

**ВОРОНЕЖСКИЙ ИНСТИТУТ МВД РОССИИ**

**ПОДГОТОВКА ТАКТИЧЕСКИХ ГРУПП  
ИЗ ЧИСЛА СОТРУДНИКОВ  
ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ,  
НАПРАВЛЯЕМЫХ ДЛЯ НЕСЕНИЯ СЛУЖБЫ  
В ОСОБЫХ УСЛОВИЯХ**

*Учебно-методическое пособие*

**Воронеж  
2024**

ББК 68.431

П44

Коллектив авторов:

М. А. Сибирко, И. А. Бурдинский, М. С. Романов, И. И. Бухтояров,  
А. Ю. Пигарев, А. С. Петранцов, А. В. Щербаков, Н. А. Чугунов.

*Рецензенты:*

*А. В. Дмитриев – начальник кафедры тактико-специальной, огневой и физической подготовки Московского областного филиала Московского университета МВД России имени В. Я. Кикотя, кандидат военных наук, доцент, полковник полиции;*

*С. Ю. Кобзистый – доцент кафедры технических комплексов охраны и связи Воронежского института ФСИН России, кандидат технических наук, доцент, подполковник внутренней службы.*

**П44** **Подготовка** тактических групп из числа сотрудников органов внутренних дел, направляемых для несения службы в особых условиях : учебно-методическое пособие / М. А. Сибирко, И. А. Бурдинский, М. С. Романов [и др.]. – Воронеж : Воронежский институт МВД России, 2024. – 57 с.

ISBN 978-5-00229-154-0

В учебно-методическом пособии рассмотрены особенности подготовки и обучения слушателей факультетов профессиональной подготовки, переподготовки и повышения квалификации для выполнения служебных обязанностей в особых условиях. Описаны общие принципы и особенности обучения стрельбе сотрудников полиции. Разработаны упражнения для повышения уровня подготовленности сотрудников органов внутренних дел к использованию табельного огнестрельного оружия. Представлены рекомендации по повышению качества техники стрельбы после выполнения физической нагрузки. Описаны наиболее эффективные приемы подготовки сотрудников в рамках дисциплины «Огневая подготовка».

Предназначено для профессорско-преподавательского состава образовательных организаций системы МВД России, а также начальствующего состава территориальных органов МВД России, занимающихся подготовкой сотрудников ОВД в рамках проведения занятий по профессиональной служебной и физической подготовке.

**П-58-38(П)-24**

**ББК 68.431**

ISBN 978-5-00229-154-0

©Воронежский институт МВД России, 2024

**СОДЕРЖАНИЕ**

Введение.....	4
1. Особенности влияния психологических факторов на процесс обучения огневой подготовке сотрудников органов внутренних дел, направляемых для несения службы в особых условиях.....	5
2. Основы обучения прицеливанию при тактической стрельбе из боевого ручного стрелкового оружия.....	23
3. Анализ процессов формирования базовых навыков обращения с пистолетом, направленных на совершенствование скоростной стрельбы сотрудника в составе тактических групп.....	27
4. Особенности выполнения специальных упражнений стрельб с целью формирования скоростной (тактической) стрельбы в особых условиях.....	40
5. Особенности методики подготовки тактических групп к стрельбе из огнестрельного оружия при задержании вооруженных преступников...	46
Заключение.....	54
Список литературы.....	56

## ВВЕДЕНИЕ

В современном мире все чаще стали происходить события, приводящие к ухудшению уровня жизни в территориальных субъектах различных стран. Этими событиями могут являться: межнациональные конфликты, военные действия, различные виды терроризма и экстремизма, пандемии и иные чрезвычайные обстоятельства, посягающие на общественную безопасность, законность и правопорядок как отдельного субъекта, так государства в целом.

В настоящее время руководство Министерства внутренних дел Российской Федерации принимает ряд мер по подготовке сотрудников полиции к выполнению служебно-боевых задач в особых условиях, а именно в режиме постоянной готовности к быстрым изменениям оперативной обстановки и к возникновению любых чрезвычайных обстоятельств.

Выполнение оперативно-служебных задач сотрудниками органов внутренних дел по обеспечению правопорядка и общественной безопасности в данном случае связано с необходимостью защиты не только прав, свобод и законных интересов граждан, общества и государства, но и с необходимостью защиты жизни и здоровья самих сотрудников полиции. Поэтому практика применения огнестрельного оружия сотрудниками органов внутренних дел не теряет своей актуальности.

В последнее время остро стоит проблема качества профессиональной подготовки сотрудников. В рамках осуществления профессиональной подготовки в системе Министерства внутренних дел России необходимо выделить две проблемы. Одна из них – недостаточное материально-техническое обеспечение учебного процесса, вторая – недостаточное количество специалистов, занимающихся подготовкой сотрудников по огневой подготовке. Как ни парадоксально, но именно такому важному направлению, как профессиональная подготовка сотрудников полиции, не уделяется должного внимания.

Данное учебно-методическое пособие направлено на решение проблем обучения технике выполнения специальных упражнений стрельб в составе тактических групп из числа сотрудников органов внутренних дел, направляемых для несения службы в особых условиях.

## **1. Особенности влияния психологических факторов на процесс обучения огневой подготовке сотрудников органов внутренних дел, направляемых для несения службы в особых условиях**

Служебная деятельность территориальных подразделений ОВД характеризуется повышенными физическими и психологическими нагрузками на сотрудников, а также высокой вероятностью возникновения различных дестабилизирующих факторов. Это, прежде всего, ситуации силового единоборства с правонарушителями, а также ситуации, возникающие в период ликвидации последствий террористических актов, стихийных бедствий, несения службы в зонах вооруженных конфликтов. Все эти ситуации характеризуются сложностью и ответственностью действий сотрудников полиции, реальной угрозой здоровью и жизни людей. Можно предположить, что успешность действий в таких экстремальных ситуациях определяется прежде всего уровнем физической и боевой подготовленности, а также психологическими особенностями сотрудников правоохранительных органов.

Формирование психологической устойчивости обучающихся образовательных организаций системы МВД России является одним из основных направлений образовательной деятельности, так как необходимо для выполнения задач, поставленных перед сотрудниками полиции при возникновении внештатных и чрезвычайных ситуациях.

Актуальность данной темы обусловлена, прежде всего тем, что деятельность сотрудников органов внутренних дел сопряжена с работой в условиях, опасных для жизни и здоровья. Психологическая устойчивость курсантов и сотрудников позволит максимально быстро и правильно принимать решения и выполнять поставленные задачи в чрезвычайных ситуациях и при террористической угрозе.

Психологическая устойчивость обучающихся вырабатывается и формируется посредством разного рода воздействий на курсантов. С ними непрерывно идет работа, проводимая офицерами курсового звена, психологическим отделением, а также профессорско-преподавательским составом.

Поскольку морально-психологические качества обучающихся представляют собой совокупность нравственных и психологических качеств, демонстрирующих их готовность действовать в ненормальных, непривычных условиях, перед преподавателями стоит задача по

обеспечению выработки и практического применения образовательных программ, которые будут наиболее эффективно способствовать обучению курсантов применять оружие, выполнять боевые приемы, принимать решения в экстремальных условиях и наряду с этим формировать психологическую устойчивость.

Рассмотрим роль преподавательского состава кафедры огневой подготовки в формировании морально-психологической устойчивости курсантов и слушателей вузов МВД России. В первую очередь преподаватели знакомят обучающихся с оружием, боеприпасами и учебными площадками (тирами, стрельбищами), что играет немаловажную роль, так как у многих новоиспеченных сотрудников полиции – курсантов, имеется боязнь перед огнестрельным оружием, а также перед его непосредственным применением.

Задача преподавателей состоит в том, чтобы минимизировать или же совсем ликвидировать этот страх путем проведения бесед, в которых:

- поясняется важность огневой подготовки в деятельности сотрудников ОВД;
- разъясняется принцип работы оружия, его устройство;
- раскрываются меры предосторожности при обращении с оружием;
- объясняются нюансы использования оружия: правильная изготовка при стрельбе, крепкий хват, действие отдачи при выстреле и т.д.).

Анализируя опыт прошлых лет, прошлых образовательных программ, преподаватели постоянно корректируют процессы обучения и разрабатывают всё новые техники тренировок.

Мы считаем, что наиболее эффективной техникой тренировок по огневой подготовке для формирования морально-психологической устойчивости курсантов и слушателей является отработка стрельбы в условиях, приближенных к реальным, в тех условиях, где используется динамика при выполнении того или иного упражнения. Динамика в упражнениях может заключаться в использовании подвижных мишеней, в изменении условий упражнений (постановка новых вводных, подача определенных команд), или же, в выполнении физических упражнений, будь то пробежка, прыжки или отжимания перед выполнением стрелкового упражнения.

Статические упражнения, безусловно, повышают уровень владения огнестрельным оружием, но непосредственное формирование готовности

действовать в чрезвычайных условиях происходит именно за счет выполнения динамичных упражнений.

Ещё одним способом формирования психологической и моральной устойчивости курсантов (слушателей) может быть проведение занятия в формате «игры» на определенной местности. Условием выполнения такого упражнения является четкое моделирование ситуации (дача вводной), использование холостых патронов (или интерактивного оружия). Положительным аспектом такого упражнения является то, что при его выполнении обучающемуся необходимо максимально быстро принять то или иное решение, не забывая о своей безопасности и конспирации. К сожалению, данный способ обучения – большая редкость в образовательных учреждениях МВД России, но в повседневной жизни существуют досуговые мероприятия такие, как страйкбол, пейнтбол, хардбол, суть которых схожа с предложенной выше динамичной техникой обучения.

Исходя из вышесказанного, можно сделать вывод, что формирование морально-психологической устойчивости курсантов (слушателей) непростой процесс, который требует внимания как сотрудников морально-психологического отделения, так и профессорско-преподавательского состава. Для улучшения качества формирования морально-психологической устойчивости необходимо предусмотреть усовершенствование программ обучения по огневой подготовке, путем введения стрельб-игр, представленных в данной работе.

На первый взгляд, стрельба из боевого оружия сложности не представляет. Зачастую приходится слышать от обучающихся стрельбе, что попасть в мишень достаточно просто и выполнять различные подготовительные упражнения для этого не надо. Однако, выйдя на огневой рубеж, они начинают судорожно сжимать в руке пистолет, забывают о всех правилах выполнения меткого выстрела, в глазах появляется страх, суета, растерянность. Возникает вопрос, нормальное ли это явление? Да, нормальное, поскольку это естественная реакция человека на нестандартные ситуации, тем более, если они связаны с выстрелом, сопровождающимся отдачей и громким звуком. Стрельба из пистолета ассоциируется у обучающихся с чувствами боязни, тревоги и страха, которые доминируют в работе центральной нервной системы. При этом объяснить причину страха никто из начинающих стрелков не может. По-видимому, это связано с инстинктом самосохранения. Эти чувства

нарушают контроль за выполняемыми действиями, ухудшают сосредоточенность внимания и приводят к рефлекторным сокращениям мышц, подобным тем, что проявляются при касании о горячий предмет.

Характерными признаками такого состояния являются:

1. Увеличение частоты пульса.
2. Плохая координация движений, потеря точности действий.
3. Увеличение тремора верхних конечностей и сильное колебаний оружия.
4. Уменьшенные зрачки, рассеянный взгляд.

Все эти психологические и физические изменения негативно сказываются на технике скоростной стрельбы.

Проявляется это в следующем:

- меняется техника нажатия на хвост спускового крючка;
- стрелку необходимо больше время для прицеливания;
- изменяется темп и ритм стрельбы;
- изменяется точность выноса оружия на цель;
- изменяется хват и закрепления рук.

Необходимо отметить, что наиболее опытные сотрудники полиции умеют управлять психологическим состоянием и показывать хорошие навыки скоростной стрельбы в различных ситуациях. Перед выполнением упражнения или отдельного выстрела сотрудник должен быть психологически готов к уверенным действиям по производству выстрела. При этом совсем неважно учебное это занятие или контрольное. Психологический настрой на выполнение выстрела должен быть одинаков как на обычном занятии, так и на итоговом экзамене или боевой обстановке. Находясь в экстремальной ситуации, сотрудник в первую очередь должен оперативно оценить обстановку, свое психофизиологическое состояние и выбрать именно тот вариант ведения огня, который в данный момент будет наиболее эффективен.

Принятие правильного решения и его последующая реализация определяется совокупностью навыков, приобретенных на занятиях и вариативности техники. Именно на этом должна базироваться и тактическая и психологическая подготовка к выполнению выстрела.

Начинающие стрелки в скоростных упражнениях в большинстве случаев ориентируются только лишь на скорость своих действий и конечный результат, выраженный в определенных пробоинах на мишени. Перед выполнением упражнения отсутствует психологический настрой на выполнение предстоящих движений. Все это ведет к суетливым, плохо контролируемым действиям. Стрелки при этом ошибочно думают, что если

максимально быстро выполнять отдельные действия, то скорострельность будет выше, однако это не так. При резких суетливых действиях снижается точность их выполнения, в результате этого тратится значительно больше времени на выполнение выстрела.

Достаточно подготовленный сотрудник сосредотачивает внимание на двигательном компоненте, а именно на точности действий и дозированию усилий, однообразию движений от выстрела к выстрелу, анализу и своевременному устранению неточностей в действиях и т.д. Психологическая готовность к выполнению выстрела, а не ожидание благоприятных условий стрельбы позволяет повысить не только точность стрельбы, но и скорострельность.

Идеомоторная тренировка конкретизирует внимание стрелка на правильности выполнения приемов стрельбы и в какой-то степени отвлекает от результативного момента стрельбы.

Как нам известно аутогенная тренировка – это метод самовнушения, разработанный ученым из Германии, психотерапевтом И. Шульцем в 1932 г. Данный метод направлен на обучение людей релаксации (расслаблению) и самовнушению, в целях воздействия на своё психическое и физическое состояние. Аутогенная тренировка – это цикличное повторение словесных упражнений, направленных на овладение методикой самовнушения с целью предотвращения нервно-психологического напряжения и поддержания отличной спортивной формы.

В рамках анализа особенностей влияния психологических факторов на процесс обучения огневой подготовке сотрудников органов внутренних дел был проведен эксперимент со слушателями факультета переподготовки и повышения квалификации, направляемыми для несения службы в особых условиях. Исследуемая группа состояла из 20 человек.

Цель эксперимента заключалась в проведении контрольных стрельб из 9 мм пистолета Макарова по выполнению упражнения ПМ – 4. Данное упражнение стрельб является базовым для оценки навыков стрельбы сотрудников полиции. Результат выполнения упражнения (оценка удовлетворительно) в исследуемой группе составил 100%. В состав группы входили сотрудники полиции со стажем работы в ОВД от 8 лет и более. После проведенных контрольных стрельб слушателям предложили пройти полосу препятствий. При прохождении полосы препятствий для дестабилизации обстановки преподаватели использовали специальные средства шумового действия и оружие с холостыми патронами. После

прохождения полосы препятствий слушатель вбегал в тир и приступал к выполнению упражнения ПМ – 4. Процент выполнения упражнения составил 80%.

Из этого эксперимента можно сделать вывод, что при малейшем изменении привычной обстановки результаты выполнения упражнений значительно ухудшаются. Это можно объяснить низким уровнем морально-психологической устойчивости сотрудников полиции к действиям, связанным с применением огнестрельного оружия в особых условиях оперативно меняющейся обстановки.

Поэтому необходимо проводить практические занятия со стрельбой в особых условиях, с частой сменой мишеней, освещения, с использованием специальных упражнений стрельб.

Стрелок быстро привыкает к вышеперечисленным стандартным условиям стрельбы и все это приводит к неготовности сотрудников ОВД эффективно применять и использовать огнестрельное оружие.

Обучающимся необходимо иметь навыки тактической стрельбы на стрельбищах под действием вышеперечисленных особых условий, так как оружие применяется и используется в основном на улице. По мере наработки указанных умений и навыков необходимо обучать сотрудников применять и использовать огнестрельное оружие в соответствии с законодательством Российской Федерации.

Таким образом, можно констатировать, что уровень психологической готовности является неотъемлемой частью огневой подготовки сотрудников ОВД к выполнению различных стрелковых упражнений, входящих в состав огневой подготовки. В процессе обучения необходимо не только избирательно повышать уровень профессионально важных качеств и отрабатывать отдельные элементы техники, но и специально работать над их комплексным применением в ограниченный отрезок времени в условиях повышенных психологических и физических нагрузок, что характерно для ситуаций преследования, отражения нападения, единоборства и задержания правонарушителей. В данное время полностью переработано старое наставление по огневой подготовке и выпущено новое, в новом наставлении характерно изменены упражнения, сокращены дистанции, и также внесено много изменений, которые помогут сотрудникам полиции более качественно выполнять оперативно-служебные задачи.

### *Основные элементы психологической подготовки*

В настоящее время психологи разработали различные методы целенаправленного самовнушения, позволяющие привести свой организм в состояние релаксации. Состояние полного расслабления влияет на вегетативно-сосудистую и дыхательную системы, мышечно-связочный аппарат и психику человека.

В стрельбе используются модификационные психорегулирующие упражнения для создания у стрелка в экстремальных ситуациях состояния, способствующего достижению высоких результатов.

Основные составляющие психологической подготовки – это идеомоторная и аутогенная тренировки, но они не являются единственными.

**Идеомоторная тренировка** – это мысленное воспроизведение предстоящей деятельности. В стрельбе есть более узкое определение данному понятию: *идеомоторная тренировка – это мысленное воспроизведение выстрела, детально разложенного на отдельные конкретные действия, непосредственно связанного с мышечно-суставными ощущениями стрелка.* Она даёт нам возможность установить ошибки и устранить их, переделав уже освоенный двигательный навык.

При изучении нового технического элемента необходимо мысленно представлять его в положении, близком к реальному, в момент его воспроизведения. Здесь действует принцип: «Чем проще, тем лучше». Например, когда человек принимает стойку на огневом рубеже, близкую к реальному положению тела, возникает больше импульсов от мышц, которые позволяют нам быстрее запомнить данное действие. Не стоит представлять свои действия без отчетливой картины их выполнения. Овладевать новым техническим приемом целесообразно в реальной изготовке, т.е. в позе, в которой выполняется данное упражнение. Для начинающего стрелка это будет играть немаловажную роль. В дальнейшем, при овладении данным методом, удастся отчетливо, в деталях представлять все действия, находясь в обычном расслабленном положении. Здесь стоит обратить внимание на инициальные движения. Если во время занятия идеомоторной тренировкой тело стрелка совершает произвольные действия, как бы включаясь в реальный процесс выполнения упражнения, препятствовать этому не стоит. В данном случае психологи советуют сознательно сопровождать свои реальные движения мысленным представлением.

Влияние идеомоторной тренировки на формирование правильных умений и навыков будет более эффективно, если стрелок уже ознакомлен с упражнением либо с определенными действиями. Для достижения успеха необходимо мысленный образ движения связывать с мышечными чувствами. Такая работа будет более продуктивной и даст положительный результат в кратчайшие сроки. Исследования ряда ученых, в частности В. И. Силина, А. Д. Пали, Е. Н. Суркова, Ю. З. Захарьянц, показали, что эффект воздействия мысленных представлений существенно увеличивается при использовании словесных формулировок. При этом произносимые обучающимся слова должны определять правильное положение, но никак не отрицать ошибочное. Например, на тренировке следует произносить такую формулировку, как «Держи руки», вместо «Не води кистью». Обучающийся должен не просто представлять то или иное движение, а одновременно с его выполнением проговаривать суть данного элемента. Приступая к идеомоторной тренировке нового упражнения, стрелку необходимо мысленно видеть его исполнение в замедленном темпе. Это способствует более качественному представлению. При этом темп со временем можно увеличивать.

Одной из форм психологического воздействия одного человека (преподавателя) на сознание другого (обучающегося) является **суггестерапия**, то есть внушение. Данный вид воздействия применяется в особых случаях, связанных с перенапряжением нервной системы, для укрепления психики стрелка. Он бывает двух видов:

- внушение в состоянии бодрствования;
- внушение в состоянии гипнотического сна.

Для каждого вида существуют соответствующие правила проведения суггестерапии.

Внушение в состоянии бодрствования осуществляется в относительно изолированном от других людей помещении, желательно с приглушенным светом. Обучающемуся предоставляется время для адаптации к обстановке и принятия положения, в котором он будет наиболее комфортно и расслабленно себя чувствовать. После этого начинается непосредственное проведение сеанса: преподаватель произносит специально составленные формулы внушения. Речь его должна быть эмоционально-окрашенной, выразительной, с долей повелительной интонации. Данный вид внушения характеризуется

сужением сознания стрелка и его концентрацией на словах, произносимых преподавателем.

Воздействие на психику путем суггесттерапии может иметь форму прямого или косвенного внушения. Первое очень сходно с приказом, оно непосредственно воздействует на стрелка и несет определенную смысловую значимость. При косвенном внушении содержание сказанного преподавателем подкрепляется конкретными условиями, при наличии которых будет реализовываться определенное действие. Это внушение обладает большей силой воздействия, чем прямое, поэтому чаще всего применяется в состоянии бодрствования.

Внушение в состоянии гипнотического сна разрешается проводить только врачу, потому что в отличие от предыдущего вида ему свойственна повышенная внушаемость. Воспринятая информация закрепляется более глубоко и сохраняется на длительный срок. В бодрствующем состоянии при нормальных условиях сила возбуждения соответствует силе раздражения. Для приведения стрелка в состояние гипнотического сна необходимо его головной мозг перевести из деятельного состояния в тормозное. Только при соблюдении этого условия можно будет воздействовать путем специализированных форм внушения. Наиболее оптимальная ступень, на которой работа психолога-преподавателя проходит наиболее успешно и даёт результат, – это парадоксальная фаза. Существуют и другие фазовые состояния, но практического интереса они для нас не представляют.

Суггесттерапия обладает большими возможностями. Множество вопросов подготовки начинающего стрелка, связанных со стрессом и дистрессом могут решаться посредством методов внушения. К сожалению, как показывает практика, суггесттерапия пока что не заслужила доверия и не имеет должного количества специалистов, поэтому она занимает незначительное место среди форм психологического воздействия, хотя является очень интересным направлением.

Несомненно, более мощное воздействие на стрелка оказывает самовнушение, так как им можно заниматься самостоятельно, в любой обстановке неограниченное количество времени.

*Самовнушение – это процесс воздействия на психику, исходящий не со стороны, а от самого себя, который реализуется через аутогенную тренировку.*

Обучающемуся предлагается самостоятельно, мысленно или вслух проговорить определенные слова, выражения, фразы с целью воздействия на свой организм и на себя в целом.

**Аутогенная тренировка** – психотерапевтическая методика, метод самовнушения, который направлен на борьбу со стрессом и на восстановление послестрессового воздействия. Данный метод был разработан немецким психотерапевтом И. Шульцем в 1932 году (в нашей стране ее стали применять в конце 1950-х), он предполагает обучение стрелка мышечной релаксации в целях воздействия на его психическое состояние. Аутогенная подготовка позволяет предотвратить нервно-психологическое напряжение, возникающее у стрелка. Аутогенную тренировку также необходимо проводить и во время обычной физической подготовки для развития антистрессовых тенденций, так как она требует систематического подхода. Цель аутогенной подготовки заключается в способности создавать и поддерживать оптимальное психическое состояние в критических ситуациях.

Одним из наиболее распространенных методов воздействия на подсознание обучающегося является *рациональная психотерапия*, которая базируется на убеждениях и разъяснениях. Данный вид влияния на психику стрелка оказывается не самостоятельно им, а с помощью преподавателя или инструктора. Правильно подобранные и своевременно сказанные слова успешно снимают неглубокие психотравмирующие переживания обучающегося, создавшиеся в результате стрессового либо дистрессового воздействия. Для преподавателя важно уметь вовремя применять существующие методики психорегуляции, так как обучающемуся иногда бывает очень трудно самостоятельно справиться с психологическим дисбалансом, вызванным у него стрессом.

Психологическую подготовку обеспечивают следующие приобретенные навыки:

- умение правильно оценивать свои возможности применительно к конкретному стрелковому заданию;
- способность гармонично сочетать процессы возбуждения и торможения нервной системы;
- способность адаптироваться к любым условиям, в которых приходится работать с оружием;
- умение целесообразно применять существующие методики психорегуляции.

Обучающийся должен понимать, что психологическая подготовка в значительной степени зависит от его отношения к этой тренировке. Стрелок должен быть убежден в высокой эффективности данных методик, которые позволяют самостоятельно принимать привычное для него определенное оптимальное состояние в стрессовых ситуациях.

*Методические аспекты преодоления психологических барьеров  
при обучении стрельбе из боевого оружия*

Стрельба из боевого оружия отличается очень высокой и точной координацией действий и большими психическими перегрузками. Напряженность, вызванная стрессовой ситуацией, поддерживается на протяжении выполнения всего упражнения, что приводит к сильному утомлению, а это уже влечет за собой серию ошибок.

Начинающие стрелки считают, что выйти на огневой рубеж, извлечь пистолет и нажать на спуск для них не составит сложности. Однако, когда дело доходит до реальных действий – они забывают все основные правила стрельбы, зачастую нарушая меры безопасности. Такое явление характерно для человека, психологически не готового сделать правильный выстрел. Нервная система человека устроена так, что зачастую обучающийся не может объяснить, почему он ощущает страх перед выполнением выстрела. Очевидно, это происходит из-за инстинкта самосохранения, заложенного в нас природой, бороться с которым нелегко.

На огневом рубеже начинающих стрелков ждет внутренняя борьба со своими страхами: боязнью выстрела, боязнью отдачи, страхом показать плохой результат, неуверенностью в себе.

После того как обучающийся справится с боязнью выстрела и отдачи, возникает страх показать плохой результат, не оправдать ожидания окружающих, с которым психологически бороться очень трудно.

Выходя на огневой рубеж, мы уже мысленно запрограммированы на получение высокого результата, а техника уходит на второй план, поэтому мы допускаем ошибки, которые зачастую в холостой работе отсутствуют. В такие моменты даже действия, доведенные до автоматизма, мало чем могут помочь, потому что психологически мы не настроены на хорошую стрельбу.

Снизить возбуждение нервной системы можно с помощью специальных физических упражнений, но в большинстве случаев этого будет мало. Обучающийся, прежде чем выйти на огневой рубеж с заряженным боевым оружием, не только должен выполнить ряд общефизических и специально-подготовительных упражнений, но и психологически подготовиться к стрельбе.

Наиболее важной задачей на начальном этапе подготовки является необходимость обучить начинающего стрелка самостоятельно противостоять утомлению, сохранять психическую устойчивость и концентрацию внимания на протяжении всей стрельбы. Данная задача достижима, если стрелка научить правильно мыслить до, во время и после стрельбы. Прежде чем выйти на огневой рубеж и приступить к выполнению упражнения, стрелок должен найти ответы на следующие вопросы:

Как перемещаться (скорострельная стрельба после перемещения)?

Как дышать, как и когда задерживать дыхание?

Как встать?

Как закрепиться?

Как и куда прицелиться?

Как должен работать палец?

Что делать во время и после отдачи?

Выбрав нужный вариант ответа на поставленные вопросы, обучающийся должен при выполнении выстрела:

- научиться думать именно о тех действиях, которые должен выполнить, и ни о чем другом;

- психологически настроить себя на воспроизведение «идеального выстрела»;

- довести до автоматизма и поставить под контроль свои действия;

- научиться брать верх над эмоциями, желаниями, страхами.

Все это вырабатывается во время систематических занятий по огневой подготовке. Каждый раз, выходя на огневой рубеж, обучающийся принимает определенное исходное положение и, прежде чем доложить о готовности, ему необходимо психологически настроить себя. Здесь действует фактор «Вспомнить все». Стрелок должен сконцентрироваться, собраться и подумать о своих действиях. Конечно, совсем не думать в такой момент о результате не получится ни у одного человека, однако свои

мысли можно развернуть в правильном направлении, прибегая к некоторым психологическим приемам.

Одним из таких приемов является **самообман**, который позволяет нам уверенно чувствовать себя на огневом рубеже. Боязнь выстрела чаще всего проявляется как «хватательный рефлекс». Стрелок, зная, что сейчас будет отдача, громкий звук выстрела, реагирует на это и рефлекторно сжимает руку. Наиболее легкий способ борьбы с данной проблемой – это мысленное представление: в патроннике нет патрона. Мы убеждаем себя, что работаем вхолостую, концентрируем внимание на жестком закреплении рук, плавном нажатии на спусковой крючок.

В некоторых случаях преподаватели поступают по-другому. На обучающегося надевают наушники, чтобы он ничего не слышал, располагают лицом к мишени, преподаватель сам лично подает ему пистолет. Стрелок не знает, заряжен он или нет, но работает он как вхолостую, наблюдая за своей техникой и думая не о результате, а о качественном выстреле. Такое действие повторяется неоднократно, пока обучающийся не научится мысленно сам проделывать *операцию самообмана*. Это позволяет психологически настроить себя на хорошую техническую работу.

Вторым психологическим приемом можно назвать **прием «успеха»**: стрелку предлагается на несколько секунд закрыть глаза и мысленно выполнить и прочувствовать все те действия, которые он будет выполнять с оружием, вообразить выстрел, отдачу, почувствовать уверенность в себе, понять, что он может выполнить выстрел или упражнение именно так, как требует преподаватель, что он на это способен. Джойс Бразерс (психолог) говорила: «Успех – это состояние души. Если вы хотите успеха, начните думать о себе как об успешном человеке». Эти слова очень актуальны в данной ситуации. Они дают правильное направление для развития мыслей, которые возникают до стрельбы и во время нее.

Психологическая готовность к стрельбе влияет на качество выполнения всех элементов техники без исключения.

При перемещении от одной цели к другой стрелок не должен пребывать в состоянии перенапряжения. Необходимо держать под контролем свои действия, так как скорострельная стрельба всегда сопровождается стрессом. Обучающийся, перемещаясь от одного огневого рубежа к другому, должен удерживать свой психологический настрой, который он прочувствовал перед началом стрельбы.

Теоретически стрелок может знать, как и когда задерживать дыхание, как дышать во время перемещений, но из-за стрессовой ситуации может технически выполнить это неправильно. Чаще всего это происходит из-за того, что в процессе тренировок обучающийся мало внимания уделил данному элементу стрельбы, посчитав, что для него это будет легко. Поэтому во время выполнения упражнения с боевым патроном он не справляется со стрессовой ситуацией, дыхание сбивается, его сложно задерживать и контролировать. При этом возникает трудность в выполнении плавных движений, нарушается концентрация внимания на технически хорошем выстреле.

**Изготовка в стрельбе** является одним из главных элементов. Существуют определенные стандарты, так называемые классические стойки, с которых и начинается обучение стрельбе, однако далеко не каждый стрелок придерживается их.

Классические варианты основаны на естественном положении тела, которое обучающийся принимает на огневом рубеже. Не следует забывать, что каждый из нас – личность со своим индивидуальным набором качеств, со своими определенными и присущими только нам физическими и психологическими особенностями, которые могут стать причиной своеобразного положения тела. Однако не всегда индивидуальные морфофункциональные особенности организма являются причиной различия в изготовке. Зачастую это связано с неправильным представлением о рациональной изготовке, созданным на начальных этапах обучения. Впоследствии это положение становится привычным для стрелка. Но если это положение сковывает движения, ограничивает свободу действий, то говорить о совершенствовании техники стрельбы не приходится. Наблюдается постоянная борьба с самим собой. С одной стороны, кажется, что удобно и комфортно, с другой – невозможно четко проконтролировать свои действия, особенно в стрессовой ситуации.

Надо признать, что волнение, которое испытывает обучающийся на огневом рубеже, не может быть подавлено полностью, так как это естественная реакция человека на определенные ситуации. Психологи советуют не пытаться подавить или вытеснить его из нашего сознания, потому как это приводит к ухудшению результата. Процесс возбуждения заставляет стрелка быть бдительным.

Стрельба – это возбуждающее занятие, впрыскивающее в кровь не только адреналин. Результат этого воздействия на волю стрелка зависит от

него самого, причем одни и те же химические вещества могут взбадривать и угнетать, то есть вызывать реакцию возбуждения или торможения. Психологи отмечают, что возбуждение, которое включает в себя некоторую степень тревоги или опасения, дорастая до определенной точки, снижает координацию действий обучающегося из-за психологического и физического перенапряжения. У стрелка, находящегося в состоянии перевозбуждения, доминирует забота о своём собственном «Я». Его целью становится достижение результата любым путем, что приводит к чрезмерной агрессии и торопливой манере стрельбы.

Независимо от видов выполняемых упражнений (скоростные, медленные, тактические), движения обучающегося должны быть плавными, свободными, без излишнего закрепощения. При извлечении пистолета из кобуры, при переносе рук от одной цели к другой, при перемещении от одного огневого рубежа к другому стрелок должен действовать быстро, без суеты, соблюдая плавность и точность движений. Важную роль здесь будет играть холодный рассудок и внутренний голос, которые и дадут стрелку понять, какую силу необходимо приложить в данный момент.

Начинающему стрелку необходимо научиться вовремя распознавать состояние перевозбуждения. Показателем этого могут являться различные физические состояния. Самые распространенные из них – это чувство напряжения в шее, плечах, предплечьях кисти, ощущение сдавливания рукоятки пистолета, от которого мушка в целике начинает дрожать. Когда такое происходит, необходимо сознательно расслабить соответствующие мышцы. Важную роль в оценке выполняемых действий играют наши ощущения. Их отражение в сознании дает нам информацию о нашем физическом состоянии, о точности и качестве выполняемых действий, в частности о хвате, стойке, мышечном тоне и т.д.

Обучающийся, принимая исходное положение для выполнения упражнения, уже должен знать, куда он будет делать выстрел. По сигналу таймера стрелок извлекает пистолет и, досылая патрон в патронник, выносит его в район прицеливания, после чего происходит закрепление кисти, локтя и уточнение мушки в целике. Причем в скорострельной стрельбе холостой ход для экономии времени выжимается ещё до момента прицеливания. Здесь большую роль играет навык правильного выноса оружия в район прицеливания, а этот элемент стрельбы необходимо отрабатывать в процессе длительной холостой работы.

Ещё одним не менее важным моментом, на который стоит обратить внимание, является работа пальца, его нажатие на спуск. Достаточно часто у курсантов и слушателей можно встретить «левую стрельбу», что происходит из-за смещения центра попадания, при этом смещение района прицеливания не происходит. Данная ошибка заключается в следующем: при нажатии на спуск, стрелок не ведет свой палец параллельно стволу, не сопровождает его мысленно на боевом ходе. Выполнение прицельного выстрела требует высокой и длительной концентрации всех психических сил обучающегося на производимых им действиях. Психическая напряженность сопровождает стрелка на протяжении всего упражнения и вызывает сильное утомление, а это в некоторых случаях приводит к ошибкам. Стрелку необходимо научиться противостоять этому и оставаться психически устойчивым на протяжении всего упражнения.

Возникающие ощущения могут вызывать как положительную, так и отрицательную реакцию организма на внешние раздражители. Отрицательная реакция влечет за собой появление ошибок в технике стрельбы. Самая распространенная ошибка связана с резким звуком и эффектом отдачи от выстрела, которая проявляется как «хватательный рефлекс». Рефлекс – это ответная реакция организма на некий возбудитель или раздражитель, осуществляемая через центральную нервную систему, в нашем случае это выстрел и процессы, связанные с ним.

Рефлексы подразделяются на безусловные и условные. Безусловные – это врожденные рефлексы, являющиеся фундаментом нервной системы. «Хватательный рефлекс» аналогичен рефлексу, который возникает при касании рукой горячего предмета. Коснувшись, человек резко отдергивает руку, то же самое наблюдается, когда обучающийся чувствует отдачу, которая вызывает ответную реакцию – сжать кисть, уменьшив подброс оружия. Условные – это приобретенные в течение жизни рефлексы, генетически не закрепленные.

При правильной организации учебного процесса условные рефлексы совершенствуют технику стрельбы, формируя навык. Неправильно сформированные рефлексы тормозят становление техники, закрепляя ошибки. На тренировке обучающийся должен бороться со своими условными и безусловными рефлексами, а также инстинктами, так как основная их функция – защитная. Необходимо обращать внимание, чтобы сформированные умения при переходе в навык не несли с собой ошибки, которые как раз и вызывает данный вид рефлексов.

Навык – это действие, доведенное до автоматизма, основанное на умении стрелка. Многократно повторяя одно и то же движение, мы запоминаем его мышечно-связочным аппаратом, который управляется нервной системой через импульсы. Данный процесс и будет являться условно-рефлекторным, так как он образовался в процессе тренировок, на которых выполняются циклически повторяющиеся действия в ответ на одни и те же раздражители.

Стрельба основана на понимании взаимосвязи между нашими мыслями и действиями. Стрелок и цель немислимы друг без друга, это два неразделимых понятия. Майкл Ярдли в своих работах по психологии стрельбы отмечал такой факт: если пронаблюдать за хорошим стрелком, то можно увидеть, что он во время выполнения упражнения является частью процесса, в котором ему трудно отделить себя от других составных частей, элементов стрельбы. И наоборот, когда кто-то стреляет плохо – разделение очевидно, своими неуверенными и раскоординированными действиями он что-то выбрасывает из этого целостного и единого процесса. Ярдли приходит к выводу, что те, кто слишком много переживают из-за пустяков, загоняют себя в такое психологическое состояние, в котором их разум и тело никогда не будут действовать как одно целое. Из этого и вытекает необходимость настроить себя на работу, целью которой будет являться технически правильное выполнение упражнения, а никак не результат, полученный на мишени.

Очень сложно научиться мыслить именно так в связи с тем, что подсознание любого из нас всегда будет стремиться к конечному итогу. Для того чтобы избежать подобных негативных факторов, обучающийся, принимая исходное положение для выполнения упражнения, должен заранее продумать, куда и как он будет делать выстрел, а во время его выполнения соблюдать заранее выбранную структуру действий.

Приведем пример. Стрелок извлекает пистолет и, досылая патрон в патронник, выносит его в район прицеливания, осуществляя общий контроль за выполняемыми движениями, после этого акцентирует внимание на закреплении кисти, локтя, плечевого сустава, уточняет взаимное расположение прицельных приспособлений и мишени. Одновременно с этим он выжимает свободный ход спускового крючка. Не снижая контроля над работой мышц кисти и рук, оценивая положение прицельных приспособлений, быстрым и плавным движением выжимает рабочий ход спускового крючка. Момент срыва курка с боевого взвода

является наиболее важной фазой выполнения выстрела. Зачастую молодые стрелки при срыве курка перестают контролировать работу кисти, усиливая хват или «подбрасывают» пистолет вверх, сгибая локоть в ожидании отдачи. В большинстве случаев именно это приводит к снижению результативности стрельбы. В такой момент обучающийся должен найти в себе силы закончить выстрел, сосредоточив внимание на своих зрительных и тактильно-двигательных ощущениях.

Подводя итог вышесказанному, хочется подчеркнуть два важных момента – это обучение технике выполнения конкретного упражнения и обучение стрельбе при выполнении оперативно-служебного задания. В первом случае сотрудник нарабатывает навык и ставит правильную технику в соответствии с условиями упражнения, а в другом – он должен выбрать тот или иной вариант стрельбы в зависимости от сложившейся оперативной обстановки. При этом от скорости и правильности принятия решения может зависеть жизнь человека.

Стрельба при возникновении экстремальной ситуации, вынуждающая сотрудника ОВД вести огонь на поражение, характеризуется следующими чертами:

- внезапность возникшей ситуации, требующей быстрой оценки и принятия решения;
- ведение огня в изгойтовке, сильно отличающейся от тренировочной;
- условия плохой видимости;
- состояние высокой эмоциональной напряженности, избежать которой в экстремальной ситуации невозможно.

Все это оказывает негативное влияние и снижает эффективность стрельбы. В состоянии эмоционального возбуждения, вызванного стрессовой ситуацией, действия сотрудника, как и его результаты, могут отличаться от тех, которые он показывал на тренировке. Только правильно сформированные навыки стрельбы в процессе подготовки обеспечат эффективное выполнение оперативно-служебной задачи. Чувство полноценного владения оружием снижает эмоциональную напряженность. Сотрудник чувствует уверенность в себе, он готов к смелым и решительным действиям.

## **2. Основы обучения прицеливанию при тактической стрельбе из боевого ручного стрелкового оружия**

Анализ огневой подготовленности сотрудников органов внутренних дел, слушателей факультета переподготовки и повышения квалификации Воронежского института МВД России за 2020-2023 гг. показывает, что около 50% из них имеют слабые навыки в умении вести эффективный огонь из табельного оружия. Объясняется это отсутствием достаточного количества специалистов, обучающих огневой подготовке в практических подразделениях ОВД.

Отсюда можно сделать вывод, что будущий сотрудник полиции должен иметь достаточно высокие навыки владения оружием, так как при прохождении службы в ОВД приобретать данные компетенции ему будет трудно.

Как известно, производство выстрела из боевого ручного стрелкового оружия складывается из взаимосвязанных действий: принятия изготовки для стрельбы, прицеливания (наводки оружия в цель), спуска курка с боевого взвода. Умение эффективно вести огонь зависит как от умения выполнять правильно эти действия каждое в отдельности, так и от умения выполнять их в комплексе.

Анализируя отдельно такой элемент техники, как прицеливание, мы рассмотрим наиболее часто применяемый на боевом оружии открытый прицел. Чтобы произвести само действие прицеливания, стрелок сначала руками (или одной рукой) придает оружию предварительную грубую наводку, а затем завершает наведение с помощью прицельных приспособлений, наводя «ровную мушку» в определенный район в зависимости от применяемой мишени.

Если же стрелок не соблюдает главного условия – удержания «ровной мушки», по-разному располагает ее в прорези прицела, то меткой стрельбы не получится из-за угловых смещений оружия, которые влекут за собой значительные отклонения пуль от центра мишени. В то же время даже резко заметные глазом отклонения «ровной мушки» от точки прицеливания из-за колебания оружия не так уж сильно снижают результаты стрельбы.

На первый взгляд, приведенная схема прицеливания кажется простой и понятной. Но, осуществляя ее на практике, начинающий стрелок сталкивается во время стрельбы со многими трудностями.

Процесс прицеливания, особенно при видах изготовления для стрельбы, обеспечивающих наибольшую устойчивость оружия, предъявляет высокие требования к остроте зрения и условиям, ее определяющим. Правильное зрительное восприятие окружающих нас предметов зависит от того, насколько точно они проецируются на чувствительную оболочку глаза – сетчатку. Этому мешают такие явления, как сферическая аберрация – различное преломление лучей света, проходящих через зрачок, дающее нечеткое изображение предмета на сетчатке; дифракция света на зрачке при солнечном освещении, дающая на сетчатке изображение с окаймлением концентрическими световыми кольцами; светорассеяние в глазном яблоке, которое при ярком освещении предметов дает световые ореолы вокруг прицельных приспособлений и затрудняет прицеливание. Начинающему стрелку необходимо знать об этих явлениях, чтобы они не были для него неожиданностью.

Кроме того, глаз не может одновременно резко видеть разноудаленные предметы – целик, мушку и цель. За счет изменения кривизны хрусталика (аккомодации) резко виден только один из перечисленных предметов. Желание прицелиться как можно точнее заставляет стрелка часто перебрасывать взгляд с одного предмета на другой, что приводит к быстрому утомлению мышц глаза. К этому же результату приводит и долгое прицеливание, так как при непрерывной фиксации взгляда на одном предмете глаз обладает наибольшей остротой в течение нескольких секунд, после чего четкость изображения предмета на сетчатке убывает.

Препятствуют правильной фокусировке оптической системы глаза и такие несовершенства, как близорукость и дальнозоркость, которые в некоторой степени могут быть исправлены с помощью очковых стекол.

Начинающему стрелку с самого начала надо решить, каким глазом ему лучше прицеливаться, для чего с помощью преподавателя ему необходимо определить ведущий (доминирующий) глаз.

Знание этих трудностей и осмысленный подход к ним позволит стрелку не напрягать зрение и не совершать грубых ошибок в прицеливании по причинам неправильного зрительного восприятия. Такова физиологическая сторона процесса прицеливания.

Необходимо сказать, что процесс прицеливания имеет некоторые различия в зависимости от вида оружия. При стрельбе из пистолета, где колебания руки с оружием значительны, в прицеливании преобладает

процесс двигательного порядка, в котором зрительный анализатор является главным образом корректором, сигнализирующим об отклонении руки с оружием от заданного положения. При стрельбе из винтовки и автомата из положений, обеспечивающих достаточную устойчивость оружия, главную роль играет зрительная сторона процесса прицеливания – четкость восприятия глазом прицельных приспособлений, их взаимное расположение относительно цели, т.е. различная способность зрительного анализатора.

Не менее важна психологическая сторона прицеливания.

Так как глаз не может одновременно резко видеть разно удаленные предметы, начинающие стрелки часто допускают такую ошибку: в погоне за точным выстрелом стремятся отчетливо видеть цель, теряя контроль за расположением мушки в прорези прицела. Начинаящий стрелок должен знать, что более правильно резко видеть мушку, вынужденно пренебрегая резкостью и прорези, и мишени. При этом не следует смущаться тем, что прорезь прицела воспринимается двоящейся. Необходимо при тренировке в прицеливании запоминать расположение ее относительно нечетко видимой мишени и при прицеливании всегда восстанавливать это изображение. Главное – добиться однообразия в прицеливании, которое является гарантом кучной стрельбы.

При стрельбе из пистолета расстояние между прорезью прицела и мушкой относительно невелико и в то же время они значительно удалены от глаза. Поэтому их можно довольно резко видеть одновременно. Значит, надо делать выбор только между двумя точками – прицельными приспособлениями и целью. Колебания руки с пистолетом заставляют начинающего стрелка уточнять расположение прицельных приспособлений относительно мишени, т.е. взгляд как бы «упирается» в мишень и не замечает отклонений от мушки в прорези. Анализ результатов стрельбы показывает, что стрелок должен жертвовать отчетливостью мишени в пользу прицельных приспособлений. В процессе тренировки оказывается, что совсем не трудно научиться запоминать расположение предметов относительно друг друга, несмотря на расплывчатость их очертаний, а для однообразного прицеливания только это и требуется.

Точность прицеливания здесь основана не столько на отчетливости зрительного восприятия, сколько на зрительной памяти и чувстве симметрии, которые стрелок должен развивать в себе тренировкой. Поэтому острота зрения при стрельбе из пистолета не имеет решающего

значения, т.к. работа глаза здесь намного легче, чем при стрельбе из автомата. Это объясняется короткими дистанциями стрельбы, большими размерами мишеней и тем, что прицел во время стрельбы находится относительно далеко от глаза.

В стрельбе из пистолета основная задача стрелка – умение поражать цель при довольно больших ее размерах. Не столь уж важно, в какое место она поражена. Поэтому и требования к точности прицеливания при этом не столь уж строги. Однако если спросить любого обучающегося, хочет ли он попадать только в «десятку», то он ответит утвердительно. В этом и заключается основная ошибка психологического характера. Желание попасть в «десятку» только ухудшает результаты стрельбы, т.к. большие или меньшие колебания оружия заставляют стрелка прицеливаться как можно тщательнее, совмещая мушку с определенной точкой на мишени, затягивая прицеливание, что является грубой ошибкой.

Конечно, определенная спортивность, то есть стрельба на количество очков, применяется при обучении сотрудников ОВД, позволяя освоить основные приемы прицеливания в спокойных условиях для приобретения необходимых навыков. В дальнейшем, при стрельбе в неординарных условиях, должна срабатывать зрительная и двигательная память, обусловленная полученными навыками, для уверенного и быстрого прицеливания и выполнения эффективного выстрела даже при неустойчивом положении оружия.

Многолетний опыт подготовки стрелков показывает, что если обучающийся достаточно полно усвоил все перечисленные особенности, то прицеливание не вызывает у него серьезных затруднений. Хорошему стрелку необходимо только знать, насколько точно нужно прицелиться в той или иной ситуации, или, другими словами, как влияют условия стрельбы (вид оружия, расстояние до цели, ее величина, задачи самой стрельбы) на степень точности прицеливания.

### **3. Анализ процессов формирования базовых навыков обращения с пистолетом, направленных на совершенствование скоростной стрельбы сотрудника в составе тактических групп**

В большинстве случаев причинами многих преступных посягательств на сотрудников органов внутренних дел РФ является их неосторожные действия и временами неорганизованная служебная деятельность.

В связи с этим при создании тематических планов и учебных программ по огневой подготовке сотрудников ОВД РФ необходимо рассматривать следующие важные составляющие:

- тренировка выстрелов в ограниченных временных рамках, способствующая обучению стрелять на опережение, быстрее лиц, осуществляющих преступные посягательства;
- стрельба в условиях ограниченной видимости;
- стрельба в движении;
- стрельба в условиях сильного физического и психологического напряжения;
- стрельба на коротких дистанциях.

Отрабатывая их, сотрудник полиции адаптируется к огнестрельному оружию, что помогает преодолеть волнение в непредвиденных ситуациях.

Проведя комплексный анализ учебно-методических планов и нормативных правовых актов, регламентирующих процесс обучения огневой подготовке курсантов образовательных организаций высшего образования системы МВД России, а также практики действующих сотрудников органов внутренних дел РФ, был сделан вывод, что процесс подготовки к стрельбе требует совершенствования.

На курсантов вузов МВД России и действующих сотрудников ОВД РФ, нормы времени, выделенного на обучение обращению с оружием и стрелковым умениям, являются недостаточными. Также, можно заметить, что недостаточно внимания уделяется вопросам работы органов зрения при стрельбе, а также психологической готовности стрелка при производстве выстрела. Таким образом, повсеместное внедрение психологических аутогенных и идеомоторных практик в учебный процесс по огневой подготовке является целесообразным.

Если говорить о тренировке дыхания стреляющего, то на начальном этапе обучения огневой подготовки его рекомендуется задерживать. В

последующем, сотрудник должен самостоятельно выбирать тактику и методику управления своим дыханием в боевых условиях, поскольку стрельба ведется в движении, и часто – на коротких дистанциях. Также боевые условия характеризуются тем, что управление дыханием осуществляется на подсознательном уровне. Рекомендуется использовать дыхательную гимнастику, поскольку она обладает психорегулирующими свойствами. Прерывистое дыхание символизирует тревогу, волнение. Чтобы добиться ровного дыхания и откорректировать своё эмоциональное состояние, следует пользоваться дыхательными упражнениями.

Вышеупомянутая аутогенная тренировка производится в следующем:

– приемы расслабления, освобождение от отрицательных эмоций, достижение психоэмоциональной стабильности;

– приёмы, направленные на сосредоточение внимания и подготовку организма к тренировке по дисциплине «Огневая подготовка», а также выполнению иных служебных задач.

Алгоритм подобной тренировки может выглядеть следующим образом:

1. Настройка дыхания, производство нескольких вдохов и выдохов в равном темпе.

2. Принятие правильной и одновременно удобной для стреляющего изготовки для стрельбы, проверка кобуры, хвата оружия.

3. Отработка спуска, мысленно контролируя район прицеливания, соотнося мушку с целиком, но не дожидаясь их устойчивого положения.

4. Контроль за возвратом пистолета после выстрела в положение, в котором он был в момент прицеливания.

Все вышеперечисленные действия целесообразно мысленно проговаривать с целью преодоления нервного напряжения. С помощью этого удастся справиться с высоким уровнем психологического напряжения, необходимого для ведения целевой стрельбы, держать в тонусе свою нервную систему, сохранять самообладание на протяжении всей тренировки, выполнении каких-либо служебных задач большой точности действий, которые требуют высокой сосредоточенности.

Необходимо отметить, что в проведении занятий по огневой подготовке значительную роль играет установка и объяснение со стороны преподавателя. Иными словами, преподаватель должен внушить

стреляющему уверенность, решительность, создать условия сильного впечатляющего словесного или эмоционального воздействия.

Таким образом, на основании вышеизложенного, можно сделать вывод, что на сегодняшний день существует объективная необходимость изменения методических рекомендаций и наставлений по дисциплине «Огневая подготовка» как для курсантов и слушателей образовательных организаций высшего образования системы МВД России, так и для сотрудников органов внутренних дел на территориальном уровне. Необходимо повышение уровня подготовки сотрудников органов внутренних дел для действий в экстремальных ситуациях, в условиях высоких психологических нагрузок. Следует обращать внимание на особенности организма каждого отдельного сотрудника и увеличивать нагрузку постепенно. Все вышеперечисленное возможно реализовать только с помощью качественно разработанных методик и надлежащих профессиональных способностей руководителей стрельб.

Техника стрельбы из пистолета состоит из следующих элементов:

1. Техники извлечения пистолета из кобуры и приведение его в готовность.
2. Хват или способа удержания пистолета.
3. Изготовки, которые характеризуется как положение стрелка с оружием для выполнения выстрела.
4. Прицеливания и наведение пистолета на мишень с помощью прицельных приспособлений.
5. Нажатия на спусковой крючок.

В скоростной стрельбе в составе тактических групп из пистолета различают несколько вариантов изготовок: спортивная, фронтальная и штурмовая. Рассмотрим их.

*Фронтальная изготовка.* Принимая фронтальную изготовку, стрелок располагается лицом к цели, спина несколько округлена. Ноги располагаются примерно на ширине плеч, пистолет удерживается двуручным хватом. Эта изготовка позволяет вести огонь в быстром темпе, так как удержание оружия двумя руками уменьшает «подброс» оружия вверх. Однако фронтальный разворот стрелка снижает устойчивость тела и после отдачи может усиливаться прогиб в спине, увеличивая раскачивание туловища в переднезаднем направлении.

*Штурмовая изготовка.* Стопы ног располагаются параллельно друг к другу. Левая нога находится впереди правой ноги на расстоянии

половины шага и может быть немного согнута в коленном суставе. Корпус подается вперед, чтобы правый плечевой сустав, спина и правая нога находились на одной линии. Данное положение корпуса обеспечивает эффективную устойчивость и предотвращает толчки плеч стрелка назад при отдаче. Данную изготовку стрелок быстро принимает, с места, или после перемещения.

*Техника извлечения оружия из кобуры и приведение его в боевое положение.*

Извлечение пистолета из кобуры является одним из важных элементов техники стрельбы, скорость извлечения и заряжания пистолета зависит качественного производства выстрела: чем больше времени обучающийся уделяет на извлечение оружия из кобуры, тем меньше у обучающегося остается времени на качественное прицеливание и обработку хвоста спускового крючка.

Действия по извлечению пистолета из кобуры и подготовке его к выстрелу должны выполняться параллельно. При этом внимание сосредотачивается на цели.

Существует несколько действий по извлечению пистолета из кобуры закрытого типа.

*Первый способ.* По команде «Огонь!» левая рука захватывает вспомогательный ремешок, одновременно с этим большой палец правой руки скользящим движением вниз срывают застежку. Затем движением вверх поднимает крышку, а правая рука резким движением выдергивает пистолет, который выходит из кобуры, захватив рукоятку, большой палец выключает предохранитель.

Приподняв оружие и повернув ствол в сторону мишени, кисть левой руки захватывает затвор и отводит его в крайнее заднее положение, одновременно поправляется положение рукоятки пистолета в правой ладони. Отпустив затвор, кисть перемещается вниз и обхватывает кисть правой руки.

*При втором способе* извлечения оружия вспомогательный ремешок не используется. Правая рука расстегивает застежку скользящим движением, а левая опускается вниз кобуры, захватывает и сжимает ее среднюю часть. Эти движения приводят к тому, что кобура расширяется, обеспечивая свободный захват пистолета большим и указательным пальцами. Приподняв оружие из кобуры, большой палец выключает предохранитель.

Как только пистолет выйдет из кобуры необходимо направить ствол в сторону цели, тем самым достигается принятие правильного положения кисти с последующим ее уточнением и закреплением. Далее кисть левой руки захватывает затвор и так же как в первом способе досылается патрон в патронник и принимается положение для стрельбы.

Не маловажным фактором является и сам способ заряжания пистолета. Левая рука не должна закрывать окно для выбрасывания гильз, иначе при плотном захвате могут травмироваться пальцы, попавшие между окном затвора и казенной частью.

Приподняв оружие из кобуры, стрелок разворачивает ствол в направлении цели, одновременно наклоняя оружие влево. Такой наклон обеспечивает свободный захват затвора вблизи предохранителя. Одновременно с выносом оружия на уровень глаз выполняется отведение затвора назад и подхват рукоятки левой рукой.

Досылание патрона в патронник должно осуществляться одновременно с движением рук вперед по кратчайшей траектории, при этом левая рука при отведении затвора не должна выполнять резких движений отрываясь от правой, что приведет к потере времени. Также она не должна сопровождать затвор. Такое действие приводит к появлению такой задержки, как недокрытие затвором патрона.

Остановка рук при излечении и заряжании пистолета также не желательна. Досылая патрон в патронник не должны нарушаться меры безопасности при обращении с оружием.

*Способ удержания оружия при скоростной стрельбе* довольно сильно отличается от медленной стрельбы. Связано это с тем, что стрелку необходимо быстро возвращать оружие в центр цели для выполнения выстрела. Это условие может обеспечиваться при использовании двуручного хвата. При этом правая рука выпрямлена или полусогнута в локте и закреплена во всех суставах. При этом желательно такое положение руки, при котором локоть правой руки обращен в сторону, а не вниз. Это положение предотвращает сгибание руки в локтевом суставе во время отдачи.

Левая кисть удерживает оружие, таким образом, чтобы основание большого пальца прижимало свободную часть рукоятки, а остальные пальцы плотно прилегают к пальцам правой руки. Большой палец может дополнительно фиксировать большой палец правой руки, но, ни в коем случае не должен попадать под спусковой крючок. Кроме того, не

допускается положение пальца сверху кисти правой руки, так как при движении затвора назад он травмируется.

Закрепление рук достигается разнонаправленным движением рук. Правая стремится выпрямиться, а левая прижимает ее назад. Тем самым жестко фиксируются лучезапястный локтевой и плечевой суставы.

Существуют и другие варианты удержания оружия левой рукой. Это поддержка оружия снизу и фиксирование лучезапястного сустава. Однако эти способы не обеспечивают достаточной плотности хвата и закрепления рук. В момент отдачи в первом варианте левая рука, как правило, теряет контакт с оружием, а во втором кисть правой руки не обеспечивает закрепление лучезапястного сустава, что увеличивает подброс оружия.

*Прицеливание.* Заключается в том, что стрелок наводит оружие в цель, располагая центр верхней горизонтальной плоскости прорези прицела и центр вершины мушки на одной прямой линии, которая проходит от глаза до точки прицеливания. Схематически получается так, что глаз, прорезь прицела – центр её верхней плоскости, вершина мушки и точка прицеливания находятся на одной прямой линии.

Глаз человека не может видеть одинаково четко два разноудаленных предмета: мушку с прорезью и мишень, находящиеся на одной линии прицеливания, поэтому сосредотачивать внимание нужно на положении мушки в прорези прицела, которые будут видны достаточно четко

Все современные стрелки рекомендуют прицеливаться двумя глазами. Необходимо добиться от обучающихся правильной фокусировки зрения на целике, а не на мишени. Мишень обучающийся не должен видеть четко, она должна быть расплывчатой. При указывании на мишени места прицеливания необходимо обозначать район прицеливания как круг диаметром примерно 10-15 см, а не точку, так как при акцентировании внимания на точке стреляющий помимо своего желания будет фиксировать взгляд на мишени, пытаясь увидеть эту точку.

*Прицеливание двумя глазами при скоростной стрельбе в составе тактических групп* имеет следующие преимущества:

- быстрее определяется положение прицела на мишени;
- увеличивается сектор обзора;
- примерно на 20 % улучшается острота зрения.

Но и при этом способе прицеливания стреляющий в момент производства выстрела должен смотреть на целик.

Малейшие ошибки следует фиксировать и исправлять, так как отклонение мушки в прорези на 1 мм при стрельбе из пистолета Макарова на дистанции 25 м вызывает отклонение пули на 19 см.

*Нажатие на спусковой крючок* выполняется указательным пальцем. Он накладывается на спусковой крючок серединой третьей фаланги или ближе к сгибу. При этом первая и вторая фаланги не должны касаться плоскости рукоятки или рамки пистолета.

Давление на спусковой крючок необходимо осуществлять параллельно оси канала ствола.

Во время нажима указательный палец должен работать изолированно от остальных пальцев, то есть тонус мышц пальцев, кисти и предплечья должен оставаться неизменным.

Кроме того, указательный палец при скоростной стрельбе должен постоянно находиться в «работе». После выполнения очередного выстрела указательный палец быстрым, но плавным движением отходит вперед, но при этом контакт со спусковым крючком не теряется. Одновременно с возвратом пистолета после отдачи и уточнением прицеливания указательный палец таким же быстрым и плавным движением возвращается назад. Почувствовав упор, необходимо также плавно нажимать на спусковой крючок, с тем же усилием и скоростью, уточняя при этом прицеливание.

*Техника задержки дыхания.* Как правило, скоростная стрельба ведется небольшой промежуток времени 8-15 сек. Задерживать дыхание лучше на полувдохе или полувывдохе, в момент окончательного принятия изготовления с одновременным уточнением положения мушки и началом работы указательного пальца.

### *Стрельба по неподвижной цели в ограниченное время*

Сознательное отношение обучающихся к выполнению тренировочных упражнений без стрельбы и со стрельбой способствует закреплению навыков в производстве выстрела.

Обычно при выполнении тренировочных упражнений время на прицеливание и спуск курка постепенно сокращается. Нужно только следить, чтобы не было резкого скачка в ограничении времени на производство выстрела, в противном случае это может выработать привычку дергать за спуск пистолета.

Чтобы иметь при стрельбе боевым патроном некоторый резерв времени, время на прицеливание и спуск курка в тренировочных упражнениях сокращается примерно на 20%.

В период подготовки к стрельбе в ограниченное время сериями стрелку должно быть привито «чувство времени» – определенный темп стрельбы. Это достигается следующим упражнением. Обучающемуся ставится задача произвести в одну минуту пять прицеливаний со спуском курка с боевого взвода. Выполнение упражнения начинается по команде. От начала команды засекается время и через каждые пять секунд громко объявляется, сколько секунд прошло. Если обучающийся не успевает уложиться в отведенное время, необходимо выяснить причины, замедляющие прицеливание со спуском курка с боевого взвода, и дополнительной тренировкой устранить их.

Требовать обязательного выполнения условий упражнения по времени вначале не следует, чтобы не привить излишнюю торопливость и небрежность в прицеливании и спуске курка. Перед упражнениями необходимо заранее подготовить пистолет: вложить учебный патрон в патронник. Для первого «выстрела» при тренировке курок взводится предварительно, на последующих же выстрелах приходится взводить курок вручную. При этом лучше всего сгибать правую руку и взводить курок левой рукой, чтобы не вызывать смещения пистолета в правой руке.

Точность прицеливания и плавность спуска курка обучающий проверяет при помощи ортоскопа.

Для того чтобы проверить насколько обучающийся усвоил темп стрельбы, следует фиксировать по времени каждый спуск курка. Если интервалы между спусками курка примерно одинаковы и отвечают правильному распределению времени на серию выстрелов, можно сделать вывод, что стрелок усвоил нужный темп стрельбы.

Стрельба из пистолета в ограниченное время является сложным видом стрельбы и требует тщательной подготовки стрелка. Он должен быть обучен быстрому выполнению приемов стрельбы и умению правильно распределять время между очередными выстрелами. Умение производить быстрый меткий выстрел может быть проверено стрельбой из малокалиберного пистолета. Ни в коем случае не следует допускать обучающегося к стрельбе боевыми патронами, если он не имеет достаточной подготовки. Стрельба «на авось» должна быть исключена.

Первую стрельбу в ограниченное время, поскольку она имеет целью

проверить подготовку стрелка, не следует проводить в сложных метеорологических условиях (дождь, ветер). В последующем рекомендуется стрелять в различных условиях погоды, так как это обогащает опыт стрелка. Необходимо отметить, что единичный результат не может являться основанием для определения степени подготовки стрелка. Лишь ряд результатов стрельбы позволяет в полной мере выяснить способность стрелка производить меткую стрельбу в ограниченное время. При стрельбе в ограниченное время скорость производства каждого выстрела достигается умелыми, уверенными действиями стрелка. Ускорить выстрел – это не значит, что нужно дергать за спуск пистолета или допускать неточности в прицеливании. Основные правила меткой стрельбы (точное прицеливание и плавный спуск курка) остаются в силе и при выполнении упражнения в ограниченное время.

Проследим, какими должны быть действия стрелка при стрельбе в ограниченное время (5 выстрелов за 50 секунд). Стрелок на исходном рубеже получает патроны и осматривает их. Выйдя по команде на огневой рубеж, выбирает наиболее удобное место для стрельбы. Зарядив по команде пистолет, он принимает положение для стрельбы. Перед тем как доложить о готовности к стрельбе, тщательно проверяет правильность занятого положения и положения рукоятки в руке.

Стрельба начинается по команде «Огонь». Стрелок до команды поворачивает голову на цель, смотрит в точку прицеливания, не зажмуривая левого глаза и не затаивая дыхания. Только после команды для открытия огня стрелок, не напрягая руки, вытягивает ее в сторону цели. Если положение пистолета в руке было правильное и стрелок смотрел заранее в точку прицеливания, то движением руки пистолету быстро придается нужное направление. Точно установив мушку в прорези целика, стрелок выжимает свободный ход спуска и, затаив дыхание, плавно дожимает его, стремясь удерживать ровную мушку у точки прицеливания. После выстрела стрелок делает короткий вдох и выдох, одновременно восстанавливая наводку пистолета. Затем, вновь затаив дыхание, уточняет прицеливание и плавно нажимает на спуск пистолета. Внимание при каждом выстреле должно быть сосредоточено на удержании ровной мушки у точки прицеливания и плавном спуске курка.

При скоростной стрельбе нельзя держать свободно рукоятку пистолета, не сжимая ее пальцами, так как при этом будет возникать большое смещение пистолета и потребуются время для восстановления его

положения в руке. Однако сжатие не должно быть сильным, чтобы не вызвать усиленного притока крови к работающим мышцам руки и не нарушить устойчивости пистолета. Умеренное сжатие рукоятки пистолета пальцами правой руки не изменяется до конца серии выстрелов.

Как видно из этой схемы действий стрелка при стрельбе в ограниченное время, движения осуществляются быстро с целью получения возможно большей экономии времени, необходимого для точности прицеливания и спуска курка. Такие действия стрелка можно наблюдать лишь при нескольких выстрелах по одной цели. Эти упражнения не являются боевыми и относятся к учебным упражнениям. Цель этих упражнений научить стрелка меткой стрельбе в ограниченное время. Усвоившие такое упражнение уверенно ведут огонь по появляющимся целям, так как у них уже имеется опыт в быстром производстве меткого выстрела.

После обучения стрельбе в ограниченное время по одной цели можно обучать ведению огня по нескольким целям, расположенным по фронту.

Необходимость быстро вести огонь, перенося его с одной цели на другую, возникает в условиях рукопашной схватки, при отражении внезапного нападения противника.

Время на производство выстрела нужно сокращать постепенно, подводя обучающегося к нужной скорости стрельбы.

### *Методика обучения стрельбе «спаренного выстрела» из пистолета*

Стрельба подразумевает производство двойного, как бы спаренного выстрела, из пистолета любого, даже большого калибра, при обязательном двойном попадании в мишень. В связи с этим возникают особенности в удержании оружия, прицеливании, стойке и т.д. Все эти особенности руководителю занятий необходимо довести до обучающихся и научить их защитной стрельбе в максимально короткий срок.

Как правильно произвести изготовку:

1. Корпус должен быть немного развернут боком (боксерская стойка). У противника возникает проблема с прицеливанием в меньшую поражаемую площадь тела стрелка.
2. Голова расположена без наклонов вперед или назад. Что необходимо выполнять в системе «спаренный выстрел» – способ

удержания оружия. Хватка здесь не такая, обхват оружия производится двумя руками, указательный палец левой руки обхватывает пистолетную скобу, большой палец левой руки – под большим пальцем правой руки. В последних моделях современных пистолетов на скобе сделан обратный выступ для удобства удержания оружия при помощи указательного пальца левой руки (именно для стрельбы по системе спаренный выстрел). Правая и левая рука охватывают пистолетную рукоятку плотно. Пальцы левой руки поверх пальцев правой руки.

Не надо закрывать второй глаз, т.к. ухудшается обзор, уменьшается поле зрения. Имея хорошую стойку, сделав правильное удержание оружия и правильно целясь, все равно невозможно при двойном выстреле выдержать линию прицеливания – прицельное приспособление оружия «уйдет» после первого же нажатия на спусковой крючок. Оружие дергается от дыма и вспышки, рефлекторно закрываются глаза, но бессознательное, правильное прицеливание должно остаться и это необходимо тренировать. Нажимая на спусковой крючок второй раз, быть уверенным, что вторая пуля попадет туда же.

Это наиболее сложная часть обучения, но достижимая в ходе упорных тренировок. Если в спортивной стрельбе главную роль играет прицеливание, то в стрельбе «спаренный выстрел» большая роль отводится мышечной памяти для производства второго, точного выстрела.

Стрелок должен тренировать множество раз со своим оружием включая и холостую стрельбу (т. е. без патрона), с нажатием на спусковой крючок десятки, сотни, тысячи раз – пока не выработается устойчивая мышечная память в наведении оружия в цель и удержании пистолета. Только это даст возможность в экстремальной ситуации автоматически сделать правильное движение, с гарантией успеха на 100%. Время для производства, выстрела:

- для начинающих – один выстрел за одну секунду;
- для двойного выстрела, на расстоянии 7 м – за 1, 5 секунды;
- при стрельбе двойным выстрелом, доставая оружие из кобуры – за 2 сек.

Основополагающее начальное правило – 1 секунда на выстрел. Это основа для преподавателя в определении затраченного времени на выполнение упражнения.

Важно научиться, положив палец на спусковой крючок, не сделать преждевременного выстрела. Надо доверять оружию. Должна быть развита очень хорошо «рецептивная» память. Только тогда не произойдет

случайного выстрела. Необходимо много тренироваться в изготовке для стрельбы и уметь тренироваться без патрона.

В защитной стрельбе «спаренный выстрел» не надо пытаться стрелять в какую-то определенную точку (голову, грудь), главное – это направление. Прицельные приспособления (мушка и целик) должны совместиться где-то в области фигуры человека, безразлично в какой части силуэта. Идти необходимо от простого к сложному. Сначала производится 2 выстрела на 5 м, а затем 7 и более метров. Также первоначально два выстрела должны быть с небольшим промежутком, в дальнейшем время между выстрелами сокращается.

Положение ожидания, предшествующее прицеливанию, очень близко положению для стрельбы. Прицеливание производится не выбрасыванием рук, а при сохранении того же треугольника, только подъемом оружия.

Следующим важным моментом является то, что руки при прицеливании чуть согнуты для того, чтобы приблизить мушку и целик к глазам, за счет этого проще прицеливаться. Стрелок быстрее находит и совмещает мушку и целик. Золотое правило – прицеливание.

Самое сложное, чего необходимо достичь при стрельбе «спаренный выстрел», это научиться управлять усилием рук, которое должно быть направленно в разные стороны. Правой рукой разжимать замкнутое кольцо от себя, а левой рукой сдавливать его. Получается мощный распор, в котором находится пистолет. Кисти и предплечья напряжены, тогда как плечевой пояс достаточно расслаблен.

Неправильно, если правая рука будет абсолютно прямой и отдача пистолета будет посылать руку вверх, а согнутая рука будет гасить эту отдачу и рука с пистолетом не будет уходить так далеко вверх.

Прицеливание.

Необходимо запомнить, что всегда руки должны поднимать пистолет без движения головой до уровня глаз, относительно линии прицеливания. Руки поднимаются до уровня линии прицеливания в мишень. Остальные части тела неподвижны.

Упражнение для тренировки владения оружием:

Стрельба без учета времени. Пистолет находится на столе. По команде «Огонь» сначала нужно схватить оружие – это самое трудное. Затем произвести выстрел.

**1-е упражнение.**

Расстояние 5-7 метров от мишени. Тренировка в изготовке выполняется медленно, темп наращивать не рекомендуется. Обучающийся должен научиться удерживать указательный палец на спусковом крючке. Важно, выжав холостой ход, выработать навык держать указательный палец на спусковом крючке постоянно, как бы не менялось положение рук. Это необходимо, чтобы не совершить ошибку при производстве выстрела. Кроме того, это позволяет определить действия противника, т. к. не теряются сотые доли секунды на поиск пальцем спускового крючка и выборку холостого хода.

**2-е упражнение.**

То же, но более усложненное, так как производится два выстрела. Необходимо помнить о хвате, в противном случае выстрел попадает в цель, а второй, из-за отдачи оружия, в цель не подпадает. Два выстрела производятся за 1,5 сек. Перед выполнением упражнения с боевыми патронами ученики тренируются вхолостую до 300–500 раз поднять пистолет и прицелиться. Расход боеприпасов для отработки этого упражнения до 30 шт. упражнение выполняется с расстояния 7-10 м до мишени (силуэта). На первый выстрел тратится 1,5 сек. На второй 2 сек. Для расстояния 15 м временные показатели те же.

Отработка выполнения стрельбы с таким требованием во времени необходима для опережения противника.

#### **4. Особенности выполнения специальных упражнений стрельб с целью формирования скоростной (тактической) стрельбы в особых условиях**

В условиях, когда на повестку дня стал вопрос о профессиональной подготовленности сотрудников полиции с целью формирования скоростной (тактической) стрельбы в особых условиях, состояние огневой подготовленности обучающихся образовательных организаций МВД России во время решения ими профессиональных задач приобретает в настоящее время особую остроту и актуальность.

Исходя из статистики применения огнестрельного оружия сотрудниками органов внутренних дел МВД России по Воронежской области 80% случаев происходит на коротких дистанциях, индивидуально или в составах малых групп. Многие ситуации применения огнестрельного оружия сотрудниками полиции, возникают внезапно, и происходят в короткий промежуток времени. Исходя из проведенных научных исследований можно сделать вывод, что сотрудникам полиции необходим специальный подход в плане профессиональной, служебной и физической подготовки.

В настоящее время сотруднику полиции недостаточно выполнять упражнения, предусмотренные наставлениями по стрельбе на удовлетворительную оценку, так как упражнения курса стрельб практически однотипные и не дают возможности подготовить в полной мере полицейского, чтобы он мог в экстремальной ситуации эффективно применять огнестрельное оружие.

Современному сотруднику полиции также важно овладеть профессиональными компетенциями, получить навыки и умения по дисциплине «Огневая подготовка», которые будут использоваться при решении служебных задач. Они должны соответствовать тем условиям, при возникновении которых сотрудник полиции будет применять оружие во время выполнения служебных задач. Исходя из этого, на практических занятиях по дисциплине «Огневая подготовка» необходимо создавать тактические группы и организовывать их слаживание, моделировать «ситуации», приближенные к тем, в которых могут оказаться выпускники образовательных организаций системы МВД России.

*Тренировочные занятия*

Чтобы действительно стать хорошим стрелком, нужно научиться практически правильно выполнять все стрелковые приемы и закрепить в себе определенные навыки. А для этого необходимо тренироваться.

Тренировочные занятия направлены на овладение определенными движениями, на развитие, закрепление и поддержание на должном уровне тех или иных двигательных умений и навыков.

Двигательный навык – это одна из форм двигательных действий человека. Различают три фазы его формирования.

Первая фаза характеризуется образованием условно-рефлекторных связей при широком распространении (иррадиации) возбуждательных процессов по коре головного мозга. Возбуждение значительного количества элементов в коре влечет за собой чрезмерное напряжение и сокращение большого количества мышц, в связи с чем выполнение действий у стрелка сопровождается неточными и ненужными движениями. Такая фаза обобщенной реакции называется стадией генерализации.

Во второй фазе по мере многократного повторения упражнений излишняя иррадиация ограничивается развитием тормозных процессов в коре головного мозга (происходит концентрация возбуждения). Этому соответствует более правильное выполнение двигательных действий. Вместе с тем из-за недостаточного еще совершенства взаимодействий процессов возбуждения и торможения у стрелка внешне еще наблюдается излишняя скованность, закрепощенность движений. На этой фазе еще возможны ошибки, а сам процесс выполнения действия, движения требует внимательного и непрерывного контроля (появляется двигательное умение – способность правильно управлять действием при сосредоточении внимания на способе его выполнения).

В третьей фазе формирования навыка происходит автоматизация движений, становление двигательного динамического стереотипа (образование между отдельными центрами в коре головного мозга прочной системы связей и определенное взаимодействие между процессами возбуждения и торможения), обуславливающего правильное и более совершенное выполнение действий, причем не требующих специально направленного на них внимания.

При наличии двигательных навыков, возможно, сознательно контролировать мельчайшие детали автоматизированных движений, действий, если в этом возникает малейшая необходимость.

Обязательным условием выработки прочного навыка является сознательное его усвоение, то есть чем с большей сознательностью навык формируется, тем прочнее он закрепляется. А для этого нужно хорошо осмыслить разучиваемое движение, действие, создать мысленный образ его выполнения. Опираясь на предварительно созданный образ действия, обучающийся старается сознательно воспроизвести его в движении. Поэтому знания о разучиваемом движении и четкое представление о нем являются совершенно необходимым условием для его усвоения. В то же время для быстреего и правильного формирования двигательного навыка все многократно повторяющиеся действия должны выполняться предельно правильно, что требует от обучающего проявления высокой степени внимания к разучиваемому действию.

Совершенствование мышечной деятельности, улучшение согласованности в движениях, повышение работоспособности и выносливости человека происходящие при овладении двигательными навыками, являются следствием разносторонних изменений в организме. Ведущая роль в перестройке организма под влиянием тренировки (специально организованном повторении ряда действий, движений) принадлежит нервной системе, и в первую очередь, деятельности высшего его отдела – коре больших полушарий. При этом тренировка вызывает перестройку всех физиологических проявлений деятельности организма к выполняемой работе.

В процессе тренировочных занятий обучающийся должен стремиться разнообразить стрелковые приемы, что способствует в последующем более быстрому усвоению новых движений и улучшению выполнения ранее известных.

В начальный период тренировок, когда у обучающегося временные связи в коре головного мозга еще не окрепли, ему нужно создавать наиболее благоприятные условия для совершенствования техники стрельбы, причем отрабатывать отдельные элементы выстрела так, чтобы они прочно закрепились и автоматизировались, а затем, после освоения в комплексе всех действий с обработкой выстрела, начать тренироваться во все усложняющихся условиях.

Благодаря пластичности высшей нервной деятельности динамический стереотип при определенных обстоятельствах может изменяться, а это влияет на перестройку навыков и исправление ошибок при стрельбе.

Необходимо помнить, что двигательные навыки при отсутствии упражнений постепенно ухудшаются, а это приводит к угасанию условно-рефлекторных связей. Поэтому после продолжительных перерывов в занятиях физическими упражнениями обучающийся теряет способность выполнять многие сложные двигательные движения, ранее характеризовавшие уровень его спортивной подготовки. Имея это в виду, обучающийся не должен допускать длительных перерывов в выполнении стрелковых упражнений и поддерживать на соответствующем уровне ранее выработанные двигательные навыки.

Из-за малоподвижности и преимущественно статической работы мышц в стрельбе существуют два направления: повторные и соревновательные тренировки.

Повторные тренировки предполагают систематическое повторение упражнений. Благодаря повторению одних и тех же движений возникают и закрепляются новые условно-рефлекторные связи, формируются двигательные навыки – происходит автоматизация движений. Этот метод позволяет отрабатывать отдельные узловы части двигательного навыка и этим создавать наиболее благоприятные условия для разучивания по частям и в целом всего упражнения, предусматривает разучивание и отработку отдельных элементов техники стрельбы, поиска новых и наиболее выгодных для себя технических и практических приемов выполнения упражнения.

Второе направление тренировок заключается в том, что обучающийся в соревновании с другими членами команды выполняет стрелковое упражнение с максимальной мобилизацией своих сил и возможностей. Такой метод предусматривает укрепление моральных и волевых качеств обучающегося, подготовку организма к перенесению сильных и разнообразных раздражителей, которые, как правило, отрицательно сказываются на протекании двигательных реакций, нарушая согласованность в движениях при производстве выстрела.

Во время организации тренировок нужно предусматривать разумное сочетание этих двух методов, не злоупотребляя ни тем, ни другим.

При проведении практических занятий по огневой подготовке необходимо не только повышать уровень профессионально-волевых качеств и отрабатывать отдельные элементы техники стрельбы, но и работать над их комплексным проявлением в ограниченное время, при воздействии различных факторов внешней среды и повышенных

физических и психологических нагрузках, которые характерны для ситуаций, возникающих во время выполнения служебно-боевых задач.

При проведении анкетирования сотрудников территориальных органов внутренних дел (анкетированию были подвергнуты сотрудники территориальных органов МВД России по Воронежской области), им необходимы не только навыки и приемы борьбы (41%), а также грамотно, умело применять и использовать огнестрельное оружие (59%).

Анализ этого анкетирования лег в основу проведения комплексных занятий по огневой и физической подготовке, являющейся одной из форм эмоционально-волевой подготовки слушателей.

Занятия были построены таким образом, чтобы обучающиеся могли продемонстрировать все умения и навыки, полученные ими в течение обучения по дисциплинам огневая и физическая подготовка. Причем выполнение специально разработанного для этого занятия велось в усложненных условиях (стрельба после преодоления полосы препятствий, стрельба из-за укрытия, смена магазина в процессе выполнения упражнения, а также стрельба выполнялась по групповой цели, одна из которых представляла собой мишень «террорист с заложником»). Для повышения плотности занятия были разработаны электрифицированные мишени, при попадании в которые на пульте управления зажигалась электрическая лампочка соответствующего цвета, обозначающая либо «террориста», либо «заложника». Для повышения психологической устойчивости обучающихся в ходе занятия применялись различные светозвуковые эффекты (стрельба холостыми патронами, взрывпакеты, дымовые шашки и другие).

Оценка обучающимся выставлялась по итогам выполнения специального упражнения стрельб на основе разработанной шкалы оценки выполнения различных действий слушателей. В этой шкале были предусмотрены штрафные баллы за неправильное выполнение того или иного элемента полосы препятствий (неправильное выполнение приема задержание, неудачное преодоление какого-либо участка полосы препятствий), а также за ошибки, допущенные при выполнении с упражнения (нарушение мер безопасности, непопадание в цель, попадание в мишень «заложник»).

Итоги занятий следует признать успешным, так как количество неудовлетворительных оценок составило 4–9%, а больше половины обучающихся получили отличные и хорошие оценки.

*Условия выполнения:*

Цели: поясная фигура, установлена на высоте 1,7 м, подвижная мишень, «Террорист с заложником».

Расстояние между мишенями – не меньше 1 м.

Расстояние до цели: 50 м.

Огневые рубежи: 20, 10 м.

Количество патронов: 4 шт.

Время на выполнение упражнения: 1 минута 45 секунд.

Изготовка для стрельбы: стоя из-за укрытия, с колена.

Укрытие: макет стены с окном; высота стены – 180 см, ширина – 150 см, окно размером 50×50 см расположено в стене на высоте 80 см от пола.

Упражнение считается выполненным, если обучающийся правильно выполнил все действия с оружием, произвел четыре выстрела, поразил каждую мишень двумя пулями и не превысил время, отведенное на выполнение упражнения.

В случае нарушения обучающимся требований мер безопасности при обращении с оружием он отстраняется от выполнения упражнения и допускается вновь только после дополнительного обучения.

Возникающие при стрельбе задержки обучающийся устраняет самостоятельно, время не добавляется.

Результаты проведения таких комплексных занятий показали, что они эмоционально воспринимаются обучающимися, способствуют закреплению полученных ими в процессе обучения навыков, позволяют принимать правильные решения в ограниченный промежуток времени.

Данная методика проведения занятий позволяет не только осуществлять комплексный контроль по данным дисциплинам. На занятиях, проводимых по такой форме, прежде всего решаются задачи по повышению уровня боевой и физической подготовки, а также совершенствуется эмоционально-волевая подготовка обучающихся.

Подводя итог, можно сделать вывод, что морально-психологическая подготовка должна пронизывать профессиональную, служебную и физическую подготовку сотрудников полиции.

Только используя данные рекомендации сотрудники полиции, попадая в экстремальную ситуацию, смогут принимать единственно правильное решение, будут чувствовать уверенность в своих силах, научатся быстро реагировать на мгновенные действия преступника.

## **5. Особенности методики подготовки тактических групп к стрельбе из огнестрельного оружия при задержании вооруженных преступников**

Служебная деятельность сотрудников подразделений ОВД, несущих службу в Северо-Кавказском регионе, а также на территориях, граничащих с зоной проведения специальной военной операции, характеризуется повышенными физическими и психологическими нагрузками на сотрудников, а также высокой вероятностью возникновения различных стрессовых факторов. Это прежде всего ситуации силового единоборства с правонарушителями, а также ситуации, возникающие в период ликвидации последствий террористических актов, стихийных бедствий, несения службы в зонах вооруженных конфликтов. Все эти ситуации характеризуются сложностью и ответственностью действий, реальной угрозой здоровью и жизни людей, и можно предположить, что успешность действий в таких экстремальных ситуациях определяется прежде всего уровнем физической и боевой подготовленности, а также психологическими особенностями сотрудников правоохранительных органов.

Наиболее частым видом применения оружия сотрудниками правоохранительных органов является бой на коротких дистанциях, который приходится вести индивидуально или в составе тактической группы. По сути своей, это огневой контакт с целью предупреждения противника в его противоправных действиях, а при необходимости, его поражения. Такие ситуации, как правило, возникают внезапно и протекают очень быстро. Поэтому специфика деятельности сотрудников правоохранительных органов диктует особый подход в вопросах огневой подготовки.

В современных условиях сотруднику правоохранительных органов мало уметь выполнять упражнения, предусмотренные наставлением по огневой подготовке, ему необходимо владеть такими навыками огневой подготовки, которые могли бы соответствовать тем ситуациям, в которые он попадает или может попасть при выполнении своих служебных задач. Исходя из этого, на занятиях по огневой и физической подготовке необходимо создавать и моделировать «игровые ситуации», приближенные к тем, в которых может оказаться сотрудник или его подразделение.

Тем не менее, мы привыкли именно к стрельбе в тире по грудной или ростовой мишени, которая неподвижна и находится на одинаковом расстоянии по фронту. Но мы знаем, что в реальных ситуациях все по-другому: перед нами уже живой человек, который постоянно перемещается, представляет реальную угрозу нашему здоровью и жизни, не исключено то, что их может быть несколько. Кроме того, все прекрасно знают, что находиться при огневом контакте на одном месте нельзя, являясь также мишенью. Мы понимаем, что мало научить меткой стрельбе в спокойных условиях, необходимо дать навыки ведения стрельбы по движущимся целям, при этом самому уметь работать в движении, а так же уметь вести групповой огневой бой на близких дистанциях, о котором, к сожалению, мало кто говорит.

Оценивая степень общественной опасности терроризма, ученые справедливо отмечают, что преступления этого вида посягают на широкий круг общественных отношений и причиняют ущерб, носящий сложный, многоаспектный характер. Нередко это связано с наступлением тяжких последствий, в том числе гибели людей. Наглядным подтверждением тому является захват заложников в Театральном центре «Норд-Ост» 23 октября 2002 года, который унес жизни 130 ни в чем не повинных людей. 1 сентября 2004 при совершении группой террористов чудовищного преступления в Беслане погибло более 330 человек, в том числе 189 детей.

Изложенное выше без сомнения свидетельствует о том, что в сложившейся ситуации деятельность правоохранительных органов, задействованных в проведении операций по пресечению террористических актов, должна носить характер, адекватный сложившейся угрозе.

Это в свою очередь предъявляет повышенные требования к уровню профессионализма личного состава. Огромную роль в этом играет огневая подготовка. Обучение стрельбе из табельного огнестрельного оружия в органах внутренних дел Российской Федерации осуществляется в соответствии с наставлением по огневой подготовке

Методика обучения, изложенная в наставлении, предполагает формирование навыков ведения скоростной стрельбы из различных положений, после физической нагрузки, из-за укрытия и другие. Однако наставление по огневой подготовке не может в полной мере учесть все особенности, в которых сотрудники осуществляют оперативно-служебную деятельность. Поэтому в целях совершенствования уровня огневой выучки личного состава руководителям подразделений в процессе учебы

разрешается применять различные специальные упражнения и современные методики обучения, а также использовать другие виды оружия, имеющиеся в подразделениях, с учетом специфики выполняемых оперативно-служебных задач, уровня подготовленности личного состава, наличия и состояния учебно-материальной базы, соблюдения мер безопасности.

*Методика подготовки тактических групп к стрельбе из огнестрельного оружия при задержании вооруженных преступников основывается:*

- на анализе опыта огневых контактов;
- на целесообразности возможных действий в ходе огневого контакта;
- на простоте подаваемого материала и восприятия;
- на физиологии и антропометрических данных среднего человека;
- на максимальной эффективности в достижении заданных уровней подготовленности.

К специфическим особенностям применения огнестрельного оружия в составе тактических групп при проведении специальных операций по пресечению террористических актов, по нашему мнению, необходимо отнести следующие:

- повышенную психическую напряженность и ответственность за результативность стрельбы;
- большую физическую нагрузку;
- использование средств индивидуальной защиты;
- ведение огня, преимущественно, на коротких дистанциях и из-за укрытия;
- нестандартность и разнообразие изготовок;
- ограниченное время и видимость при стрельбе;
- действия в замкнутом пространстве с вероятностью силового и огневого противостояния.

Таким образом, считаем целесообразным выделить два этапа огневой подготовки тактических групп к стрельбе из огнестрельного оружия при задержании вооруженных преступников. На первом этапе в соответствии с наставлением формируются базовые навыки владения табельным огнестрельным оружием. На втором – проводятся дополнительные занятия, призванные с учетом имеющегося опыта в отечественной практике антитеррористической деятельности и выработанных тактико-технических

и психологических приемов подготовить сотрудников к действиям с оружием при обезвреживании вооруженных преступников, захвативших объект в населенном пункте при совершении террористического акта.

Рассмотрим специфику подготовки на втором этапе обучения стрельбе из боевого оружия. В настоящее время не существует единой научно-обоснованной методики подготовки к стрельбе, учитывающей особенности выполнения оперативно-служебных задач при задержании вооруженных преступников, захвативших объект в населенном пункте с целью совершения террористического акта.

В соответствии с ранее обозначенными особенностями применения оружия мы выделяем следующие задачи, подлежащие решению в процессе подготовки сотрудников:

*1. Формирование навыков тактической стрельбы в нестандартных условиях.*

При решении такого рода задач целесообразно уделять особое внимание развитию профессионально значимых навыков посредством выполнения следующих приемов:

– выполнение упражнений стрельб после физических упражнений различной интенсивности (выполнение боевых приёмов борьбы, силовых упражнений, бег на дистанциях до 50 метров, как обычный, так и с преодолением препятствий; с нагрузкой на вестибулярный аппарат);

– действия с оружием в средствах индивидуальной защиты (СИЗ) (следует учитывать тот фактор, что применение СИЗ в два раза сокращает возможность принятия изгибов при стрельбе вследствие ограничения степеней свободы в плечевом поясе и тазобедренных суставах; нарушает устойчивость системы «стрелок-оружие», которая зависит от площади опоры и расположения общего центра тяжести системы, затрудняет производство прицельной стрельбы, стрельбы с двух рук, лежа из различных положений);

– выбор и принятие положений для стрельбы, соответствующих обстановке, извлечение оружия без перемещения и с перемещениями с одновременной подготовкой его к стрельбе (заряжание) без визуального контроля за своими действиями;

– выполнение упражнений скоростной стрельбы на коротких расстояниях с использованием различных укрытий, с переносом направления огня по фронту, в условиях ограниченной видимости цели, в

неблагоприятных погодных условиях, без традиционного прицеливания, то есть «по стволу», с применением бинокулярного зрения;

– выполнение технических действий с оружием при передвижениях, снижающих вероятность поражения огнем (например, приближение к правонарушителю бегом по зигзагообразной траектории в случае, исключающем возможность перехода в укрытие), с уменьшением площади собственного поражения посредством изменения положения для стрельбы;

– проведение занятий на незнакомой местности, с интенсивным использованием различных средств имитации (световых и звуковых раздражителей); скрытой подготовкой и неожиданным применением препятствий и заграждений в моменты активных действий обучающихся.

*2. Формирование навыков обеспечения личной безопасности и тактики индивидуальных и групповых действий при обезвреживании вооруженных преступников, находящихся в здании.*

При решении такого рода задач целесообразно уделять внимание подготовке по следующим направлениям:

– обеспечение личной безопасности при перемещениях на открытой или пересеченной местности – посредством отработки приемов перемещения на площади, улице, в помещениях: лестничных маршах, коридорах, чердаках, подвалах и других;

– обеспечение личной безопасности посредством применения специальных средств и приемов: дымовых завес, свето-шумовых гранат, огня прикрытия и других;

– отработка различных способов обезвреживания вооруженных преступников индивидуальными и групповыми действиями с использованием специальных тактических приемов задержания (в подъезде дома, в подвалах или на чердаках, в отдельном помещении, в отдельно стоящем малоэтажном жилом строении, надворных постройках, в общественных местах).

Для реализации вышеуказанных задач целесообразно применять метод моделирования, проигрывания и последующего разбора действий по решению типовых заданий в условиях, максимально приближенных к реальным. При подготовке занятий следует исходить из того, что искусственное создание ситуации, которая полностью смоделировала бы конкретные условия действий личного состава в той или иной ситуации, затруднительно. Однако приблизить условия к реальным возможно. Необходимо проводить занятия так, чтобы каждый сотрудник в ходе

обучения проделал бы большинство тех действий, которые могут возникнуть в ходе выполнения поставленных задач. При этом особое внимание необходимо уделять соблюдению мер безопасности при действиях с оружием в составе тактической группы.

Проводить учебные занятия «в здании (на объекте)» следует на специальных полигонах, имеющих различный рельеф местности и оборудованных отдельными фрагментами различных объектов, строений. Специальные умения и навыки в таких условиях оптимально формировать с использованием современных технических средств обучения, компьютерных стрелковых тиров, мультимедийного сопровождения при помощи учебного, боевого или специального маркерного оружия.

Таким образом, степень готовности сотрудника к действиям с боевым оружием при обезвреживании террористов во многом зависит от внимания, уделяемого огневой подготовке, от объема средств, выделяемых на развитие материально-технической базы.

Приведенная методика не носит исчерпывающий характер. Проблема противодействия терроризму достаточно острая с изменяемой структурой действий. Это определяет необходимость постоянного совершенствования профессиональной подготовки и переподготовки сотрудников полиции. Разработка и внедрение специальной методики в сочетании с соответствующим материально-техническим обеспечением образовательных организаций системы МВД России позволит обеспечить профессиональную готовность сотрудников к действиям в особых условиях, связанных с работой в составе тактических групп.

*Способы улучшения силовых качеств обучающихся  
с целью повышения эффективности выполнения упражнений  
с использованием боевого ручного стрелкового оружия*

Деятельность органов внутренних дел подразумевает, что сотрудники, принимаемые на службу, обладают развитой физической силой и силовой выносливостью, а также способностью выполнять поставленные задачи. Вести успешное противоборство с преступностью может только сотрудник полиции с высоким уровнем нервно-психологической устойчивости, а также огневой, физической и психологической подготовки.

С помощью сравнительного анализа были рассмотрены различные методики повышения силовых качеств обучающихся, выявлены их

сильные и слабые стороны, а также рассмотрены способы решения проблем, возникающих в процессе формирования физической подготовки при выполнении задач, связанных со служебной деятельностью сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации. Важно отметить, что ранее данные качества были определены, как показатели эффективности подготовки сотрудников правоохранительных органов к выполнению служебных обязанностей, связанных с применением оружия, а также рассмотрен метод расчета приоритетов данных показателей.

Далее будет представлена универсальная методика силовых упражнений для повышения количества повторений базового минимума в упражнении «подтягивание на перекладине» применительно к подготовке всех категорий обучения курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России. Данная методика большей частью направлена на формирование уверенного хвата боевого ручного стрелкового оружия, позволяющего нивелировать ошибки при стрельбе из него. Методика состоит из комплекса разминочных упражнений и программы тренировки на перекладине.

Перед выполнением программы тренировок для минимизации или исключения травм при выполнении упражнения сгибание-разгибание рук на перекладине нами предлагается разминка, состоящая из 8 базовых упражнений, позволяющих размять мышцы, тем самым плавно подготовить организм к последующей тренировке.

В список упражнений необходимых для разминки перед подготовкой к тренировке для увеличения результатов при выполнении упражнения сгибание-разгибание рук на перекладине мы отнесли:

- 1) наклон туловища с поворотом тела в противоположные стороны;
- 2) наклон туловища к стопам и прогибом в спине в верхней точке;
- 3) движение бедрами по часовой и против часовой стрелки;
- 4) разминку мышц пресса;
- 5) разминку мышц спины;
- 6) круговые движения рук;
- 7) круговые движения предплечий;
- 8) круговые движения запястий.

Далее следует переходить к выполнению упражнений. Перед чем следует подготовить перекладину к тренировке, предварительно протерев

её наждачной бумагой или магнезией для исключения скольжения рук при потовыделении.

Сама методика состоит из 6 видов подтягиваний на перекладине разными хватами рук, с упором на отдельные разновидности мышц. Тренировка мышц в совокупности при выполнении классических подтягиваний даст более продуктивный результат применения боевого ручного стрелкового оружия, чем это было бы при обычной тренировке классическим хватом на ширине плеч.

Программа тренировок рассчитана на любой возраст и вес спортсмена, а также не зависит от его первоначальных навыков в подтягиваниях. Программа отлично подойдет для любого уровня подготовки.

Виды хватов при проведении тренировки повышающей силовые показатели:

1. Широкий прямой хват, турник тянем к груди.
2. Широкий прямой хват, турник тянем за голову.
3. Обычный прямой хват на ширине плеч, турник тянем к груди.
4. Узкий прямой хват, турник тянем к груди.
5. Широкий обратный хват, турник тянем к груди.
6. Узкий обратный хват, турник тянем к груди.

Тренировка по данной методике должна проводиться не реже двух раз в неделю через час-два после приёма пищи. Крайне не рекомендуется тренироваться на голодный желудок или сразу после приёма пищи, для уменьшения риска нанесения вреда организму.

Перерыв между подходами к турнику должен составлять не более 1,5 минуты, а между видами хвата 3 минуты, что значительно повысит выносливость, а также даст возможность проработать большинство мышц.

В дальнейшем планируется апробировать данную методику для определения ее эффективности при обучении курсантов и слушателей образовательных организаций системы МВД России выполнению упражнений с использованием боевого ручного стрелкового оружия.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

На сегодняшний день существует объективная необходимость совершенствования навыков и умений сотрудника полиции повышения эффективности методической составляющей обучения сотрудников органов внутренних дел обращению с огнестрельным оружием в различных нестандартных ситуациях. Полицейские нередко находятся в ситуациях, требующих экстренного выполнения конкретных действий за конкретный временной промежуток. Исходя из этого, эффективность действий при исполнении служебных обязанностей сотрудниками полиции во многом зависит от уровня их психологической подготовки.

Высокого уровня подготовленности сотрудников органов внутренних дел РФ в области применения огнестрельного оружия можно достигнуть за счет использования новейших знаний и современных технологий теоретического и практического характера. В связи с этим наиболее эффективным является совершенствование основных звеньев учебного процесса по огневой подготовке – обучения обращению с оружием на огневом рубеже и проведения психотехнической подготовки, так как только эти виды обучения могут служить базой навыков и умений сотрудников правоохранительных органов в применении оружия. Подобные тренировки закладывают основы в том числе и по противодействию опасным и особо опасным преступникам, преступным группам, террористам, так как именно при работе с данными лицами существует опасность ведения ответного огня.

Деятельность сотрудников органов внутренних дел зачастую протекает в экстремальных условиях, связанных с задержанием преступников, освобождением заложников, обеспечением правопорядка в период массовых мероприятий, стихийных бедствий и чрезвычайных ситуаций. Сотрудники органов внутренних дел должны правомерно и умело применять огнестрельное оружие, несмотря на все стрессовые факторы.

В данной работе авторами проанализирована специфика организации подготовки сотрудников органов внутренних дел, направляемых для несения службы в особых условиях, исследованы основные проблемы, возникающие при проведении занятий по огневой подготовке, рассмотрены причины и условия, влияющие на качество обучения сотрудников основам стрельбы из боевого оружия в реальных условиях,

разработаны предложения по оптимизации учебного процесса и повышению эффективности подготовки сотрудников ОВД в рамках проведения занятий по огневой подготовке.

Использование методического пособия профессорско-преподавательским составом образовательных организаций системы МВД России, а также сотрудниками территориальных органов, занимающимися подготовкой сотрудников ОВД в рамках проведения занятий по профессиональной служебной и физической подготовке, позволит повысить эффективность подготовки и успешность выполнения оперативно-служебных задач, возложенных на органы внутренних дел.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

*Нормативные правовые акты:*

1. Об оружии : Федеральный закон от 13 декабря 1996 г. № 150-ФЗ // СПС «КонсультантПлюс».
2. О полиции : Федеральный закон от 7 февраля 2011 г. № 3-ФЗ // СПС «КонсультантПлюс».
3. Об утверждении Инструкции о порядке выдачи табельного боевого ручного стрелкового оружия, боеприпасов и специальных средств сотрудникам органов внутренних дел Российской Федерации на постоянное хранение и ношение: приказ МВД России от 17 ноября 1999 г. № 938.
4. Об утверждении Порядком организации снабжения, хранения, учета, выдачи (приема) и обеспечения сохранности вооружения и некоторых иных материально-технических средств в органах внутренних дел Российской Федерации : приказ МВД России от 2 июня 2023 г. № 360 // СПС «КонсультантПлюс».
5. Об утверждении Порядка организации подготовки кадров для замещения должностей в органах внутренних дел Российской Федерации : приказ МВД России от 2 февраля 2024 г. № 44 // СПС «КонсультантПлюс»..
6. ГОСТ 28653-2018. Оружие стрелковое. Термины и определения: принят Межгосударственным советом по стандартизации, метрологии и сертификации (протокол от 28 сентября 2018 г. № 112-П). – 196 с.

*Основная литература:*

7. Огневая подготовка : учебник / под общ. ред. канд. пед. наук В. Л. Кубышко – Москва : ДГСК МВД России, 2016. – 286 с.
8. Формы и методы обучения теоретическому разделу огневой подготовки [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / М. А. Сибирко [и др.] – Воронеж : Воронежский институт МВД России, 2019. – 26 с.
9. Ворожцов А. М. Огневая подготовка сотрудников внутренних дел [Электронный ресурс] : учебное пособие / А. М. Ворожцов. – Иркутск : Восточно-Сибирский институт МВД России, 2018. – 56 с.

*Дополнительная литература:*

10. Особенности организации занятий по огневой подготовке с сотрудниками полиции (в рамках профессиональной служебной и физической подготовки) : методические рекомендации / М. А. Сибирко, И. А. Бурдинский, С. В. Шевченко [и др.]. – Воронеж : Воронежский институт МВД России, 2021. – 32 с.

11. Формирование знаний по огневой подготовке на первоначальном этапе обучения посредством выполнения теоретических заданий : учебно-практическое пособие (практикум) / А. В. Пугачев, А. В. Стрижанов, Р. В. Баркалов, О. А. Бородкина – Воронеж : Воронежский институт МВД России, 2021. – 75 с.

12. Железной Ю. А. Огневая подготовка : учебно-методическое пособие / Ю. А. Железной, А. Ю. Пигарев. – Воронеж : Воронежский институт МВД России, 2020. – 134 с.

13. Особенности обучения технике и тактике стрельбы в условиях городского боя : учебно-методическое пособие / М. А. Сибирко [и др]. – Воронеж : Воронежский институт МВД России, 2019. – 42 с.

14. Сибирко М. А. Обучение сотрудников полиции особенностям стрельбы в условиях ограниченной видимости / М. А. Сибирко, Ю. А. Железной, А. Ю. Пигарев. – Воронеж : Воронежский институт МВД России, 2019. – 41 с.

15. Пугачев А. В. Теоретический курс огневой подготовки : учебно-методическое пособие / А. В. Пугачев, А. В. Стрижанов, О. А. Бородкина. – Воронеж : Воронежский институт МВД России, 2018. – 118 с.

Учебное издание

**ПОДГОТОВКА ТАКТИЧЕСКИХ ГРУПП  
ИЗ ЧИСЛА СОТРУДНИКОВ  
ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ,  
НАПРАВЛЯЕМЫХ ДЛЯ НЕСЕНИЯ СЛУЖБЫ  
В ОСОБЫХ УСЛОВИЯХ**

*Учебно-методическое пособие*

Редактор А. Г. Лиопа  
Компьютерная верстка М. С. Романова

Подписано в печать 26.07.2024

Формат 60×84<sup>1</sup>/<sub>16</sub>

Усл. печ. л. 3,4

Печать офсетная

Тираж 50 экз.

Заказ № 158

Воронежский институт МВД России  
394065, Воронеж, просп. Патриотов, 53

Типография Воронежского института МВД России  
394065, Воронеж, просп. Патриотов, 53