

Министерство внутренних дел Российской Федерации  
Омская академия

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ОСНОВНЫХ СРЕДСТВ  
И МЕТОДОВ ОБУЧЕНИЯ В ПРОЦЕССЕ  
ОГНЕВОЙ ПОДГОТОВКИ

*Учебно-методическое пособие*

Омск  
ОМА МВД России  
2020

УДК 355/359 (075,8)

ББК 68.9

И88

**Рецензенты:**

кандидат педагогических наук, доцент *Т. С. Кунавцев*  
(Барнаульский юридический институт МВД России)

кандидат педагогических наук, доцент *Д. В. Карабаиш*  
(Краснодарский университет МВД России)

**Авторский коллектив:** Д. В. Пивоваров — кандидат юридических наук,  
О. О. Осипов, И. В. Пенькова — кандидат педагогических наук, доцент,  
Е. В. Зайцева — кандидат юридических наук, В. Ф. Выштикалюк, В. М. Жуков.

**И88** **Использование основных средств и методов обучения в процессе огневой подготовки** : учебно-методическое пособие. — Омск : Омская академия МВД России, 2020. — 64 с.

ISBN 978-5-88651-719-4

В учебно-методическом пособии рассмотрены основные средства и методы обучения технике стрельбы из пистолета, представлены стрелковые упражнения, конструктивные и технические характеристики учебно-тренировочных средств, описаны методики обучения стрельбе при помощи тренажеров беспулевой стрельбы, приспособлений для учебной и имитационной стрельбы. Использование предлагаемых авторами учебно-тренировочных средств и методов позволяет сформировать у сотрудников органов внутренних дел навык ведения прицельного огня из ручного короткоствольного стрелкового оружия, совершенствовать различные стороны огневой подготовленности, способствует снижению материальных затрат — уменьшает расход боеприпасов и сокращает время эксплуатации боевого оружия.

Учебное пособие предназначено для изучения дисциплины «Огневая подготовка» в образовательных организациях МВД России и оказания методической помощи сотрудникам подразделений органов внутренних дел в освоении техники стрельбы из боевого оружия.

УДК 355/359 (075,8)

ББК 68.9

ISBN 978-5-88651-719-4

© Омская академия МВД России, 2020

## ВВЕДЕНИЕ

Еще в начале прошлого века в офицерской среде была популярна скоростная стрельба из пистолета и револьвера, а в 20-х гг. были заложены основы существующей системы методик обучения стрельбе из боевого оружия с преобладанием точного прицеливания и определенных способов передвижения стрелка. Уже в советское время специалисты в огневой подготовке выделяли значительные отличия спортивной стрельбы и стрельбы военнослужащих от так называемой «полицейской стрельбы». Они отмечали, что такая специфическая стрельба производится чаще всего с короткой дистанции по движущимся противникам, когда стрелок сам передвигается, кроме того, стрельба в условиях города может быть связана с риском причинения ранения другим гражданам. Таким образом, стрельба из боевого оружия за прошедшие десятилетия значительно изменилась, а ее технические элементы отличаются от классических элементов техники пулевой стрельбы.

Практическая стрельба все шире проникает в образовательный процесс огневой подготовки курсантов и слушателей. В соответствии с этим изменяется и сама техника выполнения прицельного выстрела. Если раньше попадание в цель достигалось за счет плавного нажатия на спусковой крючок вдоль оси канала ствола при удержании ровной мушки в районе прицеливания, то в настоящее время акцент делается на жестком закреплении оружия, позволяющем достаточно быстро нажимать на спусковой крючок в момент совмещения прицельных приспособлений в точке прицеливания. Такая техника позволяет уменьшать время выполнения выстрела, а также повышает меткость и кучность стрельбы.

Освоение любого двигательного действия, в том числе и техники стрельбы, осуществляется в соответствии с общими закономерностями обучения. Последовательность обучения технике стрельбы представляет собой систему: знание — общее представление — двигательное умение — двигательный навык. В образовательном процессе знание и общее представление дает преподаватель, а двигательное умение и навык фор-

мируются за счет многократного повторения нужного действия (например, прицеливания), т. е. путем упражнения.

Однако интенсивная эксплуатация боевого оружия в процессе обучения приводит к его преждевременному износу, снижению боевой готовности и влечет большие материальные затраты. В связи с этим возникает необходимость использования учебно-тренировочных средств, что позволит удешевить процесс обучения и сделать его более эффективным.

В данном учебном пособии представлены возможности различных средств и методов, применяемых при освоении техники стрельбы и при ее совершенствовании. Творческое и дидактически оправданное использование этих средств и методов не только улучшит огневую подготовленность курсантов и сотрудников, но и повысит эмоциональную насыщенность занятий.

Важно в процессе огневой подготовки при использовании материалов учебно-методического пособия руководствоваться основными правилами выбора средств и методов обучения, т. е. учитывать:

- закономерности обучения, цели и задачи обучения вообще и данного этапа в частности;
- содержание и методы данной темы;
- уровень подготовленности курсантов и сотрудников;
- особенности коллектива обучающихся, возможности преподавателя, его способности к применению определенных методов и средств, умение избирать оптимальный вариант обучения и т. д.

## ГЛАВА I. ОСНОВНЫЕ СРЕДСТВА ОБУЧЕНИЯ ТЕХНИКЕ СТРЕЛЬБЫ

Обучение должно начинаться с формирования представления о том, как следует выполнять разучиваемое действие. Когда в сознании сотрудника сложилось содержание предстоящих действий, переходят к их практическому выполнению. Сначала возможны многочисленные ошибки. После многократных повторений действия новичка все более будут соответствовать заданному образцу.

Итак, основным средством обучения технике стрельбы являются стрелковые упражнения. Однако по результатам научных исследований И. В. Фроловой был сделан вывод, что использование тренажеров беспулевой стрельбы различной целевой направленности дает возможность в более короткие сроки значительно повысить результат<sup>1</sup>. В связи с этим возрастает необходимость целенаправленного использования тренажеров беспулевой стрельбы в процессе огневой подготовки курсантов.

Таким образом, для достижения цели огневой подготовки курсантов образовательных организаций МВД России применяются две основные группы средств: стрелковые упражнения и технические средства обучения. Комплексное использование этих средств позволяет специалистам по огневой подготовке эффективно решать задачи обучения курсантов.

### § 1. Стрелковые упражнения

Стрелковые упражнения — это виды двигательной деятельности, направленные на освоение техники меткого выстрела.

При этом слово *стрелковые* обозначает, что работа выполняется с оружием, а слово *упражнение* обозначает повторность действий в целях совершенствования способа его выполнения. Таким образом,

---

<sup>1</sup> Фролова И. В. Управление тренировочным процессом спортсменов-стрелков с использованием технических средств обучения : автореф. ... канд. пед. наук. Хабаровск, 2004. С. 78–85.

стрелковые упражнения, с одной стороны, представляют конкретные двигательные действия с оружием, с другой — процесс многократного повторения.

К стрелковым упражнениям относятся и многократное извлечение оружия из кобуры, и длительное удержание оружия на цели, и многократное выполнение упражнения стрельб без патрона или с патронами. В зависимости от решаемых задач все стрелковые упражнения направлены или на формирование навыков техники стрельбы, или на развитие специальных физических качеств, или на приобретение навыков регуляции своего психического состояния. При этом в зависимости от использования патронов они, в свою очередь, могут быть разделены на две группы: упражнения в стрельбе без патронов (или так называемая «техническая тренировка») и упражнения в стрельбе с патронами (или так называемая «практическая стрельба»). Поскольку основные упражнения с практической стрельбой четко регламентированы программой обучения, мы не будем останавливаться на рассмотрении этой группы упражнений.

На начальных этапах подготовки *упражнения в стрельбе без патронов* являются основным средством формирования техники стрельбы. Выполняются они не в целях экономии патронов, хотя и это немаловажно. С помощью этих упражнений решаются следующие задачи:

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

После достижения необходимых параметров движений выполнение упражнений в стрельбе без патронов должно плавно переходить в практическую стрельбу. По данным В. А. Крючина, лучшие стрелки Международной конфедерации практической стрельбы (IPSC) в процессе подготовки 60–80% времени отводят на работу без патронов и только 20–40% времени — на стрельбу с боеприпасами<sup>2</sup>.

Чувство утомления — это главный критерий эффективности выполненной работы. Это может быть утомление мышечное или связанное с ведением напряженной, внимательной стрельбы и т. д. Очень многое в процессе стрельбы зависит от психического состояния стрелка. Иногда

---

<sup>2</sup> Крючин В. А. Практическая стрельба. Челябинск, 2006. С. 65.

без особых усилий обучающийся получает хороший результат, в другом случае курсант не может добиться удовлетворительного результата, несмотря на все старания. Но это не означает, что продуктивность занятия в первом случае выше, чем во втором. Легкая работа, даже дающая высокий результат, может и не оказать положительного тренирующего воздействия.

В процессе огневой подготовки могут быть использованы следующие специально-подготовительные упражнения в стрельбе без патронов.

1. *Для освоения изготовления, улучшения устойчивости, увеличения силовой выносливости мышц.*

Выполняются в изготовке для стрельбы как с одной руки, так и с двух рук:

- подъем и длительное удержание оружия до утомления;
- подъем и удержание оружия с постоянным мышечным контролем за точностью удержания ровной мушки в прорези целика;
- подъем и удержание оружия с постоянным мышечным контролем за точностью удержания руки по отношению к мишени;
- подъем и удержание оружия с закрытыми глазами и постоянным мышечным контролем за сохранением устойчивости изготовления;
- ведение руки с пистолетом по определенным фигурам (мишеням М. А. Иткиса) (рис. 1);
- выполнение движения дульной частью ствола оружия в районе мишени при удержании мушки в прорези.



Рис. 1. Мишени М. А. Иткиса

2. *Для освоения правильного нажима на спусковой крючок:*

- имитация правильного нажима на спусковой крючок оружия;
- удержание оружия с ровной мушкой при одновременном движении указательным пальцем вперед-назад;
- подъем и удержание оружия, имитация нажима на спусковой крючок;
- удержание оружия с ровной мушкой в районе прицеливания при выполнении различных способов нажима на спусковой крючок (скорости нажима) или с изменением усилия хвата;
- комбинация различных вариантов изготовления, нажима, времени удержания оружия в целях выбора оптимального индивидуального варианта.

3. Для освоения техники извлечения оружия из кобуры, досылания патрона в патронник (на первых этапах освоения техники данных двигательных действий рекомендуется медленное выполнение упражнений с акцентированием внимания на правильности выполнения, в дальнейшем — быстрое выполнение, нацеленное на увеличение скорости выполнения):

- многократное выполнение досылания патрона в патронник;
- извлечение оружия из кобуры и вынос его на линию прицеливания;
- извлечение оружия из кобуры, вынос его на линию прицеливания, досылание патрона в патронник, принятие изготовления для стрельбы с одновременным выжимом свободного хода.

4. Для освоения техники выполнения меткого выстрела в целом:

- стрельба без патрона в неограниченное время;
- стрельба в строго заданный промежуток времени (при этом выполняется от 1 до 10–15 выстрелов с одного подъема рук);
- стрельба с удлинненной линией прицеливания;
- извлечение оружия из кобуры, досылание патрона в патронник, выполнение первого выстрела;
- выполнение разучиваемых упражнений без патронов.

Для отдыха между выстрелами рекомендуется выполнять любое из вышеперечисленных упражнений неведущей рукой.

## § 2. Технические средства обучения

Использование технических средств обучения в процессе огневой подготовки позволяет достигать более высоких результатов при меньших затратах времени и сил за счет обеспечения обратной связи. Технические средства обучения дают возможность:

- организовать объективный контроль за действиями обучающихся;
- своевременно выявлять и устранять допускаемые ошибки, особенно на этапе первоначального обучения;
- проводить отработку всех элементов техники стрельбы из пистолета (изготовка, хват, прицеливание, задержка дыхания, управление спуском) максимально приближенно к стрельбе из боевого оружия.

Кроме того, немаловажным является тот факт, что использование технических средств обучения происходит без расходования боеприпасов, что исключает возможность несчастных случаев.

Таким образом, большой методический потенциал, снижение стоимости обучения, возможность имитации различных условий стрельб, в том числе и максимально приближенных к реальным, обеспечивают приоритет использования данных средств в процессе обучения курсантов образовательных организаций МВД России.

Технические средства, используемые в огневой подготовке, должны отвечать общим требованиям:

- с достаточной точностью имитировать устройство и работу изучаемого образца боевого оружия;
- значительно сокращать время на подготовку обучающегося к выполнению им своих функциональных обязанностей;
- максимально обеспечивать наглядность и доступность, вызывать интерес и повышать активность сотрудников в ходе учебного процесса;
- обеспечивать обучение и тренировки в стрельбе из изучаемых образцов оружия в дневных и ночных условиях;
- позволять руководителю моделировать различные условия оперативной обстановки, требующие от обучающихся проявления самостоятельности в применении ранее полученных знаний, умений и навыков;
- предоставлять возможность осуществления объективного контроля за действиями курсантов, выявления ошибок и определения недостаточно усвоенных вопросов.

Кроме того, все учебно-тренировочные средства должны быть простыми по устройству, надежными и долговечными в работе, не требовать большого количества времени и знаний в подготовке их к занятиям.

Начинать обучение с использованием тренажеров следует после приобретения курсантами первоначальных навыков действий с оружием. Тренажеры рекомендуется применять централизованно, создавая отдельные учебные места или специальные тренажерные классы.

### **Стрелковый компьютерный тренажер «СКАТТ»**

Незаменимым техническим средством на всех этапах формирования техники меткого выстрела является стрелковый компьютерный тренажер «СКАТТ».

Основным преимуществом данного тренажера является то, что при его использовании значительно увеличивается объем поступающей к стрелку объективной информации о технике выполненного выстрела, поэтому тренажер применим как на этапе начального обучения, так и на более поздних этапах. Благодаря мощному программному обеспечению тренажер позволяет использовать для тренировок практически любые образцы стрелкового оружия и мишени, моделировать различные дистанции для стрельбы. Кроме того, можно оценивать и задавать временные параметры выстрела.

Оптико-электронный датчик тренажера выдает непрерывное оптическое излучение и позволяет контролировать положение точки прицеливания в момент наведения оружия в цель, как до выстрела, так и после

него. Во время такого наведения на экране компьютера на фоне мишени отображается траектория прицеливания. Момент выстрела фиксируется на мишени пробойной. Объективная оценка устойчивости оружия во время прицеливания, нажатия на спусковой крючок и поведения оружия после выстрела указывает на технические ошибки и позволяет значительно ускорить рост мастерства стрелка.

Для учета реального разброса пуль имеется функция прогноза результата серии выстрелов с учетом этой погрешности. Функция обмена данными тренировок (стрелковыми файлами) позволяет обучающимся (преподавателю) просматривать результаты тренировок других стрелков и формировать архив тренировок.

#### *Методические возможности*

Тренажер подключается к персональному компьютеру и позволяет в реальном времени наблюдать процесс прицеливания стрелка, может применяться со спортивным и другим оружием в помещении с дистанцией для стрельбы от 3 до 12 м. При использовании пистолетов типа ПМ система реагирует на холостой выстрел и регистрирует реальное попадание в грудную или круглую мишень на расстоянии 10 или 25 м. При этом стрелку и тренеру видны все ошибки. Имеется возможность обучения стрельбе по появляющимся и движущимся целям.

Программное обеспечение тренажера позволяет:

- осуществлять калибровку фотоприемника;
- делить тренировку на этапы;
- выбирать вид мишени для стрельбы и самому создавать мишень требуемых параметров;
- изменять масштаб отображаемой области мишени;
- устанавливать параметры выстрела (отводимое на выстрел время, номер выстрела и его результат, смещение центра пробойны относительно центра мишени по горизонтали и вертикали, длину отображаемой точки прицеливания по горизонтали и вертикали);
- сохранять результаты тренировки с возможностью их просмотра как в процессе тренировки, так и после нее.

Результаты занятий и тренировок отображаются в стрелковом файле в виде следующих параметров:

- количество зачетных выстрелов;
- результат целый;
- результат дробный (все выстрелы подсчитываются, как во время финала соревнований);
- средний результат выстрела;

— изменение результата при смещении средней точки попадания (разница в результатах исходной стрельбы и стрельбы со смещенной на центр мишени средней точкой попадания);

— результат с учетом установленного разброса целый (результат с использованием пуль, имеющих установленный разброс);

— результат с учетом установленного разброса дробный;

— время стрельбы (интервал от начала первого зачетного выстрела до конца последнего);

— среднее время выстрела;

— стабильность темпа: стабильность интервалов между точками выстрела (если интервалы равны, стабильность 100%);

— поперечник стрельбы (расстояние между центрами наиболее удаленных выстрелов);

— стабильность прицеливания (берутся средние точки траекторий, взятых за установленный интервал времени до выстрела, и считается «поперечник разброса» этих точек в мм);

— точность прицеливания (высчитывается средняя точка из точек, описанных пунктом выше, и берется ее удаление от центра мишени);

— средняя устойчивость в 10,0 (сколько времени до выстрела точка прицеливания находилась в десятке из установленного времени для анализа, выражается в %);

— средняя длина траектории;

— коэффициент эллипсности (для выстрелов): отношение среднего поперечника разброса выстрелов по оси «Х» к среднему поперечнику разброса выстрелов по оси «У»;

— коэффициент эллипсности (для траекторий): то же самое, что и для выстрелов, но для нарисованных на мишени траекторий всех выстрелов;

— установленный разброс: разброс пуль (в мм);

— длина анализируемого куска траектории до выстрела (в мм).

Удобная в использовании программа «СКАТТ» для операционной системы Microsoft Windows не требует от пользователя глубоких знаний компьютера. Она позволяет получать и сравнивать различные графики и статистику. Во время тренировки можно размещать интересующие графики на экране. Все графики будут автоматически пересчитываться после каждого выстрела.

Так, в одном окне отображаются список выстрелов, мишень с пробоинами текущей серии и мишень с траекторией прицеливания. В списке представлены все выстрелы тренировки, разделенные по положениям (стоя, лежа или с колена), этапам (пристрелка, зачет или финал) и по



Рис. 2. Окно тренировки и просмотра

сериям (рис. 2). В любой момент тренировки траекторию прицеливания любого выстрела можно просмотреть.

В другом окне содержится список стрелковых упражнений и фамилий стрелков в алфавитном порядке, список стрелковых файлов, отсортированных по дате.

Могут быть также показаны мишени с сериями выстрелов. Есть возможность смещать среднюю точку попадания на центр мишени, задавать поперечник разброса пуль, смещать момент выстрела, менять количество выстрелов в серии, просмотреть траекторию прицеливания на мишени.

*Координация* — условный термин, означающий способность стрелка удерживать точку прицеливания в центре мишени или уменьшать зону прицеливания при приближении к моменту выстрела. С помощью этого критерия можно судить о технической подготовленности спортсмена (рис. 3). Практически, можно утверждать, что чем ниже кривая координации при приближении к моменту выстрела, тем выше техническая подготовка спортсмена.

*Временной график* представляет собой диаграмму, в которой высота столбцов — это достоинство выстрела, а расстояние между столбцами — промежуток времени между выстрелами. Данный график позволяет оценивать такой параметр, как стабильность темпа стрельбы.



Рис. 3. График координации

*График результата в зависимости от момента выстрела* — отображается зависимость результата стрельбы от момента выстрела. По графику видно, каким был бы результат, если бы выстрел произошел раньше на какое-то время.

Современный компьютерный тренажер «СКАТТ» позволяет, не используя лазерных излучателей во время тренировки, отображать на экране компьютера траекторию колебаний оружия при прицеливании на фоне мишени. Момент выстрела фиксируется на мишени пробойной, а звук выстрела воспроизводится через колонки<sup>3</sup>.

### Специализированные тренажеры

Рассмотрим некоторые образцы современных специализированных стрелковых тренажеров, а также их технические характеристики.

#### Лазерный стрелковый тренажер «Рубин» ЛТ-310 ПМ, ЛТ-110 ПМ

##### *Принцип действия*

Основан на имитации стрельбы лазерным лучом по светоотражающим мишеням с последующим визуальным контролем. В момент удара курка срабатывает датчик, формирующий импульс излучения, и в том месте, куда должна была попасть пуля, вспыхивает яркое красное пятно, хорошо видимое на светоотражающей поверхности мишени.

ЛТ-310 ПМ — лазерные тренажеры, устанавливаемые на штатные, служебные или учебные пистолеты ПМ, а также с помощью специаль-

<sup>3</sup> Шестопалова Е. В. Методика обучения стрельбе из пистолета Макарова без ограничения времени на выстрел с использованием тренажера «СКАТТ»: учеб.-метод. пособие. М., 2007. С. 69.

ных узлов крепления или переходных втулок могут быть закреплены на стрелковом оружии различных калибров (видимый красный луч, импульсный режим работы).

ЛТ-110 ПМ — лазерный тренажер, встроенный в макет пистолета Макарова (видимый красный луч, импульсный и непрерывный режимы работы).

На тренировках могут использоваться обычные бумажные мишени, мишени из светоотражающей пленки, а также электронные мишени, которые дают кратковременный звуковой и световой сигналы при каждом точном выстреле. Тренажеры также могут входить в состав интерактивного тира «РУБИН» и лазерного стрелкового комплекса «РУБИН».

#### *Назначение*

Лазерный стрелковый тренажер предназначен для проведения беспулевых стрельб из пистолета Макарова по мишени № 4 на расстоянии 5–25 м от огневого рубежа в процессе обучения и тренировки курсантов образовательных организаций МВД России, а также личного состава спецподразделений органов внутренних дел (табл. 1).

**Таблица 1. Технические характеристики**

Модель	ЛТ-310ПМ	ЛТ-110ПМ
Дальность имитационной стрельбы, м	1–100	
Оптимальная дистанция стрельбы, м	5–25	
Длительность лазерного импульса, мс	50	
Мощность лазерного излучения, мВт	1	
Длина волны лазерного излучения, нм	650	
Режим работы	непр./имп.	
Количество выстрелов без подзарядки	100 000	
Габаритные размеры, мм	28×88	соотв. ПМ
Масса блока управления, г	50	соотв. ПМ
Габаритные размеры светоотражающей мишени, мм	100x100	

### *Методические возможности*

Лазерный стрелковый тренажер обеспечивает следующие возможности:

- обучение стрельбе без использования боевого стрелкового оружия и применения дорогостоящих боеприпасов, а также вне специально оборудованных помещений;
- отработка и совершенствование навыков стрельбы на учебном стрелковом оружии, внешний вид, особенности ударно-спускового механизма и весо-габаритные характеристики которого соответствуют боевому оружию;
- проведение тренировок на сокращенных расстояниях (5–10 м) от огневого рубежа до цели;
- позволяет выявлять технические ошибки у начинающих стрелков и своевременно предотвращать их закрепление.

### **Лазерный тренажерный комплекс «Рубин» ЛСК-410Т**

#### *Принцип действия*

Основан на имитации стрельбы лазерным лучом, который фиксируется телевизионной камерой, подключенной к компьютеру, и отображается на экране монитора. Имитационные стрельбы проводятся из штатного, служебного или учебного оружия, оснащенного лазерным тренажером ЛТ-330ПМ. Одновременно с помощью активных колонок происходит имитация звука выстрела. Протокол стрельб и изображение мишени с пробоинами могут быть распечатаны на принтере.

#### *Назначение*

Предназначен для проведения беспулевых стрельб из пистолета Макарова по мишени № 4 на расстоянии 5–25 м от огневого рубежа, в процессе обучения и тренировки курсантов образовательных организаций МВД России, а также личного состава спецподразделений органов внутренних дел.

#### *Методические возможности*

Лазерный тренажерный комплекс обеспечивает возможность:

- формировать и совершенствовать навыки стрельбы на учебном стрелковом оружии, внешний вид, особенности ударно-спускового механизма и весо-габаритные характеристики которого соответствуют боевому;
- проводить тренировки вне специально оборудованных помещений, без использования боевого оружия и применения дорогостоящих боеприпасов;
- проводить тренировки одновременно четырех стрелков;
- отображать мишени на экране монитора;
- задавать количество выстрелов в упражнении с ограничением времени его выполнения;

- отображать точки попадания с выделением последнего по счету выстрела;
- показывать количество произведенных выстрелов;
- информировать о выполнении очередного выстрела и сумме набранных очков;
- осуществлять имитацию звука выстрела;
- сигнализировать звуком об окончании выполнения упражнения и отключении системы учета результатов стрельбы;
- сохранять результаты выполнения упражнения и распечатывать их.

*Состав:*

- лазерный тренажер ЛТ-330ПМ — 4 шт.;
- лазерный тренажер ЛТ-122ПМ (невидимка);
- мишень грудная Г50Б — 4 шт.;
- телекамера высокого разрешения;
- фотоприемное устройство ФПУ 1М — 2 шт.;
- плата захвата кадра РСІ;
- активные звуковые колонки;
- программа «Лазерный тир», версия 8.11;
- программа «Траектория прицеливания», версия 1.05;
- системный блок;
- монитор 17"LCD;
- принтер.

### **Приборы для измерения временных параметров выстрела**

Одним из таких приборов является стрелковый таймер. Сопоставительный анализ случаев применения оружия работниками правоохранительных органов показывает, что необходимость вести стрельбу в условиях ограниченного времени возникает почти в 100% случаев<sup>4</sup>. В таких ситуациях значение имеет каждая секунда.

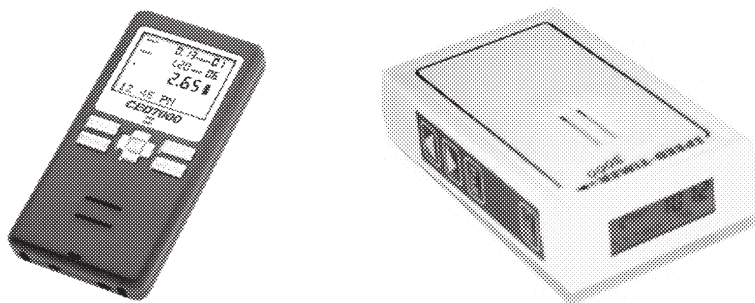
В настоящее время на занятиях по огневой подготовке при выполнении обучающимися скоростных упражнений из пистолета преподаватели используют multifunctional современные секундомеры, которые позволяют определять десятые и сотые доли секунды, имеют несколько режимов памяти, но все же не способны конкурировать со специальными таймерами по целому ряду функций. Стрелковый таймер, имея функцию подачи

---

<sup>4</sup> Жуков В. М., Меньщиков М. П. Формирование профессиональных компетенций по правомерному и эффективному применению огнестрельного оружия // Совершенствование профессиональной и физической подготовки курсантов, слушателей образовательных организаций и сотрудников силовых ведомств : сб. мат-лов 19 междунар. науч.-практ. конф. Иркутск, 2017. С. 277–282.

звукового сигнала начала и окончания стрельбы, замера времени выстрела и временных отрезков между выстрелами, выгодно отличается от обычных секундомеров, он позволяет вносить необходимые поправки в техническую подготовку стрелка, упрощает тренировку и судейство соревнований. В корпусе такого таймера находится специальная мембрана, которая фиксирует вибрацию воздуха, создаваемую импульсом выстрела боевого оружия для выполнения соответствующих замеров времени (рис. 4).

Рис. 4. Стрелковые таймеры



Данный таймер можно применять не только в стрелковом спорте. На занятиях по огневой подготовке в образовательных организациях МВД России при условии выполнения упражнения одним стрелком использование таймера приносит ощутимые положительные результаты, так как позволяет фиксировать общее количество выстрелов, хронометрировать каждый выстрел по отдельности, промежутки между выстрелами, темп стрельбы, а также время, затраченное обучающимся на первый и последующие выстрелы, на перенос огня, на смену магазина, на перемещение, на двоянный выстрел. С помощью анализа результатов стрельбы руководителю стрельб либо тренеру будет проще выявить характерные технические ошибки и предложить стрелку варианты их исправления.

Безусловным плюсом таймера является объективность отмеренного отрезка времени. Так, при проведении скоростных упражнений на занятиях по огневой подготовке или соревнований по стрельбе из боевого оружия некоторые стрелки пытаются убедить руководителя стрельб (судью) в том, что они успели выполнить упражнение до подачи команды «Стой», хотя фактически было зафиксировано превышение допустимого отрезка времени. При применении стрелкового таймера такие проблемы не возникают.

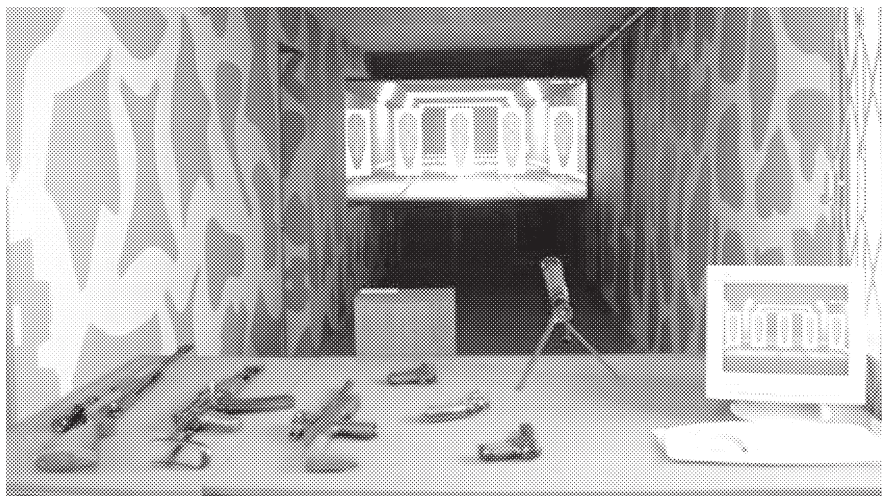
Одновременно с таймером целесообразно использовать цифровое табло, которое располагается отдельно в зоне хорошей видимости и посредством радиосигнала принимает и отображает на дисплее время каж-

дого выстрела, зафиксированное таймером, передавая срочную визуальную информацию руководителю стрельб или участникам соревнований. Также следует отметить, что у таймера имеется возможность задержки звукового сигнала начала стрельбы, что позволяет стрелку самостоятельно тренироваться. Используя стрелковый таймер на открытом стрельбище, необходимо, чтобы руководитель стрельб находился в непосредственной близости от стрелка, а сам таймер был повернут мембраной в направлении оружия, в противном случае показания таймера будут неверны.

## **Боевой интерактивный тир ARCADA**

### *Назначение*

Боевой интерактивный тир ARCADA (рис. 5) размещается в действующем стрелковом комплексе в качестве замены обычного оборудования для тира. Помимо стандартных типов мишеней (поясные, грудные, и т. д.) установка позволяет выполнять любые оригинальные упражнения (например, анатомические мишени, террорист с заложником, перестрелка в лесу, офисе, погоня на автомобиле и т. д.), а также использовать для огневой подготовки 3D и видеоматериалы.



*Рис. 5. Боевой интерактивный тир ARCADA*

### *Принцип действия*

С помощью компьютера через мультимедийный проектор изображение мишенной обстановки выводится на сенсорный экран (размером от 1×2 м до 2,5×5 м), выполненный из стали. При ударе пули об экран оборудованием тира определяются координаты ее попадания и передаются в компьютер управления. Все возможные рикошеты устраняются пулеулавливателем

в виде экрана из противорикошетной резины. Программа управления тиром демонстрирует соответствующую реакцию на попадание — отверстие в мишени, падение противников, взрывы, разрушение объектов и т. д. Стрельба ведется из боевого и служебного оружия (пистолеты, пистолеты-пулеметы, малокалиберное оружие, гладкоствольное оружие до 12 калибра включительно) штатными боеприпасами без всяких дополнительных приспособлений. Технические характеристики представлены в табл. 2.

Таблица 2. Технические характеристики

Модель	LF50-25	LF40-20
Габаритные размеры сенсорного экрана, мм	5090×2150×3145	4090×2000×2645
Размер проецируемого изображения, мм	5000×2500	4000×2000
Материал листа экрана	Ст3 по ГОСТ 380–94	Д16АТ по ГОСТ 21631–76
Толщина листа экрана, мм	20	16
Масса сенсорного экрана, кг	2300	1300
Типы используемого оружия и боеприпасов	<i>Пистолеты, револьверы, пистолеты-пулеметы, гладкоствольное оружие. Дульная энергия 70–1500 Дж.</i>	
Недопустимые типы оружия и боеприпасов	Нарезные винтовки и автоматы, использующие патроны с остроконечной пулей 5,45–7,62 мм	
Скорострельность выстрелов/мин.	600	
Среднеквадратичное отклонение отметки попадания, мм	12	
Дистанция стрельбы минимальная (проектор на полу), м	9	8
Дистанция стрельбы минимальная (проектор на потолке), м	5	
Минимальная площадь для установки оборудования, м	6×10	5×10
Температурный диапазон эксплуатации, °С	5–35	
Допустимая влажность воздуха при н. у., %	30–90	
Номинальное напряжение питания модуля определения координат, В	5	

Модель	LF50-25	LF40-20
Потребляемая мощность модуля определения координат, Вт	0,2	
Номинальное напряжение комплекса, В	220–240	
Частота напряжения питания комплекса, Гц	50/60	
Потребляемая мощность, кВт	1,2	

#### *Состав*

- экран сенсорный (1×2 м, 1,2×2,4 м, 2×4 м, 2,5×5 м);
- системный блок интерактивного типа: Pentium Dual Core 2 GHz, MB ASUS s775, 1Gb DDRII SDRAM, nVidia GeForce 8600, HDD 80Gb, DVD-RW, ATX 400W, клавиатура, мышь;
- монитор 15"LCD;
- стереосистема 2×30W;
- источник бесперебойного питания 1000VA;
- программное обеспечение ARCADE®CS Final;
- бокс защитный для проектора с системой вентиляции;
- соединительные шнуры и кабели с защитой.

#### *Методические возможности*

- Боевой интерактивный тип обеспечивает такие возможности, как:
- обработка и совершенствование навыков стрельбы из боевого оружия с патроном в разнообразных условиях, максимально приближенных к реальным ситуациям;
  - отображение реалистичного изображения (в том числе в 3D-формате);
  - разнообразная мишенная обстановка и сценарии упражнений;
  - отображение точек попадания, восприятие стрелком результатов своей стрельбы с выделением последнего по счету попадания;
  - отсутствие расхода мишенного материала в процессе стрельбы;
  - отработка различных тактических схем выполнения упражнений.

Наряду с преимуществами стрелковым тренажерам присущи и определенные недостатки:

- высокая цена компьютера и элементов питания;
- большой вес и габариты, необходимость электропитания, сложность в эксплуатации;
- обязательное присутствие преподавателя (инструктора, тренера);
- несоответствие условиям проведения учебно-тренировочных занятий.

Все это мешает качественному совершенствованию учебно-тренировочного процесса. Кроме того, использование даже самых современных

стрелковых тренажеров не может полностью заменить практического выполнения стрелковых упражнений с патронами (за исключением боевых интерактивных тиров).

#### *Имитационные средства и элементы мобильного полигона*

Использование имитационных средств в образовательном процессе позволяет приблизить обучающихся к реальным условиям предстоящей оперативно-служебной деятельности, обеспечивая при этом их безопасность<sup>5</sup>. К имитационным средствам огневой подготовки можно отнести также и страйкбольное оборудование.

Основная задача страйкбольного (имитационного) оборудования — выработка мышления и правильных навыков действий стрелка (как одного, так и в составе группы) в различных ситуациях в городских условиях. Имитируя ситуации оперативно-служебной деятельности, можно отрабатывать различные задачи: блокирование и деблокирование зданий, а также отдельных помещений, прохождение лестничных маршей, дверных проемов, проникновение внутрь здания.

Применение страйкбольного оборудования при проведении занятий по огневой, тактико-специальной, физической подготовке, криминалистике и оперативно-розыскной деятельности ОВД, а также оперативно-тактических учений позволяет отрабатывать элементы применения огнестрельного оружия в учебном процессе для повышения эффективности обучения стрельбе из боевого оружия.

Методика технико-тактической подготовки с использованием страйкбольного оборудования вносит значительные изменения в учебный процесс, поднимая стандартное учебное занятие по огневой подготовке на качественно иной уровень.

#### *Технические характеристики страйкбольного оборудования*

В страйкболе стрельба ведется из пневматического оружия, которое с помощью сжатого воздуха метает пластиковый шар диаметром 6 или 8 мм, весом от 0,12 до 0,43 г и имеет дульную энергию не более 3 Дж.

Отличительной особенностью большинства страйкбольного оружия является внешнее сходство с боевыми образцами. Некоторые из моделей

---

<sup>5</sup> См., напр.: *Лупырь В. Г.* Разработка технического и имитационного оборудования для тактико-технической подготовки курсантов к эффективному и правомерному применению табельного оружия // Актуальные вопросы подготовки сотрудников полиции к правомерному применению огнестрельного оружия : сб. статей. Н. Новгород, 2015. С. 69–76 ; *Осипов О. О., Выштикалюк В. Ф., Зайцева Е. В.* Современные требования, предъявляемые к тирам и мишенному оборудованию в практической стрельбе // Подготовка кадров для силовых структур : современные направления и образовательные технологии : мат-лы XII всерос. науч.-метод. конф. Иркутск, 2015. С. 241–245.

настолько детально копируют внешний вид боевого оружия, что их трудно отличить от него. Существуют образцы мягкой пневматики, которые разрабатывались специально для использования различными спецподразделениями для тренировок.

По принципу работы мягкая пневматика делится на следующие группы:

— пружинная пневматика («спринги»), где для производства выстрела стреляющий вручную взводит подпружиненный поршень, который после нажатия на спусковой крючок нагнетает воздух внутрь цилиндра, выталкивая шарик из канала ствола. «Спринги» имеют низкую скорострельность;

— электро-пневматика или электропневматическое оружие, принцип действия аналогичен «спрингам», но подпружиненный поршень взводится с помощью электродвигателя, что позволяет вести автоматическую стрельбу. Скорострельность может достигать 700–800 выстрелов в минуту. Электропитание двигателя осуществляется с помощью аккумуляторных батарей напряжением от 7,2 вольт;

— газовая пневматика, где сжиженный или отвержденный газ (углекислота) находится в специальном резервуаре внутри магазина. При нажатии на спусковой крючок боек бьет по клапану магазина, выпуская определенное количество газа, который выталкивает шарик. Газовая пневматика представлена пистолетами, снайперскими винтовками, дробовиками и пистолетами-пулеметами. Большинство пистолетов имеют систему «Gas Blow Back» — имитацию отдачи (при выстреле затвор отходит назад, как в боевом оружии). В газовой пневматике используется два типа газа: сжиженный газ на основе пропана (так называемые «цветные газы» — Green Gas, Red Gas) и отвержденный углекислый газ. В первом случае используется специальный баллон с газом, который заправляется в магазин перед стрельбой. Одной заправки обычно хватает, чтобы отстрелять 2–3 полных магазина шаров, а одного баллона хватает на несколько заливок (одно полное занятие с группой курсантов из 15 человек).

Стрельба из страйкбольного оборудования ведется пластиковыми шариками (в основном весом 0,2 и 0,25 г). Легкие шары (0,12, 0,15 г) практически не используются, поскольку при стрельбе часто меняют направление даже при слабом ветре и легко задерживаются ветками, травой и кустами. Тяжелые шары (0,28, 0,3, 0,36, 0,43 г) применяются для более точной стрельбы, поскольку они более устойчивы к внешним воздействиям при полете.

Питание шарами производится из двух типов магазинов: механических и бункерных.

В механических магазинах внутри имеются канал и подпружиненный шток, выталкивающий шары и подающий их в шароприемник. Бун-

керные магазины могут вмещать несколько тысяч шаров (в основном от 200 до 600), подача осуществляется специальным элеваторным механизмом. Достоинства механических магазинов состоят в том, что шары в них не гремят, стоят они дешевле и полностью копируют существующие аналоги боевого оружия. Их недостаток — небольшая ёмкость и сравнительная сложность заряжания.

#### *Мобильные полигоны*

Использование страйкбольного оборудования предполагает наличие специально оборудованных тиров и полигонов. Подобного рода полигоны должны включать несколько открытых стрельбищ, закрытые тир, специально оборудованные площадки, имитирующие городскую улицу, здания, жилые дома и учреждения, нежилые помещения, офисы, склады и т. п.

В типовой комплект входят следующие элементы (секции-модули):

- основная (сплошная) стена;
- стена с оконным проемом;
- стена с дверным проемом;
- соединительные элементы четырех видов (крестовое, «Т» — образное, уголковое, линейное).

Выбор материала для изготовления модулей-секций производился исходя из следующих критериев:

- доступность;
- безопасность эксплуатации;
- прочность;
- небольшая стоимость;
- суммарный вес конструкций;
- ремонтпригодность.

Элементы мобильного полигона изготавливаются из следующих материалов:

- каркасный несущий элемент — брус (сосна 100×100, 150×150 мм или иные размеры в зависимости от доступности, но не менее 100 мм);
- обшивка — влагостойкая фанера (ДСП) (6–18 мм в зависимости от доступности);
- соединительные элементы — металл (труба, арматура, профиль 4–5 мм);
- типовые окна (700 мм);
- типовые двери без коробок (700 мм).

## ГЛАВА II. ОСНОВНЫЕ МЕТОДЫ ОБУЧЕНИЯ ТЕХНИКЕ СТРЕЛЬБЫ

Под методами физического воспитания понимаются способы применения физических упражнений, т. е. одни и те же средства могут быть использованы различным образом и, соответственно, результат будет разным. В огневой подготовке, как и в любом образовательном процессе, применяются две группы методов: специфические (характерные преимущественно для данного процесса) и общепедагогические (применяемые во всех случаях обучения и воспитания).

К специфическим методам огневой подготовки относятся:

- метод строго регламентированного упражнения;
- игровой метод;
- соревновательный метод.

С помощью этих методов решаются конкретные задачи, связанные с обучением технике выполнения меткого выстрела и воспитанием необходимых физических и личностных качеств. Ни одним из этих методов нельзя ограничиваться в методике огневой подготовки как наилучшим. Только их оптимальное сочетание в соответствии с методическими принципами может обеспечить успешную реализацию цели огневой подготовки сотрудников полиции.

### **§ 1. Метод строго регламентированного упражнения**

Строгая регламентация упражнений позволяет точно прогнозировать их воздействие на организм и пользу от их применения. Поэтому данная группа методов является основной в процессе обучения любым двигательным действиям, в том числе и формированию техники стрельбы. Сущность методов строго регламентированного упражнения заключается в том, что каждое упражнение выполняется в строго заданной форме и с точно обусловленной нагрузкой. Они используются как для освоения техники меткого выстрела, так и для развития необходимых двигательных способностей.

Методы строго регламентированного упражнения обладают большими педагогическими возможностями. Они позволяют:

- осуществлять двигательную деятельность курсантов по строго предписанной программе;

- четко регламентировать нагрузку по объему и интенсивности, а также управлять ее динамикой в зависимости от психофизического состояния обучающихся и решаемых задач;

- точно дозировать интервалы отдыха между частями нагрузки;

- избирательно воспитывать двигательные способности;

- эффективно осваивать технику стрельбы и т. д.

В практике физического воспитания методы строго регламентированного упражнения подразделяются на две подгруппы: 1) методы обучения двигательным действиям; 2) методы воспитания физических качеств. При обучении технике меткого выстрела освоение необходимого двигательного действия может происходить как в целом (без выделения отдельных элементов техники), так и по частям (поочередное разучивание различных элементов техники с последующим соединением их в единое целое).

Целостный метод может применяться на любом этапе обучения технике стрельбы в тех случаях, когда, во-первых, необходимо освоить технически несложные двигательные действия (например, принятие изготовления для стрельбы, прицеливание и т. д.), во-вторых, требуется осваивать отдельные элементы техники не изолированно, а в общей структуре движения, путем акцентирования внимания обучающихся на необходимых ее частях.

Обучение двигательному действию по частям эффективно на начальных этапах освоения техники стрельбы. Происходит отработка каждого элемента техники стрельбы (изготовка, хват, прицеливание, управление дыханием, управление спуском) с последующим объединением их в выполнение выстрела в целом. Однако при применении этого метода необходимо соблюдать следующие правила:

- выделять элементы техники следует таким образом, чтобы они были относительно самостоятельными или менее связанными между собой;

- изучать элементы в сжатые сроки и при первой же возможности объединять их.

Недостаток раздельного метода заключается в том, что изолированные разученные элементы не всегда легко удастся объединить в целостное двигательное действие. Поэтому в практике огневой подготовки выше-названные методы лучше комбинировать. Сначала необходимо разучивать отдельные элементы техники выполнения меткого выстрела (изго-

товка, прицеливание, управление спуском курка с боевого взвода) и сразу же по мере освоения объединять их в единый выстрел. В дальнейшем расчлененным методом осваиваются самые трудные элементы техники (например, быстрое извлечение оружия из кобуры) с постоянным возвращением к целостному выполнению выстрела.

На этапе совершенствования техники стрельбы методы строго регламентированного упражнения применяются для достижения и закрепления адаптационных перестроек в организме. При этом строгой регламентации подлежат как параметры нагрузки (используемые стрелковые упражнения, длительность их выполнения и количество повторений), так и характер и продолжительность отдыха.

К методам строго регламентированного упражнения второй группы относятся:

— метод повторного упражнения, который представляет собой непрерывную мышечную деятельность без изменения интенсивности (например, многократное непрерывное выполнение какого-либо стрелкового упражнения). Так, для отработки навыка работы указательного пальца по выжиму спускового крючка наиболее распространенным является упражнение по производству меткого выстрела с одной руки. Выполнение данного упражнения повторным методом предполагает многократное его воспроизводство в течение определенного времени (например, 10–15 мин.). Выстрелы могут производиться как без промежутков отдыха между выстрелами, так и с небольшими стандартными промежутками (например, отдых между выстрелами 10 сек);

— метод стандартно-интервального упражнения — многократное повторение одной и той же нагрузки (или одного и того же стрелкового упражнения), при этом между повторениями могут быть различные стандартные интервалы отдыха. Выполнение меткого выстрела с одной руки стандартно-интервальным методом может выглядеть следующим образом: сериями по 10 выстрелов; отдых между выстрелами 10 сек; отдых между сериями 1 мин.;

— метод переменного упражнения характеризуется направленным изменением нагрузки. При этом применяются стрелковые упражнения с прогрессирующей, варьирующей и убывающей нагрузкой (например, серийное выполнение комплекса стрелковых упражнений, различных по интенсивности нагрузки, или комплекса стрелковых упражнений с использованием разных интервалов отдыха между нагрузками). Выполнение меткого выстрела с одной руки методом переменного упражнения может выглядеть следующим образом: сериями по 10 выстрелов с увеличением продолжительности отдыха между выстрелами от 10 до 20 сек.

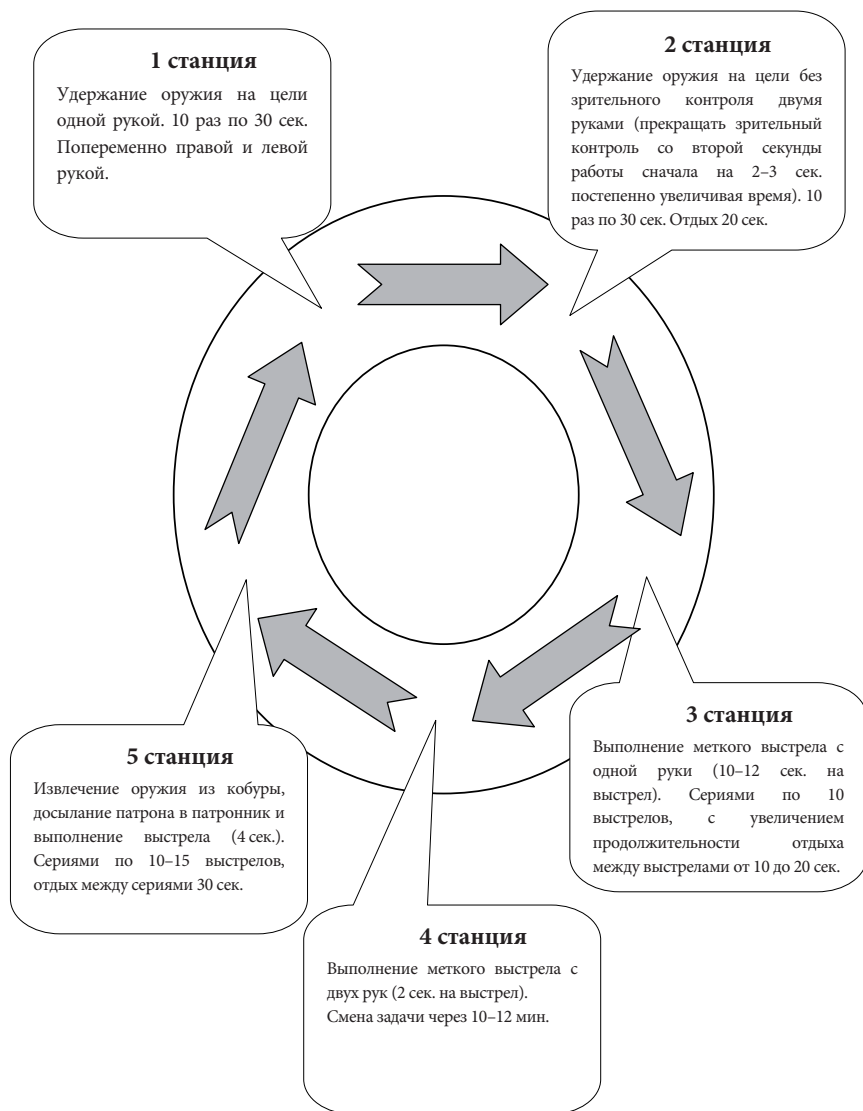


Рис. 6. Примерная схема кругового метода стрелковой тренировки

Метод сопряженного воздействия применяется, в основном, в процессе совершенствования техники стрельбы для улучшения их качественной основы, т. е. результативности. Сущность его состоит в том, что техника выстрела совершенствуется в условиях, требующих увеличения

физических усилий. Например, увеличивается время удержания оружия до или после выстрела, количество выстрелов в одной серии и т. д. В этом случае одновременно происходит совершенствование техники движения и физических способностей. Однако следует помнить, что при применении сопряженного метода необходимо обращать внимание на то, чтобы техника стрельбы не искажалась и не нарушалась ее целостная структура.

Выполнение всех запланированных для занятия упражнений можно организовать методом круговой тренировки (рис. 6).

Данный метод представляет собой последовательное выполнение специально подобранных стрелковых упражнений, воздействующих на различные мышечные группы или отрабатывающих различные элементы техники стрельбы по типу непрерывной или интервальной работы. Для каждого упражнения определяется место, которое называется станцией. Обычно в круг включается 5–10 станций. На каждой из них обучающийся выполняет одно из стрелковых упражнений без патрона (например, удержание оружия, выполнение медленного выстрела, выполнение выстрела в ограниченное время, отработку быстрого извлечения оружия из кобуры и т. д.) и проходит круг от 1 до 3 раз.

При выборе метода выполнения упражнения, а также параметров нагрузки и отдыха существует общее правило, которое заключается в следующем: чем короче паузы отдыха между повторениями и больше количество повторений или время выполнения упражнения в целом, тем нагрузка на организм будет больше. Однако по мере нарастания утомления качество выполнения двигательного действия может ухудшаться.

## § 2. Игровой метод

Однообразное выполнение одних и тех же упражнений в процессе огневой подготовки быстро утомляет курсантов, снижает их интерес к занятиям. Для повышения интереса к стрельбе, эмоциональной насыщенности занятий, проверки устойчивости сформированной техники стрельбы к действию сбивающих факторов, а также вариативному их использованию в процессе огневой подготовки рекомендуется применять так называемые стрелковые игры. Они способствуют активизации внимания, создают спортивный азарт, помогают избежать однообразия в занятиях, а также вырабатывают скоростные навыки и психологическую устойчивость во время стрельбы, воспитывают волю к победе.

Согласно теории и методике физического воспитания сущность игрового метода заключается в том, что двигательная деятельность обучающихся организуется на основе содержания, условий и правил игры.

При этом выделяются следующие положительные стороны применения игрового метода:

- обеспечивается всестороннее совершенствование двигательных умений и навыков;

- наличие в игре элементов соперничества требует от занимающихся значительных эмоциональных усилий, что делает ее эффективным методом воспитания личностных качеств;

- соблюдение правил игры в условиях противоборства дает возможность целенаправленно формировать у обучающихся нравственные качества: чувство взаимопомощи и сотрудничества, сознательную дисциплинированность, волю, коллективизм и т. д.;

- присущий игровому методу фактор удовольствия, эмоциональности способствует формированию у курсантов устойчивого положительного интереса и деятельностного мотива к огневой подготовке.

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

### ***Ипподром***

Игра решает специальную задачу: развитие психологической выносливости к длительному напряжению в условиях повышенного эмоционального возбуждения.

Схема игры размещается на стенде на видном месте (рис. 7). В центре закрепляется сменный лист бумажного протокола стрельбы на предстоящую игру. Каждый курсант получает бирку с номером (например, Иванов — № 1, Петров — № 2, Смирнов — № 3 и т. д.). Ее можно временно закреплять (подвешивать) в клетках дорожки и перемещать от «старта» до «финиша» по мере выполнения стрельб (всего 24 ступени).

У этой игры много вариантов. Все условия необходимо заранее обсудить со стрелками. Например, если они имеют хорошую подготовку, то условия будут следующие: положение для стрельбы — «стоя без упора»; дистанция — 25 м; мишень — № 4; количество выстрелов — 5; время — не ограничено; «проходной» балл — 35 очков из 50; первый барьер — 40 очков, второй — 41 и третий — 42 очка. Количество участников — несколько человек. Стрельба ведется до тех пор, пока кто-либо из стрелков не достигнет финиша. При этих условиях расстановка бирок на дорожке «ипподрома» покажет успехи остальных стрелков в данной серии стрельб. Поэтому все соревнующиеся будут стрелять с максимальным старанием.

Игра проводится следующим образом. Вначале все бирки закрепляются на линии старта. Затем стрелки, согласно условиям игры, производят первую стрельбу по мишени. Например: после подсчета очков оказалось, что Иванов набрал 36 очков, значит, его бирку надо установить на

вторую ступень (35 очков — «проходной» балл плюс 1 очко, т. е. еще одна ступень). Петров набрал 35 очков — значит, его бирку надо установить на первую ступень, Смирнов набрал 32 очка, т. е. он не набрал «проходной» балл, и поэтому его бирка остается на старте, и т. д.

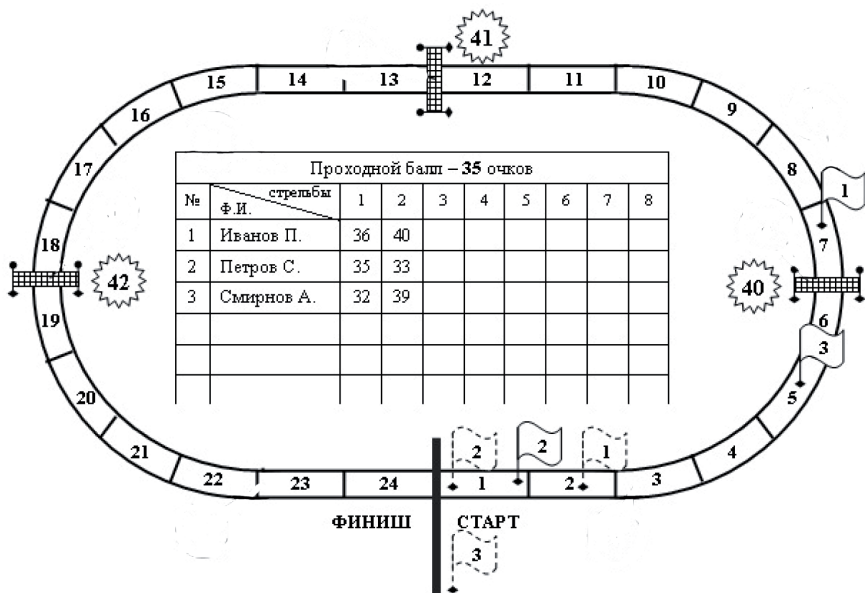


Рис. 7. Стрелковая игра «Ипподром»

Затем производится вторая серия стрельб. После подсчета, например, оказалось, что Иванов набрал 40 очков и должен переместиться на седьмую ступень. Но на пути первый барьер — 40 очков, и он преодолевает этот барьер. Петров набрал 33 очка — значит, его бирка остается на первой ступени. Смирнов набрал 39 очков — значит, его бирка устанавливается на пятую ступень, и т. д.

Сначала можно играть без барьеров, затем — с двумя, тремя барьерами. Рекомендуется всегда обсуждать суммы «проходных» и «барьерных» баллов со всеми участниками игры, постепенно ужесточая нормы по мере повышения мастерства стрелков.

Игра обеспечивает существенное увеличение нагрузки на стрелка при сохранении эмоционального возбуждения в течение всего занятия за счет его повышенной заинтересованности и азарта. Во время игры с барьерами курсанты учатся еще и максимальной мобилизации сил для достижения заданной цели.

У данной игры возможен и командный вариант, когда перемещение флажка производится в зависимости от суммы очков, набранных всей командой. В этом случае стрелки испытывают еще и ответственность перед товарищами: ведь каждый плохой выстрел влияет на общие результаты. Проходной балл должен соответствовать достигнутому обучающимися уровню подготовки.

### ***Лось и волки***

Для игры используется стенд «Ипподром». Ее рекомендуется проводить, если среди курсантов есть один сильный (опытный) стрелок, значительно опережающий по уровню подготовки всех остальных. Этот стрелок («лось»), выступает один против всех («волки»). Условия стрельбы те же, что и в игре «Ипподром». При этом «лось» передвигает флажок по ступеням «Ипподрома» один и рассчитывает только на свои силы. Остальные стрелки двигают общий для всех флажок, но в зачет от них идет только один результат — лучший. Каждый курсант старается стрелять лучше своих товарищей. Такое соперничество создает высокий эмоциональный подъем и здоровый азарт. А сильному стрелку не хочется уступать лидерство, и он стремится получить максимально высокий результат.

### ***Турнир***

Игра решает следующие задачи: закрепление навыков техники стрельбы, развитие решительности и настойчивости, умения полностью мобилизовать силы в стремлении к победе.

Все участники соревнуются между собой, результаты записываются в таблицу, победителем становится стрелок, набравший больше всех очков. Игра полезна тем, что стимулирует обучающихся улучшать свои результаты в каждой встрече, особенно когда уровень подготовки участников примерно одинаковый. Так что напряженная борьба идет между всеми участниками, а не только за первые места, как на соревнованиях. Более слабые стрелки стараются занять не последние места.

### ***Выбывание***

Игра решает те же задачи, что и «Турнир». Используется демонстрационная доска для записи результатов (табл. 3).

Рассмотрим пример игры с шестью участниками. Допустим, что после первой стрельбы самый низкий результат (35 очков) показал стрелок Петров, и он выбывает из игры. После второй стрельбы среди оставшихся пяти участников самый низкий результат — у Смирнова (37 очков) и он также выбывает из игры, и т. д. Победителем, как видно из таблицы, стал стрелок Сидоров. Если самый низкий результат окажется у двух или более участников, то выбывает тот, у кого наиболее дальний отрыв пробоины от центра мишени.

Таблица 3. Стенд стрелковой игры «Выбывание»

Ф. И.	Стрельбы					Место
	1	2	3	4	5	
Кузнецов П.	37	40	42	44	43	2
Петров В.	35	–	–	–	–	6
Смирнов С.	41	37	–	–	–	5
Сидоров А.	39	41	43	45	44	1
Сорокин М.	44	42	43	41	–	3
Иванов И.	42	40	41	–	–	4

Эту игру рекомендуется проводить, когда уровень подготовки у всех ее участников будет примерно одинаковым. Вариантом этой игры для начинающих можно сделать другое условие выбывания — только после повторного худшего результата, а за первый худший результат делать предупреждение и в таблице рядом с числом очков записывать, например, букву «П».

Можно также договориться, что выбывать после каждой стрельбы будут сразу несколько участников, показавших самые низкие результаты. Этот вариант рекомендуется применять в том случае, если в игре много участников или есть необходимость уменьшить время ожидания для выбывших стрелков. При этом игра становится более напряженной.

Можно предложить, чтобы в игре участвовали команды, составленные из стрелков разных учебных групп. Чем равнее состав команд, тем интереснее и азартнее будет игра, а значит, будут вырабатываться качества, необходимые для более точной стрельбы.

### **График**

Игра решает следующие задачи: тренировка выносливости в условиях длительного напряжения, развитие умения мобилизовать силы для выполнения каждого выстрела, формирование навыков самоконтроля.

Количество участников — 3–4 человека. Демонстрационный стенд оформляется в виде графика (рис. 8).

Для игры подбирают стрелков примерно одинакового уровня подготовки, договариваются о минимальном зачетном результате (например, 41 очко из 50 при стрельбе стоя без опоры) и обозначают его на графике пунктирной линией. Для большей наглядности результаты стрельб каждого участника лучше отмечать различными цветными карандашами в виде соответствующих точек. Затем эти точки соединяются цветными линиями. Таким образом, каждый стрелок может ясно видеть результаты своих и чужих стрельб.

Наглядность результатов создает атмосферу соперничества, которая делает игру похожей на соревнования. Кроме того, каждый стрелок

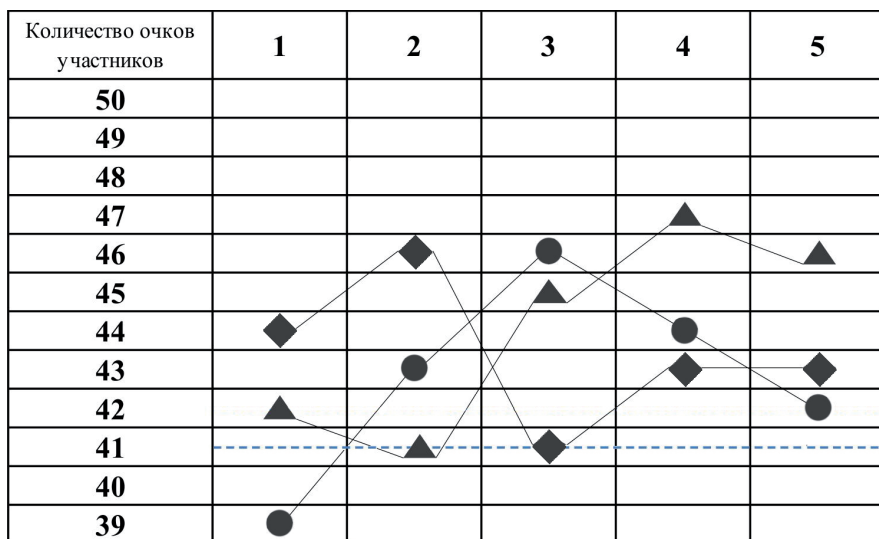


Рис. 8. График результатов участников

Обозначения:

◆ — Соколов М.;

▲ — Шаповал С.;

● — Кулик О.;

--- — минимальный зачетный результат

сам проверяет свою собранность и настойчивость в выполнении условленной усиленной нормы. Самыми трудными, конечно, будут последние стрельбы, так как усталость постепенно накапливается и от участника будет требоваться все большее напряжение сил – как физических, так и психологических. Постепенно увеличивая количество стрельб в игре, стрелки будут бороться с усталостью и тренировать выносливость.

### § 3. Соревновательный метод

Соревновательный метод предполагает специальное выполнение различных стрелковых упражнений в форме соревнований. Грамотное использование соревновательного метода является оптимальным способом повышения уровня подготовленности курсантов и, следовательно, эффективности всего учебного процесса.

Обязательным условием применения соревновательного метода в процессе огневой подготовки является готовность обучающихся к выполнению тех упражнений, в которых они должны соревноваться. Следует заранее планировать проведение различных соревнований в учебном процессе (составлять календарь соревнований на определенный временной промежуток).

Соревновательный метод позволяет:

- стимулировать максимальное проявление двигательных способностей и выявлять уровень их развития;
- определять и оценивать качество владения двигательными действиями;
- содействовать воспитанию эмоциональной устойчивости и волевых качеств.

Соревнования могут различаться по масштабу (внутри одной учебной группы, между учебными группами одного курса, между курсами и т. д.) и по целям (например, для определения уровня готовности обучающихся или для формирования сборной команды и т. д.).

Проводить соревнования желательно довольно часто, посвящая их знаменательным событиям в жизни страны и учебного заведения, а также в целях определения уровня подготовленности обучающихся и сдачи разрядных норм. Именно во время соревнований вырабатываются и закрепляются необходимые технические и психологические качества стрелка, повышается ответственность за каждый выстрел, появляется желание добиться максимального результата.

Для проведения любых соревнований необходимо разработать *Положение о соревнованиях*, в котором определяются:

- цель;
- состав участников по количеству, возрасту, полу;
- программа;
- условия проведения;
- состав судейской коллегии;
- порядок определения победителей;
- награждение победителей;
- срок подачи заявок и др.

Для небольших соревнований (например, внутри группы) положение может быть озвучено в начале занятия. Для более крупных соревнований его необходимо разработать заранее, утвердить и вывесить на доске информации (на сайте), чтобы была возможность его изучить.

*Программа соревнований.* Целесообразно соревновательный метод применять на заключительном этапе освоения каждого упражнения стрельб. В этом случае в программу соревнований включается то упражнение, которое осваивалось обучающимися.

Например, на последнем занятии по освоению упражнения 2а стрельб из пистолета между курсантами группы проводятся соревнования. Программа соревнований будет следующая:

«Цель: грудная фигура с кругами (мишень № 4)

Огневой рубеж: 20 м.

Количество патронов: 4 шт.

Время на стрельбу: 10 сек.

Положение для стрельбы: стоя.

Порядок выполнения упражнения: в соответствии с НООП 2017<sup>6</sup>.

Порядок определения победителей: по наибольшему количеству очков».

В конце каждого семестра практикуется проведение соревнований внутри курса. В этом случае программа соревнований может включать как одно из пройденных, так и специально разработанные упражнения. Рекомендуется чередовать различные упражнения. Это создает хороший фундамент для совершенствования уровня огневой подготовленности.

В зависимости от *способа определения победителя*, соревнования могут быть:

— личными (когда разыгрывается только личное первенство). Такие соревнования хорошо проводить внутри учебной группы;

— лично-командными (когда подводятся итоги и в личном первенстве, и в выступлении отдельных команд). Эта форма используется для проведения более крупных соревнований, например, посвященных какой-либо памятной дате, между курсами в учебном заведении и т. д.;

— командными (когда места определяются только среди команд, например по количеству очков, набранных всеми участниками). Данные соревнования хорошо проводить между командами в одной группе, а также между группами при условии равенства количества участников. При этом рекомендуется по возможности увеличивать зачетное количество участников соревнований, чтобы все желающие могли попробовать свои силы. Такая форма соревнований способствует развитию коллективизма, формирует чувство ответственности за команду.

*Порядок определения победителей* при проведении соревнований может быть следующим:

1. В личных соревнованиях победитель определяется по наибольшему количеству очков. На старших курсах он может выводиться по *хит-фактору*. Для его расчета индивидуально у каждого участника определяется время выполнения упражнения и сумма набранных очков. Затем сумма очков делится на время, затраченное на выполнение упражнения. Чем выше хит-фактор, тем выше место участника.

---

<sup>6</sup> Об утверждении Наставления по организации огневой подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации : приказ МВД России от 23 ноября 2017 г. № 880. Доступ из справ.-правовой системы «КонсультантПлюс».

Рекомендуется следующий метод определения пробоин в мишенях и подсчета выбитых очков. После выполнения упражнения всеми стрелками смены главный судья (судья линии мишеней) идет к линии мишеней вместе с секретарями и стрелками. Стрелки стоят напротив своих мишеней. Судья и секретарь поочередно обходят все мишени и публично определяют результаты и качество пробоин, секретарь записывает результаты в протокол соревнований (журнал учета стрельбы). Все неясности уточняются на месте. Стрелки видят свои и чужие результаты, что является преимуществом этого метода проведения подсчета. Судья отмечает пробоины, и при необходимости мишень заменяется.

2. В командном первенстве может быть несколько вариантов определения победителей:

а) исходя из наименьшей суммы мест, занятых всеми участниками команды;

б) по сумме выбитых очков всех участников команды или зачетного количества стрелков (5–8 человек), показавших лучшие результаты среди всех участников.

Успех соревнований зависит от подготовки, организации и четкости судейства. Необходимо:

а) оборудовать тир в соответствии с требованиями программы соревнований и мер безопасности;

б) проверить и подготовить оружие;

в) уточнить количество участников;

г) в соответствии с пропускной способностью тира и временем для выполнения упражнения составить календарь соревнований по дням и часам, предварительно согласовав его с участниками;

д) согласовать с судейской коллегией дни и часы судейства и распределить обязанности судей;

е) подготовить мишени, патроны, а также дипломы и призы.

За подготовку и проведение соревнований отвечает главный судья. Чтобы не было несчастных случаев, необходимо систематически напоминать всем без исключения правила обращения с огнестрельным оружием и боеприпасами, настойчиво требовать выполнения мер безопасности в полном объеме, только тогда будут исключены чрезвычайные происшествия. Нарушителей мер безопасности следует немедленно отстранять от стрельбы, наказывать и оповещать об этом других стрелков.

Готовность стрелка к соревнованиям означает одновременно его уверенность в том, что он покажет результаты не ниже достигнутых при подготовке, и осознание необходимости быть осторожным при выполнении упражнения в условиях каких-либо помех. Осторожность и сомнения по-

вышают бдительность стрелка и помогают ему избежать срыва во время ответственной стрельбы.

Надежность выступления стрелка на соревнованиях — это его способность сохранять и улучшать свои результаты. Она обеспечивается его эмоциональной устойчивостью, сильной волей и чувством ответственности перед коллективом.

Тактика стрельбы на соревнованиях — это умение стрелка анализировать изменяющиеся внешние условия и свое состояние во время длительной борьбы и предпринимать необходимые физические, специальные и психологические действия по созданию нервно-мышечной готовности для успешного выполнения стрельбы.

При подготовке и проведении соревнований нужно обязательно руководствоваться правилами проведения соревнований по стрелковому спорту.

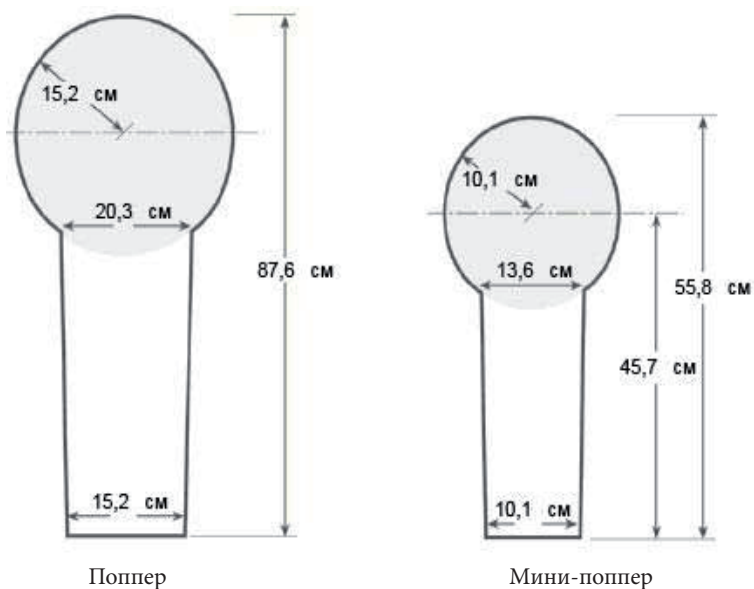
Опыт и практика преподавания показывают, что одним из наиболее наглядных видов стрельбы является «дуэль».

Это один из вариантов 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, здесь добавляется психологический фактор: соперник может стрелять лучше и быстрее. Осознание обучающимся данного факта заставляет его мобилизоваться, сконцентрироваться на выполнении упражнения.

Однако следует отметить, что подобные занятия необходимо проводить с курсантами, которые уже имеют первоначальные навыки скоростной стрельбы, поскольку данным методом можно только совершенствовать имеющиеся навыки, а не формировать их.

Порядок и условия выполнения упражнений дуэльной стрельбы могут быть различными в зависимости от поставленных задач. Общими будут следующие условия: два курсанта находятся на огневом рубеже на одинаковом расстоянии от мишеней. Оружие в кобуре, а снаряженный магазин — в основании рукоятки пистолета. Перед началом состязания каждый соревнующийся докладывает о готовности. Цель — специальные мишени-попперы (мишень срочной информации, принимающая горизонтальное положение при попадании в нее) от 1 до 5, расположены напротив каждого стреляющего (рис. 9). По команде руководителя стрельб соревнующиеся курсанты должны извлечь пистолет из кобуры, дослат патрон в патронник и вести прицельный огонь по цели. Определение победителя возможно по двум критериям: скорости ведения огня и точности попадания.



*Рис. 9. Попперы*

В зависимости от поставленных перед обучающимися задач можно использовать различные виды дуэли.

1. Для совершенствования производства первого выстрела можно организовать проведение дуэльной стрельбы по следующим правилам.

Цель: 1 поппер.

Количество патронов: 2 шт.

Расстояние до цели: от 15 до 20 м.

Задача курсантов: поразить цель раньше своего противника.

Победитель определяется по точности попадания. Если результат обоих соревнующихся одинаков, например, оба поразили мишень с первого выстрела, то преимущество отдается тому, кто выстрелил раньше. Если курсант закончил 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 попаданий.

2. Для совершенствования стрельбы с переносом огня по фронту. В ходе проведения данного вида дуэльной стрельбы происходит совершенствование выполнения как первого выстрела, так и последующих.

Цель: от 2 до 5 попперов.

Расположение мишеней: по фронту

Количество патронов: на 1–2 патрона больше, чем количество мишеней.

Расстояние до цели: от 15 до 20 м.

Задача: поразить все цели раньше своего противника.

Победитель определяется по точности попадания и времени стрельбы, т. е. побеждает тот, кто раньше поразит все цели. Если курсант закончил стрельбу раньше своего соперника, но в мишень не попал, противник оказался более метким, победитель определяется по второму критерию, т. е. по точности попадания;

3. Стрельба с переносом огня в глубину не предусмотрена действующим Наставлением по огневой подготовке, однако призвана решить очень важную задачу — совершенствовать навык ведения огня по целям, находящимся на разном расстоянии. Поскольку основной задачей огневой подготовки является обучение и дальнейшее совершенствование практических навыков стрельбы, данный вид служит одним из недостающих звеньев методики преподавания огневой подготовки. Большинство курсантов на сегодняшний день такими навыками не владеют, в то время как на практике они необходимы. Таким образом, данное упражнение имеет более важное значение по сравнению с другими видами «дуэли».

Цель: от 2 до 5 попаданий.

Расположение мишеней: на различном расстоянии от стреляющего.

Количество патронов: на 1–2 патрона больше, чем количество мишеней.

Задача: поразить все мишени. Сложность упражнения состоит в переносе района прицеливания при стрельбе по мишеням, расположенным на различном расстоянии от стрелка. Победитель определяется по тем же критериям, что и при стрельбе по одиночной цели.

В целях выявления абсолютного победителя можно проводить дуэль по олимпийской системе, т. е. победители из каждой пары соревнуются друг с другом до тех пор, пока не выявится сильнейший. Для распределения остальных мест возможно составление турнирной таблицы (рис. 10).

В целом задача данного вида соревнования состоит в совершенствовании имеющихся навыков, формировании психологической устойчивости в ходе соревновательного процесса, обучении максимальной концентрации на правильном выполнении всех действий. Также немаловажным, на наш взгляд, является тот факт, что в ходе дуэльной стрельбы у курсантов происходит постепенное разрушение стереотипов мышления, связанных с выполнением практических упражнений стрельбы.

Представленные варианты использования соревновательного метода на занятиях по огневой подготовке не являются исчерпывающими. В целом соревновательный метод может использоваться как в элементарной, так и в развернутой формах.

Лучшие 16	Четвертьфинал	Полуфинал	Финалы	Награждение
До первого проигрыша			До двух проигрышей	
1	Победитель 1/15	Победитель А	Победитель А/В	1-е место и 2-е место
15				
9				
7				
5	Победитель 5/13	Победитель В		
13				
11				
3	Победитель 11/3			
4				
12				
14	Победитель 4/12	Победитель С	Победитель С/Д	
6				
8				
10	Победитель 8/10	Победитель D		
16				
2	Победитель 16/2			
			Проигравший А/В	3-е место
			Проигравший С/Д	

Рис. 10. Схема участия 16 спортсменов в дуэльной стрельбе

Элементарная форма — использование соревновательного метода подчиняется общей организации занятий (т. е. организуется или выполнение какого-либо упражнения или его части в соревновательной форме).

Развернутая форма — относительно самостоятельный вид занятий. Можно широко варьировать как условия выполнения упражнений, так и условия проведения соревнований. Благодаря соревнованиям в курсах просыпается интерес к обучению, появляется мотивация к получению новых знаний, желание добиться максимального результата, вырабатываются и закрепляются необходимые физические, технические и психологические качества стрелка, формируются умения применять полученные навыки в экстремальных ситуациях.

## ГЛАВА III. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МЕТОДА СТРОГО РЕГЛАМЕНТИРОВАННОГО УПРАЖНЕНИЯ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ОГНЕВОЙ ПОДГОТОВКЕ

### § 1. Общие закономерности обучения технике стрельбы

Эффективность процесса обучения любому двигательному действию, в том числе и технике стрельбы, зависит от многих факторов. К ним относятся: предыдущий двигательный опыт, уровень физической подготовленности, психическая готовность, индивидуально-типологические особенности курсантов и др.<sup>7</sup> Однако наиболее успешно обучение новым движениям происходит при создании полной и адекватной ориентировочной основы действия и организации контроля за ней. По данным научных исследований, устойчивость двигательного навыка обусловлена прежде всего наличием у обучающегося необходимых и достаточных представлений по всем основным опорным точкам<sup>8</sup>. Именно в этом случае формируется прочная ориентировочная основа двигательного действия, необходимая для успешного освоения его техники.

Последовательность обучения технике стрельбы представляет собой систему: знание — общее представление — двигательное умение — двигательный навык. В образовательном процессе знание и общее представление формирует преподаватель, а двигательное умение и навык формируются за счет многократного повторения нужного действия (например, прицеливания, управления спуском или выполнения выстрела в целом), т. е. путем упражнения.

Таким образом, на первом этапе обучения технике скоростной стрельбы с места по неподвижной цели необходимо создать представление об изучаемом

---

<sup>7</sup> Жуков В. М., Устинова О. В., Кочуров А. Г., Завирюха А. М. Вопросы психологической подготовки при обучении стрельбе // Подготовка кадров для силовых структур : современные направления и образовательные технологии : мат-лы 20 всерос. науч.-метод. конф. Иркутск, 2015. С. 198–202.

<sup>8</sup> Боген М. М. Обучение двигательным действиям. М., 1985. С. 12–13.

двигательном действии, а также сформировать устойчивые умения стрельбы в неограниченное время. Используемые методы: рассказ, показ, объяснение, многократное повторение изучаемого двигательного действия в стандартных условиях. По завершении этапа обучаемые должны уметь выполнить двигательное действие в целом. Чем полнее и правильнее будет создано представление об этом действии, тем быстрее и легче будет оно осваиваться.

Основной метод обучения на данном этапе — многократное выполнение изучаемого элемента техники стрельбы, а также выстрела в целом. Следует помнить, что объединять основные элементы техники стрельбы в единое двигательное действие по выполнению меткого выстрела необходимо сразу же по мере их освоения.

Цель следующего этапа обучения — формирование двигательного умения. В основе обучения на данном этапе лежит метод повторного упражнения (т. е. многократное выполнение меткого выстрела в целом или отдельных его элементов). Работа ведется сериями из различного количества повторений. По окончании этапа нужно уметь стабильно хорошо выполнять двигательные действия в стандартных условиях. Рекомендуемые методы: стандартно-интервального упражнения; переменного упражнения; круговой тренировки.

На следующем этапе обучения происходит формирование двигательного навыка. В дополнение к методам второго этапа используется метод вариативного упражнения (т. е. многократного выполнения изучаемого двигательного действия в различных условиях), игровой и соревновательный методы. По окончании обучения на данном этапе должно быть сформировано качественное выполнение изучаемых упражнений при наличии сбивающих факторов.

Длительность обучения на каждом этапе зависит от сложности изучаемого двигательного действия, уровня стрелковой подготовленности и индивидуальных особенностей стрелков. На следующий этап обучения переходят по мере решения задач текущего.

В целом обучение технике скоростной стрельбы с места по неподвижной цели должно проходить в такой последовательности:

- обучение принятию изготовки к стрельбе;
- обучение прицеливанию при стрельбе в ограниченное время;
- обучение управлению дыханием при скоростной стрельбе;
- обучение обработке спуска курка с боевого взвода при скоростной стрельбе;
- обучение извлечению пистолета из кобуры;
- обучение заряданию пистолета и подготовке его к выстрелу;
- обучение выполнению выстрела в целом.

## § 2. Обучение принятию изготовления к стрельбе

Степень устойчивости оружия при стрельбе обусловлена *изготовкой*, способом расположения рукоятки пистолета в кисти (хватом) и способом поддержки руки с пистолетом свободной (поддерживающей) рукой.

Изготовка для скоростной стрельбы из пистолета должна отвечать некоторым требованиям:

— обладать повышенной устойчивостью в направлении плоскости стрельбы, обеспечивая быстрый возврат оружия в район прицеливания после отдачи;

— иметь хорошие показатели мобильности, т. е. позволяющие быстро и уверенно принимать изготовку к стрельбе после передвижения, переходить в другие изготовки и т. д.

Наиболее распространенными изготовками в настоящее время являются:

- а) фронтальная («Треугольник»);
- б) универсальная («Агрессивная стойка»).

Общими для любой изготовки являются следующие требования. Голова обучающегося должна быть повернута в направлении стрельбы без наклона, т. е. находиться в наиболее естественном положении. Руку, удерживающую пистолет, следует 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.

*Фронтальная изготовка* (рис. 11). В данной изготовке ноги курсанта находятся на ширине плеч, спина несколько наклонена вперед в пояснице для удобства контроля оружия и компенсации отдачи оружия. Некоторые стрелки предпочитают немного выставлять вперед левую либо правую ногу. Полагаем, что приемлемы оба варианта. Локти и колени должны быть выпрямлены (за исключением ситуаций, связанных с необходимостью перемещения стрелка), поскольку основным оружием, используемым сотрудниками полиции, является ПМ, а его отдача требует жесткой фиксации.

*Универсальная изготовка* (рис. 12) (так называемая агрессивная стойка). Сторонники использования данной изготовки аргументируют ее эффективность необходимостью компенсации силы отдачи оружия. В совокупности с жестким хватом пистолет в такой изготовке практически не смещается в вертикальной плоскости, обеспечивая быстрый возврат оружия в цель после отдачи. Корпус стрелка несколько наклонен вперед, левая нога немного согнута и находится впереди, правая нога отведена

назад для противодействия отдаче. При скоростной стрельбе на коротких дистанциях и с высоким темпом локти могут быть немного согнуты и разведены в стороны, обеспечивая жесткое закрепощение рук. При стрельбе на дальние дистанции (15 метров и более) целесообразно руки в локтевых суставах выпрямлять полностью, в таком положении оружие находится дальше от глаз и прицеливаться удобнее.

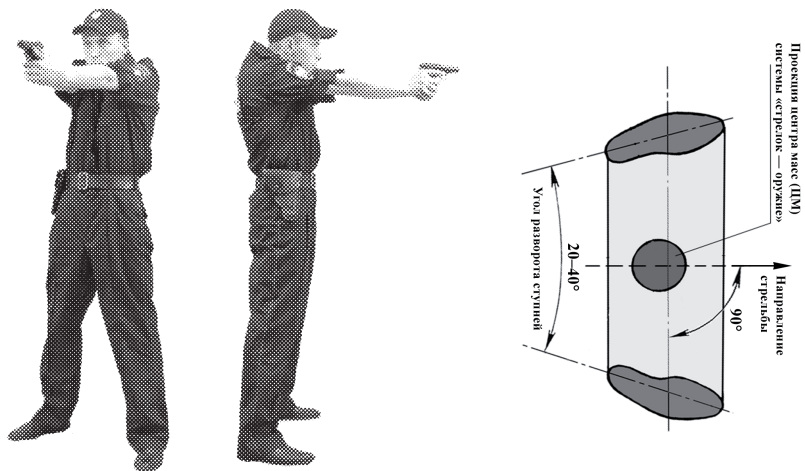


Рис. 11. Фронтальная изготовка

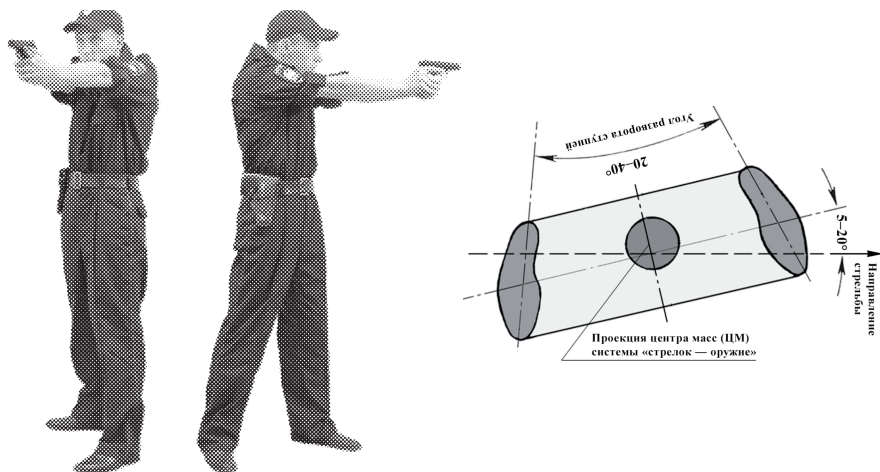


Рис. 12. Универсальная изготовка

Правильно принятое положение для стрельбы оказывает существенное влияние на ее результат — точность попадания. Насколько верно принята изготовка, легко проверить по следующему тесту. Стрелок, закрыв глаза, занимает удобное, естественное положение и, не глядя на цель, изготавливается для стрельбы. Если, открыв глаза, он обнаружит, что пистолет направлен в район цели, то занятое положение можно считать правильным, в противном случае его необходимо скорректировать.

В условиях скоротечного огневого контакта воспользоваться описанным выше тестом невозможно. Поэтому в процессе тренировок необходимо овладеть навыками принятия такого положения для стрельбы, которое, во-первых, должно соответствовать обстановке, во-вторых, обеспечивать условия для быстрого направления пистолета на цель.

Одним из важных элементов техники является *хват*. Под хватом мы понимаем способ удержания пистолета в руке. Основная задача хвата — обеспечение устойчивости оружия при его наведении на цель, выполнении выстрела и возврате в цель после отдачи.

Решению данной задачи, по нашему мнению, соответствует удержание пистолета путем жесткого закрепощения в кистях рук в четырех точках по методике А. И. Петрова<sup>9</sup>. Хват оружия должен быть «глубоким», т. е. кисть на рукоятке должна располагаться как можно ближе к оси ствола. Это имеет большое значение именно при скоростной стрельбе, когда время для выравнивания мушки в прорези целика после выстрела ограничено. Противодействие проворачиванию («подбросу» ствола вверх) достигается жестким упором в рукоятку мизинца и безымянного пальца руки, удерживающей оружие. Противодействие прямолинейной силе отдачи осуществляется за счет крепкого удержания основания рукоятки пистолета «вилкой», образуемой большим и указательным пальцами (рис. 13).

### *Способы поддержки руки с пистолетом*

В скоростной стрельбе особое значение приобретает время возврата прицельных приспособлений пистолета после выстрела на линию прицеливания. Эта характеристика в значительной степени зависит от квалификации стрелка. Чем выше уровень подготовки, тем меньше затрачивается времени на возвращение прицельных приспособлений.

---

<sup>9</sup> Петров А. И. Скоростная стрельба из индивидуального оружия : учеб.-метод. пос. по скоростной стрельбе из пистолета и автомата Калашникова. Челябинск, 2009. С. 10–12.



Рис. 13. Способ удержания оружия в руке (хват)

Существует несколько способов поддержки руки, однако в настоящее время наиболее эффективной является поддержка вооруженной руки сбоку. Рассмотрим несколько способов такой поддержки.

*Традиционная поддержка* (рис. 14). Указательный палец поддерживающей руки располагается снизу затвора, охватывая спусковую скобу спереди. В этом положении он выполняет функцию горизонтального и вертикального упора и позволяет стрелку лучше контролировать положение пистолета (особенно это необходимо на первых этапах обучения скоростной стрельбе). Такая поддержка позволяет снизить колебания оружия при выполнении выстрела.

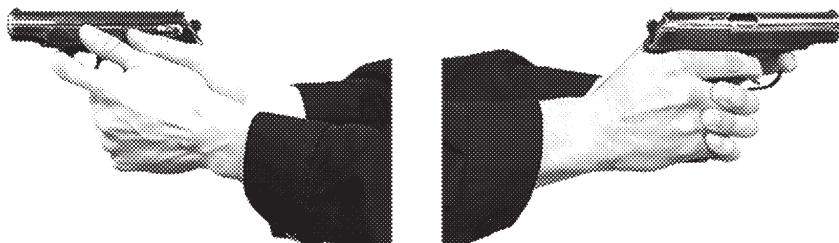


Рис. 14. Поддержка вооруженной руки сбоку с упором в спусковую скобу (традиционный способ)

*Поддержка вооруженной руки сбоку* (из практической стрельбы). При таком хвате кисть свободной руки располагается под углом  $45^\circ$  к предплечью, а первая фаланга указательного пальца плотно упирается в спусковую скобу снизу (рис. 15). Большие пальцы обеих рук находятся параллельно затвору и направлены в сторону цели. При этом наибольшие усилия при удержании оружия прилагаются слабой рукой (около 60–70%) и лишь 30–40% усилий

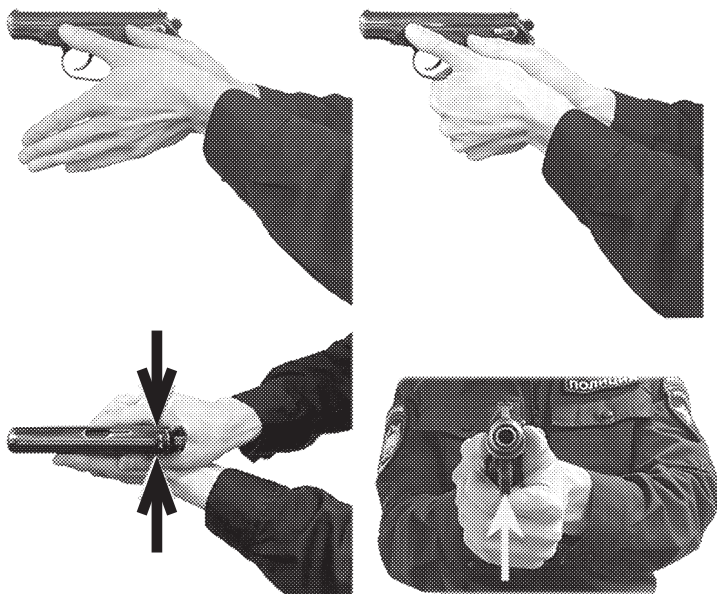


Рис. 15. Поддержка кисти руки с пистолетом сбоку  
(из практической стрельбы)

приходится на сильную руку. Это обусловлено необходимостью обеспечения изолированной работы указательного пальца вооруженной руки.

При такой поддержке кисть невооруженной руки при наклоне имеет ограничение хода, что способствует предотвращению совершения наиболее серьезной технической ошибки — толкания пистолета вниз в ожидании отдачи.

### **Упражнения для освоения изготовления для стрельбы**

#### **Упражнение 1**

Исходное положение (далее — и. п.): пистолет находится в руках на уровне груди.

Порядок выполнения. По команде руководителя стрельб обучающийся принимает изготовку для стрельбы стоя, направляет пистолет в район прицеливания (рис. 16). Удерживает его от 30 сек. до 2 мин.

Дозировка: 3–10 раз или до исчезновения ошибок.

Наиболее часто встречающиеся ошибки:

— слишком узкая (меньше ширины плеч) или излишне широкая постановка ног при выполнении упражнения. В первом случае сближаются точки опоры, что неблагоприятно сказывается на устойчивости. Излиш-

не 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) ведет к снижению устойчивости стрелка;

— потеря контроля за положением головы: наклон головы влево, вправо, или вперед-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.

— расслабление мышц, удерживающих оружие.

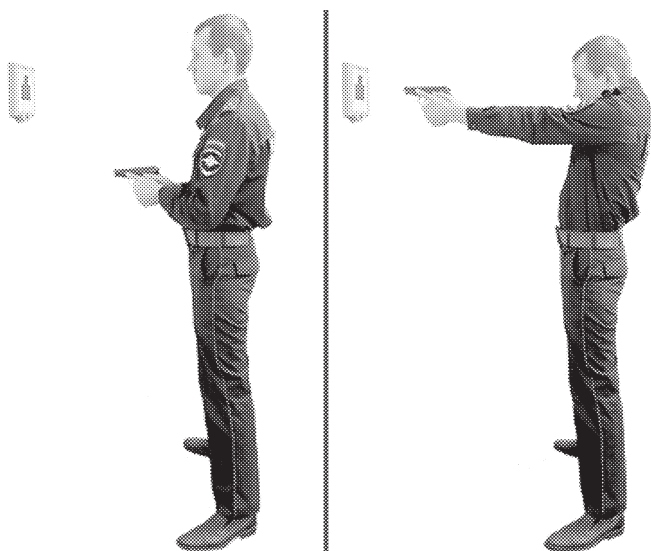


Рис. 16. Способ выноса оружия на линию прицеливания

### **Упражнение 2**

И. п.: пистолет находится в общей кобуре. Оружие проверяется на незаряженность, затем пистолет убирается в кобуру, магазин — в кармашек кобуры, которая застегивается.

Порядок выполнения: по команде руководителя стрельбы обучающийся принимает изготовку для стрельбы стоя, направляет пистолет в район прицеливания. После этого закрывает глаза на 3–5 сек. Открывает глаза и смотрит за направлением пистолета. Если пистолет остался в районе прицеливания — изготовка правильная.

Дозировка: 10–20 раз или до исчезновения ошибок.

*Распространенные ошибки:*

— 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 уложиться в отведенное время. Хват пистолета должен быть однообразным по силе, обеспечивать наименьшие колебания пистолета и максимальную скорость его возвращения после импульса отдачи на линию прицеливания для выполнения последующего выстрела;

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

### **§ 3. Обучение прицеливанию при скоростной стрельбе**

Традиционно под прицеливанием понимается наведение оружия в цель с помощью визуального совмещения прицельных приспособлений. Точность прицеливания является одним из решающих факторов, определяющих качество стрельбы. Обучение правильному прицеливанию начинается с ознакомления с прицельными приспособлениями, для этого используют показную мушку и плакаты. В первую очередь курсантам необходимо усвоить такое понятие, как ровная мушка.

*Ровная мушка* — это такое видимое расположение прицельных приспособлений, когда верхний край мушки и верхние края целика находятся на одной горизонтальной линии (*a*), а просветы между мушкой и боковыми гранями целика одинаковы (*b*) (рис. 17).

Следующим этапом обучения является правильное распределение внимания при прицеливании. Человеческий глаз не может одновременно четко видеть два или несколько предметов, находящихся на разном расстоянии. При прицеливании стрелку придется контролировать мушку, целик с прорезью и мишень, а четко сфокусированным может быть только один из предметов. Поэтому при прицеливании глаз фокусирует-

ся так, чтобы наиболее четко видеть мушку, менее четко — целик с прорезью и еще менее четко — мишень (рис. 18).

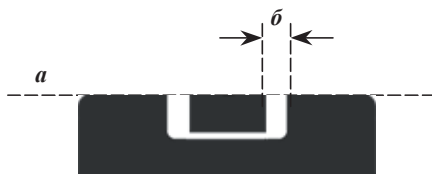


Рис. 17. Ровная мушка

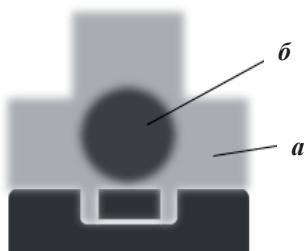


Рис. 18. Видимое изображение мушки на мишени

а — грудная мишень; б — спортивная мишень

Эта относительная четкость должна сохраняться при стрельбе по любой цели. Необходимо объяснить обучающимся, что основное внимание при стрельбе с открытым прицелом следует сосредоточивать на ровной мушке в прорези целика, несколько пренебрегая положением мушки относительно района прицеливания. Изменение этой градации четкости — одна из основных ошибок в прицеливании. Навык удержания нужной четкости так же важен, как и удержание ровной мушки, независимо от колебаний пистолета. Предлагаемые степени четкости дают возможность лучше контролировать положение мушки в прорези прицела.

В настоящее время мировая практика применения пистолета сотрудниками полиции (прежде всего на коротких дистанциях) определила некоторые изменения в данном техническом элементе. Было установлено, что наиболее часто оружие применяется на коротких дистанциях, при этом огневой контакт достаточно скоротечен, поэтому мишенная обстановка сейчас весьма разнообразна и располагается на разных дистанциях. В связи с этим верной представляется позиция о необходимости дифференцирования прицеливания в зависимости от дистанции стрельбы:

1) дальняя (более 10 м) — при стрельбе на такое расстояние следует придерживаться классических правил прицеливания с концентрацией взгляда на мушке (рис. 19). При этом необходимо точно контролировать ровную мушку и очень внимательно отнестись к управлению спуском, поскольку даже небольшое смещение пистолета может привести к промаху (особенно на дистанции более 15 м);

2) средняя (7–10 м) — стреляющий одинаково четко видит мишень и мушку (немного расплывчато). Такое прицеливание позволяет обучающемуся контролировать всю мишенную обстановку в пределах видимости. Темп стрельбы на средних дистанциях увеличивается. Кроме того, сотрудник может визуальнo отмечать поражение цели (рис. 20);



Рис. 19. Фокусирование взгляда при скоростной стрельбе на дистанции более 10 м



Рис. 20. Фокусирование взгляда при скоростной стрельбе на дистанции 7–10 м



Рис. 21. Фокусирование взгляда при скоростной стрельбе на дистанции менее 7 м

3) короткая (до 7 м) — взгляд стрелка сосредоточен на мишени (рис. 21), ровная мушка воспринимается периферическим зрением и расплывается. Обучающийся еще лучше контролирует окружающую обстановку. Темп стрельбы на таких дистанциях очень высокий, попадания в мишень видно.

На начальном этапе обучения очень помогает стрельба по экрану (белому листу), что позволяет сосредоточить внимание на прицельных приспособлениях и не «подавлять» момент внезапного подхода и остановки мушки на мишени. Стрельба по мишени по сравнению со стрельбой по белому листу — упражнение повышенной координационной сложности. Поэтому для освоения прицеливания можно использовать следующие упражнения.

### **Упражнение 1**

Цель: формирование техники прицеливания в стрельбе без патрона.

И. п.: изготовка для стрельбы стоя. Напротив каждого обучающегося находится белый лист (можно использовать светлую стену).

Порядок выполнения: по команде руководителя стрельб курсант направляет пистолет в район прицеливания, прицеливается, контролируя мушку, в течение 15–20 сек.

Дозировка: 10–20 раз или до исчезновения ошибок.

### **Упражнение 2**

Цель: формирование техники прицеливания в стрельбе с патроном.

И. п.: изготовка для стрельбы стоя. Цель – белый лист.

Порядок выполнения: по команде руководителя стрельб обучающийся направляет пистолет в район прицеливания, прицеливается и, контролируя мушку, выполняет выстрел.

Дозировка: 10–20 раз или до исчезновения ошибок.

**Упражнение 3.** То же, что и упражнение 1, но с использованием мишеней.

**Упражнение 4.** То же, что и упражнение 2, но с использованием мишеней.

## **§ 4. Обучение управлению спуском курка с боевого взвода при скоростной стрельбе**

Наиболее сложным элементом техники выполнения выстрела является управление спуском курка с боевого взвода при скоростной стрельбе. Какой бы устойчивой не была изготовка, каким бы точным не было прицеливание, пуля не попадет в цель, если не будет освоен правильный нажим на спусковой крючок. Самое главное правило заключается в том, что спуск курка не должен смещать наведенное в цель оружие, т. е. сбивать наводку. Для этого необходимо усвоить несколько правил управления спуском:

1) свободный ход спускового крючка следует протягивать быстро, а выжим рабочего хода спускового крючка завершать плавным движением;

2) палец должен нажимать на спусковой крючок изолированно, т. е. без участия мышц кисти руки или др.;

3) палец должен нажимать на спусковой крючок строго вдоль оси ствола пистолета, без боковых отклонений;

4) указательный палец необходимо накладывать на спусковой крючок однообразно, желательно, третьей фалангой, вторая фаланга указательного пальца не должна касаться рукоятки пистолета справа.

Методика обучения управлению спуском при скоростной стрельбе строится на некотором пренебрежении обучающимися точностью прицеливания и достигаемой за счет этого большей сосредоточенности на

управлении спуском. Представление о меткой стрельбе связано главным образом с точностью наводки оружия. Нет четкого понимания необходимости и сложности совмещения точной наводки с таким нажимом на спусковой крючок, который не сдвигал бы оружие при выполнении выстрела.

В движении спускового крючка до момента срыва курка с боевого взвода на пистолете Макарова можно выделить два режима, резко отличающиеся по усилиям, прикладываемым стрелком. Это свободный и боевой (*рабочий*) ход. *Свободный ход* — это движение спускового крючка до касания рычагом взвода выступа шептала, т. е. до начала движения шептала. Его выжимание не требует практически никаких усилий. *Боевой ход* — это движение шептала в боевом взводе курка за счет движения спускового крючка до момента срыва курка. При этом указательным пальцем руки необходимо приложить усилия порядка 2 кг.

Колебания пистолета у начинающего стрелка значительны, и ему кажется, что при плавном, равномерном нажиме на спусковой крючок он не попадет в цель, поэтому сознательно или непроизвольно в тот момент, когда мушка на короткий промежуток времени останавливается в районе прицеливания, он резко нажимает («дергает») спусковой крючок. Стреляющий не замечает, что при этом в момент выстрела ствол пистолета смещается в сторону от района прицеливания. Это главная причина плохой стрельбы новичков, и борьба с этим явлением — основное направление в работе с начинающими. Указанная особенность выражается индивидуально у каждого обучающегося и в той или иной мере наблюдается в течение длительного периода.

Поэтому начинать обучение управлению спуском курка мы рекомендуем отдельно от прицеливания, чтобы была возможность сосредоточить внимание только на этом элементе. Первые занятия по обучению спуску курка рекомендуется проводить в классе.

### ***Упражнение 1***

Цель: отработка плавного движения указательного пальца.

И. п.: любое положение (сидя, стоя), которое создает возможность свободного зрительного контроля за указательным пальцем.

Порядок выполнения: обучающийся берет учебный пистолет. Проверив правильность «хвата» пистолета, свободной рукой выключает предохранитель и ставит курок на боевой взвод. Наложив указательный палец на спусковой крючок, выжимает свободный ход. Удерживая в указанном положении пистолет и наблюдая за указательным пальцем, необходимо выдавить боевой ход так, чтобы движения пальца почти не было видно.

Упражнение может выполняться как самостоятельно, так и в паре, когда партнер следит за скоростью движения указательного пальца обучающегося.

Дозировка: 10–20 раз или до исчезновения ошибок.

### ***Упражнение 2***

Цель: освоение техники управления спуском без патрона.

И. п.: положение для стрельбы стоя.

Порядок выполнения: по команде руководителя стрельб обучающийся направляет пистолет в район прицеливания, прицеливается, выжимает свободный ход. После этого закрывает глаза и вытягивает рабочий ход. Открывает глаза и смотрит на положение пистолета.

Выключение зрения из процесса выполнения выстрела позволяет сосредоточиться на ощущениях правильной работы указательного пальца и мышц руки при управлении спуском. Если пистолет остался в районе прицеливания, а мушка в прорези целика, то изготовка и управление спуском выполнены правильно.

Дозировка: 10–20 раз или до исчезновения ошибок.

### ***Упражнение 3***

Цель: освоение техники управления спуском без патрона.

И. п.: положение для стрельбы стоя.

Порядок выполнения: по команде руководителя стрельб обучающийся принимает положение для стрельбы, прицеливается и одновременно выбирает свободный ход спускового крючка. После этого задерживает дыхание и одновременно с удержанием ровной мушки завершает плавный нажим на спусковой крючок в течение 2–3 сек. Если в момент срыва курка с боевого взвода мушка осталась неподвижной, это означает, что управление спуском было выполнено правильно.

Дозировка: 20–100 раз на каждом занятии в зависимости от этапа подготовки.

### ***Упражнение 4***

Цель: освоение техники управления спуском без патрона (освоение работы только с боевым ходом курка).

И. п.: положение для стрельбы стоя.

Порядок выполнения: по команде руководителя стрельб обучающийся принимает положение для стрельбы, прицеливается и одновременно выбирает свободный ход спускового крючка. После этого задерживает дыхание и одновременно с удержанием ровной мушки завершает плавный нажим на спусковой крючок в течение 2–3 сек. Затем отпускает 2–3 мм спускового крючка и ставит большим пальцем поддерживающей руки курок на боевой взвод. Снова выполняет плавный нажим на

спусковой крючок в течение 2–3 сек. При выполнении данного упражнения очень важно научиться отпускать после выстрела спусковой крючок только на величину боевого хода и не расслаблять мышцы, принимающие участие в удержании оружия на цели.

Дозировка: сериями по 8–10 выстрелов 5–10 раз на каждом занятии в зависимости от этапа подготовки.

Все подготовительные действия по выполнению выстрела при холостой стрельбе усваиваются начинающими довольно быстро, а вот процесс обработки спускового крючка при стрельбе с боевыми патронами долгое время для многих остается трудновыполнимым действием.

К основным причинам, мешающим вести меткую стрельбу, следует отнести:

— стремление к абсолютно точному расположению ровной мушки в точке, а не в районе прицеливания, нарушаемому значительными колебаниями пистолета;

— самооборонительный рефлекс на звук и отдачу оружия, проявляющийся в момент выполнения выстрела напряжением группы мышц и приводящий к далеким отрывам;

— резкое сокращение или расслабление мышц, участвующих в удержании оружия, приводящее к большим угловым отклонениям ствола пистолета.

### ***Упражнение 5***

Цель: освоение техники управления спуском с патроном.

И. п.: положение для стрельбы стоя.

Порядок выполнения: по команде руководителя стрельб обучающийся выносит оружие на цель, одновременно прицеливаясь и выжимая свободный ход. Проверив правильность изготки к стрельбе, задерживает дыхание и одновременно с удержанием ровной мушки завершает плавный нажим на спусковой крючок в течение 2–4 сек.

Удержание ровной мушки в районе прицеливания должно носить активный характер. Это значит, что стрелок не должен ждать момента наступления наилучшей устойчивости пистолета, а сам, активно удерживая его, не давать оружию уйти из района прицеливания. Такой метод позволяет стрелку выполнить качественный выстрел в тот момент, когда это необходимо.

Дозировка: в зависимости от этапа подготовки и условий выполнения упражнения.

*Наиболее распространенные ошибки, встречающиеся при спуске курка «Ловля мишени».* Эта ошибка наблюдается не только у начинающих, но часто допускается и опытными стрелками. Стремясь нажать на спу-

сковой крючок в тот момент, когда «ровная» мушка совместится с районном прицеливания, обучающийся резко усиливает нажим на спусковой крючок, что приводит к рывку, он как бы поддавливает район прицеливания на мишени. Угловое отклонение ствола при резком спуске (дергании) значительно усиливает разброс попаданий.

Ошибку эту легко обнаружить, наблюдая за дульной частью ствола оружия, которая непосредственно перед выстрелом резко уходит вниз и влево. Для большей наглядности, а также для того, чтобы обучающийся убедился в своей ошибке, преподаватель самостоятельно снаряжает магазин и незаметно подкладывает в него учебный патрон. Резкое отклонение ствола оружия при спуске курка (с учебным патроном) будет служить хорошей иллюстрацией неправильных действий стрелка. Для предупреждения и исправления данной ошибки необходимо, чтобы курсант хорошо понял сущность плавного спуска курка. Стрелку нужно объяснить, что даже значительное отклонение ровной мушки от точки прицеливания при плавном спуске курка не даст такого сильного отрыва попадания на цели, как рывок за спусковой крючок.

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

*Слишком медленный спуск курка.* Затягивая спуск курка, обучающийся вынужден задерживать дыхание на более продолжительное время, а также напрягать зрение при прицеливании, из-за чего он делает выстрел в менее благоприятных условиях. Положение стрелка к моменту выстрела становится напряженным, глаза устают и плохо различают положение мушки. Сокращаются перерывы для отдыха между выстрелами.

*Ожидание выстрела.* Обучающийся ожидает звук выстрела и импульс отдачи оружия, ему кажется, что сейчас произойдет выстрел, и он подсознательно ускоряет нажим на спусковой крючок, нарушая его равномерную обработку и плавность<sup>10</sup>. О том, что стрелок ожидает выстрел, можно судить по напряжению мышц его лица. Для предупреждения и исправления данной ошибки следует научить курсантов делать «отметку» после каждого выстрела, для чего на некоторое время (до 1 секунды) оставаться неподвижным и продолжать прицеливание.

---

<sup>10</sup> Жуков В. М., Руденко И. В., Кривошеева О. Р. Ошибки и коррекция негативных психологических состояний сотрудников ОВД в период формирования навыков стрельбы из пистолета // Психопедагогика в правоохранительных органах. 2016. № 3. С. 59–62.

## § 5. Обучение извлечению оружия из кобуры

Большое практическое значение в скоростной стрельбе из боевого пистолета имеет быстрота его извлечения из кобуры и досылания патрона в патронник. Наблюдения за обучающимися показали, что хорошо тренированный стрелок справляется с извлечением пистолета и досыланием патрона в патронник менее чем за 2 сек.

Как правило, пистолет находится в общей кобуре и закрепляется на пояском ремне справа. Для его извлечения обучающийся правой рукой расстегивает застежку кобуры и, подняв крышку левой рукой, прижимает ее к своему правому боку (либо поддерживает кобуру снизу свободной рукой), выполняет хват правой рукой за рукоятку пистолета и извлекает его из кобуры вверх. Одновременно с извлечением пистолета большой палец правой руки выключает предохранитель и укладывается параллельно затвору слева (либо на кнопку затворной задержки), указательный палец накладывается на спусковую скобу, остальные пальцы кисти обхватывают рукоятку пистолета. Дальнейшие действия выполняются в зависимости от способа досылания патрона в патронник.

Заметим, что для безопасного обращения с оружием особое внимание следует уделить положению указательного пальца руки, удерживающей оружие, — он должен быть выпрямлен и находиться на спусковой скобе (либо на затворе параллельно стволу пистолета). На спусковой крючок палец накладывается только после досылания патрона в патронник, тем самым исключается случайное нажатие на спусковой крючок при досылании патрона в патронник.

При отработке технических действий по извлечению пистолета из кобуры, выключению предохранителя, наведению в цель и досыланию патрона в патронник необходимо стремиться, чтобы обучающийся отработал эти действия до автоматизма и выполнял их без визуального контроля, поскольку при переводе взгляда с окружающей обстановки и цели на кобуру сотрудник теряет цель из вида.

Для обучения быстрому извлечению пистолета из кобуры мы рекомендуем выполнение следующих упражнений. Начинать их целесообразно в медленном темпе, тщательно выполняя каждое действие, постепенно увеличивая быстроту выполнения.

### *Упражнение 1*

Цель: освоение быстрого извлечения оружия из кобуры.

И. п.: пистолет находится в общей кобуре и 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 «Огонь!» стрелок расстегивает застежку кобуры правой рукой и одновременно поднимает ее крышку левой рукой, выполняет предварительный хват правой рукой за рукоятку пистолета, находящегося в кобуре. Одновременно с извлечением пистолета большой палец правой руки необходимо расположить на затворной задержке, указательный — на предохранительной скобе, а остальными пальцами обхватить рукоятку пистолета.

Дозировка: выполнить 5–10 раз медленно, 15–20 раз — быстро, постоянно увеличивая быстроту движений.

### ***Упражнение 2***

Цель: освоение быстрого извлечения пистолета и выноса его в район прицеливания.

И. п.: то же.

Порядок выполнения: выполнить упражнение 1. Затем, продолжая извлечение пистолета, вынести его в район прицеливания, одновременно выполняя удержание затвора за насечки левой рукой.

Методические рекомендации: в момент вынесения пистолета в район прицеливания левая рука должна плотно удерживать затвор.

Дозировка: выполнить 5–10 раз медленно, 15–20 раз — быстро, постоянно увеличивая быстроту движений.

При выполнении упражнений 1 и 2 необходимо добиваться слаженной работы рук без зрительного контроля. При выполнении извлечения пистолета, выноса его в район прицеливания, досылания патрона в патронник взгляд обучающегося должен быть сосредоточен на цели.

## **§ 6. Обучение досыланию патрона в патронник**

Наиболее распространенные способы досылания патрона в патронник:

— досылание прямым хватом, движением вооруженной руки вперед (рис. 22). При этом способе после извлечения из кобуры пистолет выносится на уровень груди стрелка и переводится в горизонтальную плоскость. Левая рука большим и указательным пальцами удерживает затвор за насечки, а досылание патрона в патронник обеспечивается за счет движения правой вооруженной руки вперед в направлении цели. Когда затвор пистолета оказывается в крайнем заднем положении, слабая рука отпускает его, пистолет поворачивается вертикально. После чего оружие по кратчайшей линии наводится в цель с одновременным продавливанием свободного хода спускового крючка (рис. 23);



Рис. 22. Досылание патрона в патронник прямым хватом



Рис. 23. Спортивный способ досылания патрона в патронник

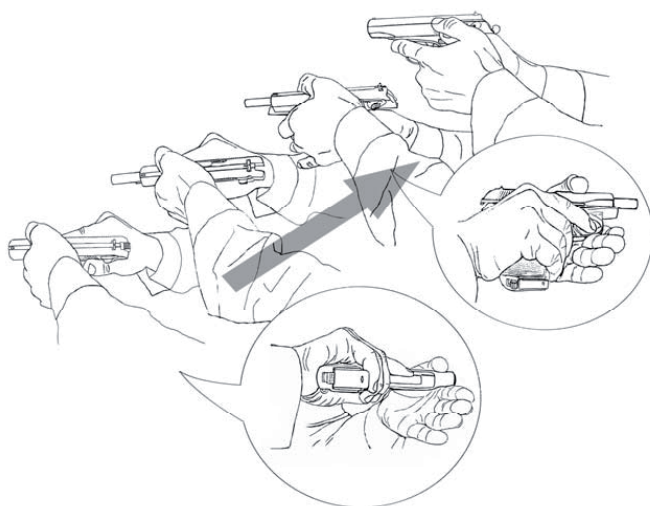


Рис. 24. Досылание патрона в патронник и формирование хвата оружия

— досылание спортивным способом. Такое досылание и наведение оружия в цель является самым быстрым, однако достаточно сложным технически (рис. 24). Кроме того, им не следует пользоваться, если руки вспотели, а также стрелкам со слабыми руками. При данном способе после извлечения из кобуры пистолет выносится на уровень груди стрелка и поворачивается горизонтально, одновременно с направлением оружия в цель. Свободная рука подхватывает пистолет «вилкой», образуемой большим и указательными пальцами, и удерживает затвор за его переднюю часть. Само досылание патрона в патронник осуществляется движе-

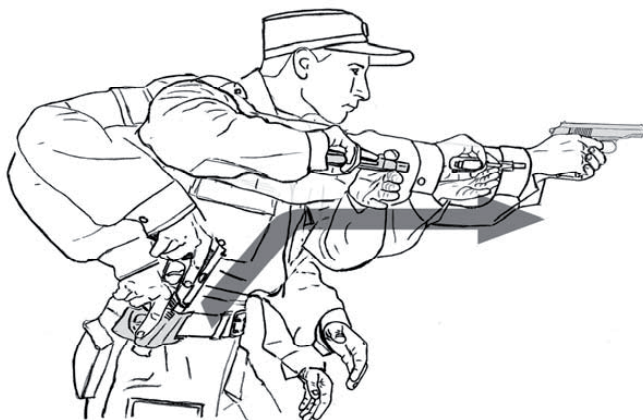


Рис. 25. Траектория движения оружия при извлечении пистолета, досылании патрона в патронник и выносе оружия на цель

нием правой вооруженной руки вперед, с поворотом по часовой стрелке (рис. 25). После досылания слабая рука обхватывает сильную, и формируется двойной хват, оружие находится в несколько согнутых в локтях руках вертикально. Затем оружие плавным движением рук (выпрямлением локтей) наводится в цель с одновременным продавливанием свободного хода спускового крючка. В конечной фазе движения рук становятся затухающими, указательный палец тянет боевой ход спускового крючка. В идеале окончание выпрямления рук с оружием должно совпасть с уточнением прицельных приспособлений, их наведением в желаемый район прицеливания и завершением боевого хода спускового крючка;

— досылание обратным хватом. Данное досылание иногда предпочитают стрелки, находящиеся в изготовке с отставленной назад сильной ногой (например, штурмовой). При таком способе досылания обучающийся зажимает заднюю часть затвора (за насечки) ладонью и четырьмя пальцами слабой руки, после чего толчком вооруженной руки вперед затвор отводится в крайнее заднее положение и отпускается (рис. 26). Затем слабая рука, продолжая движение назад, обхватывает вооруженную руку снизу. При использовании данного способа досылания следует особое внимание обращать на положение пистолета в руках стреляющего, поскольку обучающиеся (особенно неопытные) могут пронести слабую руку через дульный срез либо направить оружие в левую сторону от сотрудника (нарушая таким образом меры безопасности). Кроме того, при соскальзывании слабой руки с затвора есть вероятность поцарапать (порезать) ладонь этой руки. Следует также учитывать, что при



Рис. 26. Досылание патрона в патронник обратным хватом

возникновении задержек при стрельбе окно затвора может оказаться закрытым рукой, что помешает извлечению гильзы или патрона из патронника. Поэтому использовать данный способ следует с большой осторожностью.

### ***Упражнение 1***

Цель: освоение быстрого досылания патрона в патронник.

И. п.: пистолет находится в общей кобуре и 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 курсант извлекает пистолет из кобуры и, направляя его в сторону цели, выключает предохранитель, достает патрон в патронник, после чего левая рука выполняет один из вариантов поддержки вооруженной руки.

Дозировка: выполнить 5–10 раз медленно, 15–20 раз — быстро, постоянно увеличивая движений.

Методические рекомендации: при выполнении упражнения необходимо добиваться слаженной работы рук без зрительного контроля. При выполнении извлечения пистолета, выноса его в район прицеливания, досылания патрона в патронник взгляд обучающегося должен быть сосредоточен на цели.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Формирование навыков меткой стрельбы из боевого пистолета занимает одно из центральных мест в профессиональной подготовке сотрудников органов внутренних дел. Задачи огневой подготовки не ограничиваются меткой стрельбой в условиях тира, а предусматривают полноценное выполнение служебных функций в ситуациях, связанных с необходимостью применения огнестрельного оружия.

Совершенствование в стрельбе из боевого пистолета связано с различными процессами: мышечной и двигательной памятью, вниманием, мышлением, волей. Их развитие на тренировочных стрельбах благоприятным образом сказывается и на других сторонах подготовленности сотрудников, способствуя выполнению ими служебных обязанностей. Грамотное использование средств и методов, стрелковых тренажеров, имитационных средств и специального оборудования, правильное распределение времени тренировки поможет поднять продуктивность занятия, ускорить процесс обучения, улучшить качество стрелковой подготовки. Применение стрелковых тренажеров, безусловно, является перспективным и приоритетным направлением профессиональной подготовки. Однако только сплав педагогического мастерства преподавателя и современной технической оснащенности принесут ощутимые качественные и количественные результаты в подготовке сотрудников полиции. Когда различные средства и методы используются оправданно, процесс преподавания огневой подготовки происходит эффективно и с высокой эмоциональной насыщенностью.

## ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение .....	3
ГЛАВА I. ОСНОВНЫЕ СРЕДСТВА ОБУЧЕНИЯ ТЕХНИКЕ СТРЕЛЬБЫ	
§ 1. Стрелковые упражнения .....	5
§ 2. Технические средства обучения .....	8
ГЛАВА II. ОСНОВНЫЕ МЕТОДЫ ОБУЧЕНИЯ ТЕХНИКЕ СТРЕЛЬБЫ	
§ 1. Метод строго регламентированного упражнения .....	24
§ 2. Игровой метод .....	28
§ 3. Соревновательный метод .....	33
ГЛАВА III. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МЕТОДА СТРОГО РЕГЛАМЕНТИРОВАННОГО УПРАЖНЕНИЯ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ОГНЕВОЙ ПОДГОТОВКЕ	
§ 1. Общие закономерности обучения технике стрельбы .....	41
§ 2. Обучение принятию изготовки к стрельбе .....	43
§ 3. Обучение прицеливанию при скоростной стрельбе .....	49
§ 4. Обучение управлению спуском курка с боевого взвода при скоростной стрельбе .....	52
§ 5. Обучение извлечению оружия из кобуры .....	57
§ 6. Обучение досыланию патрона в патронник .....	58
Заключение .....	62

Учебное издание

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ОСНОВНЫХ СРЕДСТВ  
И МЕТОДОВ ОБУЧЕНИЯ В ПРОЦЕССЕ  
ОГНЕВОЙ ПОДГОТОВКИ

---

Редактор О. В. Арефьева

Корректор Л. И. Замулло

Технический редактор Н. М. Серова

ИД № 03160 от 02 ноября 2000 г.

Подписано в печать 14.01.2020. Формат 60×84/16. Бумага офсетная № 1.

Усл. печ. л. 3,7. Уч.-изд. л. 3,6. Тираж 80 экз. Заказ № 3.

---

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