

правильно настроиться и исключить подобные идеи. Главной составляющей продуктивной работы с оружием, на мой взгляд, является неоднократное повторение одних и тех же действий, которые в дальнейшем обучаемый доведет до автоматизма. Курсант уже не будет задумываться о том, что у него что-то может не получиться, он полностью будет настроен на процесс правильного и быстрого выполнения упражнений.

Исходя из всего вышесказанного, стоит прийти к выводу, что наряду с аспектами физической подготовки и умением применять оружие в нестандартных ситуациях при подготовке стрелка следует уделять большое внимание процессу его психологической подготовки¹.

Спильная В.А.

Дальневосточный юридический институт МВД России (г. Хабаровск)
Научный руководитель Н.А. Тен

Интервальный таймер как средство обучения управлению спуском курка при скоростной стрельбе из пистолета

Огневая подготовка является одним из главных направлений служебной деятельности не только сотрудников территориальных органов, но и курсантов, слушателей образовательных организаций системы МВД России. Изучение основ стрельбы и особенностей производства выстрела выступают в качестве необходимых условий для последующего успешного выполнения функций, возложенных на сотрудников правоохранительных органов.

Эффективность стрельбы обусловлена соблюдением множества правил, составляющих в совокупности единую и целостную систему, позволяющую достичь установленного и желаемого результата. Большинство упражнений, закрепленных приказом МВД России от 23 ноября 2017 г. № 880 «Об утверждении Наставления по организации огневой подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации», в качестве основных условий выполнения имеют определенные временные ограничения². Нормативное требование выполнить серию выстрелов в ограниченное время свидетельствует о необходимости технического разбора упражнения стрельб по элементам. Цель – выявить временные критерии для производства каждого выстрела в отдельности. После этого можно тренировать нажим на спусковой крючок.

¹ Фроленков В.Н. Методика обучения стрельбе в условиях ограниченного времени, физических нагрузок и психологического воздействия // Проблемы профессиональной подготовки сотрудников правоохранительных органов. 2018. С. 271-275.

² Об утверждении Наставления по организации огневой подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации : приказ МВД России от 23.11.2017 № 880.

В соответствии с моделью цикличного управления спусковым крючком при скоростной стрельбе из пистолета нажим на спусковой крючок осуществляется посредством смены двух взаимодополняющих элементов:

- 1) поступательно-направленное двигательное действие по нажиму на спусковой крючок;
- 2) реверсивное двигательное действие, направленное на возврат в исходное положение.

Стоит отметить, что необходимо соблюдение одного из главных правил – момент второго элемента должен совпадать по временному промежутку с движением затвора в крайнее заднее положение после выстрела. Итогом использования такой модели нажима на спусковой крючок выступает оптимизация процесса производства выстрела.

Для понимания и усвоения применения способа цикличного управления спусковым крючком при скоростной стрельбе из пистолета и соотнесения его с условиями выполнения необходимого упражнения успешным инструментом выступает звуковой интервальный таймер, который можно использовать на любом современном смартфоне. Однако стоит учитывать некоторые особенности, предъявляемые к таймеру:

- 1) возможность выставить время с шагом 0,1 секунды;
- 2) наличие режимов «отдых» и «работа»;
- 3) наличие настраиваемых диапазонов повторяющихся циклов;
- 4) наличие различных звуковых и световых сигналов к определенному типу деятельности.

Наличие такого спектра настроек позволяет подстроить таймер и скорректировать работу стрелка под необходимое упражнение стрельб. Дифференцирование скоростно-временных характеристик нажима позволит сформировать более качественный диапазон умений и навыков по управлению спуском курка при стрельбе из пистолета.

В режиме «работа» мы производим двигательные действия по нажиму на спусковой крючок, а в режиме «отдых» – реверсивное двигательное действие, то есть возврат спускового крючка в исходное положение. Таким образом, мы координируем цикл повторяющихся действий по управлению спусковым крючком со временем. Важно, что время на выполнение каждого элемента цикла строго регламентировано.

Технология работы с интервальным таймером:

- 1) настраиваем режим «работа», выбирая необходимый диапазон времени для совершения поступательного действия по нажиму на спусковой крючок;
- 2) настраивая режим «отдых». Для этого необходимо предварительно установить время необходимое для совершения подготовительных действий, а именно для предварительного взведения курка пистолета свободной рукой при работе «вхолостую». Установив время, настраиваем временной диапазон режима «отдых»;

3) настраиваем звуковой сигнал для режимов «работа» и «отдых» для слухового восприятия и синхронизации выполнения соответствующих действий по управлению спусковым крючком;

4) для визуального восприятия и синхронизации выполнения соответствующих действий по управлению спусковым крючком необходимо настроить также световые сигналы для режимов «работа» и «отдых».

В целях качественного выполнения и совершенствования умений и навыков необходимо следовать следующим рекомендациям:

1) нажим на спусковой крючок должен выполняться в соответствии со временем, обозначенным в режиме «работа»;

2) если оружие удерживается двумя руками, следить за стабильностью хвата оружия, поправлять при его разрушении;

3) настраивать различные звуковые сигналы для более качественного слухового восприятия.

Однако стоит помнить, что при цикличном управлении спусковым крючком важно не потерять в качестве нажима. Необходимо, чтобы нажим спусковой крючок не нарушал линию прицеливания и не создавал угловых колебаний¹.

Таким образом, использование интервального таймера при обучении отдельным элементам техники производства выстрела выступает в качестве эффективного инструмента достижения необходимого результата при выполнении скоростных упражнений, определенных соответствующими нормативно-правовыми актами.

Будкина А.В.

Сибирский юридический институт МВД России (г. Красноярск)
Научный руководитель А.И. Кравчук, доцент

Профилактика травматизма на учебных занятиях и соревнованиях в образовательных организациях системы МВД России

Травматизм представляет серьезную проблему, которая существенно осложняет эффективность проведения учебных занятий по дисциплине «Физическая подготовка» и соревнований в образовательных организациях системы МВД России. Ежегодно значительное количество обучающихся по

¹ Тен Н.А., Пушкарев М.Е. Правила стрельбы из пистолета Макарова // Оптимизация учебно-воспитательного и тренировочного процесса в учебных организациях высшего образования. Здоровый образ жизни как фактор профилактики наркомании : материалы Всероссийской научно-практической конференции / отв. ред. Е.В. Панов. Красноярск: СибЮИ МВД России. 2020. С. 100-102.