием его мастерства, то есть совокупность идеального производства техники стрельбы и высокой стрессовой устойчивости личности самого стрелка.

Техника производства меткого выстрела складывается из техник пяти элементов выстрела это - изготовка, хватка, прицеливание, спуска курка и техника дыхания.

Но мало только воспроизвести элементы стрельбы, необходимо выполнить их в соответствии с характером ведения огня, в обстановке эмоционального напряжения и внезапно возникающих сбивающих факторов.

В связи с этим начинающие стрелки либо сотрудники ОВД впервые осваивающие стрелковую технику, должны иметь понятия о правильном прицельном выстреле, знать элементы техники выстрела, понимать важность воспроизводства их согласовано и однообразно.

Базой стрелковой техники является понятие и производство одного прицельного выстрела из классической изготовки, стоя с руки на расстоянии 25 метров без учета времени. Это неоспоримые, физиологически обоснованные условия для выработки правильного представления и производства выстрела.

Техника стрельбы состоит из тонко координационной и статической нагрузки при большом эмоциональном напряжении. Ограниченность ее в физических движениях, делает технику на первый взгляд простой и легко воспроизводимой работой, но это ни так. Результат на мишени, это результат внутренней борьбы стрелка с самим собой, присущее этому виду деятельности возбуждение, всплеск адреналина гасится только усилием воли, самообладанием и психофизическими свойствами личности.

Стрельба характеризуется малым набором простых физических движений, статической нагрузкой умеренной мощности и большой психологической нагрузкой. Необходимо хорошо владеть всеми элементами выстрела, но выполнить их как одно целое очень сложно на фоне внутренней эмоциональной нестабильности психологических процессов и внешних объективных раздражителей в виде громкого звука от выстрела, отдачи оружия и др.

Поэтому с начинающим стрелком важно проводить постоянную психологическую работу, выдвигая перед ним сначала несложные задачи и оценивать отдельно все элементы выстрела.

Первым делом стрелок принимает изготовку, которая должна обеспечивать неподвижность оружия, придать наибольшую степень устойчивости всей системе «стрелок-оружие». При этом оружие удерживаемое в руке контролируется правильной хваткой. Элементы прицеливания и обработка спуска курка выполняется согласованно, одновременно с задержкой дыхания, так чтобы выстрел пришелся на фазу наименьшего колебания оружия, без смещения прицельных приспособлений.

Рассматривая важность каждого элемента техники выстрела, необходимо заметить, что все элементы очень значимы, но доля каждого элемента при производстве меткого выстрела имеет разное соотношение (рис. 1).

Наличие ошибок в каждом элементе выстрела влияют на результат стрельбы, но это влияние распределяется не одинаково. Основные ошибки в технике стрельбы приходятся на спуск курка, соответственно и при формировании техники стрельбы этому элементу необходимо уделять больше времени и внимания.

Технические элементы выстрела представлены на рисунке 2.

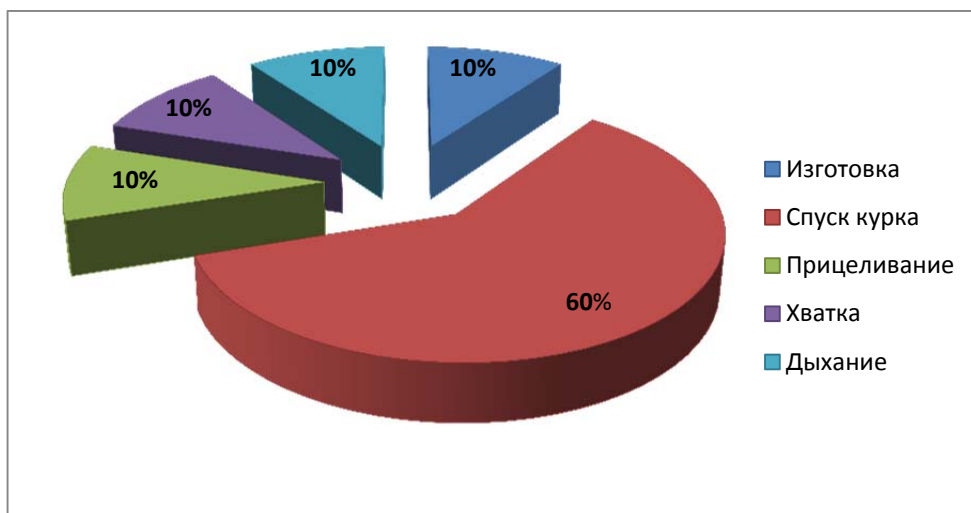


Рис. 1. Соотношение влияния ошибок в технических элементах выстрела на результат стрельбы



Рис. 2. Технические элементы выстрела

1.2. Изготовка. Виды изготовок

Для начинающих стрелков важно обозначить те основные моменты в изготовке, которые неоспоримы и постоянно должны контролироваться не только тренером, преподавателем, но и самим стрелком в процессе выполнения упражнения. Каждый стрелок имеет индивидуальные особенности в строении мышц, скелета и в целом организма, поэтому это очень важно учитывать при изучении и выработки изготовки для стрельбы как медленной, так и скоростной. Более опытные стрелки должны самостоятельно подбирать оптимальный для себя вариант изготовки, основываясь на личном опыте, новых тенденциях в стрелковом спорте и классическому подходу.

Несмотря на изобилие возможных вариантов с частными отличиями в деталях, изготовка должна обеспечивать:

- устойчивое положение системы «стрелок и оружие»;
- равновесие системы с включением в работу наименьшего числа мышц и их оптимальное напряжение;
- благоприятные условия для функционирования органов чувств, в первую очередь зрения и вестибулярного аппарата, а так же правильного кровообращения внутренних органов.

Вопросы изготовки необходимо рассматривать подробно, с одной стороны это важная составляющая часть техники стрельбы, но необходимо понимать, что ее роль при производстве меткого выстрела не стоит переоценивать, поскольку она имеет индивидуальный характер.

1.2.1. Изготовка стоя

«Классическая» изготовка с одной руки.

Рассмотрим классическую изготовку для стрельбы из пистолета стоя с руки (рис. 3).

Сложность данной изготовки заключается в том, что оружие приходится удерживать на весу, в свободно вытянутой руке и нажатие на спусковой крючок производится указательным пальцем той же руки.



Рис. 3. «Классическая» изготовка с одной руки

Данная изготовка принимается следующим образом:

1. Стрелок располагается на линии огня напротив своей мишени, правым боком (для правши).
2. Ноги расставлены врозь, стопы параллельно, носки слегка развернуты наружу, вес тела распределен на обе ноги равномерно.
3. Правая рука (для правши), удерживающая оружие, полностью распрямлена и направлена в сторону мишени.
4. Левая рука на поясе или в кармане одежды (зацеплена за ремень) и расслаблена, плечо расслабленно.
5. Верхняя часть туловища несколько отклонена назад, компенсируя вес оружия, удерживаемого вытянутой рукой, либо остается ровной.
6. Голова повернута в сторону вытянутой руки (мишени), шея не напряжена.

Важно, чтобы поза изготовки стала привычной, не отвлекала внимания, не нуждалась в воздействии волевых и чрезмерных мышечных усилий.

Поэтому в поисках наиболее удобной и устойчивой изгот-вки в целом стрелок должен руководствоваться следующим:

1. В работе должно участвовать как можно меньше мышц.
2. В работу включены наиболее мощные группы мышц.
3. Мышцы должны закреплять все суставы, обеспечивая не-подвижность и жесткость.

4. Закрепление мышечных групп не должно мешать мыш-цам, выполняющим изолированную работу мышц-сгибателей указательного пальца при нажатии на спусковой крючок.

Устойчивость изготвки в целом в значительной мере зави-сит от правильного взаиморасположения опорных поверхностей тела – стоп обеих ног. При этом следует становиться правым бо-ком (правши) к цели с небольшим углом разворота тела вправо по отношению к плоскости стрельбы. Общий центр тяжести распола-гается примерно посередине площади опоры тела (рис. 4).

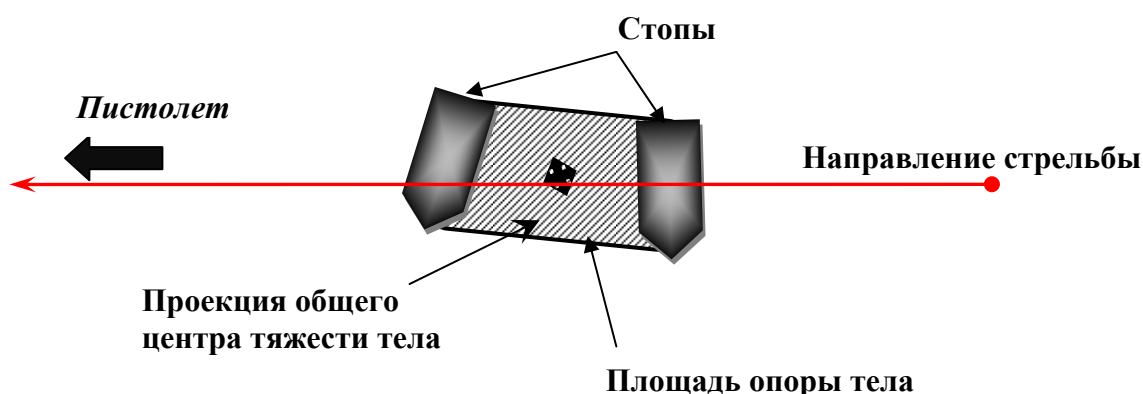


Рис. 4. Площадь опоры тела и положение пистолета при «классической» изготвке

Изготвка должна быть удобной и однообразной. При полно-стью выпрямленной руке выдерживается постоянное, одинаковое расстояние между глазом стрелка и прицельными приспособлени-ями, то есть созданием условий для однообразного прицеливания.

Выпрямленная рука значительно лучше и однообразнее ока-зывает сопротивление отдаче оружия, благодаря чему угол выле-та при отдаче становится более стабильным, это не разрушает из-готвку. Особое внимание надо уделять закреплению всех суста-вов, расслабление мышц, закрепляющих сустав в процессе

стрельбы, ведет к сильному отклонению пробоин на мишени и к промахам. Особенно это сказывается на угловом отклонении оружия при расслаблении лучезапястного сустава во время нажатия на спусковой крючок.

Необходимо помнить, что пистолет в руке должен являться ее продолжением, а не отдельной частью.

Данный вид изготовления используется на первоначальном этапе обучения стрельбе, а так же применяется опытными стрелками при медленной стрельбе, которая требует показа высоких результатов. Из этой подготовки проще вести прицельный огонь, особенно если расстояния до цели классическое 25 м или более. В данном случае прицельные приспособления выглядят меньше размером (дальше от глаза), чем при двуручной изготовке и процесс прицеливания упрощается.

Плюсы и минусы изготовления.

Из положительных моментов можно выделить:

1. Предназначена для медленной стрельбы.
2. Физиологически обоснованна как единственный способ для становления начальной техники стрельбы.
3. Формирует правильное восприятие работы стрелка во время выстрела.
4. Вырабатывает психологическую устойчивость стрелка, способность бороться с самим собой на огневом рубеже.
5. Применяется в боевых условиях для стрельбы из-за укрытия.
6. Минимальные материально-технические затраты на обучение.

Недостатками данной изготовления могут служить:

1. Не предназначена для ведения скоростного огня.
2. Монотонность, длительность в обучении и большие затраты физической силы для совершенствования стрелка-спортсмена.

Изготовка с двух рук (двуручная изготовка)

Если классическая изготовка с одной руки используется в основном для точного ведения огня, то двуручная изготовка для ведения скоростного огня на коротких расстояниях. Но использо-

вание ее для точной стрельбы возможно при наличии опыта у стрелка.

Видов данной изготровки множество, в зависимости от характера ведения скоростного огня могут использоваться различные ее варианты, пример изготровка Вивера («Weaver»), фронтальная, изготровка для практической стрельбы и др.

Изготровка Вивера «Weaver»

В 50-е годы 20 века в США были популярны соревнования по скоростному выхватыванию пистолета из кобуры и поражении цели «от бедра». Так заместитель шерифа Джек Вивер начал выигрывать все состязания, используя изготровку с двух рук, где приходилось выносить оружие на уровень глаз. По времени первый выстрел уступал выстрелам, произведенным от бедра, но по общему количеству попаданий выигрывал. Со временем эта изготровка претерпела некоторые изменения и так же имеет индивидуальные особенности.

Суть его изготровки в следующем (для правши):

1. Тело стрелка располагается по отношению к направлению стрельбы полу боком (рис. 5, 6).
2. Ноги врозь, стопы параллельно друг другу, носки немного разведены врозь, правая нога на расстоянии ступи позади левой.
3. Правая рука с пистолетом выпрямлена в локтевом суставе, левая полусогнута, участвует в хватке (рис.7).
4. Правая рука стремиться разогнуться, а левая притягивает правую руку с пистолетом к корпусу туловища.

При такой изготровке, положении рук похоже на треугольник, отсюда изготровка становится жесткой и закрепощенной. Противодействие сил рук, дает возможность пистолету быстрее вернуться в исходное положение после отдачи от выстрела.

Данную изготровку можно и нужно изучать на раннем этапе тренировок, как медленной стрельбы, так и скоростной.



Рис. 5. Изготовка Вивера «Weaver»

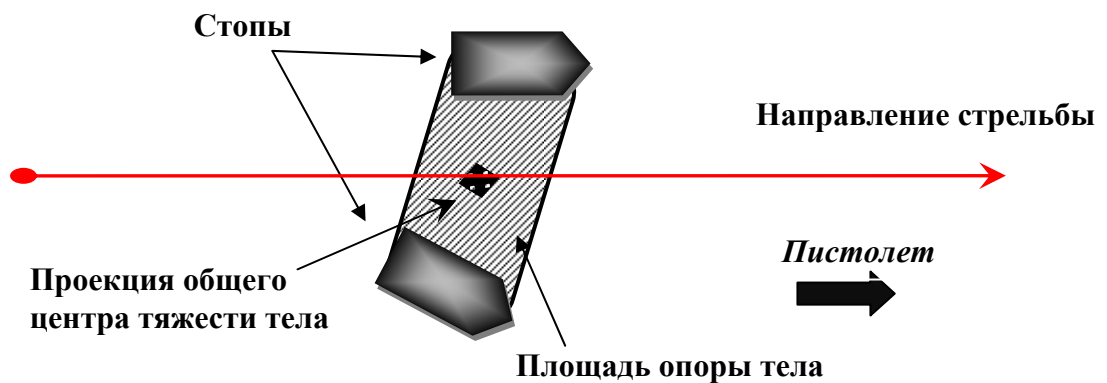


Рис. 6. Площадь опоры тела и положение пистолета при изготовке Вивера

Плюсы и минусы изготовки

Из положительных моментов можно выделить:

1. Предназначена для скоростной стрельбы в статическом положении.
2. Применяется для скоростной стрельбы более опытными стрелками и развитой мускулатурой.

Недостатками данной изготровки могут служить:

1. Не предназначена для ведения скоростного огня с передвижениями и стрельбы в движении.
2. Необходим постоянный контроль равномерности усилия прикладываемого обеими руками.
3. Сложно контролировать ошибки при нажатии на спусковой крючок при сильном закреплении рук.



Рис. 7. Действие сил рук при изготровке Вивера:
1 – действие силы руки с оружием;
2 – действие силы руки без оружия.

Фронтальная изготровка

Эта изготровка характеризуется более фронтальным разворотом в сторону мишени.

Для принятия данной изготровки необходимо:

1. Тело стрелка располагается фронтально на линии огневого рубежа, перпендикулярно к направлению стрельбы.
2. Ноги врозь, стопы параллельно друг другу, носки на одной линии, разведены в стороны, центр тяжести тела выносится немного вперед (рис. 9).
3. Правая рука с пистолетом и левая рука выпрямлены в локтевом суставе и жестко закреплены в «равнобедренный треугольник», кисти рук формируют двуручный хват (рис. 8).

Используют такую изготровку стрелки на начальном этапе обучения и люди с индивидуальными особенностями скелетно-мышечного корсета, зачастую с большой массой тела, так как для других она сложна в управлении после выстрела.



Рис. 8. Фронтальная изготровка

Недостаток этой изготровки заключается в том, при отдаче оружия происходит смещение центра тяжести тела стрелка назад за площадь опоры. Отсюда вся система «стрелок-оружие» опрокидывается назад и возвращение ее в исходное положение производится дольше.

Плюсы и минусы изготровки

1. Предназначена для медленной и скоростной стрельбы в статическом положении и при ведении огня с переносом по фронту.

2. Рекомендуется применять стрелками с развитой мускулатурой или значительным весом.

Недостатками данной изготровки могут служить:

1. Не предназначена для ведения скоростного огня с передвижениями и стрельбы в движении.

2. Необходим постоянный контроль равномерности усилия прикладываемого обеими руками.

3. Сложно контролировать ошибки при нажатии на спусковой крючок при сильном закреплении рук.

4. Время на принятие изготровки и восстановления прицельных приспособлений значительно дольше.

5. Невозможно использовать данную изготровку, если на стреляющем надеты средства индивидуальной бронезащиты (бронезилет).

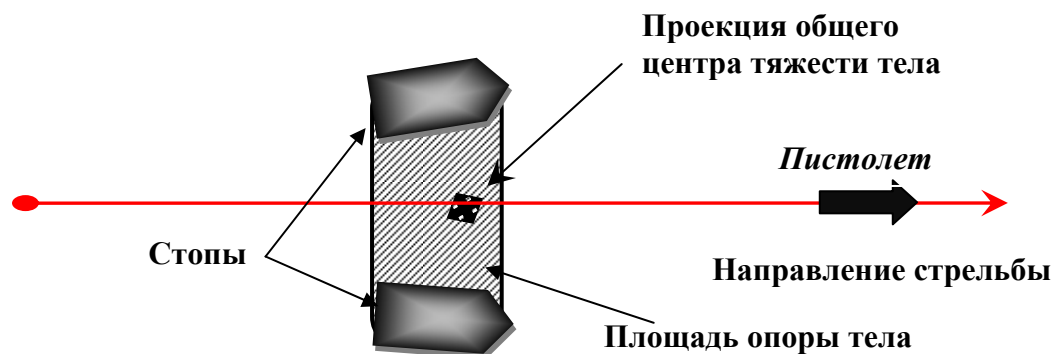


Рис. 9. Площадь опоры тела и положение пистолета при фронтальной изготровке

Изготровка для тактической стрельбы

Этот вид изготровки впитал в себя самое лучшее, что было ранее и отсекал многие недостатки устаревших вариантов.

Данная изготровка предназначена для ведения скоростного огня, огня после перемещения и стрельбы в движении. В этой изготровке проще контролировать оружие после выстрела, его отклонение от линии прицеливания наименьшее, чем в предыдущих видах изготровок. Эту изготровку используют опытные стрелки, которые освоили различные другие версии. Ее используют стрелки, занимающиеся практической стрельбой (IPSC), что является на сегодняшний день самым прогрессивным направлением в скоростной стрельбе.

Сущность данной изготровки (правши) заключается в следующем:

1. Ноги врозь, немного согнуты в коленях (если предполагается после стрельбы перемещение), правая нога располагается на пол ступни позади левой, стопы параллельно, носки слегка развернуты наружу.

Важным фактором в этой изготровки является не скованное положение рук, в момент выстрела они срабатывают как пружина и оружие быстро становится на линию прицеливания (глаз – прицельные приспособления – мишень) (рис. 12).



Рис. 12. Направление сил рук при формировании хватки

1.2.2. Изготровка с колена

Устойчивость изготровки для стрельбы с колена зависит, прежде всего, от правильного расположения опорных поверхностей тела – стоп, колена и общего центра тяжести над опорой.

Часто применяемая и в то же время достаточно устойчива изготровка, при которой опорные поверхности тела создают площадь опоры в виде треугольника, образованного и ограниченного таким расположением ног (рис. 13).

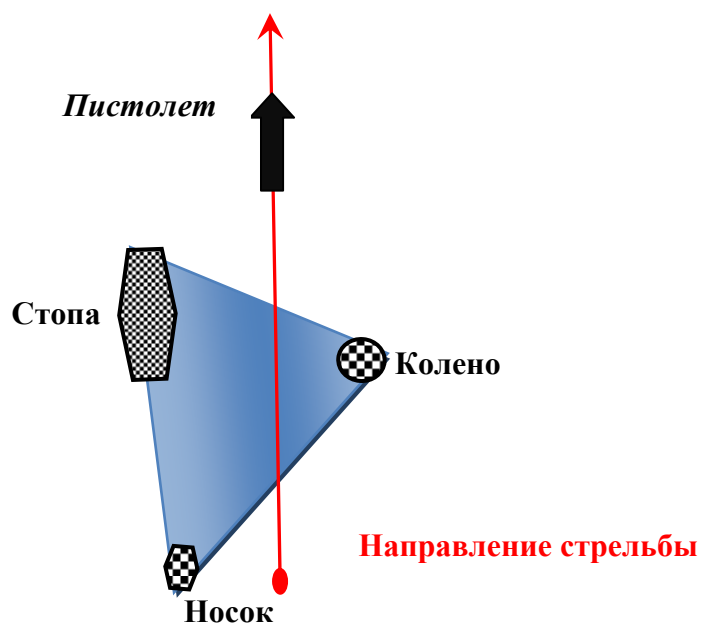


Рис. 13. Взаиморасположение опорных поверхностей тела, ограничивающих площадь опоры при изготовке для стрельбы с колена

Для принятия изготовки для стрельбы с колена необходимо сделать:

1. Шаг левой ногой вперед или шаг правой назад.
2. Согнуть ноги и опуститься на правое колено (немного развернув правое бедро наружу).
3. Опустить тело и присесть на каблук правой ноги (на голень правой ноги).
4. Голень левой ноги удерживать вертикально полу, а пятку не отрывать.
5. Для использования левого колена в качестве упора поставить локоть левой руки на левое колено (рис. 14).



Рис. 14. Принятия изготровки для стрельбы с колена

Наиболее устойчива и быстро принимаемая изготровка с двух колен, Она так же подходит при ведении стрельбы из-за укрытия, с опорой рук на само укрытие (рис. 15).



Рис. 15. Изготровка для стрельбы с двух колен

Важное значение при изготовке для стрельбы с колена приобретает расположение общего центра тяжести стрелка с оружием над площадью опоры, или распределение тяжести системы на опорные поверхности своего тела. Чем выше общий центр тяжести стрелка с оружием, тем неустойчивее изготовка (рис. 16).



а



б



в

Рис. 16. Расположение общего центра тяжести (ОЦТ) системы «стрелок — оружие» над площадью опоры:
а — неустойчивая система; б — устойчивая система;
в — смещение назад общего центра тяжести (ОЦТ) системы «стрелок — оружие» над площадью опоры.

При использовании локтя и колена в качестве опоры, необходимо место опоры для локтя принимать так чтоб после выстрела локоть не соскальзывал с колена, а так же напряжение мышц ноги было минимальным и не влияло на устойчивость.

Правильность принятой изготровки по отношению к цели выверяется по тому же принципу, что и при стрельбе стоя. Если при принятии изготровки ствол оружия направлен от цели вправо или влево, то стрелок должен изменить угол разворота туловища перемещением всех точек опоры. Если «ровная мушка» смещена выше или ниже района прицеливания, стрелок должен поменять высоту изготровки путем перемещения ступни левой ноги вперед или назад (для правши), при этом, не меняя положение правой ноги. Данная корректировка точной наводки оружия применяется при производстве точной стрельбы на большие расстояния и использовании колена в качестве упора.

Упор в колено используется при стрельбе по неподвижной цели, а при движущейся цели оружие необходимо держать на весу и сопровождать цель разворотом корпуса, а не движением рук.

1.2.3. Изготровка лежа

Изготровка лежа используется при стрельбе из различных видов оружия и принципы данного положения для ведения огня остаются одни и те же.

Для того чтобы правильно принять положение для стрельбы, лежа и не подвергнуть при этом опасности себя или присутствующих при выполнении стрельбы необходимо:

1. Из исходного положения стоя лицом к мишени убрать со спускового крючка указательный палец и поместить его вне спусковой скобы, контролируя положение ствола оружия (в сторону мишеней);

2. Присесть, удерживая оружие руке, полностью выпрямить в локтевом суставе и, не меняя положения руки с оружием, нагнуться и опереться в пол свободной рукой, одновременно вытянуть противоположную ногу назад, поставить ее на колено или носок;

3. Опираясь на свободную от оружия руку и противоположную ногу, выпрямить другую ногу назад, опуститься на живот и грудную клетку.

4. Выпрямить свободную руку и зафиксировать двуручную хватку (рис. 17).

5. Положение рук на поверхности земли может находиться в двух вариантах. Первое – руки полусогнуты и опираются о землю локтями, оружие не касается поверхности земли, голова прямо. Второе – руки вытянуты, пистолет упирается в землю, голова лежит на плече руки с оружием (рис. 18).



Рис. 17. Принятие изготовки лежа при стрельбе из пистолета



Рис. 18. Положение рук с оружием при изготовке лежа при стрельбе из пистолета

Положение рук выбирается в зависимости от рельефа местности или покрытия.

При производстве стрельбы из данного положения руководителю стрельб необходимо следить, чтобы обучаемый не приближал оружие (прицельные приспособления) слишком близко к голове (глазу), т. е. чрезмерно не сгибал руки в локтевых суставах, т. к. затвор пистолета после выстрела, двигаясь назад, может травмировать лицо (бровь) стреляющего.

1.3. Хватка

Хватка – это способ удержания оружия руками.

Стрелок должен постоянно контролировать расположение пистолета в кисти и усилие хватки. Это усилие должно быть закреплено мышечной памятью стрелка, что приходит в процессе тренировок. Проверку положения оружия следует производить перед каждым выстрелом или серией.

Большое значение имеет малейшее изменение в силе охвата рукоятки пальцами, глубине посадки рукоятки в кисти, расположении пальцев и ладони по отношению к рукоятке. Незначительные изменения в хватке немедленно и самым отрицательным образом отразятся на меткости стрельбы.

Хватка должна быть плотной и уверенной. Сила сжатия кисти стрелка – без чрезмерного воздействия на рукоятку. Излишнее напряжение мышц кисти может вызвать дрожание ствола оружия и скованность, при расслабленной хватке возможны произвольные мышечные сокращения, сбивающие наводку оружия, а также невозможность правильно обработать спуск.

Различают хватку одной рукой (одноручная) и хватка с двух рук (двуручная). Соответственно она применяется в различных видах изготовок.

1.3.1. Хватка одной рукой (одноручная хватка)

Применяется при стрельбе в «классической» изготовке стоя, иногда с колена и лежа, а также ведения огня из-за укрытия, ав-

томобиля и неудобного положения, когда использование другой хватки невозможно.

Суть этой хватки заключается в следующем:

1. Рукоятка пистолета удерживается четырьмя пальцами, указательный палец в хватке не принимает участия и свободно находится на спусковом крючке;

2. Рукоятка пистолета помещается в вилке, образуемой большим и указательным пальцами;

3. Тыльная часть рукоятки упирается в бугор основания большого пальца, палец вытянут вперед и плотно прилегает к боковой поверхности оружия, удерживая его;

4. Указательный палец дистальной (ногтевой) фалангой накладывается на спусковой крючок посередине фаланги либо первым суставом. Палец не должен касаться боковой поверхности пистолета и участвовать в удержании оружия (рис. 19).

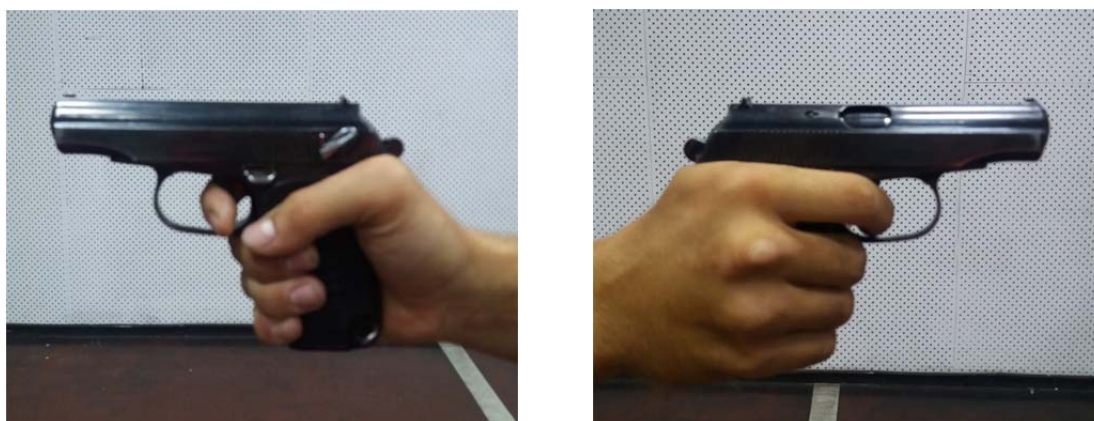


Рис. 19. Хватка одной рукой

Хватка должна быть глубокой, то есть такой, при которой кисть расположена на рукоятке как можно выше, ближе к оси канала ствола: при глубокой посадке кисти плечо пары сил, образованных при отдаче оружия, значительно меньше, отчего и смещение (подбрасывание) оружия при выстреле также меньше.

Правильная хватка должна также предусматривать такое положение кисти с пистолетом, при котором ствол оружия будет являться продолжением руки.

Перед стрельбой следует проверить правильность хватки, главным образом в отношении положения и работы указательно-

го пальца и степени плотности охвата рукоятки. Степень сжатия рукоятки должна быть оптимальной и сохраняться до конца выполнения выстрела или всей серии выстрелов.

Главное условие при выполнении хватки заключается в закреплении лучезапястного сустава и плотного прилегания всех пальцев на рукоятке. Изменения силы сжатия рукоятки пистолета отражается на отклонении пробойн на мишени или их полного отсутствия. Так же при расслаблении лучезапястного сустава при выстреле происходит угловое смещение ствола, что приводит к промахам или значительному отклонению пробойн от центра.

Важно помнить, что усилие сжатия рукоятки должно сохраняться от начала до конца работы над выстрелом или серии выстрелов. При расслаблении мышц, участвующих в хватке необходимо при стрельбе в неограниченное время отложить выстрел и сделать его заново. При скоростной стрельбе надо контролировать плотность хватки до последнего выстрела, а при расслаблении мышц стараться удерживать оружие с минимальной погрешностью для выстрела.

1.3.2. Хватка двумя руками (двуручная хватка)

Применяется данный вид удержания оружия в том случае, когда необходимо вести скоростной огонь. Можно применять двуручную хватку при стрельбе в неограниченное время, но стрельба будет менее точной из за близкого расположения прицельных приспособлений к глазу, затруднения прицеливания (рис. 20).

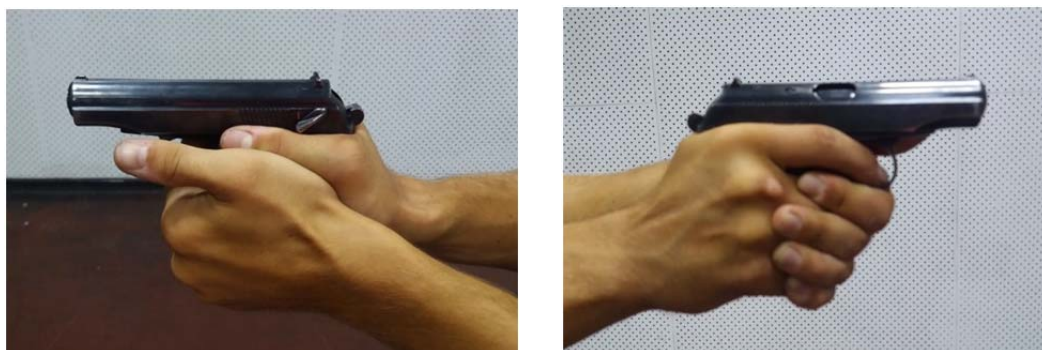


Рис. 20. Хватка двумя руками

Чтоб правильно принять двуручную хватку (для правши) необходимо (рис. 21):

1. Взять пистолет в правую руку также как при хватке одной рукой;

2. Кисть левой руки максимально наклонить вперед в лучезапястном суставе и обхватить кисть руки с пистолетом (см. рис. 21а);

3. Фаланга указательного пальца левой руки плотно упирается в нижнюю часть спусковой скобы (см. рис. 21б);

4. Большие пальцы левой и правой руки плотно прижаты и расположены параллельно затвору пистолета (см. рис. 21в);

5. Пальцы левой руки плотно удерживают рукоятку и закрепляют хват руки с оружием (см. рис. 21г);

6. Усилие сжатия рукоятки пистолета должно быть в соотношении 60% (левая) на 40% (правая).



а



б



в



г

Рис. 21. Этапы формирования двуручной хватки

Некоторые стрелки удерживают пистолет и накладывают указательный палец руки без оружия на переднюю часть скобы. Такой хват не всем подходит, зависит от индивидуальных особенностей стрелка. При скоростной стрельбе после первого выстрела эта хватка разрушается, т. е. палец соскакивает со скобы и стрелок вынужден контролировать положение пальца на скобе постоянно.

Так же необходимо контролировать положения больших пальцев, особенно при стрельбе из пистолета Макарова, чтоб они не касались затворной задержки и предохранителя, поскольку это может привести к нечаянному нажатию и в целом задержке стрельбы.

1.4. Прицеливание

Прицеливание это процесс совмещения прицельных приспособлений (целик и мушка) на одном уровне с глазом и районом прицеливания на мишени.

1.4.1. Глаз и его работа во время прицеливания

Прицеливание является сложным, координированным зрительно-двигательным процессом.

Глаз человека устроен таким образом, что не может одинаково четко видеть равноудаленные предметы. Когда мы смотрим на один предмет, фокусируем на нем взгляд то, остальные находящиеся в стороне видны нечетко, расплывчато. Четкость видимого предмета воспринимается центральным зрением, а нечеткое изображение периферическим – боковым. Пространство, в котором неподвижный глаз может различать предметы, называется полем зрения. Центром поля зрения будет точка, на которую мы смотрим, сфокусировав зрение при неподвижном глазе.

По мере удаления предметов от центра поля зрения они теряют четкость изображения, формы и цвета. Это явление вызвано сферической аберрацией света (преломление в хрусталике глаза падающих на него лучей, отраженных от предмета).

При прицеливании используется центральное зрение, позволяющее четко видеть точку, на которую смотрит стрелок. Периферическим зрением он воспринимает все окружающие предметы, находящиеся в поле зрения, и по мере приближения к центру оси центрального зрения – прицельные приспособления (мушку и прорезь целика) и прочие детали.

При стрельбе из открытого прицела стрелок сталкивается с таким явлением: что он может видеть четко или мишень (район прицеливания), а мушку расплывчато, или наоборот мушку четко, а мишень (район прицеливания) расплывчато.

Практика стрельбы, основанная на расчетах величин цены ошибок, с учетом описанных особенностей зрения приводит к выводу, что, прицеливаясь, нужно смотреть на мушку и прорезь целика (они расположены близко), четко видеть их и удерживать в правильном расположении. Малейшие ошибки следует фиксировать и исправлять, т. к. отклонение мушки в прорези на 1 мм при стрельбе на дистанцию 25 м вызывает отклонение пули на 18 см.

Некоторые стрелки во время прицеливания «перебегают» взглядом с мушки на прорезь целика, затем на третий объект – цель, делая это быстро и по несколько раз, пока не совместят все три точки на одной прямой. Такой способ прицеливания быстро утомляет мышечный аппарат глаза. Ведь стрелку очень трудно вести, например, скоростную стрельбу, когда он ограничен временем. При непрерывной фиксации взгляда на каком-нибудь предмете глаз обладает наибольшей остротой зрения в течение нескольких секунд, после чего четкость изображения предмета на сетчатке, ясное видение его постепенно убывает. Длительная, но равномерная стрельба так зрения не утомляет, как один «зацеленный» выстрел. За минуту прицеливания без мигания острота зрения ухудшается вдвое.

1.4.2. Правила классического прицеливания

Прицеливание это процесс совмещения прицельных приспособлений на линии прицеливания и районом прицеливания на мишени (рис. 22).

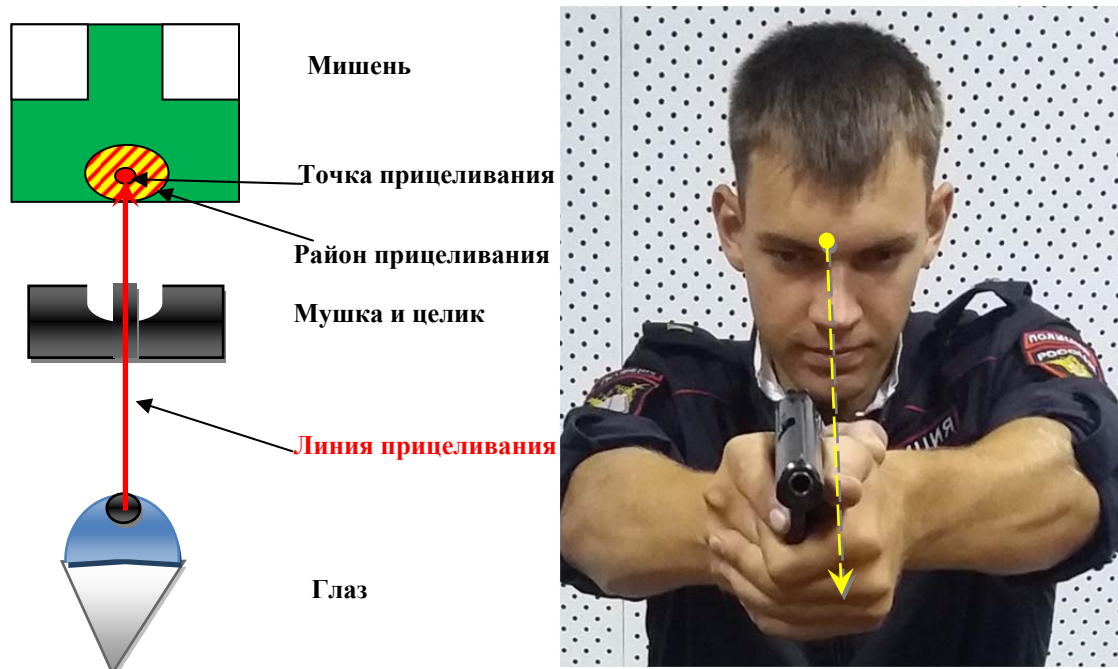


Рис. 22. Процесс прицеливания

Линия прицеливания – это воображаемая линия, проходящая от глаза стрелка, через середину прорези прицела (на уровне с ее краями) и вершину мушки в точку прицеливания.

Однако поскольку изготовление не может обеспечить абсолютной неподвижности оружия, практически прицеливаться приходится в условиях непрерывного большего или меньшего колебания оружия. Поэтому прицеливание, наводка оружия, является очень сложным зрительно-двигательным процессом, требующим высокой зрительно-двигательной координации действий стрелка, при котором он во время прицеливания не только должен зрением воспринимать нарушения во взаиморасположении прицельных приспособлений и цели, но и соответствующими движениями перемещать оружие и восстанавливать его направление относительно цели.

Классическая стрельба с классических дистанций (25 м) предполагает соблюдение обязательного условия, а именно условие при котором выдержана «ровная мушка».

«Ровная мушка» это такое видимое расположение прицельных приспособлений, при котором мушка находится посередине прорези прицела, а вершина мушки находится на одном уровне с краями прорези (рис. 23).

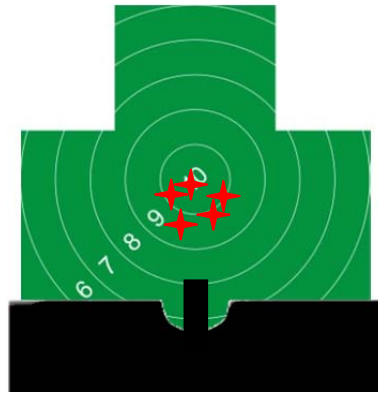


Рис. 23. Прицеливание с «ровной мушкой»

Небольшое отклонение «ровной мушки» от района прицеливания, при котором происходит ее параллельное смещение от линии прицеливания, не так уж сильно снижают результаты стрельбы (рис. 23а).

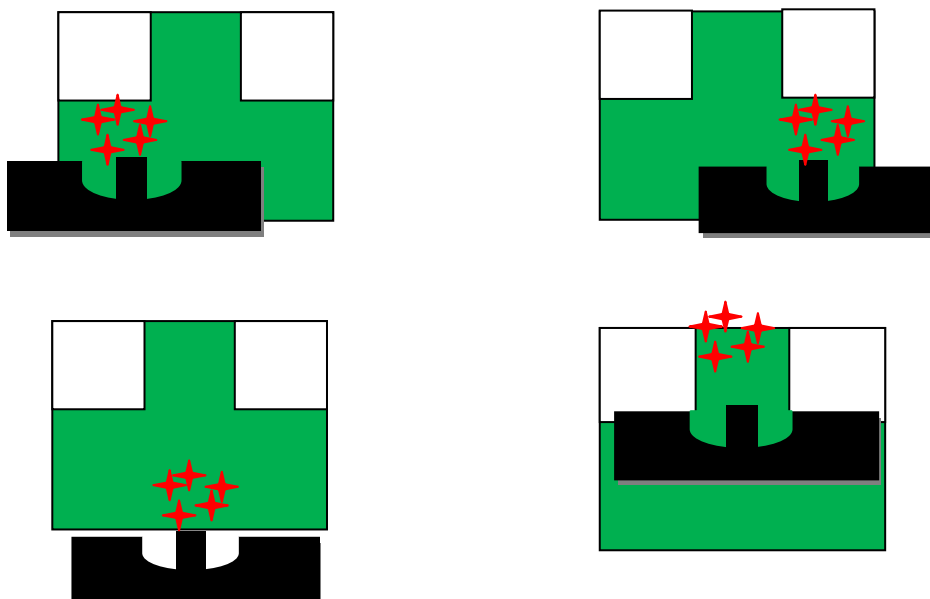


Рис. 23а. Не правильное прицеливание с «ровной мушкой» и расположение пробоев

Если же стрелок не соблюдает главного условия правильного прицеливания (выдержать «ровную мушку»), а допускает неточности в прицеливании, то меткой стрельбы не получается, т. к. пули каждый раз отклоняются в ту сторону, куда придержана мушка в прорези целика.

При этом следует иметь в виду, что неправильное расположение мушки в прорези целика, т. е. «неровная мушка», приводит к угловым смещениям оружия, что влечет за собой значительное отклонение пуль от центра мишени, и это смещение тем значительнее, чем дальше находится мишень от стрелка (рис. 24, 24а).

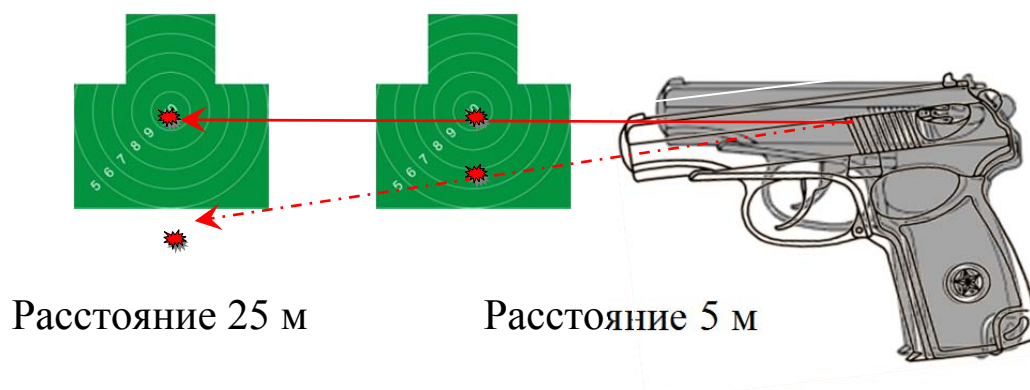


Рис. 24. Отклонение пробоев при угловом смещении ствола на различных расстояниях

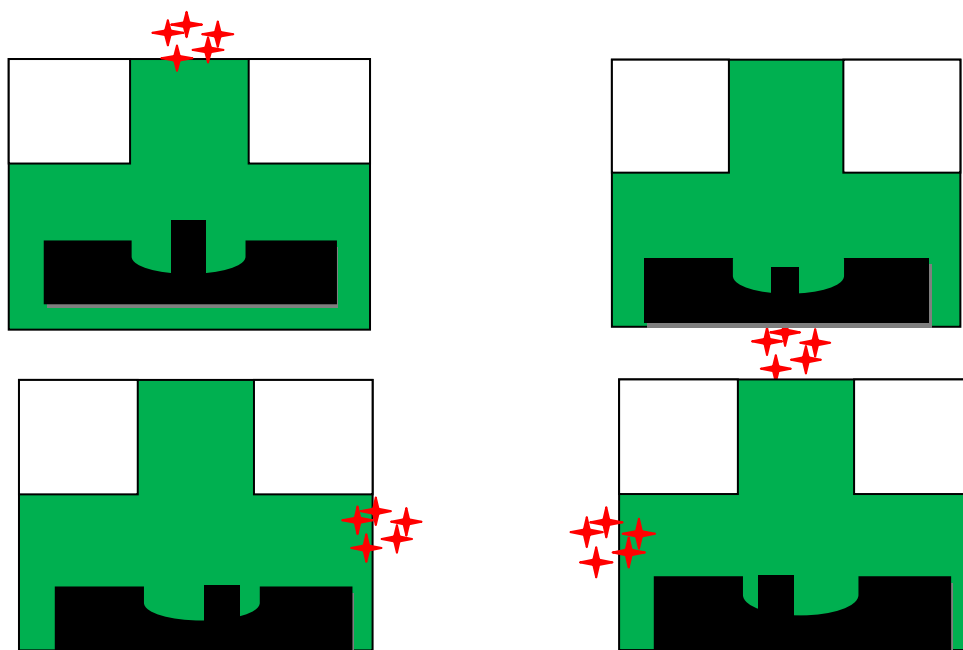


Рис. 24а. Прицеливание с «неровной мушкой»

Точность прицеливания зависит от умения стрелка всегда однообразно выдерживать «ровную мушку» в районе прицеливания.

При ведении скоростной стрельбы на средние и короткие расстояния, после перемещений и в движении рекомендуется придерживаться других вариантов прицеливания.

1.4.3. Варианты прицеливания

Первый вариант «Классическое прицеливание».

Мишень находится на расстоянии 20 м или дальше.

В этом случае взгляд фокусируется на мушке с целиком, совмещается и контролируется, мишень выглядит расплывчато (рис. 25а). Спусковой крючок обрабатывается аккуратно и плавно.

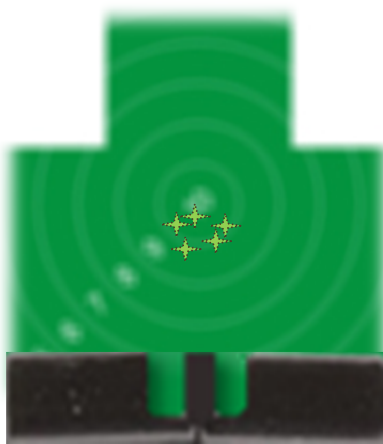


Рис. 25а. 1-й вариант прицеливания

При таком способе прицеливания необходимо постоянно сосредотачиваться на прицельных приспособлениях. Прицельные приспособления выглядят относительно мишени на много больше, а иногда мушка может закрывать саму цель. Необходимо постоянно контролировать мушку до, после и во время выстрела.

При правильной хватке оружия и удержании, мушка будет после выстрела подсакивать вверх или вверх и вправо и затем возвращаться в свое первоначальное положение на мишени, если стрелок во время обработки выстрела не допустил ошибку. Главное – чтобы прицельные приспособления возвращались после выстрела в исходное положение, так как следующий выстрел при скоростной стрельбе будет сделать легче без дополнительной траты времени.

Для успешного производства выстрелов при использовании первого варианта прицеливания необходимо визуально контро-

лизовать прицельные приспособления и сосредоточиться на ощущении контакта пальца и спускового крючка, следить за всеми фазами обработки спуска.

Второй вариант. Мишень находится на расстоянии **10–15 м.**

На таком расстоянии стрелок способен видеть и прицельные приспособления, и мишень, а так же свои пробоины.

В этом случае стрелку необходимо больше внимания сосредотачивать на прицельных приспособлениях, но контролировать пробоины в мишени через прицельные приспособления. Мушка с целиком совмещены и находятся в центре мишени. Спуск обрабатывается плавно и уверенно (рис. 25б).

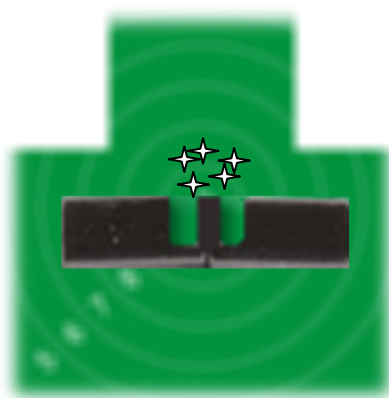


Рис. 25б. 2-й вариант прицеливания

Такой вариант прицеливания подходит для скоростной стрельбы с поражением группы мишеней, когда необходимо контролировать всю мишенную обстановку и пробоины на мишени. При промахе есть возможность исправить ошибку сразу.

Данный способ прицеливания подходит только для опытных стрелков.

Третий вариант. Мишени расположены на расстоянии до **7 м.**

Данный вид прицеливания подходит только стрелкам высокого класса, ведущим огонь по группе мишеней.

В этом случае стрелок фокусирует взгляд на мишени, контролируя периферическим зрением мушку и соседние мишени. Мушку, стрелок наводит в район центра мишени и производит выстрел (рис. 25в).

Этот вариант прицеливания подразумевает сверхскоростную стрельбу по мишеням с моментальным переносом оружия. При

таком варианте прицеливания мушка должна присутствовать в проеме целика, но строго центровать ее в целике не обязательно.

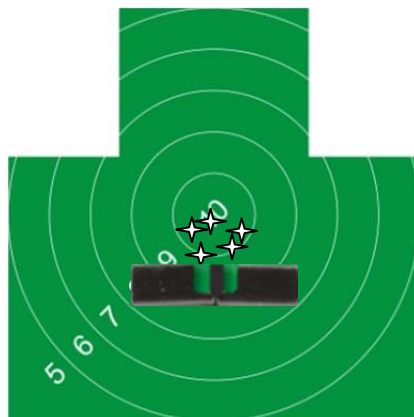


Рис. 24в. 3-й вариант прицеливания

Начинающему стрелку первое время необходимо использовать только первый вариант прицеливания.

1.5. Дыхание

Известно, что во время прицеливания дышать нельзя: дыхание сопровождается ритмичным движением грудной клетки, живота, плечевого пояса, что вызывает смещение и колебание оружия, при которых невозможно произвести точный выстрел. Поэтому одновременно нельзя и дышать и производить выстрел; надо на некоторое время задержать дыхание.

Вместе с тем не следует забывать о функциональном назначении дыхания, которое представляет физиологический процесс, связанный с кровообращением и газообменом, обменом веществ и сложными явлениями, происходящими в нервной системе, от которых зависит состояние и жизнедеятельность всего организма.

Человек может без особого труда, не испытывая неприятных ощущений, задержать дыхание на 12–15 сек. Этого времени достаточно для производства одиночного выстрела.

Рассмотрим примерную схему дыхания стрелка, ведущего прицельный огонь без учета времени в классической изготовке.

Дыхание делится на четыре периода. Первый – дыхание глубокое и ритмичное. Задача: создать хорошую вентиляцию

легких, что, в свою очередь, будет способствовать работе сердца в режиме нормального ритма сокращений (70–80 сокращений в минуту). Второй период – переход от глубокого дыхания к стадии спокойного состояния. После перехода в эту стадию уменьшаются колебания оружия, вызванные глубоким дыханием. Создавая устойчивость для более точной наводки, необходимо перейти к режиму поверхностного дыхания на 3–5 сек. (третий период), при котором уменьшаются колебания, мушка находится в районе прицеливания и подготавливается полная задержка дыхания на период спуска курка.

Четвертый период – затаивание дыхания на время создания наилучшей устойчивости для точного прицеливания и производства спуска курка. Дыхание затаивается на 10–12 сек. Этого достаточно для производства выстрела.

При стрельбе из пистолета в период обработки спуска задержка дыхания производится на естественном **полу выдохе**. В этой фазе дыхания концентрация углекислого газа наименьшая и способность человека находится в этом состоянии не вызывает большого дискомфорта.

Затаивание дыхания производится в тот момент, когда изготовка принята, и рука с пистолетом начинает движение в район прицеливания. Время на затаивание дыхания позволит стрелку контролировать правильность выполнения всех элементов выстрела, особенно спуск (рис. 26).

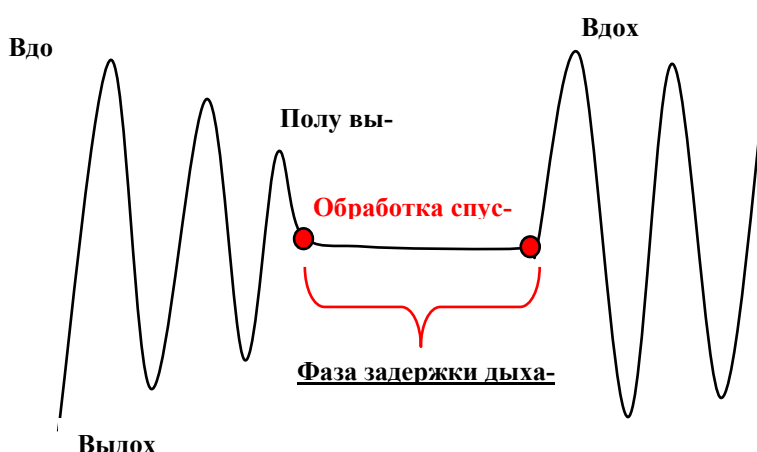


Рис. 26. Фазы дыхания

Не стоит долго задерживать дыхание, если выстрел по каким либо причинам не получается, его следует отложить и сделать заново. На стадии кислородного голодания хороший выстрел сделать не удастся. Если же производится серия выстрелов при скоростной стрельбе, то стоит задерживать дыхание на всю серию, обычно это время, которое требуется на один прицельный выстрел до 15 сек.

Соблюдать все фазы дыхательного цикла особенно необходимо при стрельбе на длинные дистанции, при стрельбе лежа, когда движение грудной клетки во время дыхания ухудшает прицеливание, а так же после перемещений и физических нагрузок.

1.6. Спуск курка

Техника спуска курка имеет решающее значение в производстве выстрела. Прежде всего спуск курка не должен смещать наведенное в цель оружие, то есть сбивать наводку. Для этого стрелку нужно уметь плавно (без рывков и ускорений) нажимать на спусковой крючок. Кроме того, спуск курка необходимо производить в полном соответствии со зрительным контролем «ровной мушки» находящейся в районе прицеливания.

Для достижения меткого выстрела стрелок должен производить плавное нажатие на спусковой крючок и прицеливание строго согласованно между собой, одновременно в фазе затаивания дыхания.

Сложность выполнения такого согласованного действия заключается в том, что оружие при прицеливании не бывает неподвижным, оно в большей или меньшей степени непрерывно колеблется в зависимости от степени устойчивости изготовления стрелка. В результате «ровная мушка» отклоняется в сторону от района прицеливания, останавливаясь лишь на непродолжительное время, в течение которого стрелок и должен завершить плавное нажатие на спусковой крючок и произвести выстрел (рис. 27).

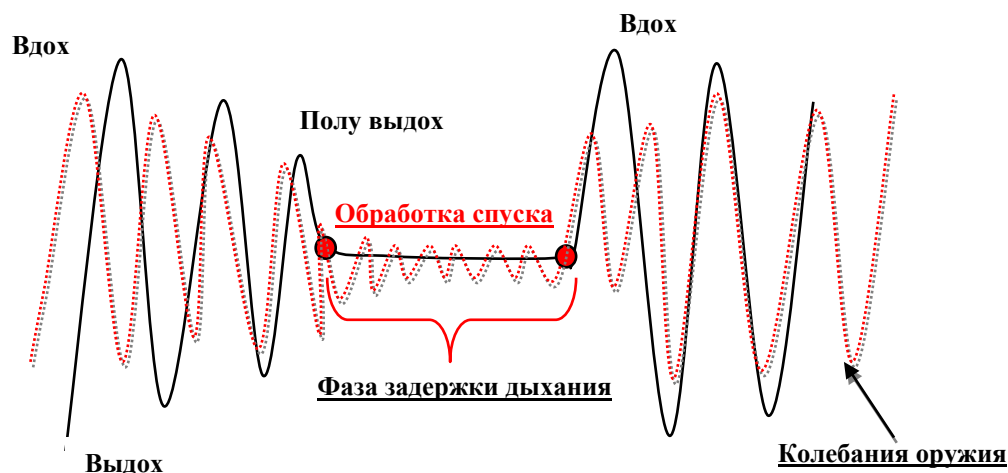


Рис. 27. Схема правильного производства выстрела

Так как колебания оружия при стрельбе стоя из пистолета у многих, особенно недостаточно подготовленных, стрелков носит произвольный, беспорядочный характер, то предугадать время и продолжительность таких кратковременных остановок «ровной мушки» в районе прицеливания очень трудно. Поэтому здесь имеет большое значение нацеливание молодого стрелка на правильную обработку спуска, не обращая внимания на неустойчивое положение прицельных приспособлений, стараться сохранить их верное восприятие примерно на фоне расплывчатой видимой мишени.

Стрелок должен научиться плавно, постепенно, равномерно усиливать давление на спусковой крючок, однако это не значит медленно, а именно плавно, без рывка и должен занимать не более 1,5–2,5 секунды, при стрельбе в неограниченное время.

Важным фактором в обработке спуска является координированное соединение всех элементов производства выстрела, их контроль до и после выстрела.

В стрельбе из боевого оружия применяется в основном спуск с «предупреждением», характеризующийся предварительным, «свободным» ходом спускового крючка, а затем «рабочим» ходом (рис. 28).

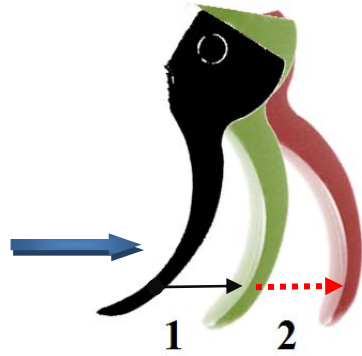


Рис. 28. Фазы обработки спуска курка:
 1 – «Свободный» ход спускового крючка;
 2 – «Рабочий» ход спускового крючка.

«Свободный» ход спускового крючка выбирается энергично, быстро, без заметного усилия, затем стрелок делает небольшую паузу и, почувствовав натяжение спуска (на пистолете Макарова он обычно равен 2 кг.) аккуратно, без остановок и резких усилий плавно дожимает «рабочий» ход.

Главное, что должен понять стрелок, что независимо от колебаний оружия и положением мушки в целике, работу над спуском курка останавливать нельзя, за исключением резких неконтролируемых движений оружия. Стрелок должен, на фоне колебаний прицельных приспособлений, научиться правильно обрабатывать спуск, понимая, что это является завершением всех действий при производстве выстрела, иначе вся его работа будет безуспешной и приведет к значительным ошибкам и промахам.

Чтобы указательный палец смог выполнять работу необходимо научиться контролировать хватку оружия и одинаковое наложение указательного пальца на спусковой крючок.

Для классической стрельбы характерно то, что плавное нажатие на спусковой крючок следует начинать заблаговременно, во время грубой наводки оружия. Затем, по мере уточнения прицеливания и упорядочения колебаний оружия, необходимо плавно наращивать давление, стремясь завершить спуск курка тогда, когда оружие испытывает колебания благоприятные для производства выстрела.

Движение пальца на спусковом крючке должно проходить вдоль оси канала ствола (рис. 29). Если не соблюдать это прави-

ло, то в момент выстрела спуск трудно контролировать и оружие будет сваливаться влево – вниз.



Рис. 29. Направление движения пальца на спусковом крючке

При скоростной стрельбе из пистолета соблюдаются так же все фазы работы со спуском, только они производятся гораздо быстрее и энергичнее. Стрелок так же должен контролировать постоянный контакт пальца со спусковым крючком и его движение без заметных пауз. Это движение может напоминать движение маятника, который не останавливается, а лишь имеет небольшую фазу зависания в конечной точке.

Важное качество стрелка это способность быстро и точно вести огонь, т.е. «скорострельность». И это не только способность быстро нажимать пальцем на спусковой крючок, а способность стрелка производить все элементы выстрела быстро, слаженно и точно. Если изготовка, хватка, прицеливание и дыхание были максимально точны в производстве, то при правильной обработке спуска оружие после выстрела вернется в ту же точку, откуда начинало движение до выстрела. Умение стрелка производить точное, быстрое прицеливание и параллельно, одновременно обрабатывать спуск будет являться основой для ведения скоростной стрельбы. Стрелок сам выбирает способ прицеливания и обработки спуска после определения расстояния до мишени, Необходимо помнить, что стрелку с маленьким опытом всегда необходимо соблюдать правила классического прицеливания и обработки спуска.

Глава 2. Методика обучения основным техническим элементам выстрела

Успешность обучения стрельбе, зависит от многих факторов. Поскольку стрельба и психология две неразделимые вещи, то личностные качества обучаемого, желание самого стрелка, его темперамент, психологическая устойчивость будут выступать важными критериями в обучении, а наличие определенных физических качеств, координационной способности и статической выносливости послужат быстрому освоению техники стрельбы.

При подборе методик обучения стрельбе на первоначальном этапе необходимо руководствоваться проверенными и хорошо зарекомендовавшими себя методиками, которые отражают классическое направление в технике стрельбы.

2.1. Обучение изготовке

При принятии правильной изготовки необходимо определить и контролировать ключевые моменты от начала до конца стрелкового упражнения:

1. Постановка ног, расположение общего центра тяжести посередине площади опоры, расположение ступней;
2. Положение руки (рук) в которой находится оружие и руки без оружия;
3. Положение плеч, мышечная закрепощенность и напряженность;
4. Положение туловища, наклон, состояние мышечного тонуса;
5. Положение головы, шеи;
6. Взаимное расположение всех частей тела и их однообразное положение.

Рассказ об изготовке должен обязательно сопровождаться показом и объяснением для чего необходимо выполнение того или иного действия.

Изготовка должна быть не только правильной, но и удобной, так как стрелку, возможно, понадобится сохранять ее не только на несколько секунд, а и на несколько минут или часов, в зависимости от выполняемого упражнения.

Изучив требуемую изготовку, следует повторить ее неоднократно, отработать без оружия, имитируя его присутствие. Затем проделать тоже самое с учебным оружием, доведя до автоматизма необходимые действия.

Приступать к выполнению упражнения с патроном надо тогда, когда будут изучены все элементы выстрела и порядок выполнения самого упражнения.

Зачастую, неопытный стрелок не обращает внимание на элементы подготовки и быстрее стремится сделать выстрел. Правильно принятая изготовка помогает при стрельбе, но не обеспечивает абсолютного точного попадания в мишень. Начинаящий стрелок должен очень много времени уделять этому элементу стрельбы. Опытный стрелок может стрелять и из неудобных положений, но он всегда будет искать даже в неудобном положении равновесие и удобство для выстрела.

Существуют общие ошибки в принятии изготовки, которые приводят к утрате самой сути изготовки это ее неустойчивое положение.

Ошибки в принятии изготовки (стоя):

1. Уменьшение площади опоры.

Взаимное расположение ступней должно обеспечивать оптимальную для данной изготовки площадь опоры. Ступни располагаются не близко и не далеко, без лишних разворотов и скручиваний мышц (рис. 30).



а



б

Рис. 30. Уменьшение площади опоры:

а – ноги вместе; б – правая стопа развернута вправо

2. Рука с оружием согнута в локтевом суставе (одноручная изготовка) (рис. 31).



Рис. 31. Согнутая рука с оружием в локтевом суставе

Такое положение руки приводит к неодинаковому удалению прицельных приспособлений от глаза, так как очень сложно постоянно контролировать один и тот же угол между плечом и предплечьем. Соответственно отдача после выстрела всегда будет разной и быстрое возвращение прицельных приспособлений на линию прицеливания невозможно. Также мышцы испытывают большую нагрузку, увеличивается их утомляемость, а мозг загружается большим количеством нервных импульсов, идущим от большего числа этих мышц.

3. Плечи подняты, рука без оружия свободно висит или напряжена (одноручная изготовка).

Напряжение или полное расслабление руки без оружия, а так же всего плечевого пояса ведет к неконтролируемому положению тела.

4. Локти сильно разведены в сторону или сведены, опущены вниз (двуручная изготовка) (рис. 32).



Рис. 32. Неправильное положение локтей при двуручной изготовке

При таком положении рук происходит большое мышечное напряжение, и ведение скоростной стрельбы сильно затруднено.

5. Руки с оружием расположены очень близко к лицу (двуручная изготовка) (рис. 33).



Рис. 33. Близкое расположение рук с пистолетом от лица

Это может наблюдаться в изготовке стоя, с колена и особенно лежа. Такое положение рук опасно тем, что после выстрела от отдачи, руки с оружием откидываются назад, при этом затвор тоже отходит назад и возможность получения травмы велика. Так же сильно близкое расположение прицельных приспособлений от глаза затрудняют процесс прицеливания.

6. Голова запрокинута назад, наклонена сильно вперед, прижата к плечу руки с оружием (рис. 34).



Рис. 34. Неправильное положение головы при изготовке

Положение головы и шеи при стрельбе должно быть естественным, не требующим дополнительных мышечных усилий и всегда однообразным. Неодинаковое положение головы приводит к неодинаковому видению прицельных приспособлений и совмещением их в районе прицеливания. Даже при правильном производстве выстрела пробойны всегда будут располагаться по разному, точной стрельбы не получится.

7. Сильное напряжение всех мышц тела стрелка, смещение общего центра тяжести (рис. 35).

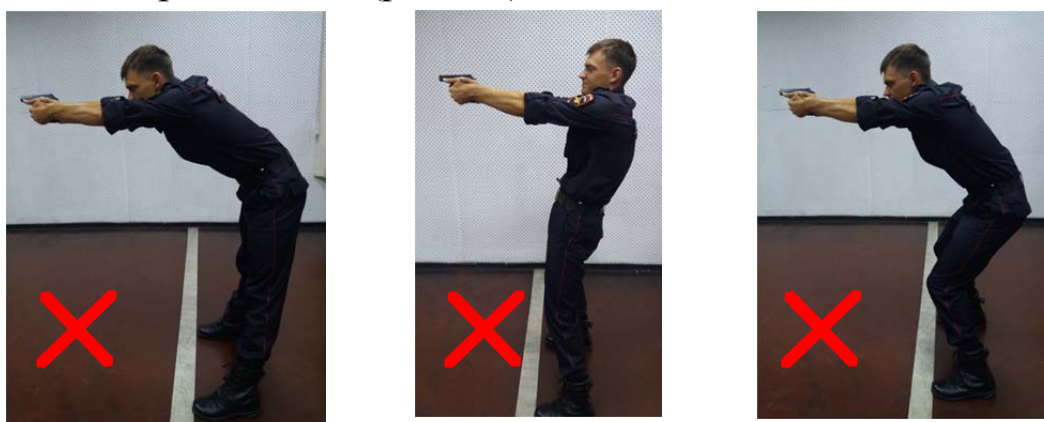


Рис. 35. Чрезмерное напряжение мышц туловища и ног

При изготовке число мышц, задействованных в работе должно быть оптимально минимальным, а сила их напряжения - постоянной и однообразной. Это определяется долгими тренировками и непрерывным контролем стрелка. На начальном тренировочном этапе положение тела при изготовке, расположение всех частей тела постоянно проверяется тренером – преподавателем. Ошибки устраняются как во время работы «вхолостую», так и непосредственно при выполнении стрелкового упражнения, вплоть до остановки стрельбы.

2.2. Обучение хватке

Как говорилось выше хватка должна быть плотной, удобной, с закреплением лучезапястного сустава и при свободном положении указательного пальца на спусковом крючке.

Соответственно ошибки при неправильной хватке связаны с невыполнением этих условий.

Различают выполнение элемента «хватка» при медленной и скоростной стрельбе. Общим для любого вида хватки является ее неподвижность, закрепленность от начала выстрела до конца, а так же от начала первого выстрела до конца всей серии. Положение пальцев на рукоятке пистолета не должно меняться в процессе стрельбы. Если при производстве выстрела в неограниченное время после начала работы над спуском пальцы производят движение, то хорошего прицельного выстрела не получится. Необходимо отложить такой выстрел и проверить хватку, уплотнить ее и заново сделать попытку.

При скоростной стрельбе нет времени на проверку хватки, поэтому необходимо тренировать правильное положение пальцев на рукоятке одновременно с извлечением пистолета из кобуры.

Обучение этому элементу техники стрельбы начинается с отработки его с учебным оружием. Разучивать хватку нужно сначала отдельно, затем с элементом принятия изготовления, потом с выключением предохранителя и с имитацией досылания патрона в патронник.

Ошибки в выполнении элемента «хватка»:

1. При работе «в холостую» пистолет берется со стола без контроля плотности хватки (рис. 36).



Рис. 36. Отсутствие контроля плотности хватки

Пистолет в руку необходимо «укладывать» при этом, помогая другой рукой поддерживать снизу за ствол (рис. 37).



Рис. 37. Проверка плотности хватки

2. При работе «в холостую» курок взводится большим пальцем руки, в которой находится оружие (рис. 38).



Рис. 38. Неправильное взведение курка пистолета

При такой работе расслабляется лучезапястный сустав, и большой палец на рукоятке плотно не прижимается.

3. При нажатии на спусковой крючок пальцы на рукоятке расслабляются (рис. 39).



Рис. 39. Расслабление пальцев на рукоятке пистолета при стрельбе

Чем расслабленнее хватка, тем сложнее произвести спуск курка, особенно если он достаточно тяжелый. Расслабление пальцев на рукоятке ведет к угловому смещению ствола вниз, оружие после выстрела «вырывается» из руки. Произвести скоростную прицельную серию выстрелов с такой ошибкой невозможно.

4. Указательный палец на спусковом крючке лежит средней или даже проксимальной фалангой (рис. 40).



Рис. 40. Неправильное положение указательного пальца на спусковом крючке

Такое положение пальца не обеспечивает правильной работе во время спуска и при нажатии на спусковой крючок сваливает

оружие влево – вниз. При этом остальные пальцы удерживают рукоятку с заворотом кисти влево.

5. Хватка смещена ниже к основанию рукоятки пистолета, образуя пространство между развилкой большого и указательного пальца и рамкой пистолета (рис. 41).



Рис. 41. Неправильное положение кисти на рукоятке пистолета

При такой хватке пистолет в руке находится не устойчиво, и при малейшем расслаблении после выстрела будет «вываливаться» и правильно обработать спуск не удастся.

6. При двуручной хватке большой палец руки без оружия становится на пути движения затвора назад (рис. 42).



Рис. 42. Неправильное положение большого пальца левой руки

В данном случае при выстреле будет травмироваться большой палец.

7. При двуручной хватке рука без оружия не обеспечивает удержание оружия (рис. 43).



Рис. 43. Неправильное положение руки без оружия при двуручной хватке

Положение руки без оружия очень важно при скоростной стрельбе, так как хватка должна сохранять свое назначение до последнего выстрела. Неправильное положение руки разваливает хватку после первого выстрела.

Чтоб выработать правильную хватку, необходимо не зависимо от выполнения упражнения, сначала изучить и довести до автоматизма технику классической одноручной хватки, затем приступить к изучению и совершенствованию техники двуручной хватки. Постоянно работая с учебным оружием «в холостую», надо тренировать принятие изготовки и хватки, а так же вести контроль правильного выполнения, исправляя ошибки самостоятельно и с помощью тренера-преподавателя.

Этапы тренировки правильной хватки:

- Изучить и выработать классическую одноручную хватку пистолета (положения: пистолет на столе, в открытой кобуре, в закрытой кобуре).
- Выполнить хватку с выключением предохранителя и имитацией досылания патрона в патронник медленно с визуальным контролем.
- Изучить и выработать двуручную хватку пистолета (положения: пистолет на столе, в открытой кобуре, в закрытой кобуре).
- Выполнить двуручную хватку с выключением предохранителя и имитацией досылания патрона в патронник медленно с визуальным контролем.
- Выполнить все действия на время.

2.3. Обучение прицеливанию

Обучение прицеливанию необходимо начинать с классического первого варианта прицеливания это: четко видеть мушку в целике, концентрировать взгляд немного больше на мушке и выдерживать ее «ровной». Чтоб сосредоточится на этом элементе необходимо в процессе работы «вхолостую» выбирать фон за мушкой светлый, хорошо освещенный, без лишних предметов и ярких цветов. В место мишени можно использовать просто белый лист (перевернутая мишень). Переходить на прицеливание по мишени следует после хорошо отработанного этого приема по белому листу совмещенного с обработкой спуска. Очень часто, стрелок работая «в холостую» по светлому фону, со временем, выполняет этот элемент правильно и уверенно, но как только за прицельными приспособлениями появляется мишень, возникает проблема с «перебеганием» взгляда с прицельных приспособлений на мишень. Это распространенная ошибка в прицеливании. Она возникает, когда стрелку необходимо поразить несколько целей с переводом огня по фронту или в глубину. В этом случае стрелок после выстрела, перемещаясь концентрирует взгляд на мишени и при производстве выстрела в момент остановки не возвращает взгляд на прицельные приспособления. Также это происходит когда требуется сделать несколько скоростных выстрелов подряд по одной мишени или в заданную зону поражения. Стрелок при этом сосредотачивается на районе прицеливания и при возвращении прицельных приспособлений в этот район расплывчато видит целик или отдельно мушку, стараясь в этот момент и нажать на спусковой крючок.

Начинающему стрелку необходимо знать:

- Мишень – это направление для стрельбы и что стрелку необходимо направить пистолет не на 2-ую или 5-ую мишень, а на его, например 4-ую мишень;
- Район прицеливания – это примерно то расплывчато видимое место на мишени, на котором желательно видеть «ровную мушку». И чем точнее выбран этот район и чем меньше колебания прицельных приспособлений, тем результат попадания в «10» будет более возможен, при правильной работе пальца на спусковом крючке. Но зачастую не требуется попадания в «10», а стоит задача просто попадания в мишень.

- Прицеливание и обработка спуска должны производиться одновременно, нельзя сначала прицеливаться, а потом начать работать со спуском;

- Мушку с целиком надо видеть всегда, до выстрела, во время выстрела и после выстрела. Производить выстрел без контроля прицельных приспособлений это все равно, что стрелять, закрыв глаза;

- Долгое прицеливание (понятие «зацеленный» выстрел) без мигания ухудшает остроту зрения вдвое.

Этапы выработки правильного прицеливания при работе «вхолостую»:

1. Определение доминирующего глаза.

Для этого стрелку нужно, держа кисть на некотором удалении, сложить пальцы в виде кольца или треугольника и смотреть через него на выбранный предмет, чтобы видеть его обоими глазами. Затем, поочередно закрывая глаза, необходимо следить, уходит предмет из кольца или остается в нем. Доминирующим будет тот глаз, которым стреляющий видит предмет не смещенным, а оставшимся в кольце (рис. 44).

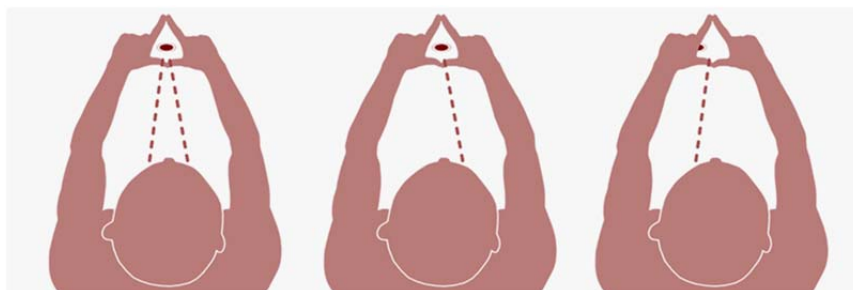


Рис. 44. Определение доминирующего глаза

У большинства доминирующий глаз правый. Можно прицеливаться и другим глазом, но надо помнить, что при этом происходит смещение пробойн. Например, если стрелять с правой руки на 25 м и прицеливаться левым глазом, то смещение пробойн будет примерно на 15 см. левее. Начинающий стрелок должен выполнять прицеливание правильно и в классическом варианте. По мере роста мастерства можно экспериментировать. Чем ближе расстояние до мишени, тем разница в прицеливании меньше и при стрельбе на короткие расстояния 3–5 м значения не имеет каким глазом прицеливаться.

2. Тренировка прицеливания по белому листу (светлый фон) без обработки спуска;
3. Тренировка прицеливания по белому листу (светлый фон) с работой над спуском;
4. Тренировка прицеливания по тренировочной мишени.

Мишени могут быть различные. Самое простое если стрелок вешает на стене на небольшом удалении маленький листок белой бумаги с нарисованным черным кругом. Прицеливание при этом осуществляет под этот круг с максимальным просветом под этим кругом. По мере роста мастерства просвет между кругом и видимыми прицельными приспособлениями может уменьшаться (рис. 45).



Рис. 45. Изменение просвета между прицельными приспособлениями и черным кругом

5. Тренировка прицеливания по тренировочной мишени с работой над спуском;
6. Тренировка прицеливания с переносом «ровной мушки» по нескольким тренировочным мишеням (рис. 46).

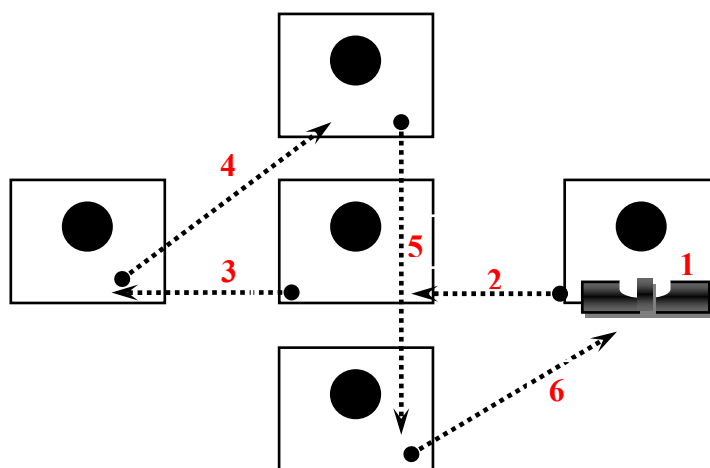


Рис. 46. Вариант перенос «ровной мушки»

При такой работе следует следить за тем, чтобы перенос руки с оружием с мишени на мишень осуществлялся не движением руки (одноручная изготовка) или двух рук (двуручная изготовка), а поворотом туловища с закрепленным верхним плечевым поясом (рис. 47).

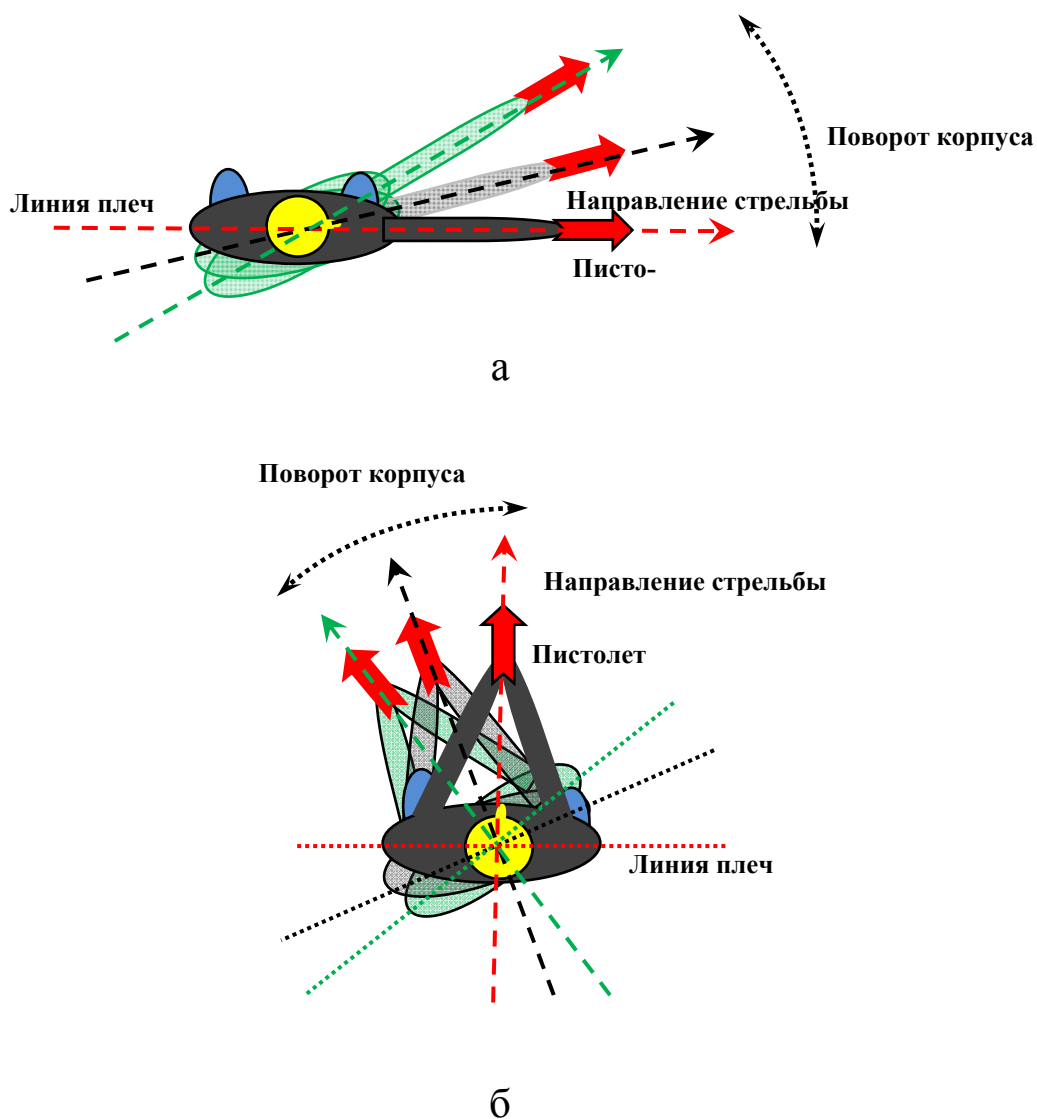


Рис. 47. Схематичное изображение (вид сверху) переноса оружия с мишени на мишень:
 а – при одноручной изготовке;
 б – при двуручной изготовке.

Перенос оружия с помощью одной только руки приведет к смещению прицельных приспособлений, соответственно прицельной стрельбы не получится.

7. Тренировка прицеливания с переносом «ровной мушки» на разноудаленные предметы (мишени).

Этот прием стоит выполнять более опытным стрелкам с использованием всех способов прицеливания.

Опытные стрелки используют другой способ прицеливание, это бинокулярное прицеливание, то есть прицеливание двумя глазами. При таком способе прицеливания стрелок не закрывает глаз а мысленно выключает его из работы, пытаясь сконцентрироваться на одном глазе. По началу стрелок использует «наглазник», это приспособление которое крепиться перед глазом на специальных очках или с помощью резинки. Наглазник может быть изготовлен из любого материала, но лучше, если он будет полупрозрачным и не громоздким, в этом случае напряжение на глаза будет распределяться равномерно, что не ухудшит качество зрения в целом. Используют наглазник в основном при медленной стрельбе. В последствии стрелок может работать и без него, используя бинокулярный способ прицеливания. При скоростной стрельбе, с перемещениями в движении и т. д. стреляющему использовать наглазник нет смысла, поэтому важно научиться бинокулярному способу прицеливания.

2.4. Обучение спуску курка

Спуск курка должен производиться по определенной технике, которая одинакова для любого вида стрельбы. Нет различий в обработке спуска при стрельбе из пистолета, автомата или другого вида оружия, так же нет отличий и в работе со спуском при стрельбе в неограниченное время и скоростной стрельбе. Различия составляют только скорость производства этого действия.

Ошибки в изготовке, хватке, затаивании дыхания, даже незначительные в прицеливании влияют на точность стрельбы, но ошибки в работе над спуском приводят к промахам.

Процесс управления спуском не сложное физическое действие, но погрешности, которые присутствуют при этом, могут надолго выбить стрелка из нормально восприятия выстрела и стрельбы в целом. Зачастую не способность обучаемого к усвоению этого элемента навсегда закрепляется в его психике, и процесс стрельбы превращается в недоступное, по его мнению, действие.

Стрельба – это психология и то, что твориться в голове стрелка, отражается на его действиях и соответственно на мишени.

Стрельба – это борьба с самим собой, со своими мыслями, которые как раз мешают либо помогают в момент обработки спуска.

Как говорилось выше, обрабатывать спуск необходимо плавно, аккуратно, спокойно, уверенно, без рывков и остановок, одним тянущим движением изолированного от хватки указательного пальца.

Этапы выработки правильной работы над спуском курка при работе «вхолостую»:

1. Отработка движения пальца на спусковом крючке с визуальным контролем.

В данном случае необходимо взяв пистолет в руку, уплотнить хватку, взвести курок большим пальцем другой руки и глядя на положение пальца на спусковом крючке, при этом, рука с оружием не вытягивается в изготовку, начать плавно нажимать на спусковой крючок. Необходимо следить за всеми фазами спуска. Так как у спускового крючка есть свободный ход, то его надо выдать одним уверенным движением до момента, когда почувствуется натяжение и на 2-3 секунды остановить палец, потом отпустить. Сделать это несколько раз, чтоб почувствовать этот переход в рабочий ход спускового крючка. После продолжить аккуратно и плавно выдавливать остальной рабочий ход спускового крючка до момента срыва курка с боевого взвода. Необходимо это движение сделать в различном темпе.

Иногда начинающие стрелки не понимают смысл работы над спуском «плавно» и им более доступно в понимании «медленно». Это непонимание происходит не от смысла слова, а от способности воспроизводить это действие. Зачастую это зависит об общей координации человека, особенно в тот момент, когда спуск надо соединить с прицеливанием.

2. Отработка движения пальца на спусковом крючке с помощью тренера – преподавателя.

Для этого необходимо тренеру – преподавателю наложить свой палец на свободно лежащий на спусковом крючке указательный палец обучаемого и аккуратно с объяснениями фаз спуска произвести правильное движение до срыва курка с боевого взвода.

3. Отработка движения пальца на спусковом крючке без визуального контроля.

В данном случае необходимо проделать то же самое действие, только сначала просто закрыв глаза, затем принять изготовку, работать со спуском и не производить прицеливание. Стрелок при этом должен сосредоточиться на движении пальца, ощутить все фазы спуска.

4. Отработка движения пальца на спусковом крючке с визуальным контролем.

Принять изготовку, произвести прицеливание, задержать дыхание, сделать выстрел «вхолостую», затем удерживать 20–30 секунд спокойно дыша и контролируя мушку в целике.

Проделать то же самое, только сначала выполнить 20–30 секундное удержание оружия в изготовке, спокойно дыша и контролирую мушку в целике, затем затаить дыхание на полу выдохе и сделать прицельный выстрел «вхолостую».

5. Отработка движения пальца на спусковом крючке с прицеливанием в ограниченное время.

Необходимо соединить все элементы выстрела и произвести прицельный выстрел «вхолостую» выполняя норматив № 1 (стоя) для пистолета Макарова, затем довести все действия до автоматизма за меньшее количество времени, не пренебрегая правильной работой над спуском.

2.4.1. Ошибки при работе над спуском и способы их устранения

1. Дерганье пальцем за спусковой крючок.

Это резкое нажатие указательного пальца на спусковой крючок – самая грубая и распространенная ошибка.

Происходит это в случаях:

1) когда стрелок пытается «поймать» момент, когда прицельные приспособления с «ровной мушкой» окажутся четко в районе прицеливания и стрелку кажется что это самое подходящее время для нажатия на спусковой крючок, пока мушка «не убежала»;

2) если у стрелка нарушена хватка, она расслаблена, и прикладываемые усилия на спусковой крючок не контролируются;

3) когда при работе со спуском стрелок сначала правильно давит пальцем, затем останавливается, например чтоб уточнить прицельные приспособления, и убирает палец со спускового крючка, возвращая его в исходное положение и производит выстрел;

4) когда при скоростной стрельбе стрелок отрывает палец от спускового крючка и отбрасывает его по завершению каждого выстрела, соответственно теряется ощущение пространственного нахождения пальца и спускового крючка;

5) если стрелок просто боится выстрела (звука, отдачи оружия) и старается избавиться от этих неприятных моментов, быстрее сделать выстрел не задумываясь о его качестве;

6) слабой физической подготовленности стрелка, когда оружие в руке для него является тяжелым, отсюда возникает неуправляемый «тремор» т. е. сильное колебание оружия в руке, и как следствие резкое нажатие на спусковой крючок;

7) ошибки в прицеливании. Неопытные стрелки в момент прицеливания часто смотрят сначала на мишень, потом концентрируют взгляд на мушке, потом на целике, опять на мишени и при этом забывают о спуске.

2. Реакция организма стрелка на выстрел.

Стрелок до выстрела реагирует всем телом на еще не совершившуюся отдачу оружия. Сам стрелок этой ошибки не видит, поэтому очень долго может не понимать, почему нет пробоя в мишени. Стреляющий слышит, видит выстрел и ощущает отдачу оружия. Зная об этом, в момент самого процесса он старается уменьшить негативные воздействия от выстрела путем мышечного противодействия всем телом, двигаясь вперед. Так как невозможно уловить миг вылета пули из канала ствола стрелок сопротивляется тому, чего еще нет – отдаче оружия. Это нормальная реакция организма человека, которая в стрельбе оборачивается катастрофой. Часто стрелок этого не замечает, ему надо помочь увидеть эту ошибку. В этом случае поможет работа с учебными патронами, которые снаряжаются в магазин вперемешку с боевыми, при этом стрелок этого не должен знать. При

стрельбе, когда попадется учебный патрон, обучаемый увидит как он в момент предполагаемого выстрела «клюет» стволом вниз при спуске курка.

Тоже самое можно проделать, обманывая стрелка. На огневом рубеже руководитель отворачивает стрелка спиной к мишени, а сам заряжает или не заряжает оружие, при этом оружие всегда выглядит как заряженное. Затем дает сделать выстрел и смотрит на ошибки. При ошибке стрелок «клюет» стволом вниз одновременно со спуском курка.

Это должен увидеть сам стрелок, тогда он начнет с этим бороться иначе пользы не будет.

Хорошим упражнением для устранения этой реакции организма служит парная работа обучаемых без оружия. Первый обучаемый становится в «классическую» изготовку, руку, где должно быть оружие сжимает в кулак. Вторым обучаемым наносит не очень сильные, но короткие удары в область кулака в размеренном темпе 3–4 удара. Затем делает вид, что наносит удар, а сам задерживает руку за 1–3 см до кулака товарища. Если ошибка есть, то первый обучаемый в этот момент обязательно сильно «клевывает» рукой, а иногда и всем телом вниз, как бы противодействуя будущей отдаче.

При работе с патроном эту ошибку увидеть невозможно. Если стрелок знает и видел эту ошибку, ее можно устранить, предлагая ему обрабатывать спуск как можно дольше и плавнее. Привыкший к определенному темпу своей, зачастую быстрой стрельбы, он увидит как ствол за секунду до выстрела «клюет» вниз.

Хорошим средством борьбы с резким нажатием на спусковой крючок служит стрелковый тренажер SCATT. После рассказа и показа преподавателя как должна выглядеть траектория движения оружия и результат выстрела при правильной работе над спуском, обучаемый понимает, что он делает не так и стремится устранить ошибку.

3. Затягивание выстрела – чрезмерно растянутое действие нажатия на спусковой крючок.

Часто это происходит из-за рассогласования действий по прицеливанию и спуску курка. Стрелок сначала прицеливается и хочет добиться хорошей «устойчивости» оружия, а потом начи-

нает работать со спуском. Вследствие затягивания выстрела сначала стрелку «не хватает воздуха», затем острота зрения снижается, появляются расстройства координации из-за утомления мышц и изготовка теряет устойчивость. Стрелок производит нажатие на спусковой крючок в неблагоприятных условиях, и это нажатие может включать в себя вышеперечисленные ошибки.

Еще одна причина затягивания выстрела это чрезмерно осторожное, медленное нажатие на спусковой крючок, порождаемое боязнью произвести плохой выстрел. При этом стрелок не может себя заставить вовремя плавно нажать на спусковой крючок, упускает один за другим моменты, благоприятные для производства выстрела и, тем самым, в целом затягивает спуск курка.

Так же затягивается выстрел и при неумении обрабатывать спуск. Палец застывает на полпути и не давит на спусковой крючок.

Такой выстрел необходимо отложить, отдохнуть и сделать новую попытку.

2.5. Обучение правильному дыханию

От постановки дыхания стрелка зависит не только результат каждого выстрела, но и успешное выполнение всего упражнения.

Важно помнить, что дышать и производить выстрел нельзя.

Начинающие стрелки не обращают внимания на данный важный элемент производства выстрела. Только приняв изготовку лежа или с колена можно заметить, как сказывается процесс дыхания на движение оружия. Более заметно это при стрельбе с автомата (винтовки) в изготовке лежа, а менее заметно при стрельбе из пистолета в изготовке строя, но происходящие в организме процессы в этот момент не различаются.

Одна из ошибок при стрельбе – затянутый выстрел. Он всегда плохой и часто происходит, когда стрелок плохо контролирует дыхание. В процессе выстрела при дыхательной паузе накапливается углекислый газ в организме и стрелок, иногда затягивая выстрел, делает выдох и полу вдох, пытаясь продлить работу над выстрелом уже на фоне общей накопившейся усталости. К хорошему результату это не приводит.

Если стрелок всегда задерживает при выстреле дыхание, то при медленной стрельбе он сможет отличить затянутый выстрел от нормального.

Важно задерживать дыхание и на всю серию выстрелов в упражнении, если оно выполняется до 15 секунд. Стрельба в некоторых упражнениях может производиться после передвижения, активного бега, с различных изготоек и физических нагрузок, поэтому задержка дыхания на каждом огневом рубеже, перед каждой серией выстрелов будет залогом успешной стрельбы.

Этапы выработки правильной работы над дыханием:

1. Задержка дыхания при работе «вхолостую» после гипервентиляции (2–3 глубоких вдоха) с выстрелом на 12–15 секундах;
2. Задержка дыхания при работе «вхолостую» после постепенно уменьшающихся по амплитуде вдохов и выдохов при неизменной их частоте с выстрелом на 12–15 секундах;
3. Задержка дыхания при работе «вхолостую» в различных изготойках.

Необходимо помнить, что регулярная вентиляция легких между выстрелами (медленная стрельба) и серией выстрелов (скоростная стрельба) в целом обеспечивает отдых и предохраняет стрелка от кислородного голодания и преждевременной усталости.

Глава 3. Техника умелого владения оружием

Умелое владение оружием предполагает выполнение технических действий, которые не связаны со стрельбой непосредственно, но влияют на ее качество с технической и психологической точки зрения. Данные действия производятся до выстрела и после него, это: извлечение оружия из кобуры, выключение и включение предохранителя, досылание патрона в патронник, смена магазина, устранение задержек при стрельбе, действия по разряжанию оружия.

Для производства хорошего, правильного одиночного выстрела, необходимо оттачивать все элементы выстрела, а для скоростной стрельбы, предполагающей производство нескольких выстрелов подряд важным фактором является время затраченное на извлечения оружия, снятие с предохранителя, досылание патрона в патронник и первый выстрел, смена магазина, устранение задержек во время стрельбы, перенос оружия с цели на цель, а также скорость перемещения с оружием.

Четкое выполнение этих элементов есть способность стрелка постоянно контролировать оружие и обстановку вокруг себя, что является успехом как при выполнении упражнения так и при реальном огневом контакте.

3.1. Извлечение пистолета из кобуры

Любое упражнение и тем более реальная обстановка огневого контакта начинается с извлечением пистолета из кобуры. Кобуры бывают разными, но техника выполнения извлечения должна быть отточенной до автоматизма. Извлечение пистолета должно быть одним слитным, мгновенным и рациональным действием. Тренировка этого элемента должна осуществляться из различных изготоек до выработки динамического стереотипа. Для хорошо тренированных стрелков это действие с первым выстрелом занимает 0,7–0,9 секунды, когда как норматив для пистолета Макарова предполагает выполнение принятия изготоек с первым выстрелом за 4 секунды. Но реальные огневые контак-

ты скоротечны и умелые действия с оружием, выполненные быстро и точно помогут сохранить жизнь сотруднику.

Извлечение необходимо производить энергично, без остановок и резких движений. При скоростной стрельбе из любой изгот-товки движение пистолета в конечную точку (уровень глаз) должно быть по прямой траектории, при этом ствол всегда направлен в сторону цели (вперед) (рис. 48).

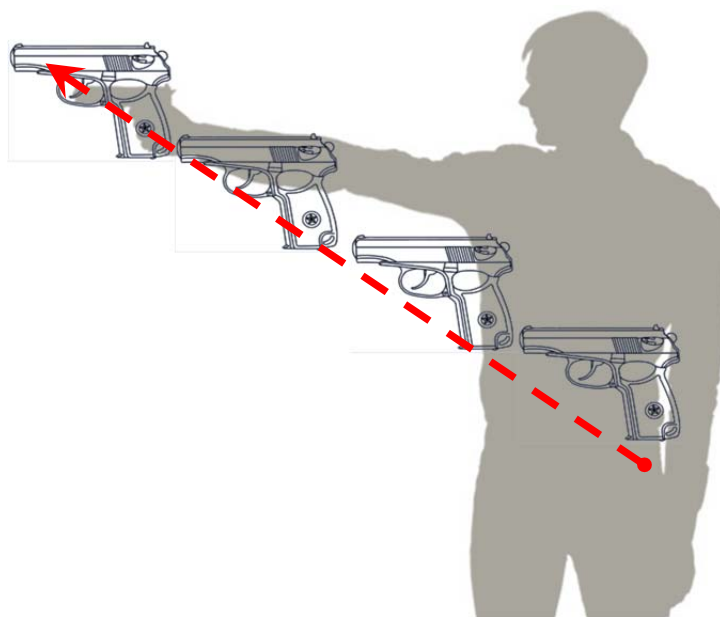


Рис. 48. Траектория движения оружия и направление ствола

В идеале остановка пистолета в конечной точке траектории движения должна совпасть с выстрелом.

Во время извлечения пистолета необходимо, чтобы были задействованы только мышцы рук, обращая внимание на положение корпуса, головы, плеч, которое должны быть естественными и не вызывать дополнительных усилий. При извлечении оружия важно плотно взяться за рукоятку пистолета и сформировать хватку.

При извлечении оружия из закрытой кобуры необходимо:

1. Обе руки одновременно движутся к пистолету;
2. Открывается кобура удобным и отработанным способом (рис. 49).



Рис. 49. Открывание кобуры

3. Правая рука накладывается на рукоятку и плотно упирается развилкой между большим и указательным пальцами в изгиб тыльной стороны рукоятки пистолета, либо тремя согнутыми пальцами – средним, безымянным и мизинцем. Одновременно большой палец заводится за рукоятку и формируется хватка.



Рис. 50. Наложение кисти на рукоятку пистолета

4. Тремя пальцами кисти (средним, безымянным и мизинцем) обхватывается рукоятка пистолета. Указательный палец – прямой, большой накладывается на предохранитель (рис. 50).

5. Кисть левой руки находится в районе солнечного сплетения.

6. Пистолет извлекается из кобуры и разворачивается стволом к мишени, начиная движение вперед-вверх.

7. Большой палец правой руки выключает предохранитель.

8. Кисть левой руки встречается с пистолетом, захватывает затвор (отработанным способом).

9. Руки продолжают движение. Левая рука, удерживающая затвор движется к стрелку, а правая с пистолетом – от стрелка, как будто бы отталкивает пистолет от себя на «противоходе».

10. Левая рука убирается с затвора и формирует двуручный хват. Указательный палец накладывается на спусковой крючок и выбирает свободный ход. Ствол направлен в сторону мишени.

11. Движение пистолета замедляется в конечном участке траектории, прицельные приспособления выравниваются и выходят в район прицеливания, палец плавно дожимает спуск.

Извлечение пистолета из кобуры и вывод его на линию прицеливания должен быть без остановок. Ошибкой при наведении оружия на цель является опускание или «закидывание» сверху пистолета на линию прицеливания (рис. 50). Траектория движения пистолета должна идти по кратчайшему расстоянию от кобуры к конечной точке (см. рис. 50 в).



а. Опускание ствола при наведении на цель



б. «Закидывание» ствола вверх при наведении на цель



в. Движение пистолета по кратчайшему расстоянию при наведении на цель

Рис. 50. Ошибки при наведении оружия на цель

3.2. Досылание патрона в патронник

Существует много способов досылания патрона в патронник, которые различаются по способу захвата затвора рукой без оружия (рис. 51). Это зависит от модели пистолета, физической подготовленности стрелка, его антропометрических данных и других нюансов. Но при выполнении этого действия необходимо обращать внимание на то, чтобы в момент досылания патрона в патронник пистолет не останавливал своего движения. Пистолет все время должен равномерно двигаться от кобуры до конечной точки траектории. Так же необходимо следить за тем, чтобы при досылании ладонь руки не попала в окно выбрасывателя, так как это может привести к травме и задержке.



а. Снятие пистолета с предохранителя с одновременным досыланием патрона в патронник (вид слева и справа) способом обратного захвата рукой затвора



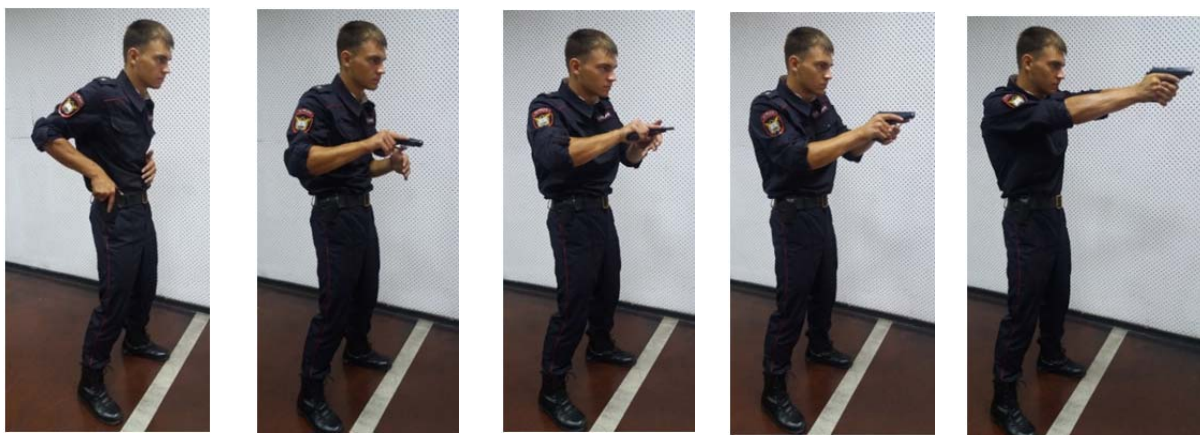
б. Снятие пистолета с предохранителя и досылание патрона в патронник и способом захвата рукой за заднюю часть затвора



в. Досылание патрона в патронник и способом захвата затвора развилкой между большим и указательным пальцами



г. Досылание патрона в патронник оружия вынесенного на линию прицеливания



д. Досылание патрона в патронник с одновременным выносом оружия на линию прицеливания

Рис. 51. Способы досылания патрона в патронник

Ошибки и нарушение мер безопасности при досылании патрона в патронник

Частая ошибка при досылании патрона это пронос оружия через части тела стрелка. Такое действие не только является ошибкой, а еще и нарушением мер безопасности. Стрелок в этот момент не контролирует положение оружия и ствола, сосредотачивая свое внимание на мало значительных вещах, и может направить оружие, как на себя, так и в сторону, на рядом стоящего на огневом рубеже стрелка (рис. 52).



Рис. 52. Неконтролируемое положение ствола пистолета

Пронос оружия через части тела стрелка очень распространенное нарушение и при помещении оружия в кобуру, принятии

изготовок лежа и с колена, выполнении действий по смене магазина и др. Это происходит в основном с неопытными стрелками и сотрудниками, испытывающими на огневом рубеже сильное волнение и психологический дискомфорт. Борьба с этими явлениями необходимо по средствам отработки действий с оружием «вхолостую» многократно повторяя и контролируя правильные движения.

3.3. Смена магазина

Смена магазина для стреляющего, который никогда не делал это в процессе обучения стрельбе, будет большой проблемой в реальной обстановке. Стрессовая ситуация накладывает на технику любого действия отрицательный отпечаток, выявляя проблемы и усугубляя результат, который может стоить неопытному сотруднику жизни.

Если говорить о боевом применении оружия, то сотрудник во время огневого контакта должен контролировать количество боеприпасов и вовремя менять магазины. Отсутствие патронов не должно стать для него неприятным сюрпризом. В реальной ситуации огневого контакта необходимо так рассчитать момент перезарядки, чтобы в патроннике всегда оставался патрон. Ведь если пистолет находится на затворной задержке, а патронник пуст, то это увеличивает число операций с пистолетом, а так же увеличивает время. Смена магазина не должна занимать время, если это происходит в движении. Здесь перезарядка осуществляется одновременно с перемещением с одной позиции на другую.

Технике смены магазина уделяется мало внимания. Считается, что это малопригодный навык, поскольку упражнений со сменой магазина мало и их редко стреляют. Поэтому даже опытные сотрудники долго и неумело вменяют магазин.

У пистолета Макарова магазин освобождается отжатию боевой пружины в нижней части рукоятки и этот процесс занимает на много больше времени чем перезарядка в пистолетах с кнопочной системой, например у пистолета Ярыгина. Преимущество пистолетов с кнопкой составляет 1,5–2 секунды.

При перезарядке все движения должны быть выверенными и четкими. Суэта и попытки перезарядить как можно быстрее приведут к утыканию магазина в торец рукоятки и, как правило, падению его на землю.

При смене магазине важно захватить магазин рукой, таким образом, чтоб его не пришлось переворачивать в момент присоединения к пистолету из-за того, что он оказался в руке пулей назад. При начальном обучении смены магазина пистолет всегда должен оставаться на линии прицеливания и контролироваться зрением, направляя взгляд на окно в основании рукоятки пистолета (рис. 53).



Рис. 53. Пистолет при смене магазина находится на линии прицеливания

При обучении замены магазина необходимо определить ключевые моменты данного технического действия и соблюдения определенных условий, таких как:

- куда деть пустой магазин после его извлечения;
- как закреплена кобура (подсумок) на стрелке (ее свободное вращение на поясе не даст возможность извлечь магазин с патронами, поскольку она будет тянуться следом за магазином);
- куда направлен ствол пистолета в момент извлечения магазина с патронами из кобуры (подсумка);
- каким образом захватить магазин с патронами из кобуры (подсумка), чтоб он оказался пулей вперед;
- как должен располагаться магазин с патронами в руке, чтоб при присоединении не повредить руки;
- куда направлен взгляд стрелка при извлечении и присоединении магазина;
- сколько патронов в магазине и при перезарядке есть ли патрон в патроннике;
- насколько плотная хватка сформировалась после замены магазина;

– в каком двигательном режиме происходит смена магазина, в статической позе или при передвижении.

Рассмотрим самый простой способ замены магазина, после израсходования всех патронов.

1. После производства последнего выстрела со старым магазином стрелок убирает палец со спускового крючка. Одновременно левая рука освобождается от хвата и направляется к защелке магазина. Магазин извлекается, затем рука направляется ко второму магазину, который расположен в кармашке (подсумке) пулей вперед (рис. 54).

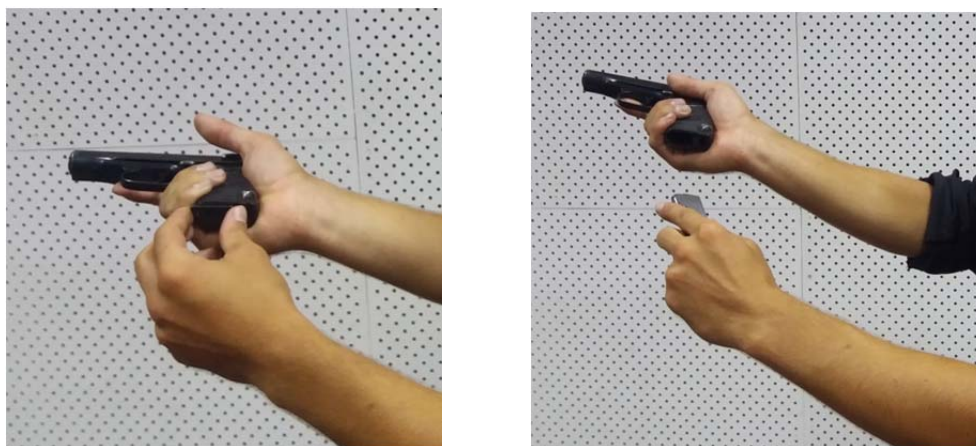


Рис. 54. Извлечение магазина

2. Левая рука захватывает магазин таким образом, чтобы крышка магазина упиралась в центр ладони. Выпрямленный указательный палец накладываться на переднюю грань магазина, а остальные три пальца - средний, безымянный и мизинец – удерживают магазин за его нижнюю часть.

3. В момент перезарядки рукоятка пистолета разворачивается в горизонтальной плоскости основанием к стрелку (влево), чтоб было видно окно для помещения магазина, взгляд обращен на магазинное окно. Левая рука с магазином двигается строго по прямой – от подсумка (кобуры) к пистолету.

4. Магазин вставляется в основание рукоятки одним энергичным движением. При необходимости затвор снимается с затворной задержки, досылая патрон в патронник. Взгляд стрелка переводится на мишень, которую надо поражать.

5. Стрелок переходит на двуручный хват, одновременно наводя пистолет на цель.

6. Совмещаются прицельные приспособления, и производится выстрел.

Спорным моментом является нахождения пустого магазина после его смены. В практике обучения сотрудникам, выполняющим упражнения со сменой магазина, рекомендуется не бросать магазин на пол, а наоборот, следить за тем, чтоб не потерять его. Возможно, это правильно, и рекомендуется в нормативных документах, но в реальной ситуации может стоить сотруднику жизни..

Часто стрелок после извлечения пустого магазина, долго не может положить его в карман или куда-либо, теряя при этом время. Здесь стрелок ставит себе задачу сохранности имущества, а не быстрого открытия огня после перезарядки. Поэтому необходимо обозначить сотруднику что важнее, жизнь или наличие магазина.



Рис. 55. Вариант положения магазина при перезарядке

Извлеченный магазин при перезарядке, при устранении задержек или любых действиях с оружием проще всего поместить под мизинец руки удерживающей оружие, это быстро и рационально (рис. 55). Обучая технике смены магазина, важно чтоб сотрудник выполнял эти действия не полагаясь на то, что магазин после извлечения можно куда либо положить (на стол, в кобуру или в карман), тем самым давая возможность ему действовать правильно при любых обстоятельствах и изменившихся условиях реальной обстановки, например, сотрудник, стоит по пояс в воде.

Глава 4. Методика обучения производству первого и сдвоенных выстрелов из пистолета

4.1. Производство одиночного выстрела в неограниченное время

Стрельба медленная, скоростная и тактическая (практическая) имеют не только разное назначение, но и различные техники производства выстрела. Но основой стрельбы будет выступать умение производить одиночный выстрел в неограниченное время на классической дистанции 25 м.

Стрельба в неограниченное время предполагает выполнение упражнений на точность, количество очков или спортивную стрельбу при получении квалификационного звания. Этот вид стрельбы является основополагающим для дальнейшего совершенствования стрелковой подготовки. Только освоив ее можно приступить к обучению скоростным видам стрельбы. В данном случае используются классическая изготовка, классическое прицеливание, регуляция дыхания. Оттачивая все элементы выстрела «вхолостую», необходимо их довести до автоматизма, потому, что при скоростной стрельбе добавляются другие элементы, и время на обдумывание выстрела сокращается.

Техника и порядок действий при работе над одиночным выстрелом медленной стрельбы:

1. Проверить изготовку: Встать правым боком (для правши) к мишени, проконтролировать положение ног (ступней), выпрямить руку без оружия в сторону мишени и повернуть голову. Если постановка ног правильная, то рука смотрит прямо на мишень. Если она смотрит правее или левее, то поправить изготовку необходимо перестановкой ног (ноги), но ни в коем случае доводом руки на мишень. Так как при стрельбе мышцы все равно будут стремиться, раскрутится в исходное положение, от этого пробойны будут ложиться не по месту.

2. Взять оружие, уплотнить хватку, закрепить лучезапястный сустав, выпрямить руку с оружием в сторону мишени и проверить еще раз изготовку закрывая и открывая глаза (оружие должно быть точно по центру мишени).

3. Выполнить различные упражнения холостой тренировки.

4. Зарядить оружие. Выпрямить руку с оружием в локтевом суставе с подъемом вверх на 15–20 см. от уровня линии прицеливания, сделать глубокий вдох, выровнять мушку в целике, когда оружие находится вверху, сделать примерно 2 дыхательных акта, опуская оружие на линию прицеливания. Сделать полу выдох, войти в район прицеливания, затаять дыхание и выдавить свободный ход спускового крючка, выполнить грубое прицеливание.

5. Уточняя положение мушки в целике, постоянно однообразно, плавно нажимать на спусковой крючок, стараясь сохранить «ровную мушку» до момента выстрела.

6. После выстрела следует следить за мушкой в целике, в какую сторону она отклонилась в момент выстрела, продолжать прицеливаться еще несколько секунд, сделать несколько дыхательных актов, оценить качество выстрела.

7. Оценить проделанную работу, предположить, куда ушла пробойна после выстрела, по положению мушки в целике, сравнивая ее с результатом на мишени, проанализировать, что не получилось.

Если стрелок не может оценить свой выстрел, значит, он не понимает что делает и для чего. Хорошей стрельбы без анализа проделанной работы не бывает.

Так выглядит работа стрелка с патроном, но точно так же она должна выглядеть и без патрона. Работа «вхолостую» обязательно предшествует стрельбе и занимает по времени от 20% до 60% общего времени тренировки, в зависимости от квалификации стреляющего. Так же она проделывается в процессе стрельбы, если у стрелка не получается какой то элемент выстрела. Способность стреляющего видеть и оценить качество стрельбы без патрона, будет одним из важных факторов роста стрелкового мастерства.

У сотрудника на занятии по огневой подготовке обязательно должно быть время на проделывание этой работы «вхолостую» не менее 12–15 выстрелов, даже если он выполняет другое, скоростное упражнение. В данном случае это поможет ему включить в работу нужные функциональные системы организма и подготовиться к стрельбе.

4.2. Производство первого выстрела при скоростной стрельбе

Ведение скоростного огня это выполнение всех технических элементов выстрела, но быстрее чем при стрельбе в неограниченное время, техника элементов выстрела не меняется, а имеет свои особенности.

Сложность скоростной стрельбы заключается в том, что все процессы протекают быстро и распределить внимание необходимо на все элементы выстрела, успеть проанализировать каждый, сделать соответствующие выводы и внести корректировку по ходу стрельбы.

У неопытных стрелков существует одна проблема, это время, которого им или не хватает на упражнение, но есть достаточно неплохое качество стрельбы или время остается, но при этом качества нет.

Ощущение время на огневом рубеже сопряжено с нервными процессами, протекающими у стрелка в организме. Но даже опытные стрелки знают, что при стрессовых ситуациях, например на соревнованиях, время течет по-другому, чаще все происходит быстрее чем, кажется.

Поэтому техника выполнения выстрела при скоростном ведении огня должна быть хорошо изучена, нацелена на ключевые моменты, отработана «вхолостую» с многократным повторением, не должна содержать лишних и суетливых движений, рационально распределено время на выполнение всех элементов выстрела.

В связи с этим все скоростные упражнения сначала отрабатывают по отдельным элементам без учета времени, затем соединяют все элементы упражнения и выполняют его в среднем, удобном для стрелка темпе. Затем находят элементы в упражнении, которые стрелок делает слишком долго, на чем тратит много времени. Главное определиться, на что тратит драгоценное время стрелок: долго выполняет элементы стрельбы (прицеливание, спуск курка и др.) или на действия с оружием (извлечение и кобуры, снятие с предохранителя и т. д.). Процесс выработки навыка скоростной стрельбы будет более эффективен, если действия с оружием не будут мешать процессу самого выполнения упражнения, а помогать. Часто стрелок из-за боязни или лишней суетливости делает ошибки в извлечении пистолета из кобуры, кото-

рые не дают возможности думать о стрельбе и выполнении упражнения, оставляя негативный эмоциональный след.

Поэтому скоростная стрельба должна сопровождаться отточенными до автоматизма действиями с оружием и производством первого выстрела.

От правильности и четкости выполнения первого выстрела при скоростной стрельбе зависит вся серия выстрелов. Техника производств выстрела при скоростной стрельбе:

1. Извлечение пистолета, снятие с предохранителя и досылание патрона в патронник должно быть как одно слитное действие, занимающее как можно меньше времени.

2. Движение заряженного оружия от кобуры на уровень линии прицеливания должно быть по кратчайшему расстоянию и без остановок.

3. Взгляд при выполнении действий с оружием должен быть направлен в сторону мишени. Полного визуального контроля действий с оружием не требуется, за исключением, если что-то случилось в процессе этих действий (зацепился пистолет мушкой за край кобуры и т. д.).

4. При выносе пистолета на уровень линии прицеливания взгляд переключается на прицельные приспособления и одновременно указательный палец выдавливает свободный ход спускового крючка.

5. Прицельные приспособления уточняются в районе прицеливания после остановки оружия, происходит дожатие спуска и звучит выстрел. Время на выполнение этого элемента может несколько отличаться в зависимости от задачи и общего времени выполнения упражнения. Если действия доведены до автоматизма и уровень стрелка высок, то в идеале выстрел происходит одновременно с остановкой оружия в районе прицеливания с «ровной мушкой».

6. Чем правильнее произведен первый выстрел, тем проще сделать второй и остальные. Первый выстрел залог успеха всей серии.

7. Следующий выстрел должен быть обязательно произведен после остановки оружия и небольшой паузы для уточнения прицельных приспособлений и правильного плавного дожатия спуска. Если не делать остановку оружия с паузой то оружие бу-

дет по инерции двигаться вниз и выстрел произойдет в момент, провала мушки в целике. Не редко после серии выстрелов появляется реакция на отдачу, поэтому очень важно делать остановку и выдерживать паузу. Сначала в процессе тренировки пауза должна быть длиннее (1–1,5 сек.), затем сокращать ее до минимума физической возможности стрелка.

8. Палец на спусковом крючке постоянно должен быть в контакте и в движении при производстве всей серии выстрелов. Важно так же сохранять нужный темп стрельбы, он позволяет выработать определенный стереотип всего упражнения. Иногда выстрел может быть очень быстрым и неожиданным, это не плохо, если он проделан с правильной техникой. Главное контролировать прицельные приспособления и движения пальца на спусковом крючке во время всей серии выстрелов.

Скорость производства первого выстрела и всей серии выстрелов зависит от опыта стрелка, его темперамента и способности проводить анализ и исправлять ошибки во время самой стрельбы. Главное что обязан помнить стрелок, что количество плохих выстрелов откладывают негативный отпечаток не только на саму стрелковую технику, а и на эмоциональное состояние стрелка, на его способность анализировать ошибки в стрессовой обстановке, противостоять желанию уйти от проблем. Поэтому главное правило стрелка – «Стрелок, воздержись от плохого выстрела!».

4.3. Производство сдвоенного выстрела

Полицейская практика показывает: чтобы остановить агрессора, опьяненного алкоголем или наркотиками, недостаточно одного попадания из пистолета. В большинстве случаев только два и более попадания останавливают злоумышленника. Данная техника распространилась в боевой стрельбе – в полиции, ФБР, других службах и военизированных подразделениях. Называют это по-разному: «дабл тэп», «флэш», «сдвоенный выстрел» и т. д.

Если понаблюдать за опытным стрелком, который быстро поражает мишени сдвоенными выстрелами, то может показаться, что он делает это, не прицеливаясь, хотя это ни так. На короткой дистанции до 5 метров, стрелок очень быстро делает сдвоенные

выстрелы, которые практически сливаются в один. На средней дистанции до 15 метров между выстрелами будет более различима пауза, а на дальней дистанции от 20 метров это будут два отдельных выстрела.

Стрельба сдвоенными выстрелами необходима для поражения целей на коротких расстояниях и практически мало общего имеет со стрельбой классической и стрельбой на длинные дистанции. Здесь имеет значение скорость реакции стрелка на постоянно меняющуюся ситуацию, способность вести огонь практически интуитивно, используя вариант прицеливания при котором стрелок видит цель, мушку и всю окружающую его обстановку.

Сдвоенный выстрел – это два прицельных, контролируемых выстрела. Стрелок всегда должен видеть прицельные приспособления, когда стреляет. Поэтому обучение лучше начинать с дальних и средних дистанций, где контроль прицельных приспособлений сохраняется на каждом выстреле. При перемещении мишени на более близкое расстояние стрелок должен сам почувствовать разницу между работой с прицеливанием и спуском курка, Здесь имеет место вариант прицеливания, при котором первый выстрел производится с контролем мушки, а второй следует за ним без прицеливания. Но визуальный контроль прицельных приспособлений необходимо сохранять.

Для тренировки сдвоенного выстрела можно использовать такие стандартные упражнения из практической стрельбы, как «Билл-Дрилл» (6 выстрелов в одну мишень в заданную зону, расстояние до цели 7 м). Это базовое упражнение, при котором есть как контроль прицеливания, так и хватки, которая не должна разваливаться до последнего выстрела. Необходимо сотруднику дать понятие, за какое время можно выполнить это упражнение. Хорошо тренированные стрелки выполняют его за время около 2 секунд, для пистолета Макарова хорошее время будет примерно 3 секунды, что вызывает у сотрудников недоумение и скептический настрой. Здесь можно столкнуться с психологической проблемой, которая решается сложнее технической.

На начальном этапе обучения важен показ этого упражнения используя видеоматериал и личный пример. При тренировке полезно отмечать время между двумя выстрелами. На скорость

стрельбы влияет опыт стрелка и, в меньшей степени, качество оружия. Стрелки, выступающие на уровне мастеров, стреляют в среднем 0,15–0,19 сек. между двумя выстрелами. Физический предел намечается где-то на грани 0,08–0,10 сек. Но не следует слишком концентрироваться на сдвоенном выстреле, доводя его до совершенства, необходимо понимать, как это делается, и уметь воспроизвести все технические элементы выстрела именно так, как необходимо для этого вида стрельбы.

Особенность техники производства сдвоенного выстрела заключается в следующем:

1. Хватка пистолета должна быть плотной, с постоянным контролем обеих рук, особенно левой (для правши) руки, ее наклон, сила сжатия, направление силы сжатия, положение указательного пальца под спусковой скобой, фиксация лучезапястного сустава.

2. Контроль пальца на спусковом крючке, его свободное движение, без включения в работу посторонних мышечных групп, исключение отбрасывания и потери контакта со спусковым крючком.

3. Распределение усилий между руками, левая рука плотнее правой удерживает оружие, но не пережимает.

4. Усилие обеих рук направленно на рукоятку, как будто стрелок «выжимает лимон» перед собой, при этом не закрепощает плечи и локти.

Полезно тренировать сдвоенный выстрел при перемещении и в движении, где исключается статическое напряжение, а условия по контролю хватки сохраняются.

Глава 5. Структура и организационно-методические указания по проведению занятий по огневой подготовке

Процесс обучения – это сложная система, включающая в себя учебную деятельность учителя и учащегося, и опирающаяся на педагогические принципы обучения, то есть на общие руководящие идеи и исходные нормативные требования к организации учебного процесса.

Обучение курсантов и слушателей огневой подготовке проходит на практических занятиях, на которых происходит выработка стрелковых навыков и навыков владения оружием.

Огневой подготовке важно соблюдать следующие принципы обучения:

- объективности, научности;
- связи теории с практикой;
- последовательности, систематичности;
- доступности;
- наглядности, разнообразия методов;
- активности;
- прочности усвоения знаний, умений и навыков.

Принцип последовательности в первую очередь направлен на то чтобы знания и умения должны быть неразрывно связаны между собой и образовывать целостную систему, трансформироваться в навыки и иметь уровни отражения, понимания и усвоения. Во-вторых, занятия по огневой подготовке проходят в строгом соответствии с нормативно-правовой документацией, которая отражает в первую очередь безопасное проведение занятий.

При соблюдении принципа систематичности важно помнить, что физиологической основой формирования двигательных навыков служат временные связи, возникающие между нервными центрами. Чтобы данные связи формировались и не утрачивались необходимо выполнять двигательное действие с определенной периодичностью. Для формирования двигательного навыка на занятиях по огневой подготовке необходима оптимальная периодичность повторения и закрепления определенных действий, свя-

занных с выполнением работы «вхолостую» и выполнением умелых действий с оружием, а так же выполнении нормативов.

Рассматривая принцип активности необходимо понимать, что структура образовательной деятельности, включает в себя двух участников: преподавателя и учащегося, которая ориентирована на высокую активность обоих участников образовательного процесса. Процесс обучения требует от обучаемого высокой активности, а иногда полной мобилизации его физических и духовных сил. Так как занятия по огневой подготовке связаны с выполнением физических действий при полной концентрации внимания, в повышенной стрессовой обстановке, то важно учитывать состояние обучающихся, их активность и мотивацию.

Соблюдая принцип доступности и наглядности преподаватель перед тем как начать разучивание того или другого приема стрельбы, преподаватель должен сам доступно и правильно показать обучаемым порядок выполнения этого приема стрельбы сначала в целом, а затем по частям (по разделениям). Изучение каждой части приема надо также начинать с показа и краткого объяснения, что нужно сделать для ее выполнения. При этом обучаемые вслед за восприятиями осмысливают и обобщают знания, полученные на основе наблюдений и изученного ранее материала.

Прочность запоминания обеспечивается продуманной системой повторения, как в процессе изучения материала, так и в специально отведенное время. При обучении стрельбе повторение действий проводится для того, чтобы добиться правильного выполнения разучиваемых приемов в кратчайшее время.

Процесс формирования навыков при обучении стрельбе проходит три основных этапа:

1. Первый этап заключается в расчленении приема (сложного действия) на части (элементарные действия) и обучении выполнению каждого элементарного действия в отдельности;

2. Второй этап представляет собой последовательное объединение отдельных элементарных действий в группы, а затем в одно целое сложное действие.

3. Третий этап сводится к автоматизации действий, которая происходит постепенно, благодаря многократным повторениям, подчиненным одной задаче.

Основной организационной формой обучения является практическое занятие, предусматривающее 2 часа. На протяжении этого времени могут отрабатываться учебные вопросы из одного или нескольких разделов огневой подготовки.

Вариант организации двухчасового практического занятия в группе с разделением ее на три рабочих места (по отделениям) можно представить в виде плана-конспекта, развернутого плана-конспекта, методических разработок указаний и др.

Для проведения практического занятия сообщается тема, цель и задачи занятия. Определяется место проведения и необходимое материально-техническое обеспечение.

5.1. Примерная методическая разработка к практическому занятию по огневой подготовке

Тема № 5: «Учебная стрельба из пистолета»

Время: 2 часа.

Место проведения: тир

Методика проведения: рассказ, показ, круговая тренировка, практическая отработка.

Основное содержание темы: Учебная стрельба из пистолета по условию упражнения № 1, принятие изготовки для стрельбы стоя, с одной руки. Отработка техники производства выстрела без патрона, отработка нормативов по огневой подготовке для пистолета.

Материальное обеспечение:

1. Пистолеты Макарова – 4 шт.
2. Учебные пистолеты – 15 шт.
3. Учебные патроны – 32 шт.
4. Стенды, плакаты с условиями выполнения нормативов.

Основные термины и понятия: «руководитель стрельб», «исходный рубеж», «огневой рубеж», «изготовка для стрельбы», «грудная фигура», «обработка спуска курка», «спусковой крючок», «спусковая скоба».

Цель занятия: обучение медленной стрельбе из пистолета.

Задачи:

1. Научить выполнению технических элементов выстрела при медленной стрельбе из пистолета.

2. Научить правильному выполнению нормативов по огневой подготовке для пистолета Макарова.

3. Выбатывать у обучаемых дисциплинированность, внимательность, психологическую устойчивость при стрельбе.

План практического занятия.

Вводная часть – 10 мин. Проверить наличие курсантов, готовность к занятиям, объявить тему, цель, задачи - учебные вопросы и порядок их отработки. Обозначить ключевые моменты при работе на каждом учебном месте.

Основная часть – 75 мин.

1. Стрельба из положения стоя, с одной руки.
2. Отработка техники производства выстрела без патрона.
3. Отработка нормативов по огневой подготовке для пистолета Макарова.

Заключительная часть – 5 мин. Подвести краткий итог занятия, напомнить тему, цель занятия и как достигнуты задачи, напомнить учебные вопросы, ответить на возникшие вопросы, дать задание на самостоятельную подготовку, отметить положительные стороны занятия, выставить оценки.

Обозначить в конспекте основную и дополнительную литературу.

Во время проведения занятия учебные вопросы рассматриваются не последовательно один за другим, а одновременно. Для этого учебная группа делится на три равные части. Первая подгруппа отрабатывает первый учебный вопрос под руководством одного из преподавателей (руководителя стрельб), вторая подгруппа под руководством второго преподавателя отрабатывает производство выстрела без патрона. Третья группа под наблюдением второго преподавателя отрабатывает нормативы по огневой подготовке для пистолета Макарова.

Первый учебный вопрос. Стрельба с места по неподвижной цели днем.

Условия упражнения № 1

Цель: грудная фигура (мишень № 4) на щите 0,75 x 0,75м, установленная по высоте на уровне глаз стреляющего, неподвижная.

Расстояние до цели: 25 м.

Количество патронов: 3 шт.

Время на выполнение упражнения: неограниченное.

Положение для стрельбы: стоя.

Оценка: «отлично» – выбить 25 очков;

«хорошо» – выбить 21 очко;

«удовлетворительно» – 18 очков.

Порядок выполнения упражнения:

Обучаемые по команде руководителя стрельб выходят на огневой рубеж и принимают изготовку для стрельбы, докладывают о готовности.

После команды «Огонь» обучаемые расстегивают кобуру, вынимают пистолет, снимают его с предохранителя, досылают патрон в патронник и выполняют три прицельных выстрела по грудной мишени № 4.

Вводная часть 10 мин.

После построения и проверки, преподаватель объявляет цель занятия, учебные вопросы, условия выполнения упражнения, порядок организации занятия. Объясняет, что для проведения занятия по данной теме группа делится на три отделения по 8–10 человек.

На первом рабочем месте отделение занимается выполнением упражнения № 1. Преподаватель назначает начальника пункта боепитания. Получив патроны, обучаемые осматривают их, снаряжают патронами магазины и становятся на исходном рубеже напротив своего направления, докладывают о снаряженном магазине. Руководитель стрельб осматривает снаряжение магазинов, напоминает о соблюдении мер безопасности при обращении с оружием. По команде руководителя стрельб курсанты выдвигаются на огневой рубеж, где каждому из них определяется цель.

По команде «Заряжай» обучаемый берет в руки оружие и вставляет снаряженный магазин в рукоятку пистолета, затем принимает изготовку для стрельбы и докладывает о готовности к стрельбе.

По команде «Огонь» курсанты выключают предохранитель пистолета, досылают патрон в патронник и производят три прицельных выстрела. По окончании стрельбы (затвор в крайнем заднем положении) курсант снимает затвор с затворной задержки, ставит пистолет на предохранитель, докладывает об оконча-

нии стрельбы. Руководитель стрельб, убедившись, что смена стрельбу закончила, подает команду «Разряджай», «Оружие к осмотру». По этой команде обучаемый извлекает магазин, выключает предохранитель, ставит затвор пистолета на затворную задержку, вкладывает магазин под большой палец руки удерживаемой пистолет.

Осмотрев оружие, преподаватель подает команду «Осмотрено».

По этой команде, обучаемый обязан:

1. Взять магазин в левую руку.
2. Снять затвор с затворной задержки.
3. Произвести контрольный спуск курка.
4. Поставить пистолет на предохранитель.

Магазин, стреляные гильзы, относятся на пункт боепитания.

Осмотр мишеней производится по команде «Смена, к мишеням шагом марш». По этой команде курсант подходит и останавливается на рубеже осмотра мишеней (1,5–2 м до мишени), осматривает мишень и докладывает преподавателю о результатах стрельбы, например: «Рядовой полиции Петров поразил мишень тремя пулями (выбил 27 очков), оценка «отлично».

Второй учебный вопрос. Обучение техники производства выстрела без патрона.

На втором рабочем месте обучаемые отрабатывают технику выстрела без патрона, «вхолостую». При этом отрабатывается правильность изготовления, хватки оружия, прицеливания и обработки спуска.

Преподаватель напоминает основы техники производства выстрела при выполнении упражнения медленной стрельбы. Обучаемые выполняют выстрелы в «холостую», располагаясь на расстоянии 1–1,5 м от стены. В ходе выполнения упражнения ствол оружия должен быть направлен в стену. По команде руководителя стрельб обучаемые проверяют оружие на разряженность, принимают положение для стрельбы, проверяют правильность удержание оружия, взводят курок.

Тест 1 на правильное прицеливание:

Принять изготовку.

Взвести курок.

Руку с пистолетом поднять и направить в сторону стрельбы.

Выжать свободный ход спускового крючка.

Взгляд направить в целик, установить ровную мушку.

Мушку поднять из целика вверх на 0,5–1 мм, держать 3–4 секунды.

Мушку утопить в целике, держать 3–4 секунды.

Мушку прижать клеевой стороне целика, держать 3–4 секунды.

Мушку прижать к правой стороне целика, держать 3–4 секунды.

Мушку поставить в целике правильно, держать 3–4 секунды.

Плавно и медленно в течении 6–8 секунд дожать спусковой крючок и удерживать в нажатом положении после щелчка 2–3 секунды.

Продолжая целиться, определить, сместилась ли мушка в прорези целика в момент щелчка, то есть «отметить выстрел».

Отдохнуть 30–40 секунд и повторить 3–5 раз.

Третий учебный вопрос. Отработка нормативов по огневой подготовке (например «1 и 4 для пистолета Макарова»).

Преподаватель напоминает курсантам название, условие и порядок выполнения нормативов для пистолета Макарова и определяет дифференцированные оценки (определяется при согласовании методических рекомендаций в установленной форме):

Норматив № 1 – Изготовка к стрельбе из различных положений:

Стоя	С колена	Лежа из-за укрытия
Отл 4 сек.	5 сек.	8 сек.
Хор 5 сек.	6 сек.	9 сек.
Удов 6 сек.	7 сек.	10 сек.

Условие выполнения: Пистолет в кобуре. Магазин находится в рукоятке пистолета.

Руководитель указывает огневую позицию, положение для стрельбы и подает команду «Огонь». Обучаемый изготавливается к стрельбе, имитирует досылание патрона в патронник и производит прицельный выстрел «вхолостую».

Норматив № 4 – Снаряжение магазина.

Отл.	Хор.	Удов.
17 сек.	20 сек.	23 сек.

Условие выполнения: Обучаемый находится у стола, на котором лежит магазин и 8 учебных патронов (россыпью).

Нормативы считаются выполненными, если соблюдены условия и порядок их выполнения, указанные в соответствующих инструкциях. Если при сдаче норматива допущена хотя бы одна ошибка, которая может привести к травме сотрудника или поломке оружия, выполнение норматива прекращается и сотруднику выставляется оценка «неудовлетворительно».

Заключительная часть: 5 мин.

Подведение итогов занятия. После окончания стрельб, преподаватель проверяет наличие оружия, его состояние, учет боеприпасов. Строит обучаемых, проверяет внешний вид, объявляет оценки за стрельбу. Проводит разбор занятия, указывает наиболее часто встречающиеся ошибки при стрельбе, отмечает положительные стороны.

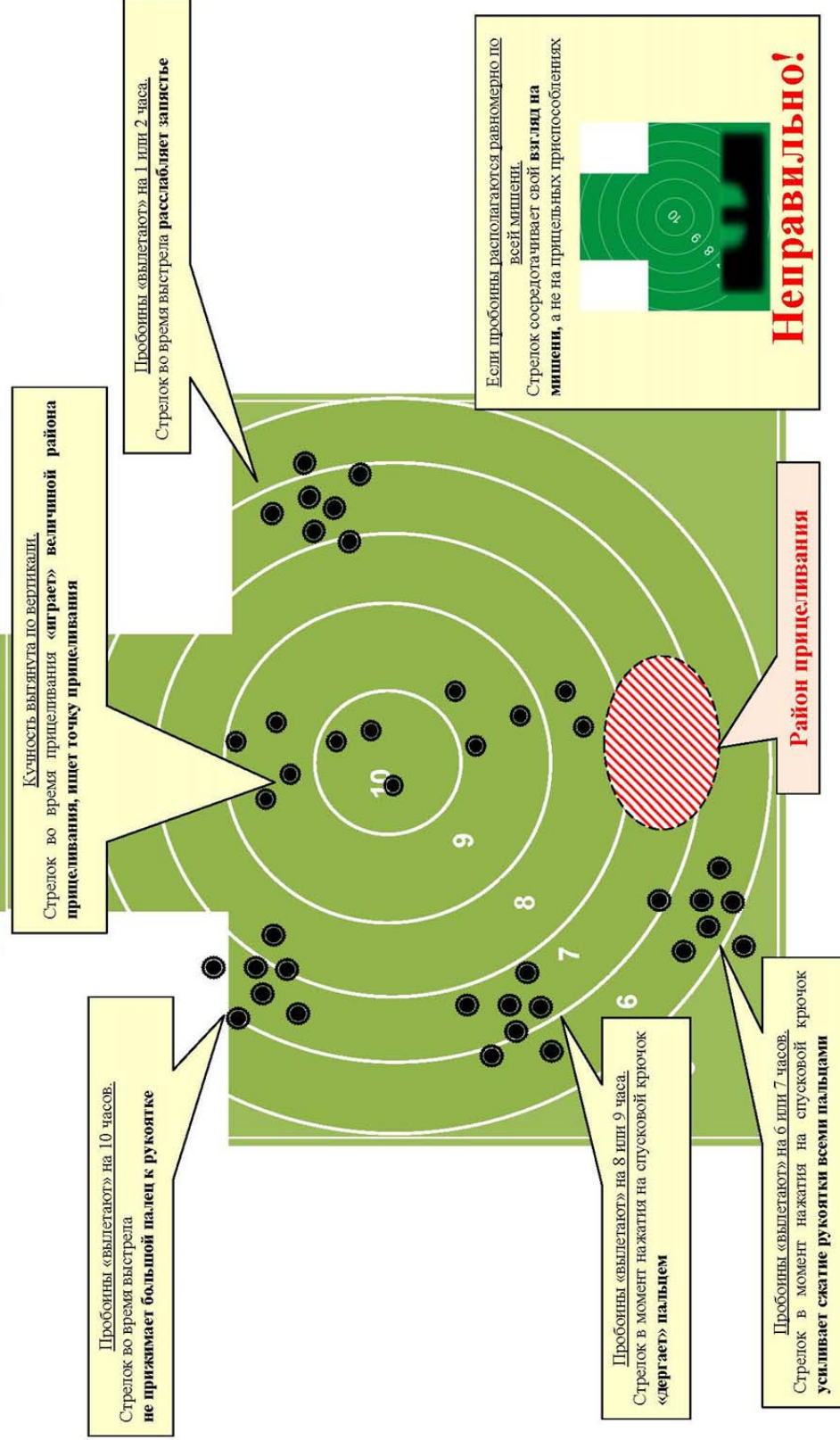
Вопросы для самоконтроля:

1. Меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами.
2. Условия и порядок выполнения упражнения № 1.
3. Условия и порядок выполнения нормативов по огневой подготовке для пистолета Макарова.

Литература

1. Приказ МВД России от 23 ноября 2017 г. № 880 «Об утверждении Наставления по организации огневой подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации».
2. Давиденко А.И. Формирование у сотрудников ОВД навыков медленной и скоростной стрельбы из пистолета [Текст]: учеб.-метод. пособие / А.И. Давиденко. – Краснодар: Краснодарский университет МВД России, 2011.
3. Давиденко А.И. Огневая подготовка специальных подразделений органов внутренних дел [Текст]: учеб.–метод. пособие. Ч.1, 2 / А.И. Давиденко, А.В. Бондарев. – Краснодар: Краснодарский университет МВД России, 2014.
4. Давиденко А.И. Методика обучения и формирования навыков владения оружием при скоростной стрельбе в движении и после перемещения у сотрудников ОВД: учебно-методическое пособие / Краснодар: Краснодарский университет МВД России, 2008. – 47 стр.
5. Крючин В.А. Практическая стрельба: практическое руководство. – Челябинск, ООО «Издательство Василия Курбатских», 2006. – 260 с.
6. Юрьев А.А. «Пулевая стрельба». М. ФИС, 1986.
7. Якоб А.А. Методика обучения скоростной стрельбе из пистолета Макарова: Учебно-методическое пособие. – Краснодар; Краснодарская академия МВД России, 2005. – 44с.
8. www.scatt.ru

Определение характерных ошибок по расположению пробойн на мишени при стрельбе с одной руки (правша)



Определение характерных ошибок по расположению пробойн на мишени при стрельбе с двух рук (правша)

Качность вынута по вертикали.
Стрелок во время прицеливания «играет» величиной района прицеливания, ищет точку прицеливания

Пробойны «вылетают» на 10 часов.
Стрелок во время выстрела не прижимает большой палец к рукоятке

Пробойны «вылетают» на 8 или 9 часов.
Стрелок во время выстрела левой рукой (кистью) тянет пистолет влево

Пробойны «вылетают» на 6 или 7 часов.
Стрелок в момент нажатия на спусковой крючок одновременно усиливает статие рукоятки всеми пальцами как правой, так и левой рук, «заваливает» ствол руками вниз

Пробойны «вылетают» на 1 или 2 часа.
Стрелок во время выстрела расслабляет запястье правой руки, а так же не плотно прижимает левую кисть к правой

Если пробойны располагаются равномерно по всей мишени.
Стрелок сосредотачивает свой взгляд на мишени, а не на прицельных приспособлениях

Район прицеливания

Неправильно!

Содержание

Введение	3
Глава 1. Основные технические элементы	
выстрела	4
1.1. Понятие меткого выстрела.....	4
1.2. Изготовка. Виды изготовок.....	7
1.2.1. Изготовка стоя.....	7
1.2.2. Изготовка с колена.....	17
1.2.3. Изготовка лежа.....	21
1.3. Хватка.....	23
1.3.1. Хватка одной рукой (одноручная хватка).....	23
1.3.2. Хватка двумя руками (двуручная хватка).....	25
1.4. Прицеливание.....	27
1.4.1. Глаз и его работа во время прицеливания.....	27
1.4.2. Правила классического прицеливания.....	28
1.4.3. Варианты прицеливания.....	32
1.5. Дыхание.....	34
1.6. Спуск курка.....	36
Глава 2. Методика обучения основным	
техническим элементам выстрела	40
2.1. Обучение изготовке.....	40
2.2. Обучение хватке.....	45
2.3. Обучение прицеливанию.....	50
2.4. Обучения спуску курка.....	54
2.4.1. Ошибки при работе над спуском и способы	
их устранения.....	56
2.5. Обучения правильному дыханию.....	59
Глава 3. Техника умелого владения оружием	61
3.1. Извлечение пистолета из кобуры.....	61
3.2. Досылание патрона в патронник.....	65
3.3. Смена магазина.....	68
Глава 4. Методика обучения производству первого	
и сдвоенных выстрелов из пистолета	72
4.1. Производство одиночного выстрела	
в неограниченное время.....	72
4.2. Производство первого выстрела при скоростной	
стрельбе.....	74

4.3. Производство сдвоенного выстрела.....	76
Глава 5. Структура	
и организационно-методические указания по	
проведению занятий по огневой подготовке.....	79
5.1. Примерная методическая разработка	
к практическому занятию по огневой подготовке.....	81
Литература.....	87
Приложения.....	88

Учебное издание

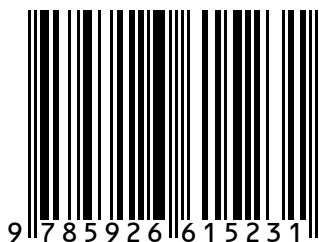
Давиденко Алла Ивановна
Якоб Андрей Анатольевич

ОСНОВЫ ТЕХНИКИ СТРЕЛЬБЫ ИЗ ПИСТОЛЕТА

Учебно-методическое пособие

В авторской редакции
Компьютерная верстка *С. В. Коноваловой*

ISBN 978-5-9266-1523-1



Подписано в печать 01.07.2019. Формат 60x84 1/16.
Усл. печ. л. 6,0. Тираж 70 экз. Заказ 803.

Краснодарский университет МВД России.
350005, г. Краснодар, ул. Ярославская, 128.