

Министерство внутренних дел Российской Федерации
Омская академия

В. М. Жуков, А. М. Завирюха, А. Г. Кочуров

СКОРОСТНАЯ СТРЕЛЬБА ИЗ ПИСТОЛЕТА

Учебно-методическое пособие

Омск
ОМА МВД России
2016

УДК 623
ББК 68.9я73
Ж 83

Рецензенты:

кандидат педагогических наук, доцент *Т. С. Кунавцев*
(Барнаульский юридический институт МВД России);
И. В. Шуклин (ОПП УРЛС УМВД России по Омской области)

Жуков, В. М.

Ж 83 Скоростная стрельба из пистолета : учеб.-метод. пособие /
В. М. Жуков, А. М. Завирюха, А. Г. Кочуров. — Омск : Омская
академия МВД России, 2016. — 68 с.

ISBN 978-5-88651-641-8

В учебно-методическом пособии представлена методика формирования навыков скоростной стрельбы из пистолета в условиях ограниченной возможности для прицеливания со сменой положения для стрельбы, сменой магазина, а также стрельбы самовзводом в ограниченное время.

Предназначено для слушателей, проходящих профессиональное обучение, а также преподавателей образовательных организаций МВД России.

УДК 623
ББК 68.9я73

ВВЕДЕНИЕ

На современном этапе одна из важнейших задач реформирования органов внутренних дел (далее — ОВД) — формирование эффективной системы подготовки сотрудников полиции, способных осуществлять функции по защите жизни, здоровья, прав и свобод граждан, противодействовать преступности, охране общественного порядка, собственности, а также обеспечения общественной безопасности¹.

Специфика служебной деятельности сотрудников ОВД предъявляет повышенные требования к профессиональному обучению, в том числе и к огневой подготовке. Умелое владение табельным оружием — один из главных компонентов профессиональной подготовки сотрудников органов внутренних дел.

Учебно-методическое пособие ориентировано на формирование навыков ведения огня из боевого пистолета в условиях ограниченной возможности для прицеливания, со сменой положения для стрельбы, сменой магазина, а также самовзводом в ограниченное время, в целях дальнейшего совершенствования техники скоростной стрельбы.

В основу пособия положен опыт проведения практических занятий по огневой подготовке с курсантами и слушателями, изучение практики применения оружия сотрудниками УМВД России по Омской области в период с 2009 г. по 2015 г., а также опыт работы авторов в различных подразделениях ОВД. Основные положения данного пособия были апробированы при проведении практических занятий со слушателями факультета профессионального образования Омской академии МВД России, сводными отрядами полиции УМВД России по Омской области, отделениями ОМСН в процессе их подготовки к выполнению служебно-боевых задач в Северо-Кавказском регионе.

Учебно-методическое пособие разработано с учетом практических требований подготовки слушателей к предстоящей профессиональной деятельности.

¹ О полиции : федеральный закон от 7 февраля 2011 г. № 3-ФЗ. Доступ из справ.-правовой системы «КонсультантПлюс».

ГЛАВА I. ОСНОВНЫЕ СРЕДСТВА И МЕТОДЫ ОГНЕВОЙ ПОДГОТОВКИ

§ 1. Использование основных средств огневой подготовки для формирования техники скоростной стрельбы

Основные средства обучения технике стрельбы — стрелковые упражнения. Выполнение любого стрелкового упражнения сопряжено, как правило, с комплексным воздействием на организм человека. Так, выполнение одних стрелковых упражнений способствует формированию двигательных умений и навыков. Выполнение других развивает силу, выносливость, быстроту реакции, внимание, что оказывает положительное влияние на формирование навыков стрельбы.

Как отмечают некоторые авторы², все стрелковые упражнения по своему назначению можно разделить на упражнения технической, физической, специальной физической, психологической, тактической направленности. Одни упражнения ориентированы на овладение навыками в технике стрельбы, другие — на развитие специальных физических качеств, третьи — на приобретение навыков регуляции психического состояния. Таким образом, все упражнения могут быть распределены на две группы:

1. *Упражнения в стрельбе без патрона* (тренировка вхолостую). На наш взгляд, такая формулировка не совсем корректна и не в полной мере отражает всю значимость данного вида тренировки для формирования навыка производства выстрела, поскольку работа впустую не приносит результата. К данной группе следует отнести и упражнения общей, а также специальной физической направленности.

2. *Упражнения в стрельбе с патронами.*

Упражнения в стрельбе без патрона являются основным средством формирования техники стрельбы, имея ряд преимуществ перед тренировкой с патроном. Это:

² Основы методики проведения занятий по огневой подготовке : учеб.-метод. пособие. Омск, 2014. С. 5.

— отсутствие импульса отдачи и звукового раздражения, что позволяет стрелку внимательно контролировать свои действия в любой момент производства выстрела;

— создание благоприятных условий для большей концентрации внимания для выполнения технических элементов выстрела и их дальнейшего совершенствования.

С помощью упражнений без патрона решаются следующие задачи:

- развитие силовой выносливости рук;
- повышение устойчивости;
- развитие мышечного контроля при удержании оружия;
- отработка различных элементов техники;
- управление вниманием;
- отработка согласованных действий в комплексном выполнении выстрела.

Выполнение упражнений в стрельбе без патрона должно постепенно переходить в практическую стрельбу, так как при начальном обучении из-за раздражающих факторов (звук выстрела и импульс отдачи оружия) обучающийся не сможет технически правильно выполнить выстрел с патроном.

Примерный комплекс упражнений, выполняемых при стрельбе без патрона, приведен в прил. 1.

Формирование любых двигательных навыков — процесс достаточно долгий и трудоемкий, требующий от обучающегося концентрации моральных, волевых, физических качеств, повышенного внимания и терпения. Это в равной мере можно отнести и к формированию стрелковых двигательных навыков.

Выполнение стрелковых упражнений, характеризующихся однообразным повторением одних и тех же действий, — утомительное и трудное занятие. Вес пистолета Макарова с магазином, снаряженным восемью патронами, составляет всего 810 г, однако общий суммарный вес оружия, поднимаемый на занятии, может достигать нескольких десятков килограммов. Для скорейшего и более качественного формирования техники выстрела, помимо непосредственно стрельбы, на занятиях необходимо проводить общую и специальную физическую подготовку. Это позволит слушателям и курсантам, наряду с формированием двигательных навыков, воспитывать в себе физические качества: силу, выносливость, ловкость и быстроту, что приведет к более качественному овладению навыками скоростной стрельбы.

На наш взгляд, для успешного формирования навыка скоростной стрельбы необходимо работать над следующими общефизическими данными и умениями:

- развивать мышечную систему (особенно мышц брюшного пресса, плечевого пояса, рук и ног) и выносливость;
- оттачивать точность и согласованность движений, быстроту реакции, укрепить чувство равновесия и т. п.

Одним из средств достижения поставленной цели служит общая физическая подготовка, которая должна быть направлена на развитие физических качеств: силы, силовой и общей выносливости, быстроты, ловкости и гибкости.

Средствами воспитания силы являются упражнения с:

- отягощениями (гантели, набивные мячи, грузы на блоках и др.);
- сопротивлением упругих предметов (резиновые бинты, эспандер);
- преодолением собственного веса (подтягивания, приседания, сгибание и разгибание рук в упоре лежа и др.);
- статические (напряжение мышц, развиваемое без движения, где усилия мышц направлены на неподвижный объект, например, нажим на стену, стол и т. п.).

Общая выносливость вырабатывается за счет упражнений с длительным повторением циклических движений. Поэтому основными средствами развития общей выносливости должны быть ходьба на лыжах, плавание, длительный бег, продолжительная ходьба в быстром темпе, различные спортивные игры.

Специальная выносливость — способность длительное время поддерживать эффективную работоспособность в определенном виде деятельности, которая достигается во время выполнения самих стрелковых упражнений. Основным средством воспитания специальной выносливости является специальная тренировка с оружием без патрона, его макетом или каким-либо предметом (например, гантелей весом до 2 кг), удерживаемым в позе изготовки.

Ловкость и быстрота — качества, важные для успешного освоения скоростной стрельбы. При их развитии повышается способность быстро осваивать новые движения, успешно действовать в изменяющихся условиях ведения стрельбы, совершенствуется умение распределять и концентрировать внимание, ускоряется протекание реакций. Другими словами, развиваются качества, необходимые для скоростной стрельбы. Наиболее оптимальным средством воспитания ловкости и быстроты, а также точности реакции могут служить, например, спортивные и подвижные игры с мячом.

Для развития дыхания лучше всего применять упражнения при равномерной физической нагрузке. Хорошим и доступным средством для этого является быстрая ходьба с ритмичным дыханием. Зимой — ходьба на лыжах; летом — занятия легкой атлетикой, особенно бегом с ритмичным дыханием, а также плавание и гребля.

Большое значение для стрелка имеет развитое чувство равновесия, так как оно необходимо для придания наибольшей степени устойчивости системе «стрелок — оружие» во время производства выстрела, особенно при выполнении скоростной стрельбы со сменой положения. Испытанное средство для повышения чувствительности вестибулярного аппарата — бег на коньках. Можно отметить и положительную роль занятий велосипедным спортом, который способствует тренировке вестибулярного аппарата.

Специальная физическая подготовка — продолжение общей физической подготовки стрелка. Основные средства специальной физической подготовки — сами стрелковые упражнения или элементы техники стрельбы. Многие из физических упражнений, связанных со специальной физической подготовкой, могут выполняться в домашних условиях. Примерный комплекс упражнений приведен в прил. 2.

Одним из дополнительных, но очень эффективных средств повышения результативности стрельбы является использование мысленного воспроизведения действия, или идеомоторная тренировка. Механизм ее действия основан на том, что мысленное представление какого-либо движения неизбежно вызывает активность мышц, связанных с его выполнением. Эта закономерность лежит в основе высокоэффективного метода идеомоторной тренировки. Мысленное проговаривание «про себя» порядка выполнения какого-либо действия вызывает отчетливые двигательно-мышечные ощущения, адекватные тем, которые возникают в практической работе. Применение идеомоторной тренировки позволяет сотрудникам вырабатывать способность четко определять и представлять в своем сознании отдельные элементы техники стрельбы, анализировать возникающие при этом мышечно-двигательные, зрительные и другие ощущения, восприятия, воображение, внимание и быструю реакции³.

Особенность идеомоторной тренировки заключается в том, что она конкретизирует внимание стреляющего на технической стороне предстоя-

³ Жуков В. М., Завируха А. М., Кочуров А. Г., Устинова О. В. Вопросы психологической подготовки при обучении стрельбе // Подготовка кадров для силовых структур: современные направления и образовательные технологии : мат-лы XX всерос. науч.-метод. конф. (4–5 марта 2015 г.). Иркутск, 2015. С. 198–202.

щей стрельбы и отвлекает его от результативного момента. Кроме того, идеомоторная тренировка продолжает и существенно дополняет практическую тренировку. Как отмечают некоторые авторы⁴, идеомоторная тренировка может быть направлена как на действие в целом, так и на составляющие его элементы, например, на четкое представление и уточнение:

- усилий удерживания тела и оружия;
- характера движения оружия при наводке;
- времени удерживания оружия в устойчивом положении;
- тонуса мышц наиболее важных звеньев тела;
- характера нажатия пальца (начало нажима, усилие, время);
- продолжительности всего процесса производства выстрела.

Примерный комплекс упражнений идеомоторной тренировки приведен в прил. 3.

Следующая группа средств, активно используемых в процессе занятий по огневой подготовке, — технические средства обучения, или учебно-тренировочные средства. Внедрение в процесс обучения технических средств позволяет обучающимся достигать более высоких результатов при меньших затратах времени и сил. Например, не обязательно для проведения тренировки без патрона использовать боевое оружие. Для этого вполне подойдут лазерные тренажеры, учебное оружие и другие учебно-тренировочные средства, предназначенные для формирования у обучающихся знаний, умений и выработки навыков действий с боевым оружием.

Применение учебно-тренировочных средств позволяет обеспечить объективный контроль за действиями обучающихся, своевременно выявить и устранить допускаемые ими ошибки, особенно на этапе первоначального обучения. Они позволяют проводить отработку всех технических элементов техники стрельбы из пистолета (изготовка, хват, прицеливание, задержка дыхания, управление спуском), что максимально приближено к стрельбе из боевого оружия⁵.

§ 2. Использование основных методов огневой подготовки для формирования техники стрельбы

В огневой подготовке (как и в любом образовательном процессе) применяются две группы методов: общепедагогические, используемые во

⁴ Основы методики проведения занятий по огневой подготовке : учеб.-метод. пособие. Омск, 2014. С. 8.

⁵ Там же.

всех случаях обучения и воспитания, и специфические, характерные преимущественно для данного процесса.

Общепедагогические разделяют на:

- словесные методы;
- методы наглядного воздействия.

К **специфическим** относятся:

- методы строго регламентированного упражнения;
- игровой метод (использование упражнений в игровой форме);
- соревновательный метод (использование упражнений в соревновательной форме).

С помощью этих методов решаются конкретные задачи, связанные с обучением технике выполнения выстрела и воспитанием необходимых физических и личностных качеств.

Методы строго регламентированного упражнения позволяют:

- осуществлять двигательную деятельность занимающихся по строго прописанной программе;
- четко регламентировать нагрузку по объему и интенсивности, управлять ее динамикой в зависимости психофизического состояния занимающихся и решаемых задач;
- точно дозировать интервалы отдыха между частями нагрузки;
- избирательно воспитывать физические качества;
- эффективно осваивать технику стрельбы и т. д.

Игровой метод позволяет:

- обеспечить всестороннее совершенствование двигательных умений и навыков;
- увеличить отдачу занимающимися значительных эмоциональных усилий для эффективного воспитания личностных качеств;
- при противоборстве дать возможность целенаправленно формировать у обучающихся нравственные качества: чувство взаимопомощи и сотрудничества, сознательную дисциплинированность, волю, коллективизм и т. д.;
- формировать у обучающихся устойчивый положительный интерес и повышать мотивацию к занятиям по огневой подготовке.

К недостатку игрового метода можно отнести неэффективность его использования на начальных этапах обучения технике стрельбы.

Одним из наиболее эффективных способов игрового метода является упражнение «дуэльная стрельба» — вариант скоростной стрельбы по неподвижной цели в ограниченное время, выполняемой двумя стрелками одновременно.

Задача обучающегося — поразить цель раньше своего соперника. В отличие от простого выполнения упражнения на время в стандартных условиях, в дуэльной стрельбе добавляется психологический фактор — соперник, который может стрелять лучше и быстрее. Осознание обучающимся данного факта заставляет его мобилизоваться, сконцентрироваться на выполнении упражнения.

С помощью дуэльной стрельбы можно совершенствовать любые элементы техники, формировать психологическую устойчивость в ходе соревновательного процесса, повышать концентрацию на правильном выполнении всех действий. На наш взгляд, использование подобных форм занятий в процессе огневой подготовки будет способствовать подготовке сотрудника к применению сложившихся у него навыков скоростной стрельбы в экстремальной ситуации.

Упражнения дуэльной стрельбы, используемые для совершенствования навыка скоростной стрельбы, приведены в прил. 4.

Соревновательный метод — способ выполнения упражнений в форме соревнований. При этом соревнования можно использовать в качестве средства контроля уровня подготовленности занимающихся. Обязательным условием соревновательного метода является подготовленность занимающихся к выполнению тех упражнений, в которых они должны соревноваться.

Соревновательный метод позволяет:

- стимулировать максимальное проявление двигательных способностей и устанавливать уровень их развития;
- оценивать качество владения двигательными навыками;
- содействовать воспитанию волевых качеств.

ГЛАВА II. ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ ТЕХНИКИ СКОРОСТНОЙ СТРЕЛЬБЫ

§ 1. Этапы формирования навыка скоростной стрельбы

Согласно теории и методике физической культуры и спорта освоение любого двигательного действия, в том числе и техники скоростной стрельбы из пистолета, начинается с формирования системы знаний об изучаемом двигательном действии. На основе полученных знаний в процессе многократного выполнения двигательного действия оттачивается двигательное умение.

Характерные признаки двигательного умения:

- постоянный контроль за выполнением каждого элемента техники;
- невысокая быстрота выполнения действия;
- действие выполняется неэкономно, при значительной степени утомления;
- относительная расчлененность движений;
- нестабильность действия;
- неточное запоминание действия.

В процессе многократного повторения двигательного действия формируется навык.

Характерные признаки навыка:

— автоматизированное управление движениями. Это не означает их неосознанность, любые действия всегда осуществляются сознательно. Опытный стрелок не задумывается над тем, как при извлечении оружия открыть кобуру, как извлекать оружие, каким способом досылать патрон в патронник и т. д.;

— слитность движений, т. е. объединение ряда элементарных движений (извлечение оружия из кобуры, досылание патрона в патронник, выведение оружия в район прицеливания и т. д.);

— устойчивость. Характеризуется способностью сохранять эффективность выполнения меткого выстрела при различных неблагоприятных условиях: необычное психологическое состояние (волнение, страх),

сниженные физические возможности (утомление, недомогание), неблагоприятные внешние условия (ветер, дождь и т. д.);

- прочность запоминания.

Процесс совершенствования навыка бесконечен. Его основная задача — научить курсантов и слушателей быстро выполнять меткий выстрел в любых условиях.

С педагогической точки зрения в процессе обучения любым двигательным действиям выделяют несколько взаимосвязанных этапов, которые отличаются друг от друга как частными задачами, так и особенностями методики. Выделяют три основных этапа:

- начального разучивания техники меткого выстрела;
- углубленного разучивания техники меткого выстрела;
- закрепления и совершенствования техники меткого выстрела.

Этап начального разучивания техники скоростной стрельбы связан с поиском тех двигательных (межмышечных) координаций, которые обеспечат выполнение двигательной задачи. Цель этого и последующих этапов — научиться следовать созданному представлению. Как правило, обучение начинают с овладения изготовкой, объединяя ее с прицеливанием, управлением дыханием и спуском.

На этапе углубленного разучивания техники меткого выстрела начинает формироваться динамический стереотип, хотя ошибки в выполнении двигательных действий еще возможны. Процесс освоения техники стрельбы на данном этапе решает три основные задачи:

- закрепление отдельных элементов техники и выполнения выстрела в целом;
- доведение техники выполнения выстрела до необходимой степени точности;
- устранение ошибок.

На этом этапе освоения техники скоростной стрельбы необходимо отработать следующие элементы:

- быстрое извлечение пистолета из кобуры, зарядание пистолета и подготовку его к выстрелу;
- принятие изготки для стрельбы;
- управление дыханием при скоростной стрельбе;
- прицеливание при стрельбе в ограниченное время;
- обработку спуска курка.

На этапе закрепления и совершенствования техники скоростной стрельбы происходит автоматизация действия, т. е. формируется двигательный навык скоростной стрельбы.

§ 2. Базовые элементы техники скоростной стрельбы

Успешное формирование навыков скоростной стрельбы невозможно без освоения базовых элементов техники. Все скоростные упражнения стрельбы из пистолета имеют общие сходные элементы техники производства выстрела. На наш взгляд, при уверенном владении данными элементами техники обучающиеся смогут достаточно эффективно применять полученные навыки при выполнении различных скоростных упражнений стрельб, а также при выполнении оперативно-служебных задач.

К базовым элементам техники скоростной стрельбы относят:

- 1) принятие изготровки для стрельбы;
- 2) извлечение пистолета из кобуры;
- 3) досылание патрона в патронник;
- 4) хват и удержание оружия;
- 5) прицеливание;
- 6) обработку спускового крючка.

Рассмотрим их подробнее.

1. Принятие изготровки для стрельбы

Изготровка для стрельбы стоя

Для стрельбы стоя с двух рук наиболее распространена «универсальная» изготровка (рис. 1 а) и «фронтальная» (рис. 1 б).

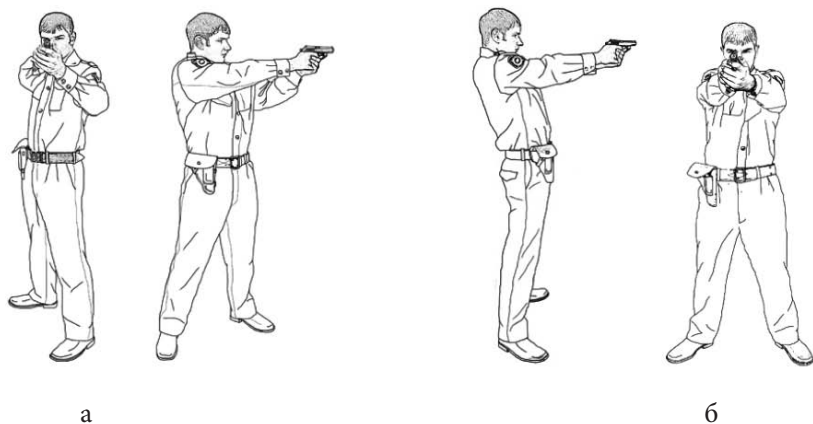


Рис. 1. Положение для стрельбы стоя: а — универсальная изготровка;
б — фронтальная изготровка

Главным отличием этих изготовок является расположение тела стрелка относительно линии ведения огня. В первом случае стрелок располагается под определенным углом к линии ведения огня — левое плечо впереди, ноги на ширине плеч, вес равномерно распределяется на обе ноги или немного ближе к левой ноге. В такой изготовке стрелок лучше справляется с импульсом отдачи пистолета и представляет собой силуэт с небольшой площадью собственного поражения.

Во фронтальной изготовке стрелок стоит перпендикулярно линии ведения огня и его тело представляет собой максимальную площадь поражения. Однако из-за того, что корпус не перекручен и грудная клетка не мешает руке, удерживающей оружие, считается, что из этого положения вести огонь удобнее. Чтобы компенсировать вес оружия и колебания вытянутых вперед рук, корпус стреляющего смещается немного назад. В целях уменьшения нагрузки на мышцы спины стрелок должен немного ссутулиться. Пистолет удерживается выпрямленной правой рукой, при этом левая рука поддерживает правую.

Положение ног в скоростной стрельбе стоя с использованием поддержки пистолета связано с распределением центра масс системы «стрелок — оружие» в площади, ограниченной ступнями ног. Вес тела при стрельбе необходимо распределять равномерно на обе ноги или чуть ближе к левой ступне. Ноги должны быть выпрямлены, основная нагрузка падает на середину каждой стопы или немного ближе к пяткам. Расположение площади опоры и центра масс тела стрелка при использовании универсальной и фронтальной изготовок изображено на рис. 2 а и 2 б.

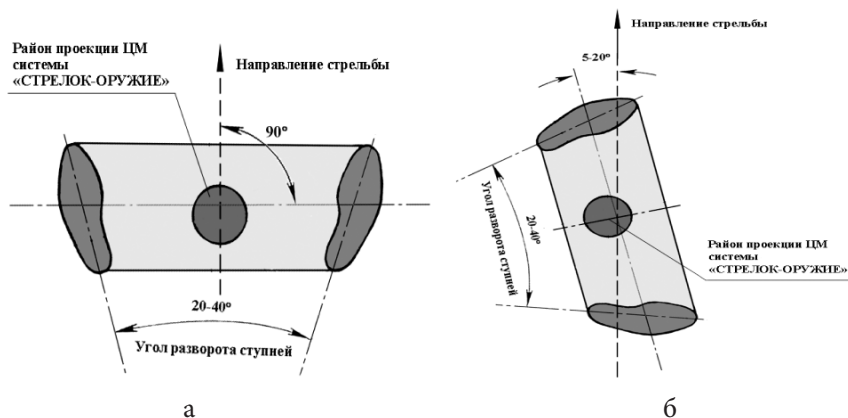


Рис. 2. Площадь опоры и проекция центра масс:
а — при использовании фронтальной изготовки;
б — при использовании универсальной изготовки

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

В целях освоения изготовления для стрельбы стоя рекомендуем использовать следующее упражнение.

Исходное положение. Пистолет находится в общей кобуре, закрепляется на пояском ремне справа или слева по выбору обучающегося. Оружие проверяется на незаряженность, затем пистолет убирается в кобуру, магазин — в кармашек кобуры, которая застегивается.

Порядок выполнения. По команде руководителя стрельб обучающийся принимает одну из изготовок для стрельбы стоя и производит несколько выстрелов без патрона.

Дозировка: 15–20 раз для каждой изготовки или до исчезновения ошибок.

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

- слишком узкая (меньше ширины плеч) или излишне широкая постановка ног при выполнении упражнения. Узкая постановка ног сближает точки опоры и неблагоприятно сказывается на устойчивости. Излишне широкая постановка ног вызывает чрезмерное мышечное напряжение и затрудняет чувствительность и тонкую координацию;

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

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

- сгибание руки, удерживающей пистолет, в локтевом суставе. Данная ошибка значительно увеличивает время возвращения пистолета на линию прицеливания для выполнения очередного выстрела, стрелок не успевает уложиться во время, отведенное для выполнения упражнения.

Изготовки для стрельбы с колена

Положение для стрельбы с колена принимается в случаях, когда необходимо быстро уменьшить площадь собственного поражения. По сравнению с положением стоя эта изготовка характеризуется более низким расположением общего центра массы тела, следовательно, большей устойчи-

востью стрелка и меньшей площадью собственного поражения встречным огнем, а также меньшей мобильностью изготровки (рис. 3).

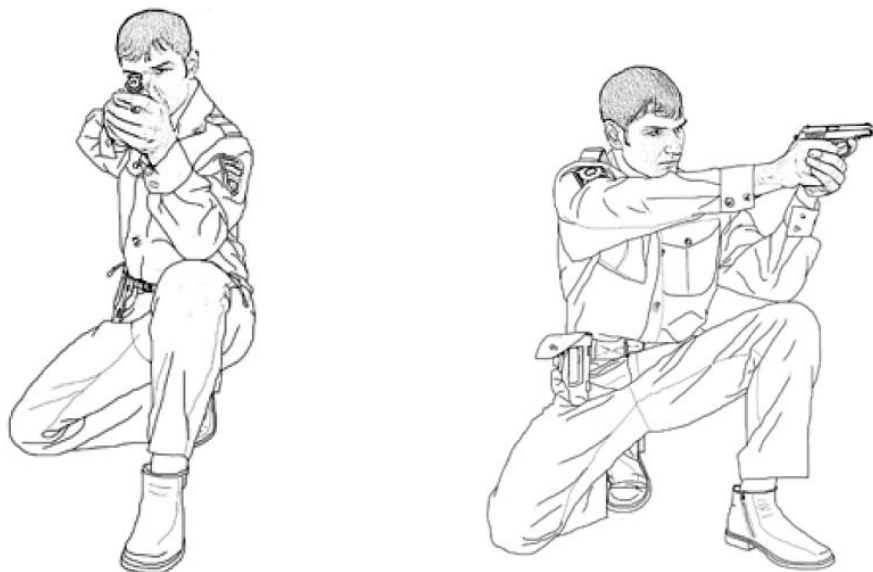


Рис. 3. Изготровка для стрельбы с колена с упором локтевого сустава в колено

Основные разновидности изготровки для стрельбы с колена:

1. С использованием упора локтевого сустава руки, поддерживающей оружие, в колено. Расположение плечевого пояса и головы здесь сходно с универсальной изготровкой для стрельбы из положения стоя. Стрелок находится левым боком к направлению стрельбы. Правая рука, удерживающая оружие, полностью разогнута в локтевом суставе и направлена в сторону цели. Левая рука согнута в локтевом суставе, локоть направлен вниз и упирается в колено одноименной ноги, голова сохраняет вертикальное положение, тело наклонено вперед.

2. Изготровка без использования упора локтевого сустава руки, поддерживающей оружие, в колено. В этом случае тело стрелка располагается прямо (как во фронтальной изготровке), правая рука, удерживающая оружие, полностью разогнута в локтевом суставе и направлена в сторону цели, левая рука согнута в локтевом суставе и плотно удерживает правую.

При стрельбе из положения с колена с двух рук с опорой невооруженной руки площадь собственного поражения несколько меньше (закрит живот), чем при стрельбе из положения с колена с двух рук без упора.

Для освоения изготовления для стрельбы с колена рекомендуем следующие упражнения:

1. *Исходное положение.* Пистолет находится в общей кобуре и закрепляется на поясном ремне справа или слева по выбору обучающегося. Оружие проверяется на незаряженность, затем пистолет убирается в кобуру, магазин — в кармашек кобуры, которая застегивается.

Порядок выполнения. По команде руководителя стрельб обучающийся:

— левой ногой делает шаг вперед (или правой ногой шаг назад), поставив стопы примерно на одну линию по направлению стрельбы;

— опускается на правое колено так, чтобы образовались три точки опоры (стопа левой ноги, колено правой ноги и носок правой ноги);

— садится задней поверхностью бедра на голень и пятку правой ноги; угол между бедрами должен составлять от 60° до 90°.

Дозировка: 15–20 раз для каждой изготовления или до исчезновения ошибок.

2. *Исходное положение.* Пистолет находится в общей кобуре и закрепляется на поясном ремне справа или слева по выбору обучающегося. Оружие проверяется на незаряженность, затем пистолет убирается в кобуру, магазин — в кармашек кобуры, которая застегивается.

Порядок выполнения. По команде руководителя стрельб обучающийся принимает изготовления для стрельбы с колена и производит несколько выстрелов без патрона.

Дозировка: 15–20 раз для каждой изготовления или до исчезновения ошибок.

2. Извлечение пистолета из кобуры

Сотрудники строевых подразделений полиции, как правило, носят кобуру закрытого типа на поясном ремне с левой или с правой стороны. Делая выбор, сотрудники должны учитывать два основных требования:

— удобство и возможность быстрого приведения пистолета к ведению огня;

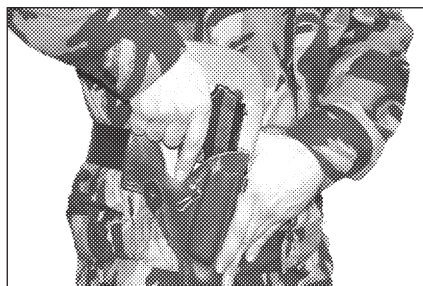
— сохранность оружия при различных передвижениях и действиях.

Место расположения кобуры на ремне определяется как соображениями быстроты извлечения оружия, так и наличием остального снаряжения сотрудника ОВД (фонарик, радиостанция, специальные средства и т. п.).

Если кобуру расположить с правой стороны (рис. 4 а) ближе к передней поверхности бедра, то в ходе возможного преследования правонарушителя нижняя часть кобуры (дульный срез ствола пистолета) будет упираться в бедро и затруднять передвижение сотрудника. Таким образом, при не-

сении службы с оружием кобуру целесообразнее располагать с правой стороны ближе к задней поверхности бедра. Такой вариант крепления кобуры несколько неудобен при поездке в автомобиле: ствол пистолета упирается в сиденье, создавая неудобства при извлечении оружия.

Если кобуру расположить на поясном ремне с левой стороны (рис. 4б), то при извлечении пистолета и выведении его на линию прицеливания траектория движения дульной части ствола располагается в двух плоскостях, описывая дугу в секторе 90° слева от сотрудника. В этом случае есть вероятность, что граждане, находящиеся слева от сотрудника, будут подвергнуты опасности.



а) кобура справа



б) кобура слева

Рис. 4. Извлечение оружия из кобуры, расположенной справа (а) и слева (б).

В настоящее время в ОВД используется кобура общевойсковой модели закрытого типа. Данная кобура отлично подходит для переноски оружия, обеспечения его сохранности, но не отвечает требованиям удобства и скорости извлечения. В связи с этим важную роль приобретает техника быстрого извлечения оружия из кобуры и приведения его в боевую готовность (выключение предохранителя, досылание патрона в патронник, вынос оружия в цель).

Обучение быстрому извлечению пистолета из кобуры осуществляется в процессе тренировки без патрона.

В целях формирования навыка быстрого извлечения оружия из кобуры рекомендуем следующее упражнение.

Исходное положение. Пистолет находится в общевойсковой кобуре и закрепляется на поясном ремне справа или слева по выбору обучающегося. Оружие проверяется на незаряженность, затем пистолет убирается в кобуру, магазин — в кармашек кобуры, которая застегивается.

Порядок выполнения. По команде руководителя стрельб «Огонь» необходимо:

- расстегнуть застежку кобуры, подняв ее крышку левой рукой. Выполнить предварительный хват правой рукой за рукоятку пистолета, находящегося в кобуре (при этом рекомендуется использовать вспомогательный ремешок для более быстрого извлечения оружия). Одновременно с извлечением пистолета большим пальцем правой руки выключить предохранитель;

- продолжая извлекать пистолет, направить его в сторону цели, дослат патрон в патронник, после чего левой рукой выполнить один из вариантов поддержки вооруженной руки;

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

- сфокусировав взгляд на прицельных приспособлениях и уточняя их в районе прицеливания, необходимо задержать дыхание и продолжить плавный равномерный нажим указательным пальцем правой руки на хвост спускового крючка до момента срыва курка с боевого взвода.

Дозировка: 15–20 раз или до исчезновения ошибок.

3. Досылание патрона в патронник

Рассмотрим три наиболее распространенных способа досылания патрона в патронник при помощи свободной руки⁶:

1. Движение вооруженной руки вперед (рис. 5). Левая рука, удерживающая затвор за насечки, находится в неподвижном состоянии, а досылание патрона в патронник обеспечивается за счет резкого движения правой вооруженной руки вперед в направлении цели. Когда затвор пистолета окажется в крайнем заднем положении, необходимо быстро отпустить его.

2. Отведение затвора назад (рис. 6). Правая рука удерживает пистолет в неподвижном положении, а левая, удерживая затвор за насечки с торца, отводит затвор в заднее положение. В момент отведения затвора в крайнее заднее положение стрелок отпускает затвор, не сопровождая его рукой. Сопровождение затвора (уступающее движение рукой, удерживающей затвор, действию возвратной пружины) недопустимо, так как это может привести к возникновению задержки при стрельбе (недокрытию патрона затвором).

⁶ Жуков В. М. Методические рекомендации по выполнению 4 упражнения «Скоростная стрельба с места по неподвижной цели с заданной зоной поражения» для обучающихся по программам профессионального обучения (профессиональной подготовки). Омск, 2015. 20 с.



Рис. 5. Досыление патрона в патронник движением вооруженной руки вперед



Рис. 6. Досыление патрона в патронник отведением затвора назад

3. Левая рука обхватывает переднюю часть затвора пистолета таким образом, чтобы он оказался между большим и указательным пальцами (рис. 7). Затвор фиксируется в данном положении, затем правая вооруженная рука толкает пистолет вперед, досылая патрон в патронник. Здесь необходимо учитывать, что в момент досылания патрона правой рукой левая продолжает уступающее движение в том же направлении, выводя оружие на линию прицеливания по кратчайшей линии. По мере выпрямления рук и выноса их в цель необходимо сформировать хват пистолета.

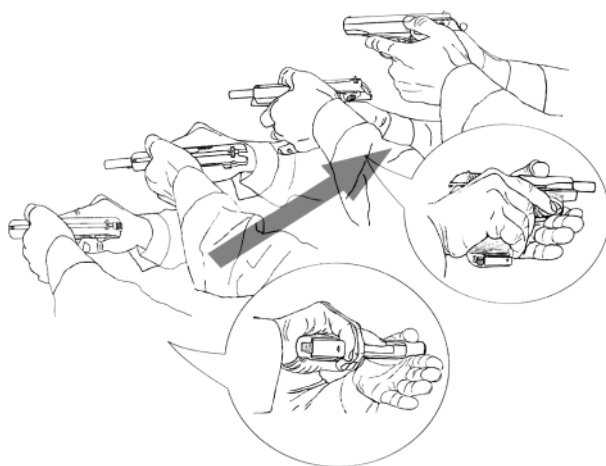


Рис. 7. Досыление патрона в патронник способом фиксации передней части затвора

Для формирования навыка досылания патрона в патронник можно использовать следующее упражнение.

Исходное положение. Пистолет без магазина, проверенный на незаряженность, находится в руках. Предохранитель выключен.

Порядок выполнения. По команде руководителя стрельб «Вперед» необходимо:

- начать вынос оружия в цель, дослать патрон в патронник любым из предложенных способов, после чего рукой, поддерживающей оружие, выполнить один из вариантов поддержки вооруженной руки;

- в момент выноса пистолета в сторону цели указательный палец руки, удерживающей оружие, накладывается третьей (ногтевой) фалангой на спусковой крючок и выбирается свободный ход.

Дозировка: 15–20 раз для каждого способа или до исчезновения ошибок.

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

- извлечение пистолета из кобуры одной рукой, без поддержки кобуры снизу свободной рукой, что приводит к увеличению времени, затрачиваемого на извлечение оружия. Как следствие, стрелок не успевает выполнить упражнение;

- досылание патрона в патронник с удержанием затвора за насечки влажной рукой. При отведении затвора в крайнее заднее положение влажной рукой велика вероятность срыва пальцев руки с затвора, что делает невозможным досылание патрона в патронник;

- при извлечении пистолета из кобуры сотрудник накладывает указательный палец руки, удерживающей оружие, на спусковой крючок. При этом может возникнуть риск случайного нажатия на него после досылания патрона в патронник. В целях безопасного обращения с оружием необходимо накладывать палец на спусковую скобу;

- во время извлечения оружия сотрудник переводит взгляд на кобуру, визуальнo теряя цель, не успевая выполнить упражнение.

4. Хват и удержание оружия (способы поддержки руки с пистолетом)

В скоростной стрельбе особое значение приобретает такой элемент техники, как время возврата прицельных приспособлений пистолета после выстрела на линию прицеливания. Эта характеристика в значительной степени зависит от квалификации стрелка и от способа удержания пистолета.

Способы поддержки пистолета влияют на его устойчивость при стрельбе. В практике скоростной стрельбы из боевого пистолета суще-

ствуется множество способов поддержки руки с пистолетом. Рассмотрим некоторые из них.

Способ поддержки снизу за кисть кистью поддерживающей руки (рис. 8).

Указательный палец поддерживающей руки располагается снизу затвора, охватывая спусковую скобу спереди. В данном положении он выполняет функцию горизонтального и вертикального упора, позволяет стрелку лучше контролировать положение пистолета (особенно это необходимо на первых этапах обучения скоростной стрельбе). Такая поддержка направлена на снижение колебания оружия при выполнении выстрела.

Поддержка за лучезапястный сустав: охватывается одновременно кисть и предплечье кистью поддерживающей руки снизу (рис. 9).

Большой палец поддерживающей руки охватывает запястье сверху, а другие пальцы — снизу, жестко фиксируя сустав в заданном положении.

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

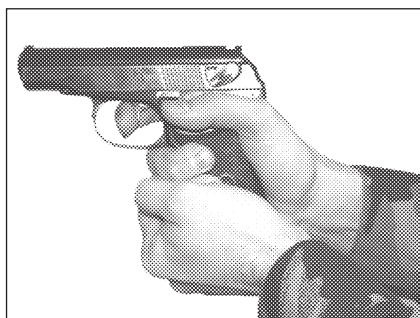


Рис. 8. Поддержка снизу кисти руки с пистолетом



Рис. 9. Поддержка за запястье руки с пистолетом

Боковая поддержка кисти руки с пистолетом (рис. 10). Поддерживающая рука охватывает кисть руки с пистолетом сбоку. Большие пальцы располагаются крест-накрест на затворной задержке пистолета, обеспечивая устойчивое положение оружия при прицеливании.

Ошибки, встречающиеся при формировании хвата оружия:



а



б

Рис. 10. Поддержка кисти руки с пистолетом сбоку: а — вид справа, б — вид слева

1) при стрельбе с использованием поддержки руки с пистолетом снизу стрелок поддерживающей рукой нарушает хват руки с пистолетом, выдвигая рукоятку оружия из кисти вверх (рис. 11). Такая ошибка приводит к увеличению амплитуды отдачи и времени, затрачиваемого на возвращение оружия на линию прицеливания;

2) неправильное положение большого пальца поддерживающей руки (внакладку на большой палец вооруженной руки сверху) (рис. 12). Стреляя из пистолетов со свободным ходом затвора, при движении затвора назад после выстрела можно повредить палец поддерживающей руки острыми кромками тыльной части затвора;

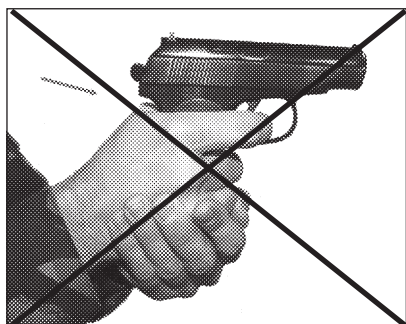


Рис. 11. Недостаточная посадка рукоятки пистолета в кисти



Рис. 12. Неправильная поддержка кисти руки с пистолетом кистью поддерживающей руки сбоку

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

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

Для формирования навыка хвата оружия можно использовать следующее упражнение.

Исходное положение. Пистолет, проверенный на незаряженность, находится в кобуре.

Порядок выполнения. По команде руководителя стрельб «Огонь» необходимо:

- извлечь оружие из кобуры, делая вынос оружия в цель, сформировать двуручный хват оружия;

- выполнив прицеливание, закрыть глаза на несколько секунд, затем открыть глаза и посмотреть на прицельные приспособления;

- убедившись, что ровная мушка находится в прорези целика, убрать пистолет в кобуру.

Дозировка: 15–20 раз для каждого способа или до исчезновения ошибок.

5. Прицеливание и контроль прицельных приспособлений

Прицеливание — это наведение оружия в цель с помощью визуального совмещения прицельных приспособлений.

При выполнении скоростной стрельбы (как и медленной) контроль прицельных приспособлений играет немаловажную роль. Отли-

чие состоит во времени, затрачиваемом на прицеливание. Если при выполнении медленной стрельбы лимит времени на прицеливание не ограничен, то на скоростных упражнениях время, отведенное на контроль прицельных приспособлений, лимитировано, поэтому процесс фиксации ровной мушки в прорези целика должен происходить одновременно с выносом оружия в район прицеливания. Для этого в завершающей стадии выноса оружия (после формирования хвата) необходимо сконцентрировать взгляд на ровной мушке и целике (рис. 13). Затем, произведя окончательную корректировку прицельных приспособлений, произвести первый выстрел. На наш взгляд, первый выстрел играет важную роль в выполнении скоростных упражнений, так как его правильное техническое исполнение способствует успешному выполнению всего упражнения целиком.



Рис. 13. Ровная мушка в прорези целика

Лимит времени выполнения скоростных упражнений ограничивает уточнение наводки пистолета в районе прицеливания, особенно при выполнении второго и последующих выстрелов. Поэтому (перед тем как сделать последующие выстрелы) в обязательном порядке необходимо скорректировать прицельные приспособления в районе прицеливания. По нашему мнению, технически и тактически более правильно выбирать именно район прицеливания, а не точку прицеливания, так как последняя требует более точной наводки и наиболее устойчивого положения системы «стрелок — оружие».

Для формирования навыка прицеливания можно использовать упражнение, приведенное выше.

Ошибки, встречаемые при выполнении прицеливания:

— перенос взгляда на мишень в момент прицеливания и производства выстрела. При этом теряется контроль прицельных приспособлений, соответственно, мушка будет уходить в сторону, а пуля не поразит цель. Можно поражать цель, не контролируя прицельных приспособлений, но это характерно лишь для стрельбы с близких дистанций (до 5 м) и при сформированном навыке удержания оружия (мышечной памяти)⁷;

— зацеливание, т. е. излишне долгий контроль прицельных приспособлений, что не позволит выполнить упражнение в установленное время;

— несовмещение мушки с прорезью целика, вследствие чего наводка оружия будет неточной.

6. Обработка спускового крючка

Наиболее сложным техническим элементом при производстве выстрела является спуск курка с боевого взвода. При любой изготовке стрелка и при тщательном прицеливании малейшая ошибка в управлении спуском приведет к плохой стрельбе. Поэтому данному элементу техники стрельбы всегда необходимо уделять повышенное внимание.

При обработке спускового крючка следует помнить, что техника нажима при скоростной и медленной стрельбе никак не отличается. В мо-

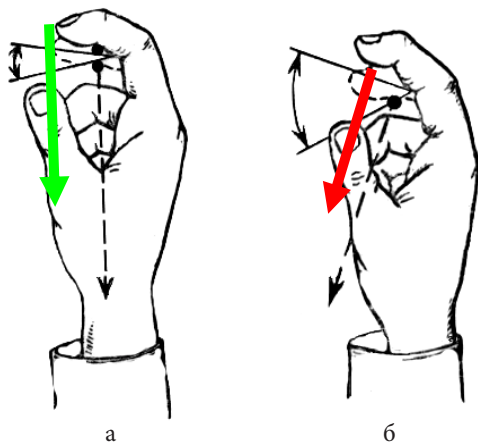


Рис. 14. Положение указательного пальца при нажиме на спусковой крючок:
а — правильное положение; б — неправильное положение

⁷ Ильин Е. П. Двигательная память и память на движения — синонимы? // Вопросы психологии. 1994. № 4. С. 134–139.

мент выноса оружия в цель необходимо наложить ногтевую фалангу указательного пальца удерживающей руки на спусковой крючок (рис. 14), выбрать свободный ход, затем плавным и равномерным движением выжать рабочий ход спускового крючка.

Особенностью обработки спуска при скоростной стрельбе является то, что время на обработку спускового крючка должно быть сведено до минимума, поэтому нажатие на него должно быть плавным, равномерным, но достаточно быстрым. При движении указательного пальца назад (после выстрела) не следует его сильно выпрямлять, он должен постоянно касаться спускового крючка, чтобы при выполнении последующих выстрелов не тратить время на обработку свободного хода спускового крючка.

Ошибки, встречающиеся при обработке спуска:

- стреляющий производит резкое нажатие на спусковой крючок, не выбирая свободного хода;
- стреляющий выбирает свободный ход, но затем производит резкое нажатие на спусковой крючок;
- стреляющий не отпускает указательный палец после выстрела, из-за чего не может сделать следующий выстрел.

Для формирования навыка спуска курка с боевого взвода рекомендуем следующие упражнения.

1. *Исходное положение.* Пистолет находится в общевойсковой кобуре и закрепляется на поясном ремне справа или слева по выбору обучающегося. Оружие проверяется на незаряженность, затем пистолет убирается в кобуру, магазин — в кармашек кобуры, которая застегивается.

Порядок выполнения. По команде руководителя стрельб «Огонь» необходимо:

— расстегнуть застежку кобуры, подняв ее крышку левой рукой. Выполнить предварительный хват правой рукой за рукоятку пистолета, находящегося в кобуре (при этом рекомендуется использовать вспомогательный ремешок для более быстрого извлечения оружия). Одновременно с извлечением пистолета большим пальцем правой руки выключить предохранитель;

— при извлечении пистолета и направлении его в сторону цели дослат патрон в патронник, после чего левая рука выполняет один из вариантов поддержки вооруженной руки;

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

— затем, сфокусировав взгляд на прицельных приспособлениях и уточняя их в районе прицеливания, задержать дыхание и продолжить плавный, равномерный нажим указательным пальцем правой руки на хвост спускового крючка до момента срыва курка с боевого взвода.

Дозировка: 15–20 раз или до исчезновения ошибок.

2. *Исходное положение* аналогично предыдущему упражнению.

Порядок выполнения. В момент нажатия на спусковой крючок следует закрыть или отвести глаза, после удара курка по ударнику вновь посмотреть на мушку, которая должна оставаться ровной в прорези целика.

Дозировка: 15–20 раз или до исчезновения ошибок.

ГЛАВА III. СКОРОСТНАЯ СТРЕЛЬБА ИЗ ПИСТОЛЕТА В УСЛОВИЯХ СМЕНЫ ПОЛОЖЕНИЯ ДЛЯ СТРЕЛЬБЫ И СМЕНЫ МАГАЗИНА, САМОВЗВОДОМ И В ОГРАНИЧЕННЫХ УСЛОВИЯХ ДЛЯ ПРИЦЕЛИВАНИЯ

§ 1. Формирование техники скоростной стрельбы в условиях смены положения для стрельбы и смены магазина

Как правило, сотрудники ОВД вынуждены применять огнестрельное оружие в условиях, неблагоприятных для ведения огня. В реальной обстановке могут возникнуть обстоятельства, когда сотрудник ОВД вынужден применять оружие в нестандартной ситуации. Это может быть различное освещение, погодные условия, физическая нагрузка и другие факторы, мешающие вести прицельный огонь.

Из анализа применения огнестрельного оружия сотрудниками УМВД России по Омской области видно, что в период с 2009 г. по 2015 г. оружие по различным основаниям применялось 46 раз. Из них в:

- сельских районах — 28 раз (60,9%);
- городе — 18 раз (39,1%).

По времени суток случаи применения огнестрельного оружия распределились следующим образом:

- а) ночь — 21 раз (45,6%);
- б) утро — 4 раза (8,7%);
- в) день — 16 раз (34,8%);
- г) вечер — 5 раз (10,9%).

Расстояние, на которое применялось огнестрельное оружие:

- а) в упор (менее 1 м) — 2 раза (4,3%);
- б) до 2 м — 3 раза (6,5%);
- в) до 3 м — 5 раз (10,9%);
- г) до 5 м — 5 раз (10,9%);
- д) до 10 м — 1 раз (2,1%).

Остальные случаи применения оружия (65,3%) произошли на расстоянии более 10 м либо в движении (для остановки транспортного средства).

Поэтому одной из задач обучения является подготовка слушателей и курсантов к подобным ситуациям. Далее мы рассмотрим технику ведения огня в условиях смены положения для стрельбы и ограниченной возможности для прицеливания, а также стрельбу самовзводом.

Скоростная стрельба с места по неподвижной цели со сменой положения для стрельбы и сменой магазина в ограниченное время

Цель неподвижная, специальная поясная мишень № 2, специальная поясная мишень № 2в, специальная поясная мишень № 2г на щите 75 × 75 см, установленная на уровне глаз стреляющего (рис. 15).

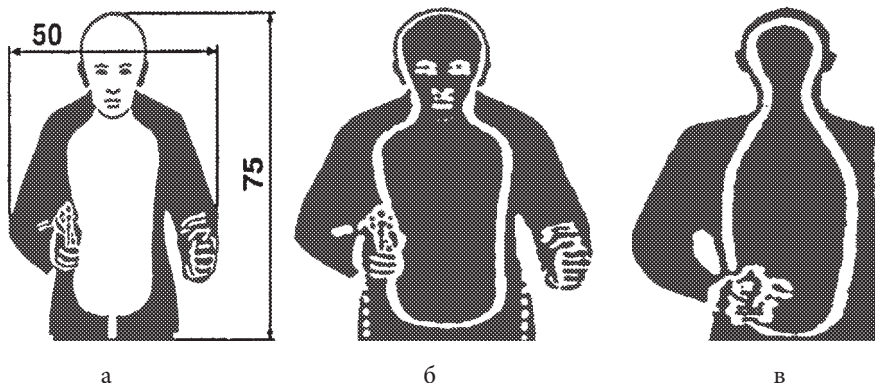


Рис. 15. Мишени: а — мишень № 2, б — мишень № 2в, в — мишень № 2г

Огневой рубеж — 15 м

Количество патронов — 4 шт.

Время на стрельбу — 15 с.

Положение для стрельбы: стоя, с колена.

Порядок выполнения упражнения. По команде руководителя стрельб сотрудник выходит на огневой рубеж. По команде «Заряжай» снаряжает два магазина по 2 патрона, один магазин вставляет в рукоятку пистолета, второй убирает в карман кобуры для запасного магазина, принимает положение для стрельбы стоя и докладывает о готовности к стрельбе.

Проверив готовность сотрудника к стрельбе, руководитель подает команду «Огонь» и одновременно включает секундомер. Получив команду «Огонь», сотрудник извлекает пистолет из кобуры, выключает предохранитель, досылает патрон в патронник и производит два прицельных выстрела в мишень. Затем, не снимая затвор с затворной задержки, принимает положение для стрельбы с колена, перезаряжает пистолет вторым

магазином (ствол оружия должен быть направлен в сторону мишеней), снимает затвор с затворной задержки и производит еще два прицельных выстрела в мишень.

По истечении времени, отведенного на выполнение упражнения, руководитель стрельб подает команду «Стой, прекратить огонь».

Упражнение считается выполненным, если сотрудник поразил мишень и не превысил время, отведенное на выполнение упражнения.

Оценка:

- «удовлетворительно» — мишень поражена тремя и более пулями;
- «неудовлетворительно» — в остальных случаях.

Особенности изготовления для стрельбы и хват оружия

Положение для стрельбы стоя

На наш взгляд, в предлагаемом упражнении при стрельбе из положения стоя рассмотренные выше базовые изготовления для стрельбы равноценны. Главное условие любой изготовления — ее устойчивость и (применительно к данному упражнению) мобильность, т. е. способность сотрудника переместиться с линии встречного огня либо изменить высоту положения тела посредством смены изготовления. Чем выше центр тяжести стрелка, тем легче ему уйти с линии встречного огня (переместиться на один или несколько шагов в сторону), изменить положение тела (его высоту и собственную поражаемую поверхность). Наиболее мобильным является положение для стрельбы стоя. Стрелок, находясь в положении для стрельбы стоя, имеет наилучшие возможности для смены положения.

Положение для стрельбы с колена

В ходе выполнения рассматриваемого упражнения первоначально огонь ведется из положения стоя, затем стреляющий принимает положение с колена. Такая изготовка, по сравнению с положением стоя, характеризуется более низким расположением общего центра массы тела, следовательно, большей устойчивостью стрелка и меньшей площадью собственного поражения встречным огнем, а также меньшей мобильностью изготовления.

Положение для стрельбы с колена менее мобильно: в этом положении стопа одной ноги соприкасается с горизонтальной опорой.

Основные виды изготовления для стрельбы с колена приведены ранее.

При выполнении этого упражнения приемлема любая из указанных изготовок. Стрелок сам выбирает наиболее подходящую для него. Если имеется возможность использовать упор — им следует воспользоваться, так как устойчивость системы «стрелок — оружие» при этом возрастает, следовательно, повышается и эффективность ведения огня, мобильность изготовления при этом не страдает.

Хват

По нашему мнению, хват оружия при выполнении данного вида скоростной стрельбы ничем не отличается от базовых хватов пистолета, описанных ранее. Помимо указанных хватов оружия, при ведении скоростной стрельбы можно использовать и так называемый двойной хват удержания пистолета по методике А. И. Петрова (рис. 16). Особенностью этого способа удержания является жесткая фиксация пистолета в точках, препятствующих силам, возникающим при выстреле и уводящим пистолет с линии прицеливания.

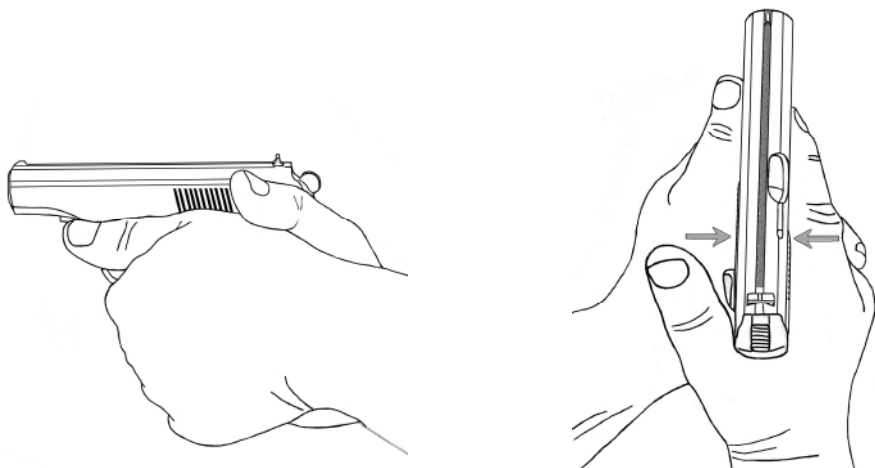


Рис. 16. Двойной хват удержания пистолета по методике А. И. Петрова

Смена магазина

Важный элемент в обучении скоростной стрельбе — уверенный навык смены магазина. Это совокупность двигательных действий, направленных на перезаряжание оружия и приведение его в боевую готовность.

Для смены магазина (при использовании кобуры закрытого типа) необходимо:

- убрать палец правой руки со спускового крючка и поместить его на спусковую скобу;
- принять положение для стрельбы с колена. В момент смены положения для стрельбы необходимо, удерживая пистолет за рукоятку правой рукой, большим пальцем левой руки отвести защелку магазина назад до отказа, одновременно оттягивая указательным пальцем левой руки высту-

пающую часть крышки магазина. Извлечь магазин из основания рукоятки и убрать в карман одежды, в кобуру, положить на пол (рис 17 а);

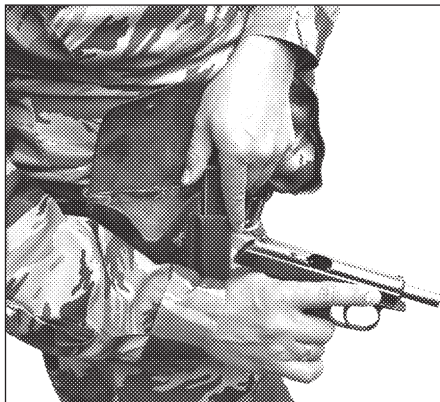
— левой рукой извлечь запасной магазин из кармана кобуры (рис. 17 б);

— большим и указательным пальцами вставить магазин в основание рукоятки (рис. 17 в);

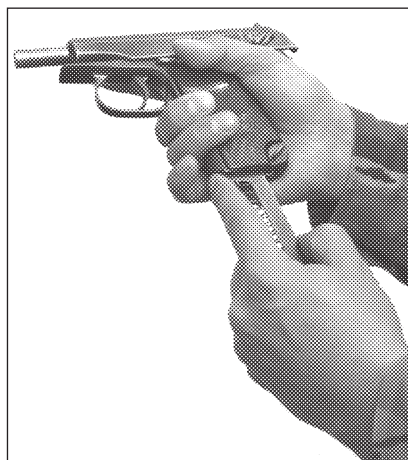
— снять затвор с затворной задержки и продолжить стрельбу.



а) извлечь пустой магазин



б) вынуть запасной магазин



в) вставить запасной магазин в основание рукоятки

Рис. 17. Смена магазина

Смену магазина необходимо выполнять максимально быстро и без лишних движений. До начала практического выполнения упражнения с патронами обучающиеся должны отработать этот технический элемент с учебным оружием до автоматизма. При извлечении магазина из кармана кобуры допускается ее поддержка предплечьем правой руки, при этом оружие должно быть направлено в сторону мишеней.

Если по окончании патронов затвор не остановился на затворной задержке (чаще всего из-за поддержания стрелком кнопки затворной задержки), то в целях обеспечения безопасности и единства требований к порядку выполнения упражнения обучающемуся предлагается принудительно ставить затвор на затворную задержку, после чего осуществить смену магазина. В этом случае руководитель стрельб будет видеть пустой патронник пистолета.

Отметим, что пустой магазин в условиях ведения реального боя в целях экономии времени необходимо отбросить. Однако на занятиях (в связи с частой поломкой магазинов из-за падений) рекомендуется убирать пустой магазин в карман одежды, в кобуру или оставлять на полу.

Для формирования навыка смены магазина из различных положений рекомендуется на занятиях отрабатывать норматив № 6 по огневой подготовке «Смена магазина из различных положений», стараясь доводить действия по смене магазина до автоматизма.

Как показали педагогические наблюдения за слушателями (наблюдение осуществлялось на протяжении 2014–2015 гг. за слушателями ФПО ОМА МВД России, проходящими профессиональное обучение по профессии «полицейский» (58 человек)), при выполнении данного упражнения 86,7% стреляющих выполняют первый выстрел в интервале 3,8–4,3 с. Второй выстрел — в диапазоне 5,1–5,5 с. — 84,5% стреляющих. На смену магазина, положения для стрельбы и на производство третьего выстрела 77,6% стреляющих тратят 12,5–13,0 с. Последний выстрел 94,8% слушателей производят за 13,0–13,9 с. По нашему мнению, последний выстрел необходимо делать во временном диапазоне 14,05–14,08 с., чтобы более качественно выполнить прицеливание и обработать спуск. На основании проведенных наблюдений мы предлагаем следующий примерный временной алгоритм выполнения упражнения.

Таблица 1. Примерный временной алгоритм выполнения упражнения со сменой магазина и сменой положения для стрельбы

Выстрел	1	2 (смена положения)	3 (смена магазина)	4
Временной диапазон от начала упражнения, с.	3,8–4,3	5,1–6,0	12,5–13,0	14,5–14,8

По нашему мнению, время, затраченное на выполнение того или иного упражнения, индивидуально для каждого стреляющего, оно зависит от многих факторов (физическое, психическое состояние, уровень технической и тактической подготовки и др.).

§ 2. Формирование техники скоростной стрельбы самовзводом

Важным фактором в обеспечении личной безопасности является умение сотрудника во время огневого контакта уходить с линии огня, меняя положение для стрельбы, максимально быстро производить замену магазина. Еще одна составляющая обеспечения личной безопасности сотрудника ОВД, по нашему мнению, — умение вести огонь самовзводом. Это позволяет снизить риск производства случайного выстрела при выполнении оперативно-служебных задач и дает возможность сотруднику ОВД открыть огонь на опережение.

Скоростная стрельба самовзводом по неподвижной цели с места в условиях ограниченной возможности для прицеливания и со сменой позиции для стрельбы

Цель неподвижная, поясная фигура преступника (мишень № 1) на щите 50 × 100 см, установленная на уровне глаз стреляющего (рис. 18).

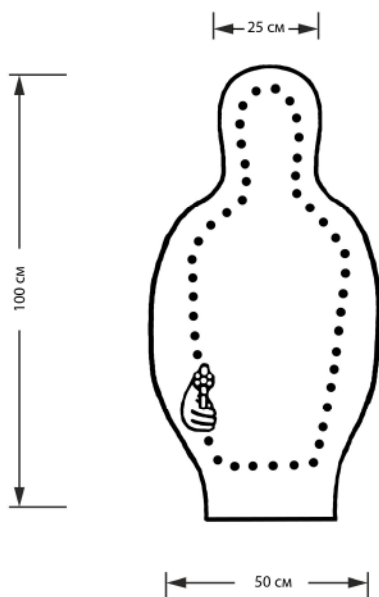


Рис. 18. Поясная фигура преступника (мишень № 1)

Огневой рубеж — 15 м

Количество патронов — 4 шт.

Время на стрельбу — 8 с.

Положение для стрельбы: стоя, с колена.

По истечении времени, отведенного на выполнение упражнения, руководитель стрельб подает команду «Стой, прекратить огонь».

Упражнение считается выполненным, если сотрудник поразил мишень и не превысил время, отведенное на выполнение упражнения.

Оценка:

— «удовлетворительно» — мишень поражена тремя и более пулями;

— «неудовлетворительно» — в остальных случаях.

Исходное положение. Условия выполнения упражнения предписывают сотруднику перед стрельбой принять положение с пистолетом в руке, согнутой в локтевом суставе под углом 35–40°, направленной в сторону мишени (рис. 19).

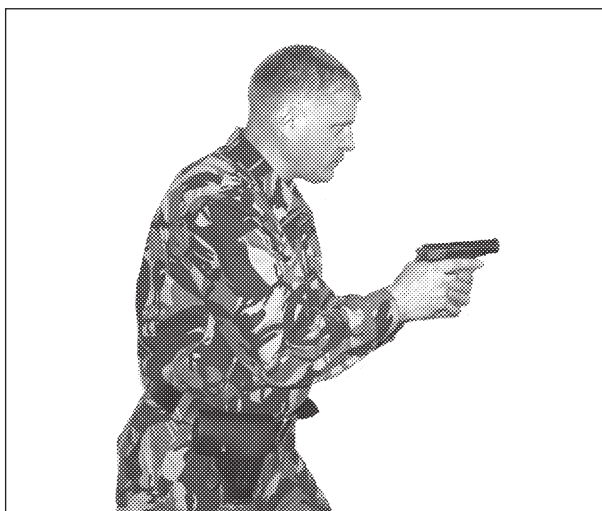


Рис. 19. Изготовка для стрельбы самовзводом

Порядок выполнения. По команде руководителя стрельб сотрудник выходит на огневой рубеж. По команде «Заряжай» извлекает пистолет из кобуры, вставляет снаряженный магазин в основание рукоятки, выключает предохранитель, досылает патрон в патронник, включает предохранитель и принимает положение для стрельбы стоя (пистолет в руке, согнутой в локтевом суставе под углом 35–40°, направлен в сторону мишени), докладывает о готовности к стрельбе.

Проверив готовность сотрудника к стрельбе, руководитель подает команду «Огонь» и одновременно включает секундомер. По этой команде сотрудник выключает предохранитель и производит первый выстрел самовзводом из положения стоя, затем принимает положение для стрельбы с колена и производит три выстрела в мишень.

По истечении времени, отведенного на выполнение упражнения, руководитель стрельб подает команду «Стой, прекратить огонь».

Особенности изготовления для стрельбы самовзводом

Скоростная стрельба предъявляет высокие требования к основательности и устойчивости изготовления. Чем выше темп стрельбы, тем более устойчивым должно быть положение тела стрелка, более фиксированным положение оружия в руках.

При выполнении скоростной стрельбы рекомендуется использовать стойку с некоторым наклоном корпуса вперед. При этом впереди стоящая нога слегка полусогнута, расслаблена, сзади стоящая — закреплена (в целях создания угла противодействия отдаче). Локти несколько разведены в сторону, полусогнуты, напряжены. Субъективно стрелок должен ощущать, что сжимает пистолет встречным движением основания ладоней. Чем шире разведены локти, тем жестче пистолет фиксируется в двух горизонтальных точках. Верхняя часть тела стрелка удерживается с помощью мышц верхнего плечевого пояса. Влияние дыхания на колебания прицельных приспособлений (относительно точки прицеливания) сводится к минимуму, что позволяет стрелку поражать цели на предельных (для данного типа пистолета) дистанциях с большой стабильностью.

При выполнении стрельбы с колена следует придерживаться правил ведения огня из указанного положения.

Особенности стрельбы самовзводом

Стрельба самовзводом представляет собой производство выстрела без предварительного взведения курка путем нажима на хвост спускового крючка из исходного положения курка на предохранительном взводе. При этом курок взводится и, не становясь на боевой взвод, наносит удар по ударнику.

Для стрельбы самовзводом из пистолета Макарова необходимо дослат патрон в патронник и включить предохранитель, повернув его фла-

жок вверх. Далее следует выключить предохранитель. Пистолет готов к немедленному открытию огня самовзводом.

Возможен вариант спуска курка вручную, т. е. нажатие на хвост спускового крючка указательным пальцем правой руки с придержанием за головку курка большим пальцем этой же руки. Курок после освобождения спускового крючка автоматически (благодаря «отбою») становится на предохранитель⁸. При спуске курка вручную необходимо быть внимательным и соблюдать осторожность, поскольку, не удержав головку курка, можно произвести случайный выстрел. Такой способ спуска курка не рекомендуется использовать на занятиях.

Стрельба самовзводом отрицательно влияет на точность стрельбы, так как усилие спуска и ход спускового крючка при стрельбе самовзводом значительно больше, чем при предварительном взводе.

Спуск курка с боевого взвода при стрельбе из пистолета Макарова должен происходить от усилия на спусковой крючок не менее 1,5 кг и не более 3,5 кг⁹. При стрельбе самовзводом, по мнению некоторых авторов, величина усилия возрастает до 4,5–5 кг¹⁰.

Техника стрельбы самовзводом

Для меткой стрельбы самовзводом необходимо:

— наводя оружие на цель, выключить большим пальцем правой руки предохранитель. Далее, выпрямляя руки, следует немедленно начинать нажим на спусковой крючок, зная, что в первой фазе обработки ударно-спускового механизма пистолета (взвод курка) выстрела не последует. При этом движение пальца должно быть быстрым и равномерным, но не резким, производиться с максимальной точностью;

— контролируя прицельные приспособления, следует дожать спусковой крючок, мгновенно переключившись на режим работы с предварительным взводом курка (рис. 20). После срыва курка с боевого взвода движение пальца прекращается, контакт со спусковым крючком сохраняется;

— при выполнении серии выстрелов указательный палец работает очень экономно, ослабляет давление на спусковой крючок приблизительно

⁸ Наставления по стрелковому делу. 3-е изд. М., 1985. С. 558.

⁹ Там же. С. 567.

¹⁰ Волков А. В., Кадамша С. А. Особенности огневой подготовки сотрудников спецподразделений МВД России : учеб.-метод. пособие. Воронеж, 2001. С. 39 ; Драгунов М. В честной борьбе // Журнал Калашников. Оружие, боеприпасы, снаряжение. 2008. № 1. С. 14–25.

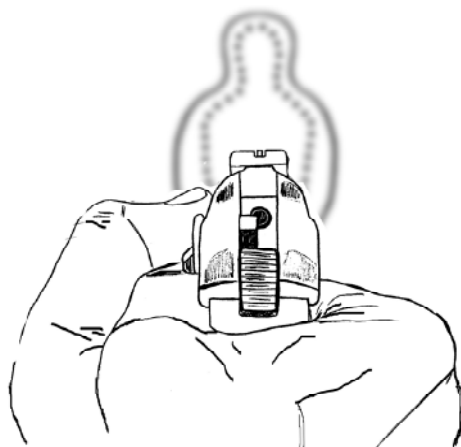


Рис. 20. Район прицеливания и фокус зрения при стрельбе самовзводом на длину рабочего хода, давая возможность шепталу встать за боевой взвод курка, а затем вновь осуществляет нажим на спусковой крючок.

В результате педагогических наблюдений за слушателями отмечено, что при выполнении данного упражнения 79,3% стреляющих делают

Таблица 2. Примерный временной алгоритм выполнения упражнения со сменой положения для стрельбы самовзводом

Выстрел	1	2 (смена положения)	3	4
Временной диапазон от начала упражнения, с.	3,5–4,0	5,3–5,9	6,5–6,8	7,3–7,8

первый выстрел в интервале 3,5–4,0 с. На смену положения для стрельбы и производство второго выстрела у 82,75% слушателей уходит 5,3–5,9 с., третий выстрел — в интервале 6,5–6,8 с. (86,2%), а четвертый — в диапазоне 7,3–7,8 с. (89,7%). Примерный временной алгоритм выполнения указанного упражнения приведен в табл. 2.

По нашему мнению, слушатели, придерживаясь предложенного алгоритма, смогут более качественно овладеть выполнением данного упражнения.

§ 3. Формирование техники скоростной стрельбы в условиях ограниченной возможности для прицеливания

Скоростная стрельба в условиях ограниченной возможности для прицеливания

Цель — специальная поясная (мишень № 2а), установленная на высоте уровня глаз стреляющего. Зона поражения ограничена сплошной овальной линией (рис. 21).

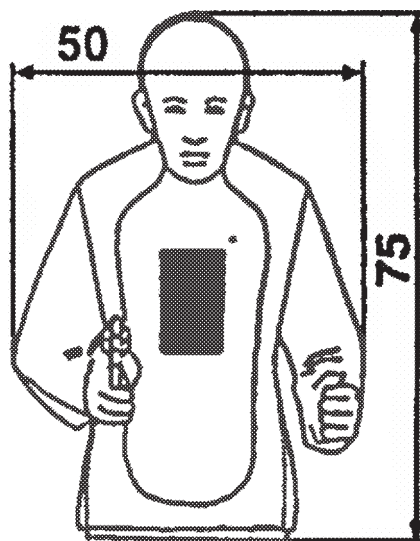


Рис. 21. Специальная поясная цель (мишень № 2а)

Расстояние до цели — 5 м.

Количество патронов — 3 шт.

Время на стрельбу — 5 с.

Положение для стрельбы: стоя.

Порядок выполнения упражнения. По команде руководителя стрельб сотрудник выходит на огневой рубеж, принимает положение для стрельбы и докладывает о готовности к стрельбе. Магазин, снаряженный патронами, вставлен в рукоятку пистолета, пистолет в кобуре. Проверив готовность сотрудника к стрельбе, руководитель подает команду «Огонь» и одновременно включает секундомер. По этой команде сотрудник извлекает пистолет из кобуры, выключает предохранитель, досылает патрон в патронник и производит три выстрела в зону поражения. По истечении времени, отведенного на выполнение упражнения, руководитель стрельб подает команду «Стой, прекратить огонь».

Упражнение считается выполненным, если сотрудник поразил зону поражения и не превысил время, отведенное на выполнение упражнения.

Оценка:

- «удовлетворительно» — зона поражения поражена тремя пулями;
- «неудовлетворительно» — в остальных случаях.

Особенности изготовления для скоростной стрельбы в условиях ограниченной возможности для прицеливания

Изготовка для скоростной стрельбы в условиях ограниченной возможности для прицеливания несколько отличается от изготовок для базовой скоростной стрельбы, характерной для других упражнений Курса стрельб для сотрудников ОВД (рис. 22).

В базовой скоростной стрельбе малейшие неточности в изготовке сглаживаются постоянной корректировкой прицельных приспособлений. В стрельбе в условиях ограниченной возможности для прицеливания необходимо добиваться более устойчивой изготовки. Корпус и бедра развернуты фронтально к мишеням. Корпус несколько наклонен вперед. Ноги слегка согнуты, располагаются примерно на ширине плеч.

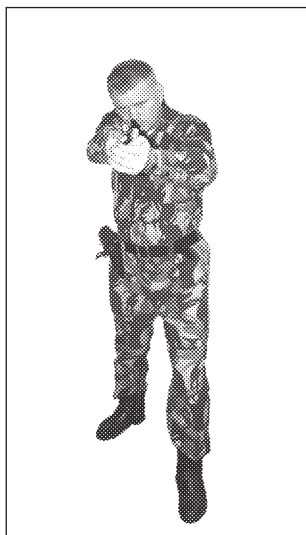
На наш взгляд, не рекомендуется чрезмерно сгибать руки в локтевых суставах. Будет правильнее полагаться на собственные ощущения при формировании изготовки, которая должна быть устойчивой и удобной для стреляющего.

Принятие изготовки рассматривается как переход стрелка от состояния покоя к движению, характеризуется одновременным включением в работу ног, таза, рук, головы. В данном контексте изготовку, досылание патрона в патронник, прицеливание, спуск курка необходимо рассматривать как единое слитное движение, конечная цель которого — производство выстрела. Для успешного выполнения упражнения обучающиеся на занятиях должны стремиться к формированию у себя двигательной (мышечной) памяти, т. е. запоминать амплитуду движений, ритм, темп, последовательность и т. п. Иными словами, доводить до автоматизма действия, связанные с принятием изготовки и хвата оружия.

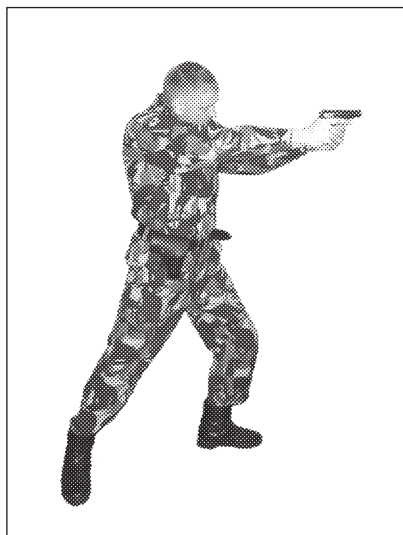
Хват оружия

При стрельбе в условиях ограниченной возможности для прицеливания решающее значение имеет хват пистолета. Возможные варианты хватов оружия рассмотрены ранее.

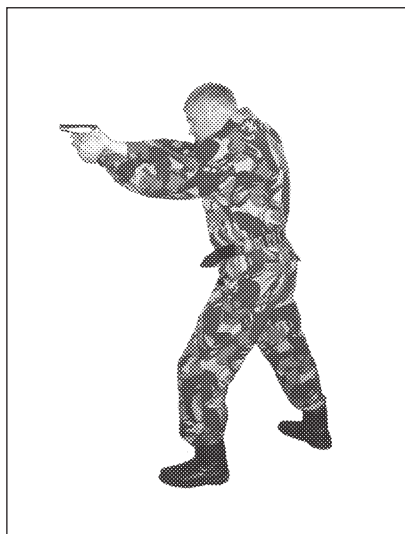
При формировании хвата усилия по удержанию оружия в руках распределяются следующим образом: примерно 40% приходится на руку, удерживающую оружие, 60% — на руку, поддерживающую кисть вооруженной руки. Такое распределение усилий связано



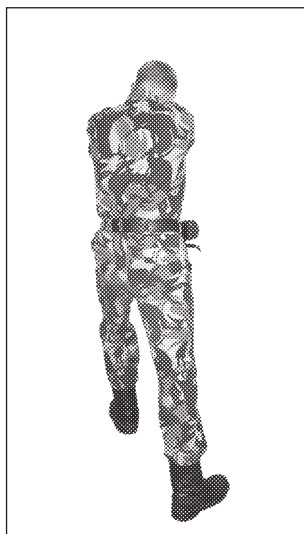
а) фронтальный вид



б) вид справа



в) вид слева



г) вид сзади

Рис. 22. Изготовка для скоростной стрельбы в условиях ограниченной возможности для прицеливания

с необходимостью освободить кисть руки, удерживающей оружие, от чрезмерного напряжения, дать возможность указательному пальцу корректно обработать ударно-спусковой механизм (далее — УСМ). При уменьшении временных параметров будут увеличиваться и технические погрешности в обработке УСМ пистолета. Чем интенсивнее в преодолевающем режиме работает указательный палец, тем больше в работу включается вся кисть (вне зависимости от нашего желания). На руку, удерживающую оружие, возлагается основная задача: с минимальными погрешностями нажать на спусковой крючок. А на поддерживающую руку приходится вся основная работа по удержанию оружия.

В связи с изложенным вариант хвата с нижней поддержкой кисти руки с пистолетом, на наш взгляд, менее эффективен, так как не позволяет плотно фиксировать рукоятку пистолета.

Прицеливание

Для скоростной стрельбы в условиях ограниченной возможности для прицеливания характерны:

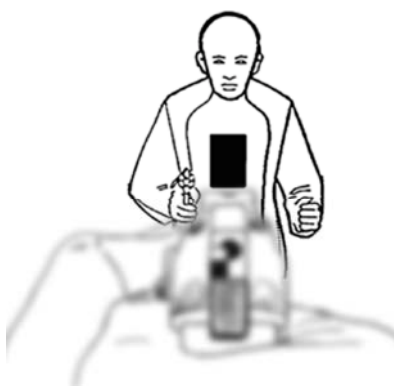
- небольшая дистанция до цели;
- высокая интенсивность ведения огня;
- скоротечность всей серии выстрелов.

Отметим, что при стрельбе в данных условиях как такового прицеливания нет. Действительно, визуальное прицельное приспособление на мишени не совмещаются, взгляд стрелка четко направлен на цель, а наведение оружия осуществляется автоматически, наработанными до уровня навыка движениями (рис. 23 а, б). В процессе формирования этого навыка следует периодически проверять правильность наведения оружия на цель с помощью визуального совмещения мушки в прорези целика. По нашему мнению, именно таким способом необходимо осуществлять контроль при тренировке с учебным оружием без патрона. При этом следует обращать внимание обучающихся на то, чтобы зрительный контроль прицельных приспособлений использовался только после срыва курка с боевого взвода, лишь для проверки правильности закрепляемого навыка наведения оружия на цель, все остальное время стрелок должен смотреть на мишень.

Если необходимо поразить определенную область цели, то стрельба навскидку не может обеспечить гарантированного выполнения данных условий. Нецелесообразно фокусировать взгляд и на прицельных приспособлениях, поскольку вести огонь необходимо сразу, а на совмещение целика и мушки уходит время (рис. 23 в, г). Потеря контроля над



а) базовая скоростная стрельба



б) скоростная стрельба навскидку



в) скоростная стрельба с ограниченной
возможностью для прицеливания
(заданная область поражения — голова)



г) скоростная стрельба с ограниченной
возможностью для прицеливания
(заданная область поражения — рука)

Рис. 23. Фокусирование взгляда при базовой скоростной стрельбе, стрельбе навскидку и стрельбе с ограниченной возможностью для прицеливания с заданной областью поражения

действиями правонарушителя во время огневого контакта — грубейший тактический просчет со стороны сотрудника. По этой же причине необходимо использовать при стрельбе бинокулярное зрение.

Указанная техника прицеливания характерна и уместна только при ведении огня на малых дистанциях (до 5 м) и при жестком лимите времени. При прочих условиях следует придерживаться общепринятой техники прицеливания.

При должном уровне формирования двигательного навыка по принятию изгототки, хвату и наведению (выносу) оружия на цель контроль

прицельных приспособлений не играет важной роли. Внимание обучающихся в этом случае должно быть направлено на грамотную обработку ударно-спускового механизма.

Техника спуска курка с боевого взвода при скоростной стрельбе в условиях ограниченной возможности для прицеливания

В отличие от базовой скоростной стрельбы, обработка УСМ при выполнении данного упражнения производится с большей скоростью. В этом случае далеко не каждый способен контролировать движение свободного хода спускового крючка с последующей остановкой и плавной, качественной обработкой рабочего хода. Стрелкам, испытывающим проблемы с корректной обработкой УСМ при стрельбе с ограниченной возможностью для прицеливания, мы рекомендуем в определенной степени пренебрегать качеством обработки спуска курка с боевого взвода, осуществлять нажим одним движением, в процессе которого быстро выбирается свободный ход спускового крючка и продолжается дожим рабочего хода. При этом движение пальца не должно быть резким, напротив, оно должно быть быстрым и равномерным, производиться с максимальной точностью. После срыва курка с боевого взвода движение пальца прекращается, контакт со спусковым крючком сохраняется.

В результате педагогических наблюдений за слушателями установлено, что от начала выполнения данного упражнения до производства первого выстрела тратится около 2–2,5 с. (70% слушателей). Этого времени вполне достаточно для качественной обработки УСМ. Использование кобуры закрытого типа не позволяет выполнять первый выстрел в быстром темпе. На наш взгляд, время выстрелов в указанном упражнении должно распределяться следующим образом (табл. 3).

Таблица 3. Примерный временной алгоритм при выполнении упражнения в условиях ограниченной возможности для прицеливания

Выстрел	1	2	3
Временной диапазон от начала упражнения, с.	2,0–2,5	3,3–3,8	4,5–4,9

По нашему мнению, придерживаясь предложенного временного алгоритма, обучающиеся смогут добиться положительных результатов в данном упражнении. Это подтверждается педагогической практикой

проведения занятий. Большая часть стреляющих (около 92%) при выполнении упражнения укладывались именно в эти временные рамки при удовлетворительных результатах стрельбы.

§ 4. Использование ситуационных задач при совершенствовании техники скоростной стрельбы

В настоящее время «система профессионально-прикладной и в целом профессионально-служебной подготовки построена таким образом, что не решает основной задачи — формирования профессиональных компетенций по эффективному и правомерному применению физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия в процессе оперативно-служебной деятельности»¹¹. Оценки результатов на контрольных и итоговых стрельбах не отражают истинного состояния готовности сотрудников ОВД к правомерному применению огнестрельного оружия. В рабочей программе профессионального обучения (профессиональной подготовки) лиц рядового и младшего начальствующего состава, впервые принимаемых на службу в органы внутренних дел (на базе общего среднего и (или) среднего профессионального (неюридического) образования), по профессии «полицейский» указано, что выпускник должен обладать профессиональными компетенциями, включающими (среди прочих) способность действовать в условиях, связанных с применением физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия.

Из сказанного следует, что в процессе обучения слушатели и курсанты должны отрабатывать ситуации, при которых возможно применение специальных средств, физической силы и огнестрельного оружия.

Выделение типичных ситуаций и построение модели применения огнестрельного оружия сотрудниками полиции представляет собой сложную задачу, так как реализация любой меры силового воздействия в отношении правонарушителя (при установленном порядке этой процедуры в нормативной правовой базе) характеризуется большой вариативностью действий¹².

Упомянутой выше рабочей учебной программой введен «комплексный практикум по огневой и физической подготовке». Для его реализации предложены различные упражнения и ситуационные за-

¹¹ Лупырь В. Г. Междисциплинарная интеграция в служебно-боевой подготовке курсантов вузов МВД России : монография. Омск, 2013. С. 16.

¹² Лупырь В. Г., Литвин Д. В. Особенности реализации педагогической технологии формирования готовности сотрудников ОВД применять огнестрельное оружие : метод. рекомендации. Омск, 2012. С. 24.

дачи, которые могут возникнуть в служебной деятельности сотрудников ОВД.

Отметим, что условия предложенных упражнений можно варьировать в плане смены положений для стрельбы, времени на стрельбу, расстояния, смены магазина и т. д.

Кроме того, на занятиях по огневой подготовке используются и другие ситуационные задачи, которые сняты в виде видеороликов, где представлены различные ситуации оперативно-служебной деятельности, предполагающие применение огнестрельного оружия.

На наш взгляд, использование подобных упражнений позволяет обучающимся более полно овладеть способностью действовать в ситуациях, связанных с применением физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия.

Примерные упражнения приведены в приложении № 5.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Основным звеном технико-тактического мастерства при формировании у обучающихся крайней меры принуждения, т. е. навыков владения огнестрельным оружием, соответственно, приемов обеспечения личной безопасности, является скоростная стрельба.

Основную трудность в скоростной стрельбе представляет восстановление пистолета в исходном районе прицеливания после выстрела (в результате действия на него сбивающих сил, например силы отдачи). Восстанавливая значительные смещения оружия после выстрела в ограниченное время, стрелок начинает как можно быстрее совмещать прицельные приспособления, резко обрабатывать ударно-спусковой механизм. В этом случае стрелок выполняет отдельные и практически независимые друг от друга циклы выстрелов, тогда как задача скоростной стрельбы — сделать выстрел, а при необходимости и серию, где каждый из выстрелов является следствием предыдущего; все они объединены хватом и изготовкой. Изготовка и хват в данном случае работают как амортизатор, постоянно возвращающий оружие в район прицеливания. Поэтому скоростная стрельба несовместима со слабым хватом и легкой, свободной изготовкой.

При освоении рабочих учебных программ на занятиях по огневой подготовке необходимо учесть практическую значимость различных видов стрельбы и особенности методики их формирования. Понимание обучающимися определенных различий в технике скоростной стрельбы позволит выработать устойчивые навыки владения оружием. При этом сотрудник ОВД, выполняющий служебные задачи с оружием, не только будет знать особенности существующих видов скоростной стрельбы, но и будет способен избирать и свободно воспроизводить на практике наиболее подходящий способ поражения цели (в зависимости от складывающейся оперативной ситуации), что и является целью обучения по дисциплине «Огневая подготовка».

Примерный комплекс упражнений, выполняемых при стрельбе без патрона

1. Подъем и удержание оружия (до снижения устойчивости) в районе прицеливания (8–10 повторений). С помощью этого упражнения можно решать следующие задачи:

- освоение изготовления;
- освоение техники прицеливания;
- формирование устойчивости.

2. Подъем и длительное удержание оружия в районе прицеливания до утомления (8–10 повторений). С помощью этого упражнения можно решать следующие задачи:

- повышение устойчивости;
- развитие силовой выносливости мышц, участвующих в удержании оружия.

3. Многократное выполнение хвата оружия (30–50 повторений). Задача — отработка однообразного хвата оружия.

4. Подъем и удержание оружия с постоянным мышечным контролем за точностью удержания ровной мушки в прорези целика (8–10 повторений).

5. Подъем и удержание оружия с постоянным мышечным контролем за точностью удержания руки по отношению к мишени (8–10 повторений).

6. Подъем и удержание оружия с постоянным мышечным контролем за сохранением устойчивости изготовления (8–10 повторений).

С помощью упражнений 4–6 можно решать следующие задачи:

- освоение изготовления;
- повышение устойчивости;
- освоение техники прицеливания.

7. Подъем и удержание оружия с имитацией нажима на спусковой крючок (15–20 повторений).

8. Удержание оружия с ровной мушкой и одновременным движением указательного пальца вперед-назад (15–20 повторений).

9. Удержание оружия с ровной мушкой в районе прицеливания при выполнении различных способов нажима на спусковой крючок, скорости нажима или при изменении усилия хватки (15–20 повторений).

Основная задача упражнений 7–9 — освоение техники управления спуском.

10. Стрельба без патрона в неограниченное время (15–20 повторений). Задача — освоение техники меткого выстрела.

11. Стрельба без патрона в строго заданный промежуток времени, например, в темпе 2 секунды на выстрел (15–20 повторений). Задача — формирование техники управления спуском при скоростной стрельбе.

12. Комбинация различных вариантов изготовления, нажима, времени удержания оружия. Задача — выбор оптимального индивидуального варианта техники меткого выстрела при скоростной стрельбе.

13. Те же упражнения, выполняемые другой рукой.

Задачи:

- развитие координационных способностей;
- формирование техники меткого выстрела с обеих рук;
- активный отдых.

Примерный комплекс упражнений общей физической подготовки

Ходьба, медленный бег.

На счет «раз-два» подняться на носки, медленно вынося руки вперед и затем вверх, пальцы сжать в кулак, ладони внутрь, смотреть вверх, потянуться.

«Три». Опуститься на обе ступни, с силой согнуть руки, прижав их к телу, кулаки — к плечам, смотреть прямо.

«Четыре». Разогнуть руки вверх, прогнуться, смотреть вверх.

«Пять». Соединяя носки ног, присесть до отказа на всю ступню, ладони на бедрах, локти направлены в стороны.

«Шесть». Встать, поднимая руки вперед, отводя их в стороны и назад до отказа (с рывком в конце движения), пальцы сжаты в кулак.

«Семь». Присесть до отказа на обе ступни, ладони на бедрах, локти направлены в стороны.

«Восемь». Прыжком встать, ноги врозь на широкий шаг, руки на пояс.

«Девять». Разогнуть левую руку, отводя ее в сторону до отказа назад (пальцы сжаты в кулак), одновременно повернуть туловище влево, ноги с места не сдвигать, смотреть на пальцы левой руки.

«Десять». Повернуть туловище прямо, левую руку вернуть на пояс.

«Одиннадцать». Разогнуть правую руку, отводя ее в сторону и назад до отказа (пальцы сжаты в кулак), одновременно повернуть туловище вправо, ноги с места не сдвигать, смотреть на кисть правой руки.

«Двенадцать». Повернуть туловище прямо, правую руку вернуть на пояс.

«Тринадцать». Резко наклониться вперед до касания земли руками, ноги прямые.

«Четырнадцать». Выпрямиться, поднять руки вперед, отвести их в стороны и назад, прогнуться.

«Пятнадцать». Резко наклониться вперед до касания земли руками, ноги прямые.

«Шестнадцать». Выпрямиться, прыжком соединить ноги и принять строевую стойку.

Упражнения для подвижности мышц шеи и координации движений

Ходьба с круговыми вращениями головы в обе стороны, с наклонами головы вперед-назад, влево-вправо, с поворотами головы влево-вправо.

Упражнения на гибкость и подвижность плечевого пояса и рук

1. Исходное положение (далее — И.П.) — правая рука вверх, левая вниз, сжаты в кулак. Смена положений рук рывками.

2. И.П. — прямые руки скреплены в замок над головой. Рывками отводить руки назад.

3. И.П. — руки внизу за спиной скреплены в замок. Рывки прямыми руками назад вверх.

4. И.П. — прямые руки разведены в стороны. Рывки руками назад с поворотами туловища влево-вправо.

5. И.П. — руки опущены по средней линии бедер. Вращение руками по широкой окружности сбоку корпуса вперед.

6. И.П. — руки разведены в стороны на уровне плеч, круговые вращения предплечьями вперед-назад.

7. И.П. — руки вытянуты вперед, кисти сжаты в кулаки. Круговые вращения кистями влево-вправо, вверх-вниз.

Упражнения на гибкость и подвижность тазобедренных суставов и ног

1. И.П. — руки находятся за головой. Наклоны туловища вперед-назад.

2. И.П. — руки находятся за головой. Наклоны корпуса влево-вправо.

3. И.П. — руки согнуты в локтях на уровне груди. Повороты корпуса влево-вправо с легкими полувыпадами ног.

4. И.П. — руки находятся на поясе. Наклоны вперед с касанием ладонями ступней ног разноименно.

5. И.П. — руки находятся за головой. Ходьба с круговым вращением таза влево-вправо.

В указанный комплекс допускается добавлять и другие упражнения для развития выносливости, силы, гибкости.

Кроме того, по окончании выполнения общефизических упражнений и упражнений без патрона, а также непосредственно перед стрельбой желательно добавлять элементы саморегуляции с помощью нижнего (брюшного) дыхания, что позволяет преодолеть излишнее волнение, победить тревогу и раздражительность, максимально расслабиться для быстрого и эффективного отдыха.

Брюшное дыхание выполняется следующим образом: сидя или стоя, необходимо сбросить напряжение с мышц и сосредоточить свое внимание на дыхании. Затем производится 4 этапа единого цикла дыхания, со-

проводимых внутренним счетом. На счет 1–2–3–4 осуществляется медленный вдох, при этом живот выпячивается вперед, мышцы живота расслаблены, грудная клетка неподвижна. На следующие 4 счета проводится задержка дыхания и плавный выдох на 6 счетов, сопровождаемый подтягиванием мышц живота к позвоночнику. Перед следующим вдохом следует пауза на 2–4 счета. Дышать нужно только носом и максимально плавно. Уже через 3–5 минут такого дыхания заметно, что состояние становится спокойнее и уравновешеннее.

Примерный комплекс упражнений идеомоторной тренировки

Скоростная стрельба с места по неподвижной цели со сменой позиции для стрельбы и сменой магазина в ограниченное время.

Я выхожу на огневой рубеж. Мое состояние спокойное, я делаю несколько глубоких вдохов носом, выдыхаю ртом, дыхание ровное, спокойное, готовлюсь к стрельбе. Основной магазин, снаряженный 2 патронами, находится в основании рукоятки пистолета, второй магазин уложен в карман для запасного магазина. По команде «Огонь» я извлекаю пистолет из кобуры, выключаю предохранитель, досылаю патрон в патронник, формирую правильный хват оружия, совмещаю мушку с целиком и произвожу прицельный выстрел в мишень. Я уверен, что цель поражена. Я четко вижу мушку в прорези целика и делаю второй выстрел в район прицеливания. Я совершенно спокойно извлекаю пустой магазин из основания рукоятки и помещаю его в кобуру, одновременно принимаю положение для стрельбы с колена. Я произвожу смену магазина на 11 секунде. Я извлекаю второй магазин и помещаю его в основание рукоятки. Я снимаю затвор с затворной задержки, контролирую мушку и делаю третий выстрел. Я полностью контролирую себя и оружие, делаю четвертый выстрел.

Скоростная стрельба самовзводом по неподвижной цели с места в условиях ограниченной возможности для прицеливания и со сменой позиции для стрельбы.

Я выхожу на огневой рубеж. Мое состояние спокойное, я делаю несколько глубоких вдохов носом, выдыхаю ртом, дыхание ровное, спокойное, готовлюсь к стрельбе. По команде «Огонь» я извлекаю пистолет из кобуры, выключаю предохранитель, формирую правильный хват оружия, совмещаю мушку с целиком и произвожу прицельный выстрел в мишень. Я уверен, что цель поражена. Я принимаю положение для стрельбы с колена. Я четко вижу мушку в прорези целика и делаю второй выстрел в район прицеливания. Продолжаю контролировать мушку и делаю третий выстрел. Я полностью контролирую себя и оружие, делаю четвертый выстрел.

Скоростная стрельба в условиях ограниченной возможности для прицеливания.

Я выхожу на огневой рубеж. Мое состояние спокойное, я делаю несколько глубоких вдохов носом, выдыхаю ртом, дыхание ровное, спокой-

ное, готовлюсь к стрельбе. По команде «Огонь» я извлекаю пистолет из кобуры, выключаю предохранитель, досылаю патрон в патронник, формирую правильный хват оружия, совмещаю мушку с целиком и произвожу прицельный выстрел в мишень. Я уверен, что цель поражена. Я делаю второй выстрел в район прицеливания. Полностью контролируя себя, оружие и мишень, я делаю третий выстрел.

Упражнения «дуэльная стрельба», используемые для совершенствования навыка скоростной стрельбы
(обязательное условие — использование защитных очков)

1. Для совершенствования производства первого выстрела — упражнение «Стрельба по одиночной неподвижной цели».

Задача — поразить цель раньше противника.

Количество патронов — два.

Расстояние до цели — 10 м. Постепенно расстояние можно увеличить до 20–25 м.

Порядок и условия выполнения упражнения. Два обучающихся находятся на огневом рубеже на одинаковом расстоянии от мишеней. Оружие находится в кобуре, закреплено на поясном ремне. Снаряженный магазин находится в основании рукоятки пистолета. Перед началом состязания каждый соревнующийся докладывает о готовности. Цель — попер, расположенный напротив каждого стреляющего. По команде руководителя стрельб стреляющие должны извлечь пистолет из кобуры, дослать патрон в патронник и вести прицельный огонь по цели.

Определение победителя возможно по двум критериям: скорости ведения огня и точности попадания. Если результат обоих соревнующихся одинаков, например, оба поразили мишень с первого выстрела, то преимущество отдается тому, кто выстрелил раньше. Если один стрелок закончил стрельбу раньше соперника, но мишень не поразил, в то время как противник оказался более метким, победитель определяется по второму критерию, т. е. по точности попадания.

Для отработки быстрого принятия положения для стрельбы можно выполнять это же упражнение из различных положений (с колена, лежа, из-за укрытия). Порядок определения победителя остается прежним.

2. Для отработки стрельбы с переносом огня — упражнение «Стрельба с переносом огня по фронту».

Задача — поразить все цели раньше своего противника.

Количество патронов — на один больше количества целей.

Расстояние до целей — 10, 15, 20 м (в зависимости от уровня подготовки: чем выше уровень, тем дальше мишени).

Расположение мишеней — по фронту.

Порядок и условия выполнения упражнения. Два обучающихся находятся на огневом рубеже на одинаковом расстоянии от мишеней. Оружие находится в кобуре и закреплено на поясном ремне. Снаря-

женный магазин находится в основании рукоятки пистолета. Перед началом состязания каждый соревнующийся докладывает о готовности. Цели — поперы, расположенные напротив каждого стреляющего (их может быть от двух до пяти). По команде руководителя стрельб соревнующиеся должны извлечь пистолет из кобуры, дослать патрон в патронник и вести прицельный огонь по целям с переносом огня по фронту. Определение победителя возможно по двум критериям: скорость ведения огня и точность попадания. Преимущество отдается тому, кто первый поразил все мишени.

Если стрелок окончил стрельбу раньше своего соперника, но мишень не поразил, в то время как противник оказался более метким, победитель определяется по второму критерию, т. е. по точности попадания.

Если в это упражнение ввести обязательную смену магазина, то будет также отрабатываться и данный элемент техники стрельбы.

3. *Для совершенствования техники стрельбы с переносом огня в глубину* — упражнение «Стрельба с переносом огня в глубину».

Задача — поразить мишени (две и более), расположенные на расстоянии от 10 до 20 м.

Количество патронов — на один больше количества целей.

Сложность упражнения состоит в переносе района прицеливания при стрельбе по мишеням, расположенным на различном расстоянии от стрелка. Победитель в этом виде дуэли определяется по тем же критериям, что и при стрельбе с переносом огня по фронту.

Ситуационные задачи по формированию навыка скоростной стрельбы

1. Ситуационная задача по формированию компетенции, связанной с применением огнестрельного оружия при необходимости защиты другого лица либо себя от посягательства, если это посягательство сопряжено с насилием, опасным для жизни или здоровья (п. 1 ч. 1 ст. 23 Федерального закона «О полиции» от 7 февраля 2011 г. № 3-ФЗ).

Упражнение «Угроза нападения»*Фабула*

Патрулируя в парке, наряд полиции увидел, что мужчина с ножом в руке угрожает гражданину. Наряд немедленно приблизился к правонарушителю, потребовав от нападавшего прекратить противоправные действия. Увидев полицейских, мужчина развернулся и бросился на полицейских, замахнувшись ножом.

После ознакомления с фабулой обучающийся самостоятельно принимает решение о возможности правомерного применения им оружия либо физической силы.

Цель — на экране появляется видеоролик с разыгрываемой ситуацией.

Расстояние до цели — до 5 м.

Количество патронов — 2 шт.

Время на стрельбу — не более 5 с.

Положение для стрельбы — по усмотрению стреляющего.

Исходное положение. Обучающийся стоит в центре обозначенной площадки для стрельбы. Кобура расстегнута, обучающийся держит пистолет в кобуре, оружие заряжено, патронник пуст.

Оценка:

— «удовлетворительно» — поразить цель не менее одного раза;

— «неудовлетворительно» — цель не поражена.

Порядок выполнения упражнения. По команде руководителя стрельб обучающийся выходит на огневой рубеж, принимает исходное положение и докладывает о готовности к стрельбе. Проверив готовность обучающегося к стрельбе, руководитель подает команду «Огонь» и одновременно включает таймер. По этой команде обучающийся извлекает пистолет из кобуры, выключает предохранитель, досылает патрон в патронник и производит прицельный выстрел, самостоятельно оценивает результат и если считает, что цель не поражена, то продолжает стрельбу до поражения цели либо до окончания боеприпасов.

Упражнение «Террорист»

Фабула

Прибыв на место срабатывания кнопки тревожной сигнализации в административное здание, наряд полиции заметил, как из дверей выходит мужчина с маской на лице и поднятыми вверх руками. В руке он держит автомат, направленный стволом вверх. После требований сотрудников полиции бросить оружие, мужчина направил автомат на сотрудников, дослал патрон в патронник и открыл огонь.

После ознакомления с фабулой обучающийся самостоятельно принимает решение о возможности правомерного применения оружия либо физической силы.

Цель — на экране появляется видеоролик с разыгрываемой ситуацией.

Расстояние до цели — до 5 м.

Количество патронов — 2 шт.

Время на стрельбу — не более 5 с.

Положение для стрельбы — по усмотрению стреляющего.

Исходное положение. Обучающийся стоит в центре обозначенной площадки для стрельбы. Кобура расстегнута, обучающийся держит пистолет в кобуре, оружие заряжено, патронник пуст.

Оценка:

— «удовлетворительно» — поразить цель не менее одного раза;

— «неудовлетворительно» — цель не поражена.

Порядок выполнения упражнения. По команде руководителя стрельбы обучающийся выходит на огневой рубеж, принимает исходное положение и докладывает о готовности к стрельбе. Проверив готовность обучающегося к стрельбе, руководитель подает команду «Огонь» и одновременно включает таймер. По этой команде обучающийся извлекает пистолет из кобуры, выключает предохранитель, досылает патрон в патронник и производит прицельный выстрел, самостоятельно оценивает результат и если считает, что цель не поражена, то продолжает стрельбу до поражения цели либо до окончания боеприпасов.

Упражнение «Проверка документов»

Фабула

Находясь на маршруте патрулирования, наряд полиции увидел гражданина, который по приметам подходил под описание преступника, совершившего нападение на инкассаторов. Полицейские направились в его сторону. Гражданин увидел патрульных, опустил руку в карман и скрылся за углом здания. Полицейские бегом направились за ним. Добежав до стены здания, они увидели, что преследуемый выглянул из-за угла и произвел выстрел.

После ознакомления с фабулой обучающийся самостоятельно принимает решение о возможности правомерного применения им оружия либо физической силы.

Цель — одна зачетная картонная мишень.

Штрафные мишени — одна картонная метрическая мишень ОСОО «ФПСР» с надписью «полиция», установленная на высоте 1 м от земли, неподвижная.

Исходный рубеж — 15 м.

Расстояние до цели — 3–5 м.

Количество патронов — 2 (два магазина по 1 патрону).

Время на стрельбу — не более 10 с.

Положение для стрельбы — по усмотрению стреляющего из-за укрытия.

Исходное положение. Обучающийся стоит на исходном рубеже, удерживая в руке пистолет, патрон находится в патроннике.

Оценка:

— «удовлетворительно» — поразить цель;

— «неудовлетворительно» — цель не поражена либо поражена штрафная мишень.

Порядок выполнения упражнения. По команде руководителя стрельб обучающийся выходит на исходный рубеж, принимает исходное положение и докладывает о готовности к стрельбе. Проверив готовность обучающегося к стрельбе, руководитель подает команду «Вперед» и одновременно включает таймер. По этой команде обучающийся бегом выдвигается к укрытию, имитирующему угол здания, выполняет выстрел, самостоятельно оценивает возможный результат и если считает, что он промахнулся, то меняет магазин и выполняет второй выстрел.

Упражнение «Нападение»

Фабула

При получении оружия в дежурной части сотрудники услышали крики «Ложись! Застрелю! Никому не двигаться!». Один из сотрудников, снаряжая магазин, приоткрыл дверь и увидел двух полицейских, лежащих на полу холла дежурной части, и вооруженного мужчину, направившего на них пистолет.

После ознакомления с фабулой обучающийся самостоятельно принимает решение о возможности правомерного применения им оружия либо физической силы.

Цель — одна зачетная картонная мишень ОСОО «ФПСР».

Штрафные мишени — две картонные метрические мишени ОСОО «ФПСР», установленные на высоте 0,5 м от земли, неподвижные, с надписью «полиция».

Расстояние до цели — 3–5 м.

Количество патронов — 2 (первый магазин снаряжен 1 патроном, второй магазин и патрон находятся в руках).

Время на стрельбу — не более 12 с.

Положение для стрельбы — по усмотрению стреляющего из-за укрытия.

Исходное положение — обучающийся стоит перед дверью, дверь закрыта (дверь открывается наружу), пистолет заряжен, находится в кобуре, патрона в патроннике нет, предохранитель включен, в одной руке держит магазин, в другой руке — второй патрон.

Оценка:

— «удовлетворительно» — поразить цель;

— «неудовлетворительно» — цель не поражена либо поражена штрафная мишень.

Порядок выполнения упражнения. По команде руководителя стрельб обучающийся выходит на исходный рубеж, принимает исходное положение и докладывает о готовности к стрельбе. Проверив готовность обучающегося к стрельбе, руководитель подает команду «Огонь» и одновременно включает таймер. По этой команде обучающийся снаряжает магазин вторым патроном и по своему усмотрению оставляет его в руке, помещает в карман одежды либо в кармашек кобуры, открывает дверь, выполняет выстрел, самостоятельно оценивает возможный результат, если считает, что он промахнулся, то меняет магазин и выполняет второй выстрел.

2. Ситуационная задача по формированию компетенции, связанной с применением огнестрельного оружия при необходимости обезвреживания животного, угрожающего жизни и здоровью граждан и (или) сотрудника полиции (п. 2 ч. 3 ст. 23 Федерального закона «О полиции» от 7 февраля 2011 г. № 3-ФЗ).

Упражнение «Опасные животные»

Фабула

Патрулируя в парке, наряд увидел, что стая собак кусает прохожего.

После ознакомления с фабулой обучающийся самостоятельно принимает решение о возможности правомерного применения им оружия.

Цель — 4 стальные поражаемые мишени.

Штрафные мишени — одна картонная метрическая мишень ОСОО «ФПСР», отмеченная крестом, установленная на высоте 0,5 м от земли, неподвижная.

Расстояние до цели — 8–9 м.

Количество патронов — 5 шт.

Время на стрельбу — не более 10 с.

Положение для стрельбы — по усмотрению стреляющего.

Исходное положение — обучающийся стоит в центре обозначенной площадки для стрельбы. Кобура застегнута, пистолет в кобуре, оружие заряжено, патронник пуст.

Оценка:

— «удовлетворительно» — поразить три и более цели;

— «неудовлетворительно» — две и более цели не поражены либо поражена штрафная мишень.

Примечание. При выполнении упражнения обязательны защитные очки.

Порядок выполнения упражнения. По команде руководителя стрельб обучающийся выходит на огневой рубеж, принимает исходное положение и докладывает о готовности к стрельбе. Проверив готовность обучающегося к стрельбе, руководитель подает команду «Огонь» и одновременно включает таймер. По этой команде обучающийся извлекает пистолет из кобуры, включает предохранитель, досылает патрон в патронник и производит прицельные выстрелы, самостоятельно оценивает результат и если считает, что он поразил не все мишени, то продолжает стрельбу до поражения целей.

3. Ситуационная задача по формированию компетенции, связанной с применением огнестрельного оружия при необходимости пресечения попытки завладения огнестрельным оружием, транспортным средством полиции, специальной и боевой техникой, стоящими на вооружении (обеспечении) полиции (п. 2 ч. 1 ст. 23 Федерального закона «О полиции» от 7 февраля 2011 г. № 3-ФЗ)

Упражнение «Руки прочь»

Фабула

Патрулируя улицу в вечернее время, патрульные увидели трех молодых людей, избивавших четвертого. В руках у нападавших были палки, которыми они наносили удары. Полицейские немедленно приблизились к месту драки, потребовав от нападавших прекратить избиение, отойти от потерпевшего и бросить палки на землю. Увидев наряд, нападавшие оставили избитого лежать на земле и агрессивно двинулись к патрульным, выкрики-

вая угрозы. Полицейские расстегнули кобуры и начали извлекать оружие. В этот момент ближайший нападавший приблизился к одному из патрульных вплотную и схватил его за руку с пистолетом в кобуре, другие нападавшие из-под одежды извлекли предметы, похожие на пистолеты.

После ознакомления с фабулой обучающийся самостоятельно принимает решение о возможности правомерного применения им оружия либо физической силы.

Цель — 3 картонные метрические мишени ОСОО «ФПСР», неподвижные.

Расстояние до цели — от 1 до 3 м.

Количество патронов — 6 шт.

Время на стрельбу — не более 10 с.

Положение для стрельбы — стоя.

Исходное положение — обучающийся стоит у ближней мишени, удерживая руку преступника у себя на кобуре. Кобура расстегнута, обучающийся держит пистолет в кобуре, оружие заряжено, патронник пуст.

Оценка:

— «удовлетворительно» — поразить все цели не менее чем одной пулей каждую;

— «неудовлетворительно» — одна или более целей не поражены.

Порядок выполнения упражнения. По команде руководителя стрельбы обучающийся выходит на огневой рубеж, принимает исходное положение и докладывает о готовности к стрельбе. Проверив готовность обучающегося к стрельбе, руководитель подает команду «Огонь» и одновременно включает таймер. По этой команде обучающийся отбрасывает от кобуры «руку преступника», наносит ему удар в лицо и, смещаясь назад, извлекает пистолет из кобуры, выключает предохранитель, досылает патрон в патронник, производит выстрелы. Самостоятельно оценивает результат. Если считает, что поразил не все мишени, выполняет повторные выстрелы в непораженные мишени.

4. Ситуационная задача по формированию компетенции, связанной с применением огнестрельного оружия при необходимости освобождения заложника (п. 2 ч. 1 ст. 23 Федерального закона «О полиции» от 7 февраля 2011 г. № 3-ФЗ).

Упражнение «Заложник»

Фабула

Прибыв на место срабатывания кнопки тревожной сигнализации в отделение банка, наряд полиции увидел, как вооруженный преступник взял в заложники женщину и, прикрываясь ею, пытается покинуть поме-

щение. После предъявления законных требований сотрудников полиции прекратить противоправные действия и отпустить заложницу, преступник оттолкнул ее и направил оружие на сотрудников полиции.

После ознакомления с фабулой обучающийся самостоятельно принимает решение о возможности правомерного применения им оружия либо физической силы.

Цель — на экране появляется видеоролик с разыгрываемой ситуацией.

Расстояние до цели — от 4 до 8 м.

Количество патронов — 2 шт.

Время на стрельбу — не более 5 с.

Время на выполнение упражнения — по усмотрению стреляющего.

Положение для стрельбы — произвольное.

Исходное положение — обучающийся стоит на исходном рубеже.

Кобура застегнута, оружие заряжено, патронник пуст.

Оценка:

— «удовлетворительно» — поразить цель минимум один раз;

— «неудовлетворительно» — цель не поражена либо поражен заложник.

Порядок выполнения упражнения. По команде руководителя стрельб обучающийся выходит на исходный рубеж и докладывает о готовности к стрельбе. Проверив готовность обучающегося к стрельбе, руководитель подает команду «Вперед» или включает сигнал таймера. По этой команде обучающийся, достигнув огневого рубежа, извлекает пистолет из кобуры, выключает предохранитель, досылает патрон в патронник и производит прицельный выстрел. Самостоятельно оценивает результат стрельбы, по необходимости производит второй выстрел.

5. Ситуационная задача по формированию компетенции, связанной с применением огнестрельного оружия при необходимости пресечения побега из мест содержания под стражей подозреваемых и обвиняемых в совершении преступлений или побега из-под конвоя лиц, задержанных по подозрению в совершении преступления, лиц, в отношении которых применена мера пресечения в виде заключения под стражу, лиц, осужденных к лишению свободы, а также для пресечения попытки насильственного освобождения указанных лиц (п. 2 ч. 1 ст. 23 Федерального закона «О полиции» от 7 февраля 2011 г. № 3-ФЗ).

Упражнение «Побег из-под стражи»

Фабула

Во время проведения следственного эксперимента группа обвиняемых по уголовному делу, состоящая из трех мужчин, воспользовалась си-

туацией и, завладев оружием конвоиров, отстреливаясь, попыталась бежать из-под стражи.

После ознакомления с фабулой обучающийся самостоятельно принимает решение о возможности правомерного применения им оружия либо физической силы.

Цель — 6 картонных метрических мишеней ОСОО «ФПСР» (3 светлые и 3 темные), неподвижные.

Расстояние до цели — от 4 до 10 м.

Количество патронов — 6 шт.

Время на выполнение упражнения определяется в комплексе (полоса препятствий + стрельба). Каждая образовательная организация определяет время самостоятельно, исходя из частных особенностей своей территории (сложность препятствий, их количество, взаимное расположение и удаленность от тира).

Положение для стрельбы — произвольное.

Исходное положение — обучающийся стоит на стартовой линии перед полосой препятствий. Кобура застегнута, оружие заряжено, патронник пуст.

Оценка:

- «удовлетворительно» — поразить все цели;
- «неудовлетворительно» — одна или более целей не поражены либо поражены цели другого цвета.

Порядок выполнения упражнения. По команде руководителя стрельб обучающийся выходит на стартовую линию перед полосой препятствий и докладывает о готовности к стрельбе. Проверив готовность обучающегося к стрельбе, руководитель подает команду «Вперед» или включает сигнал таймера. По этой команде обучающийся берет одну из карточек со стола, определяет цвет мишеней, которые необходимо поразить, преодолевает полосу препятствий, достигнув огневого рубежа, извлекает пистолет из кобуры, выключает предохранитель, досылает патрон в патронник и производит шесть прицельных выстрелов.

Сотрудники полиции путем ускоренного передвижения по полосе препятствий (различные полосы препятствий, имитирующие реальную обстановку) сократили дистанцию до необходимой для проведения выстрела.

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение	3
ГЛАВА I. ОСНОВНЫЕ СРЕДСТВА И МЕТОДЫ ОГНЕВОЙ ПОДГОТОВКИ.	4
§ 1. Использование основных средств огневой подготовки для формирования техники скоростной стрельбы	4
§ 2. Использование основных методов огневой подготовки для формирования техники стрельбы	8
ГЛАВА II. ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ ТЕХНИКИ СКОРОСТНОЙ СТРЕЛБЫ.	11
§ 1. Этапы формирования навыка скоростной стрельбы	11
§ 2. Базовые элементы техники скоростной стрельбы	13
ГЛАВА III. СКОРОСТНАЯ СТРЕЛБА ИЗ ПИСТОЛЕТА В УСЛОВИЯХ СМЕНЫ ПОЛОЖЕНИЯ ДЛЯ СТРЕЛБЫ И СМЕНЫ МАГАЗИНА, САМОВЗВОДОМ И В ОГРАНИЧЕННЫХ УСЛОВИЯХ ДЛЯ ПРИЦЕЛИВАНИЯ	29
§ 1. Формирование техники скоростной стрельбы в условиях смены положения для стрельбы и смены магазина	29
§ 2. Формирование техники скоростной стрельбы самовзводом	35
§ 3. Формирование техники скоростной стрельбы в условиях ограниченной возможности для прицеливания.	40
§ 4. Использование ситуационных задач при совершенствовании техники скоростной стрельбы.	46
Заключение	48
Приложения	49

Учебное издание

Жуков Виктор Михайлович,
Завирюха Александр Михайлович,
Кочуров Александр Геннадьевич

СКОРОСТНАЯ СТРЕЛЬБА ИЗ ПИСТОЛЕТА

Редактор Ю. А. Прудникова

Корректор М. В. Виноградова

Технический редактор А. В. Евдокимов

ИД № 03160 от 02 ноября 2000 г.

Подписано в печать 21.12.2016. Формат 60х84/16. Бумага офсетная № 1. Усл. печ. л. 3,9.

Уч.-изд. л. 3,0. Тираж 130 экз. Заказ № 717.

Редакционно-издательский отдел
Группа полиграфической и оперативной печати
644092, г. Омск, пр-т Комарова, д. 7