

Краснодарский университет МВД России

**ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА
РЯДОВОГО И МЛАДШЕГО
НАЧАЛЬСТВУЮЩЕГО СОСТАВА ПОЛИЦИИ**

**Часть 3.
Физическая и огневая подготовка**

Учебное пособие

Краснодар
2020

УДК 378
ББК 74
П841

Рецензенты:

В. Л. Андреев, начальник ГУ МВД России по Краснодарскому краю, генерал-лейтенант полиции, кандидат юридических наук;

И. А. Калинин, начальник Московского университета МВД России имени В.Я. Кикотя, генерал-лейтенант полиции, кандидат педагогических наук;

А. М. Магомедов, министр внутренних дел по Республике Дагестан, генерал-лейтенант полиции.

Составители:

А. С. Грищенко (раздел 15), *А. Н. Таран* (раздел 16)

Под общей редакцией доктора технических наук, профессора
О. М. Булгакова

Профессиональная подготовка рядового и младшего
П841 начальствующего состава полиции. Часть 3. Физическая и
огневая подготовка : учеб. пособие / сост.: А. С. Грищенко,
А. Н. Таран ; под общ. ред. О. М. Булгакова. – Краснодар :
Краснодарский университет МВД России, 2020. – 136 с.

ISBN 978-5-9266-1704-4

ISBN 978-5-9266-1707-5 (ч. 3)

Издание предназначено для профессионального обучения по должности служащего «Полицейский» впервые принятых на службу в органы внутренних дел Российской Федерации сотрудников рядового и младшего начальствующего состава полиции.

Изложено содержание физической и огневой подготовки примерной основной программы обучения.

УДК 378
ББК 74

ISBN 978-5-9266-1704-4
ISBN 978-5-9266-1707-5 (ч. 3)

© Краснодарский университет
МВД России, 2020

15. ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Тема 15.1. Организационные основы физической подготовки сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации

В процессе своей деятельности сотрудники полиции подвергаются экстремальным, порой продолжительным нагрузкам, требующим предельной мобилизации функциональных возможностей организма и предъявляющим высокие требования к физической подготовке и навыкам применения приемов борьбы.

Цель физической подготовки – формирование физической готовности сотрудников к успешному выполнению оперативно-служебных задач, умелому применению физической силы, в том числе боевых приемов борьбы, а также обеспечение высокой работоспособности в процессе служебной деятельности.

Физическая подготовка – физическое воспитание, направленное на подготовку человека к определенному роду деятельности (в том числе, к службе в полиции).

Задачи физической подготовки сотрудников органов внутренних дел		
Развитие и поддержание профессионально важных физических качеств на уровне, необходимом для успешного выполнения оперативно-служебных задач	Формирование двигательных навыков и умений эффективного и правомерного применения физической силы, в том числе боевых приемов борьбы.	Поддержание и укрепление здоровья, сохранение продуктивного уровня общей работоспособности, повышение устойчивости организма к воздействию неблагоприятных факторов служебной деятельности.

Основным **средством** физической подготовки являются упражнения общей физической подготовки (на силу, быстроту и ловкость, выносливость) и служебно-прикладные упражнения (боевые приемы борьбы).

Упражнение – элементарные движения, составленные из них двигательные действия и их комплексы, систематизированные в целях физического развития. В практике физического воспитания физические упражнения сложились на основе движений и действий, заимствованных из трудовой, бытовой, военной деятельности человека.

В содержание занятий по физической подготовке включаются упражнения прикладной гимнастики и атлетической подготовки, легкой атлетики и ускоренного передвижения, преодоления препятствий, лыжной подготовки, плавания, боевых приемов борьбы.

Физическая подготовленность – результат физической подготовки к определенному роду деятельности; характеризуется уровнем сформированности физических качеств и навыков, значимых для данной деятельности.

Физические качества человека

Сила

- способность человека преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему за счет мышечных усилий.

Ловкость

- способность перестраивать свою двигательную деятельность в соответствии с требованиями внезапно меняющейся обстановки.

Выносливость

- способность человека совершать работу заданной интенсивности в течение возможно более длительного времени

Быстрота

- способность человека выполнять двигательные действия в минимально короткий срок.

Гибкость

- способность выполнять движения с большой амплитудой.

Обучение двигательному действию

Первый этап — ознакомление, первоначальное разучивание движения.

Второй этап — углубленное детализированное разучивание, формирование двигательного умения

Третий этап — достижение двигательного мастерства, формирование двигательного навыка.

Двигательное умение — это такая степень владения техникой действия, при которой повышена концентрация внимания на составные операции (части), наблюдается нестабильное решение двигательной задачи.

Двигательный навык — такая степень владения техникой действия, при которой управление движением (движениями) происходит автоматически и действия отличаются надежностью.

Для успешного выполнения служебных обязанностей каждый сотрудник органов внутренних дел должен обладать необходимым уровнем физической подготовленности. С целью определения этого уровня полицейский выполняет контрольные нормативы по физической подготовке не реже 1 раза в год.

Критерии оценки выполнения слушателями, проходящими профессиональную подготовку по должности служащего «Полицейский», контрольных упражнений общей физической подготовки

Промежуточная аттестация слушателя, проходящего профессиональную подготовку по должности служащего «Полицейский», проводится в форме дифференцированного зачета или экзамена, включающего выполнение ими трех контрольных упражнений общей физической подготовки (по одному на силу, быстроту и ловкость, выносливость) и служебно-прикладных упражнений (боевых приемов борьбы).

Индивидуальная оценка по физической подготовке при проведении промежуточной аттестации складывается из оценок за выполнение контрольных упражнений общей физической подготовки, а также служебно-прикладных упражнений (боевых приемов борьбы) и определяется:

Слушатели, проходящие профессиональную подготовку по должности служащего «Полицейский»										
Оценка	до 25 лет		от 25 до 30 лет		от 30 до 35 лет		от 35 до 40 лет		40 лет и старше	
	мужчины	женщины	мужчины	женщины	мужчины	женщины	мужчины	женщины	мужчины	женщины
	Количество баллов									
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
отлично	190 и более	185 и более	175 и более	175 и более	160 и более	160 и более	145 и более	145 и более	130 и более	105 и более
хорошо	180 - 189	170 - 184	165 - 174	160 - 174	150 - 159	145 - 159	135 - 144	130 - 144	120 - 129	90 - 104
удовлетворительно	170 - 179	150 - 169	155 - 164	140 - 159	140 - 149	125 - 144	125 - 134	110 - 129	110 - 119	70 - 89
неудовлетворительно	менее 170	менее 150	менее 155	менее 140	менее 140	менее 125	менее 125	менее 110	менее 110	менее 70

«Отлично»— если получены следующие сочетания оценок: «отлично» и «отлично», «хорошо» и «отлично», при этом в каждом из трех контрольных упражнений общей физической подготовки проверяемый набрал более 1 балла.

«Хорошо»— если получены следующие сочетания оценок: «отлично» и «хорошо», «отлично» и «удовлетворительно», «удовлетворительно» и «отлично», «хорошо» и «хорошо», «удовлетворительно» и «хорошо», при этом в каждом из трех контрольных упражнений общей физической подготовки проверяемый набрал более 1 балла.

«Удовлетворительно» – если получены следующие сочетания оценок: «хорошо» и «удовлетворительно», «удовлетворительно» и «удовлетворительно», при этом в каждом из трех контрольных упражнений общей физической подготовки проверяемый набрал более 1 балла.

«Неудовлетворительно» – в остальных случаях.

Меры безопасности на занятиях по физической подготовке

При проведении занятий по физической подготовке актуальной проблемой остается уровень травматизма. В целях профилактики получения травмы необходимо придерживаться определенных правил:

Правила поведения в спортзале:

- соблюдать дисциплину,
- иметь опрятный внешний вид (чистую форму одежды, чистое тело, соответствующую прическу, подстриженные ногти на руках и ногах.),
- бережно относиться к залу и находящемуся в нем имуществу,
- перед началом занятия снимать с себя часы, цепочки, кольца, браслеты, сережки и другие предметы которые могут причинить повреждения.
- на ковер заходить только в борцовках или чешках.
- перед началом занятия слушатели обязаны сообщить преподавателю о ранее полученных или имеющихся травмах, кожных заболеваниях, контузиях, нарушениях опорно-двигательного аппарата или любом отклонении от нормального состояния здоровья на данный момент,
- действовать только по команде преподавателя и строго выполнять его указания,
- слушатели, имеющие освобождение по состоянию здоровья обязаны находиться на занятиях в спортивной форме,
- об изменении самочувствия, головокружении, рвотных позывах, появлении болевых ощущений слушатели обязаны немедленно сообщать преподавателю.

По команде преподавателя «Стоп!» немедленно прекратить любое движение и ожидать дальнейших указаний. Все движения, упражнения и приемы выполнять в строго обозначенном преподавателем месте и в указанном направлении. Болевые и удушающие приемы выполнять плавно без рывков и немедленно ослаблять: 1 при подаче сигнала партнером о сдаче (голосом или хлопком), 2 при потере сознания, либо когда дальнейшее проведение приема может привести к травме.

При выполнении бросков или других приемов осуществлять страховку партнера. Не выполнять прием, если место, куда должен упасть партнер, занято другой парой слушателей, оценить действия соседних пар.

В случае пропуска занятий слушатели обязаны отработать пропущенный материал в часы самоподготовки под руководством преподавателя и под контролем командира взвода.

По окончании каждого занятия слушатели обязаны протирать ковер чистой влажной тряпкой с использованием 5 % раствора хлора.

Категорически запрещается:

1. Выполнять действия, заведомо способствующие возникновению травмы (акцентированная атака в голову или в полностью незащищенные болевые зоны; добивание соперника, находящегося в состоянии нокдауна или беспомощности; предумышленные броски на пол или твердые поверхности и т.п.).

2. Наносить удары в полный контакт без защитной экипировки, а также в затылок, шею, горло, позвоночник, поясницу, пах и низ живота, колено и голень спереди, акцентированные удары по лежащему сопернику.

3. Выполнять упражнения на краю ковра, выполнять встречные движения во время бега, кувырков и др. упражнений, проводить опасные упражнения (бои, акробатику) без преподавателя.

4. Выполнять упражнения на неисправных спортивных снарядах.

5. Использовать спортивный инвентарь не по назначению.

6. Выполнять упражнения в непригодных для этого местах.

7. Выполнять упражнения со значительным отягощением без страхующего напарника.

Примерный план практического занятия

1. Основные понятия теории физического воспитания.

2. Средства, методы и принципы физического воспитания.

3. Физические качества человека.

4. Основы обучения движениям.

Вопросы для самоконтроля по теме

1. Цель и задачи физической подготовки курсантов Краснодарского университета МВД России.

2. Меры безопасности на занятиях по физической подготовке.

3. Основные понятия теории физического воспитания.

4. Средства физического воспитания.

5. Методы физического воспитания.

6. Принципы физического воспитания.

7. Физические качества человека и особенности их развития.

8. Этапы обучения движениям.

Тема 15.2. Прикладная гимнастика и общая физическая подготовка

Подтягивания на гимнастической перекладине

Данное упражнение является контрольным при определении уровня развития физического качества «сила».

Техника выполнения. Из виса хватом сверху с выпрямленными руками, туловищем и ногами по команде «Начинай», сгибая руки, подтянуться, подняв подбородок выше грифа перекладины, затем опуститься в вис, зафиксировать на 0,5 сек. неподвижное положение и продолжить выполнение упражнения. Касание пола (земли) ногами, выполнение рывковых и маховых движений запрещается. Принимающий упражнение объявляет счет каждого законченного движения. Объявление счета одновременно является разрешением на продолжение упражнения. В случае нарушения правил выполнения упражнения вместо очередного счета подается команда «Не считать». Если эта команда применяется трижды подряд, выполнение упражнения прекращается.



Вис – это положение тела при котором плечи находятся ниже точки опоры.

Запрещены:

1. Рывки и маховые движения.
2. Сгибание тела в коленных и тазобедренном суставах.
3. Исключение фазы виса (не полное разгибание рук в висе).
4. Касание ногами пола (земли).

Основными причинами неудовлетворительных результатов в подтягивании являются:

1. Избыточный вес.
2. Недостаточное мышечное развитие. Во время подтягиваний основная нагрузка ложится на бицепсы (сгибатели рук) и широчайшие мышцы спины.
3. Неправильная техника выполнения упражнения.

Тренировка подтягиваний на перекладине:

Вариант 1: Начинаете подтягиваться с двух подходов на максимальное число повторений. Когда результат 2-го подхода достигнет 12-14 раз, добавляете третий, а через неделю, добавите четвёртый подход.

Вариант 2: Делать четыре подхода к перекладине, стараясь в подтянуться по шесть раз в каждом. После того как это удалось, увеличиваем количество подтягиваний в подходе.

Подтягиваниями занимаетесь 2-3 раза раз в неделю. Мышцы растут и крепнут, когда у них достаточно времени для отдыха. Поэтому каждый день подтягиваться неразумно. В течении двух-трех месяцев ваши результаты в подтягивании заметно улучшаться.

Негативные повторения

Когда вы уже не можете подтянуться, не стеснясь, подставьте к перекладине стул и подпрыгните на турник до положения «подбородок выше перекладины». Затем в течение четырёх секунд опускайтесь вниз.

Больше пяти негативных повторений в одном подходе делать не рекомендуется, чтобы избежать растяжения связок и мышц.



Мировой рекорд по подтягиванию - **612 раз**. Установил Ли Шин-Йонг из Южной Кореи 29 декабря 1994 года. На это ему понадобилось 2 часа 40 минут.

На момент соревнований, спортсмену исполнилось 70 лет.

Сгибание и разгибание рук в упоре лежа

Данное упражнение является контрольным при определении уровня развития физического качества «сила».

Техника выполнения. Из упора лежа (расстояние между руками по ширине плеч, туловище прямое) по команде «Начинай» согнуть руки до касания грудью пола, разгибая руки, принять положение упор лежа, зафиксировать на 0,5 сек. неподвижное положение и продолжить выполнение упражнения. Касание пола коленом (коленями), бедрами и животом запрещается. Принимающий упражнение объявляет счет каждого законченного движения. Объявление счета одновременно является разрешением на продолжение упражнения. В случае нарушения правил выполнения упражнения вместо очередного счета подается команда «Не считать». Если эта команда подается трижды подряд, выполнение упражнения прекращается.

Упор – это положение тела, при котором плечи находятся над точкой опоры.



Характерные ошибки:

1. Отсутствие касания грудью пола.
2. Сгибание тела в пояснице.
3. Отсутствие паузы в конечном положении.

Основными причинами неудовлетворительных результатов в упражнении являются:

1. Избыточный вес.
2. Недостаточное мышечное развитие. Во время отжиманий основную нагрузку несут трицепсы, и мышцы груди.
3. Неправильная техника выполнения упражнения.

В современном английском языке слово «отжимания» появилось лишь в прошлом веке — в 1905 году. В США это упражнение начали называть «push up», а в 1950 году появилось британское название «press up». Ранее упражнение называлось «floor dip».

Вариации отжиманий встречались практически во всех античных культурах, и история этого упражнения насчитывает по крайней мере две с половиной тысячи лет.

Тренировка сгибаний и разгибаний рук в упоре лежа:

Вариант 1: Выполняйте подряд три подхода с максимальным количеством отжиманий в каждом подходе. При достижении результата в 20 отжиманий в третьем подходе необходимо увеличить количество подходов.

Вариант 2: Отжимания с отягощением являются одним из самых эффективных способов увеличения количества отжиманий и укрепления мышц рук.

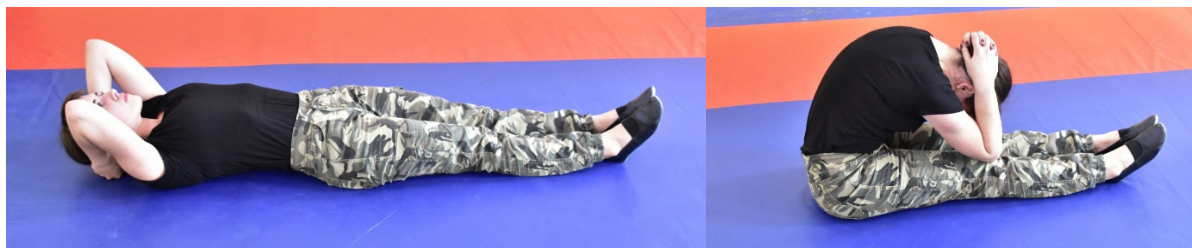
Закрепив груз на спине, выполняйте максимальное количество отжиманий. Можно использовать обычный рюкзак: в нем легко разместить груз, он удобно крепится на спине. Выполнять отжимания с отягощением нужно 3 раза в неделю, чтобы мышцы успели восстановиться.

Переходить к отжиманиям с отягощением можно только тогда, когда за один подход сможете сделать минимум 10 отжиманий без дополнительного веса. При достижении результата 3 подхода по десять раз необходимо увеличить отягощение на 2,5 кг.

Наклоны вперед из положения лежа

Данное упражнение является контрольным при определении уровня развития физического качества «сила» для женщин.

Техника выполнения: Наклоны вперед из положения лежа на спине в течение 1 мин. Из положения лежа на спине (руки за головой, ноги не зафиксированы, пятки касаются пола) по команде «Начинай» наклонить туловище вперед до касания локтями коленей, вернуться в исходное положение (касание пола лопатками обязательно) и продолжить выполнение упражнения. Разрешается незначительное сгибание ног. Принимающий упражнение объявляет счет каждого законченного движения. В случае нарушения правил выполнения упражнения вместо очередного счета подается команда «Не считать». Если эта команда подается трижды подряд, выполнение упражнения прекращается. По истечении времени, отведенного на выполнение упражнения, подается команда «Стой».



Запрещается:

1. Неполное разгибание туловища.
2. Отсутствие касания коленей локтями.
3. Значительное сгибание в коленных суставах. Отрыв пяток от пола.
4. Разрыв замка пальцев за головой.

Основными причинами неудовлетворительных результатов в упражнении являются:

1. Недостаточное мышечное развитие. Во время сгибаний туловища работают мышцы брюшного пресса, укрепление и развитие указанных групп мышц ведет к увеличению результатов в данном упражнении.

2. Неправильная техника выполнения упражнения.

Тренировка сгибаний туловища лежа:

Если у вас возникли затруднения с наклонами вперед из положения лежа, то необходимо минимум три раза в неделю уделять по 20 минут упражнениям для развития мышц брюшного пресса. Уже через две недели ваши результаты пойдут вверх.

Тренировка контрольного упражнения выполняется его 3 - 5-кратным повторением в облегченных условиях (лежа на наклонной доске головой вверх, выполнение наклонов с зафиксированными ногами) в количестве 85% раз от требуемого количества. Отдых между подходами 2-2,5 мин.

Жим гири весом 24 кг

Данное упражнение является контрольным при определении уровня развития физического качества «сила» для мужчин.

Техника выполнения: Из положения стоя (ноги врозь) по команде «Начинай» хватом сверху за дужку гири, поднять ее на грудь так, чтобы гиря лежала на предплечье (плече), а рука была прижата к туловищу, выжать гирю вверх и зафиксировать на прямой руке на 0,5 сек., затем опустить ее на грудь, зафиксировав на 0,5 сек., и продолжить выполнение упражнения. После подъема гири, в момент фиксации гири на головой, туловище, ноги и руки должны быть выпрямлены. Принимающий упражнение объявляет счет каждого законченного движения. Объявление счета одновременно является разрешением на продолжение упражнения. В случае нарушения правил выполнения упражнения вместо очередного счета подается команда «Не считать». Если эта команда подается трижды подряд, выполнение упражнения прекращается. Закончив выполнение упражнения одной рукой, опустить гирю вниз, не касаясь пола, переложить ее в другую руку и продолжить выполнение упражнения другой рукой. Запрещается находиться в положении без движения более 5 сек. В этом случае выполнение упражнения прекращается. При определении количества подъемов суммируются засчитанные жимы, выполненные каждой рукой.



Запрещается:

1. Толчковые движения ногами.
2. Нахождение без движения более 5 сек.
3. Отсутствие паузы в крайне верхнем положении.
4. Отсутствие паузы в исходном положении.

Основными причинами неудовлетворительных результатов в упражнении являются:

1. Недостаточное мышечное развитие. Во время жима гири работают трицепсы, длинные мышцы спины и дельтовидные мышцы.
2. Неправильная техника выполнения упражнения.

Тренировка жима гири 24 кг:

Тренировка жима гири выполняется 3 - 5-кратным повторением этого упражнения в облегченных условиях, то есть с отягощениями, посильными для жимов в количестве 85% раз от требуемого количества. Отдых между подходами 2- 2,5 мин. Тренировки проводить не чаще 1 раза в 2 дня.

Силовое комплексное упражнение (СКУ) для мужчин

Требования к выполнению: По команде «Начинай» без пауз для отдыха выполнить по 10: сгибаний и разгибаний рук в упоре лежа; прыжков из упора лежа в упор присев (колени между рук) и обратно; наклонов вперед из положения лежа на спине (руки на поясе, ноги не зафиксированы) до касания пальцев ног руками (допускается незначительное сгибание ног в коленных суставах, при возвращении в исходное положение необходимо касание пола лопатками); выпрыгиваний вверх (руки за головой) из полуприседа (бедро параллельны полу), полностью выпрямляя ноги. Принимающий упражнение объявляет счет каждого законченного движения. В случае нарушения правил выполнения упражнения вместо очередного счета подается команда «Не считать», а при продолжительной паузе (более 2 сек.) - «Прекратить выполнение».

Развитию силы и силовой выносливости уделяли большое внимание спортсмены древнего мира. Они тренировались со свободными отягощениями, используя для развития мышц мешки с песком или камни.

Иногда для удобства в камнях делали ручку — таким образом эти древние спортивные снаряды можно считать предками нынешних гирь.

Самый большой из них хранится сейчас в музее Олимпии и весит **143,5 кг**. На ней вырезана надпись: «Бибон, сын Фола, поднял меня над головой одной рукой».

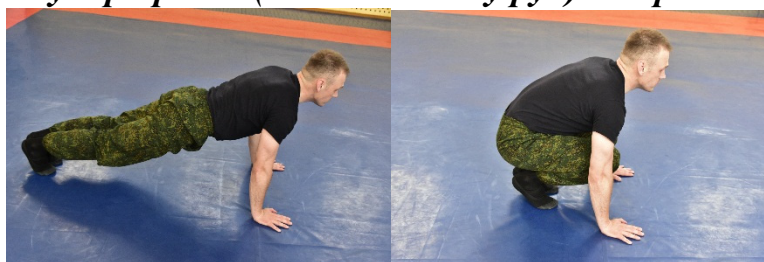


упражнения». При определении итогового результата суммируются засчитанные циклы указанных упражнений на количество раз.

Сгибания и разгибания рук в упоре лежа.



Прыжки из упора лежа в упор присев (колени между рук) и обратно.



Наклоны вперед из положения лежа на спине.

Выпрыгивания вверх

СКУ является одним из основных в самом популярном направлении фитнеса «кроссфит». Оно позволяет прорабатывать все тело при минимальном использовании стационарного оборудования и позволяет поддерживать физическую форму при минимальных затратах времени.



СКУ для женщин

Требования к выполнению: выполняется по команде «Начинай» в течение 1 мин.: первые 30 сек. - из положения лежа на спине (ноги не зафиксированы, пятки касаются пола), руки вдоль туловища, ладони параллельно полу, выполнить максимальное количество наклонов вперед до касания пальцев ног руками (допускается незначительное сгибание ног в коленных суставах, при возвращении в исходное положение необходимо касание пола лопатка-

ми), затем, без паузы для отдыха, по команде «Смена», следующие 30 сек. - из положения упор лежа выполнить максимальное количество сгибаний и разгибаний рук (туловище прямое, руки сгибать до касания грудью пола). Принимающий упражнение объявляет счет каждого законченного движения. В случае нарушения правил выполнения упражнения вместо очередного счета подается команда «Не считать». По истечении времени, отведенного на выполнение упражнения, подается команда «Стой». При определении итогового результата суммируются засчитанные повторения наклонов вперед и сгибаний и разгибаний рук. В случае отсутствия засчитанных движений в наклонах вперед и (или) сгибании и разгибании рук проверяемому выставляется отметка «0 баллов» за упражнение в целом

Поднос прямых ног к перекладине

Требования к выполнению: из виса хватом сверху по команде «Начинай» поднять прямые ноги к перекладине до касания грифа и вернуться в исходное положение. Зафиксировать неподвижное положение виса на 0,5 сек. и продолжить выполнение упражнения. Касание пола (земли) ногами, сгибание ног в коленных суставах, выполнение маховых движений запрещается. Принимающий упражнение объявляет счет каждого законченного движения. Объявление счета одновременно является разрешением на продолжение упражнения. В случае нарушения правил выполнения упражнения вместо очередного счета подается команда «Не считать». Если эта команда подается трижды подряд, выполнение упражнения прекращается.



Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях

Требования к выполнению: Из упора на брусьях (руки выпрямлены) по команде «Начинай», сгибая руки, опуститься в упор на согнутых руках (ру-

ки должны быть полностью согнуты), разгибая руки, выйти в упор на выпрямленных руках, зафиксировать неподвижное положение на 0,5 сек. и продолжить выполнение упражнения. Принимающий упражнение объявляет счет каждого законченного движения. Объявление счета одновременно является разрешением на продолжение упражнения. В случае нарушения правил выполнения упражнения вместо очередного счета подается команда «Не считать». Если эта команда подается трижды подряд, выполнение упражнения прекращается.

Рекорд по количеству отжиманий на брусьях за 1 час – 3989 раз. Его установил Саймон Кент (Великобритания); произошло это 5 сентября 1998 года в «Фаррахс Хелс Сентер» в Линкольне (Великобритания)

Примерный план практического занятия

1. Понятие, характеристика, виды силовых способностей.
2. Методы воспитания силовых качеств.
3. Характеристика нагрузки при развитии силовых качеств.
4. Характеристика и виды упражнений направленных на развитие силовых способностей.

Вопросы для самоконтроля по теме

1. Понятие, характеристика, виды силовых способностей.
2. Методы воспитания силовых качеств.
3. Характеристика нагрузки при развитии силовых качеств.
4. Характеристика и виды упражнений направленных на развитие силовых способностей.
5. Выполнить контрольное упражнение «Отжимания в упоре лежа».
6. Выполнить контрольное упражнение «Подтягивания на перекладине из виса хватом сверху».
7. Выполнить контрольное упражнение «Жим гири».
8. Выполнить контрольное упражнение «Силовое комплексное упражнение» (жен.)
9. Самостоятельно начислить баллы за выполнение контрольных упражнений общей физической подготовки в соответствии с нормативами по общей физической подготовке.

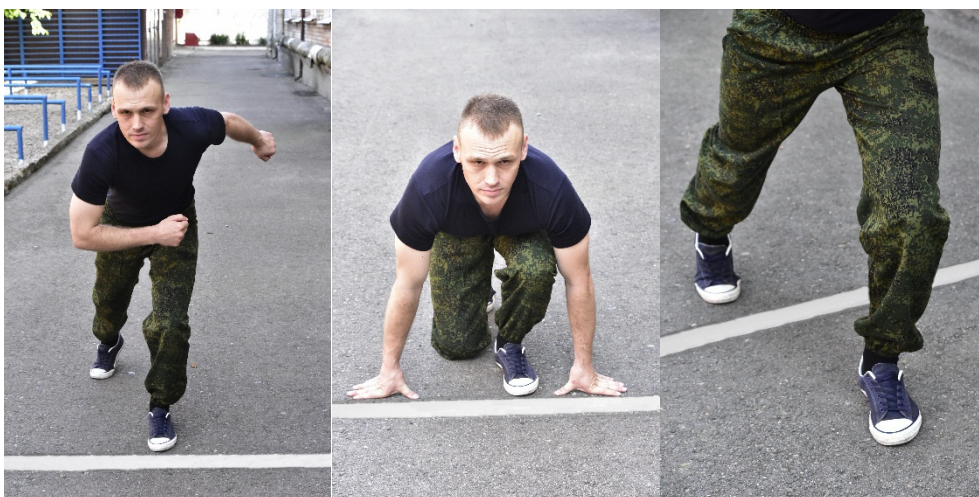
Тема 15.3. Легкая атлетика. Ускоренные передвижения

Челночный бег

Данное упражнение является контрольным при определении уровня развития физических качеств «быстрота и ловкость».

Техника выполнения: Челночный бег 10х10 м, 4х20 м. Выполняется в спортивном зале, на стадионе или ровной площадке с размеченными линия-

ми старта и поворота. Ширина линий старта и поворота входит в отрезок 10 (20) м. Результат определяется с точностью до 0,1 сек. С низкого или высокого старта по командам: «На старт», «Внимание», «Марш» пробежать 10 (20) м, коснуться любой частью тела поверхности за линией старта или поворота (в случае нарушения этого правила упражнение считается невыполненным), повернувшись кругом, пробежать 10 (20) м в обратном направлении и так далее - всего 10 (4) раз. Хронометраж прекращается, когда бегущий пересекает линию финиша любой частью туловища. Запрещается использовать в качестве опоры при повороте какие-либо естественные или искусственные предметы, неровности, выступающие над поверхностью пола.



Тренировка челночного бега:

Выпады – базовая тренировка, укрепляющая мышцы бедра и ягодиц, и улучшающая координацию. Обе ноги при выполнении согнуты в коленях на 90 градусов. Затем резким прыжком следует сменить позицию ног. Важно! При выпаде колено толчковой ноги находится только на уровне пальцев ног, но не выходит за него.

Забегание на горку. Бег в гору позволяет развить мышцы пресса, ягодиц и ног. Во время нагрузки нужно следить за высотой подъема коленей и ступней. Бег возможно ускорить короткими рывками интервалом в минуту — это поможет увеличить скорость и способность совершать рывки на короткие дистанции.

Поворот на 180 градусов Умение правильно поворачиваться после достижения очередного отрезка дистанции — важный навык для совершенствования техники челночного бега. Правильный поворот осуществляется следующим образом: бегун снижает скорость и, достигнув отметки, поворачивает стопу в направлении движения. Такая техника позволяет затормозить, при этом сохранив инерцию.

Тренировки обязательно осуществляются на регулярной (постоянной) основе. В противном случае желаемого эффекта не будет. После интенсивных кардионагрузок следует давать мышцам несколько дней на восстановление и отдых.

Кросс 1-5 км

Данное упражнение является контрольным при определении уровня развития физических качеств «выносливость».

Условия выполнения: Бег (кросс) на 1, 3 и 5 км. Выполняется на ровном участке или по пересеченной местности. С высокого старта по командам: «На старт», «Марш». Хронометраж прекращается, когда бегущий пересек линию финиша любой частью туловища. Результат определяется с точностью до 1 сек.

Тренировка бега на длинные дистанции:

Равномерный метод – длительный бег с относительно постоянной интенсивностью работы. В практике применяются два его варианта, например: работа предельной интенсивности на соревновательной дистанции (допустим, бег на 1000 м.) и длительная непрерывная работа умеренной интенсивности, выполняемая этим бегуном на более длинной дистанции (например, 5000 м.). Первый вариант применяется для воспитания специальной выносливости, второй – для воспитания общей выносливости. Длительность тренировки 30-60 мин.

Повторный метод – бег на длинных отрезках дистанции с ускорениями до 5-10 мин (ЧСС 150-180 уд./мин). Длина отрезков дистанции бега с ускорением должна быть от 100 до 200 м, а их количество за тренировку – 3-4. Длительность отдыха после ускорений выбирается с учетом показателей восстановления пульса до 130 уд./мин и составляет 3-5 мин в зависимости от интенсивности бега.

В конце 2005 года: в Австралии 49-летний греческий стайер Яннис Курос совершил наиболее долгий в истории забег продолжительностью шесть суток. За это время он пробежал 1036 км 851 м.

Примерный план практического занятия

1. Характеристика упражнений для развития быстроты и ловкости.
2. Технические основы выполнения контрольного упражнения «Челночный бег».
3. Характеристика упражнений для развития выносливости.
4. Технические основы выполнения контрольного упражнения «Кросс 1-5 км».

Вопросы для самоконтроля по теме

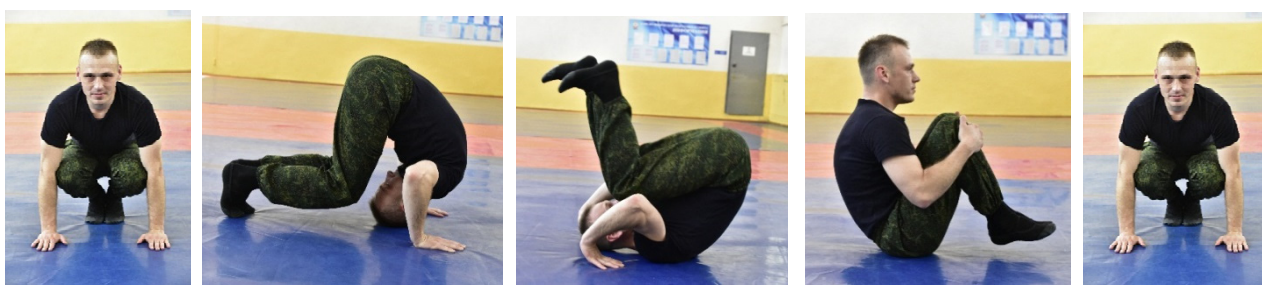
1. Выполнить контрольное упражнение «Челночный бег 10х10 м».
2. Выполнить контрольное упражнение «Челночный бег 4х20».
3. Выполнить контрольное упражнение «Бег (кросс) 1 км».
4. Выполнить контрольное упражнение «Бег (кросс) 5 км».
5. Самостоятельно начислить баллы за выполнение контрольных упражнений общей физической подготовки в соответствии с нормативами по общей физической подготовке.

Тема 15.4. Приемы страховки и самостраховки

Приемы страховки и самостраховки изучаются на первых этапах обучения и в последствии постоянно совершенствуются. В первую очередь они необходимы для предупреждения травм при дальнейшем обучении, во вторую, развивают координацию и ловкость, что влияет на скорость приобретения новых двигательных навыков.

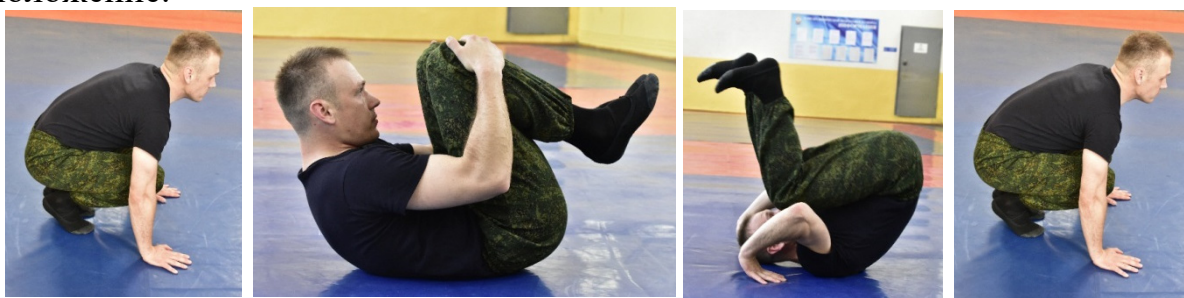
Кувырок вперед

Техника выполнения: из исходного положения упор присев, разгибая ноги перенести вес тела вперед, прижать подбородок к груди, оттолкнуться ногами и сгруппировавшись перевернуться через голову и вернуться в исходное положение.



Кувырок назад

Техника выполнения: Из исходного положения упор присев, сгруппироваться, прижать подбородок к груди и отталкиваясь руками перекатится на лопатки. Перекатится через голову и вернуться в исходное положение.



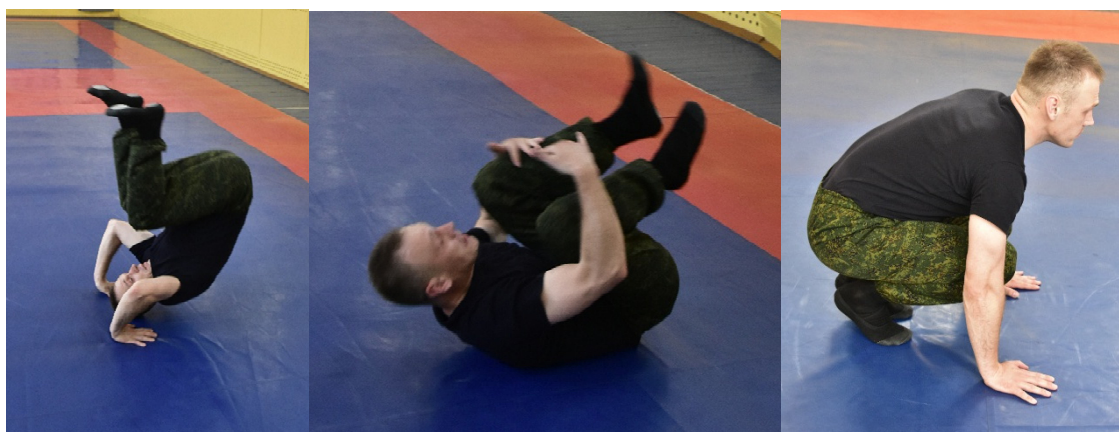
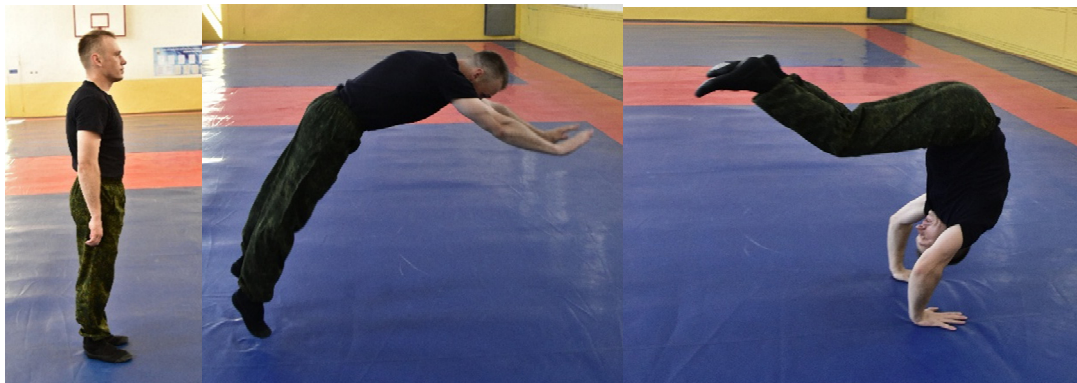
Кувырок через плечо

Техника выполнения: Из исходного положения стоя ноги врозь присесть, упереться тыльной стороной ладони, прижать подбородок к груди. Оттолкнуться ногами и перекатится через плечо опорной руки.



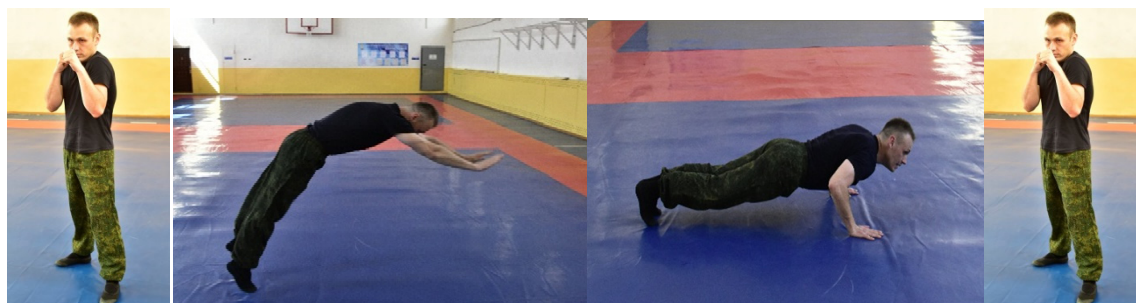
Полет-кувырок

Техника выполнения: Из исходного положения стоя ноги врозь оттолкнувшись ногами выполнить прыжок, вытянув руки вперед. Приземлиться на руки, сгруппироваться и прижав подбородок к груди выполнить кувырок вперед.



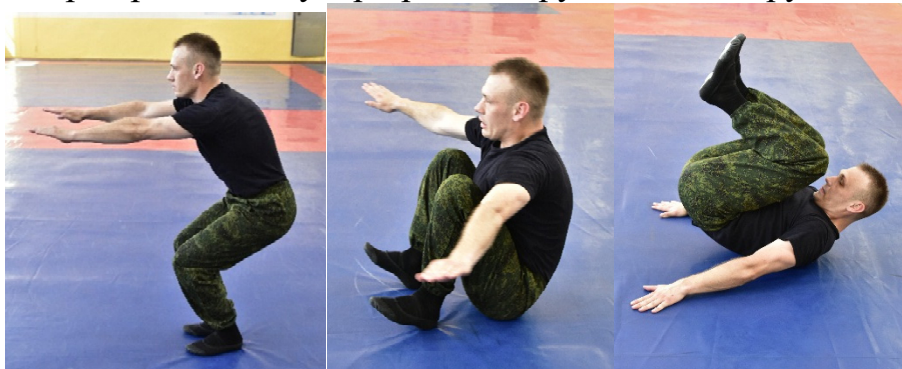
Самостраховка при падении вперед

Техника выполнения: Из исходного положения стоя ноги врозь оттолкнувшись ногами выполнить прыжок. Приземлиться на руки амортизируя падение, при этом повернуть голову в сторону.



Самостраховка при падении назад

Техника выполнения: Из исходного положения стоя ноги врозь выполнить присед и перекат назад в группировке. Опережая касание лопатками ковра произвести удар прямыми руками по коврику ладонями вниз.



Самостраховка при падении на бок

Техника выполнения: Из исходного положения стоя ноги врозь присесть перекатится на правый бок. Прямой рукой, ладонью вниз произвести удар по коврику.



Примерный план практического занятия

1. Теоретические основы выполнения сложно-координационных упражнений.
2. Общеразвивающие, акробатические и специально-подготовительные упражнения.

Вопросы для самоконтроля по теме

1. Кувырки: вперед, назад, через правое плечо, через левое плечо, назад с выходом в стойку, кувырки через партнера.
2. Самостраховка при падении: вперед, назад, на бок.

Тема 15.5. Боевые приемы борьбы

Боевые приемы борьбы являются сложно координационными движениями, поэтому их разучивание целесообразно проводить по частям. Только после уверенного и правильного выполнения каждой части в

отдельности можно переходить к выполнению приема единым, целым движением.

Болевые приемы

Болевые приемы применяются с целью ограничения свободы передвижения лиц как мера принуждения и обеспечения безопасности сотрудника при противодействии законным требованиям сотрудника органов внутренних дел.

1. Загиб руки за спину

Ограничение свободы передвижения загибом руки за спину. Находясь сзади, захватить правой рукой правое предплечье ассистента (большой палец обращен к локтю) и отвести назад-вправо. Шагая левой ногой вперед-влево, нанести левой голенью расслабляющий удар в подколенный сгиб его правой ноги или левым локтем в спину. Толкнуть ладонью левой руки плечо ассистента ближе к локтю вперед-вверх и быстро завести его предплечье над своим предплечьем, захватить ладонью локоть. Прижимая предплечье и локоть своей руки к спине ассистента, надавить на локоть вниз, а другой рукой захватить за плечо (одежду на его плече, ворот) либо за подбородок снизу, встать к нему боком. Сопроводить, сковывая подвижность загибом руки за спину.

Разучивание приема.

Исходное положение: обучаемый находится позади партнера, во фронтальной стойке, руки опущены.



Первая часть приема. (Делай раз).

С шагом вперед в сторону правой ногой, захватить правой рукой запястье одноименной руки партнера таким образом исключить свободное движение кисти.

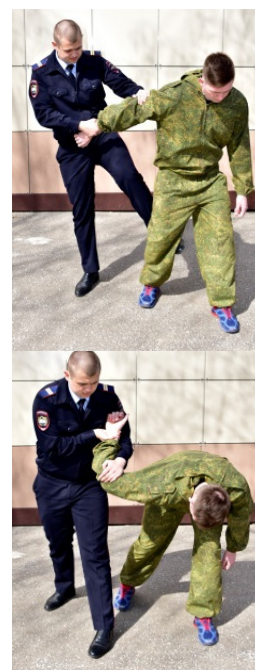


Вторая часть приема (Делай два).

Шагая левой ногой вперед-влево, нанести левой голенью расслабляющий удар в подколенный сгиб правой ноги или левым локтем в спину ассистента. Одновременно с этим отвести захваченную руку назад в сторону основанием ладони левой руки выбить локтевой сустав вперед-вверх сгибая захваченную руку захватить локоть противника

Третья часть приема (Делай три).

Продолжая движение вперед, произвести сгиб руки ассистента и разместить его кисть выше локтевого сгиба своей левой руки. Завести захваченную руку ассистента максимально назад таким образом, чтобы исключить возможность свободного движения. Захватить ассистента за



подбородок и подав команду «Свободную руку за голову» приступить к сопровождению.

В этом положении противник находится под болевым контролем. Болевое воздействие можно усилить, поднимая захваченную голову ассистента вверх.



2. Задержание нырком

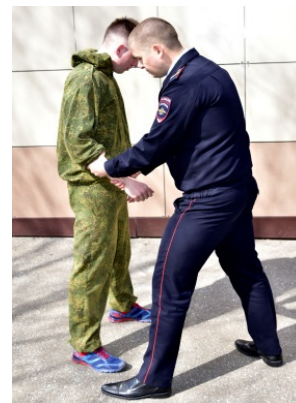
Ограничение свободы передвижения загибом руки за спину «нырком». Захватить двумя руками (правая рука снизу) правое предплечье ассистента и нанести расслабляющий удар правой голенью или коленом по внутренней стороне его правого бедра. Поднимая руку ассистента вперед-вверх, согнуть ее в локте и, скручивая предплечье внутрь, повернуться под захваченной рукой кругом. Отпуская левой рукой его предплечье, толкнуть ладонью плечо ближе к локтю вперед-вверх и быстро завести предплечье ассистента над своим предплечьем, захватить ладонью локоть. Прижимая предплечье и локоть своей руки к его спине, надавить на локоть вниз, а другой рукой захватить за плечо (одежду на его плече, ворот) либо за подбородок снизу, встать к нему боком. Сопроводить, сковывая подвижность загибом руки за спину.

Разучивание приема.

Исходное положение: Исходное положение: обучаемый находится перед партнером во фронтальной стойке, руки опущены.

Первая часть приема (Делай раз).

Шагая левой ногой вперед – влево, захватить правое запястье обеими руками (правая рука снизу) и поднять руку вперед – вверх, согнув ее в локтевом суставе.



Вторая часть приема (Делай два).

Нанести правой ногой (голенью) расслабляющий удар по внутренней стороне его правого бедра. Повернуться на своей левой ноге кругом через левое плечо, продолжая выворачивать захваченную руку.



Третья часть приема (Делай три).

Захватив левой рукой локтевой сгиб, провести «загиб руки за спину». Удерживая ассистента за подбородок и подав команду «Свободную руку за голову» приступить к сопровождению.

3. Задержание рывком

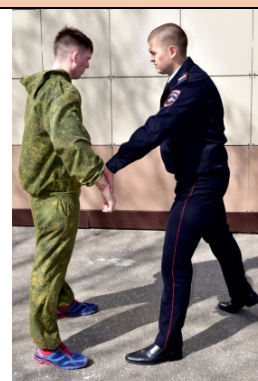
Ограничение свободы передвижения загибом руки за спину «рывком». Захватить левой рукой правое предплечье ассистента сверху (большой палец в сторону кисти). Нанести расслабляющий удар правой голенью по внутренней стороне правого бедра или локтем правой руки в грудь. Правой рукой захватить его руку за плечо (ближе к локтю сверху или снизу) и резко потянуть к себе («рвануть»). Отпуская предплечье, быстро переместить левую руку под него и, загибая руку ассистента за спину, захватить ладонью локоть. Прижимая предплечье и локоть своей руки к его спине, надавить на локоть вниз, а другой рукой захватить за плечо (одежду на его плече, ворот) либо за подбородок снизу, встать к нему боком. Сопроводить, сковывая подвижность загибом руки за спину.

Разучивание приема.

Исходное положение: обучаемые находятся перед партнерами во фронтальной стойке, руки опущены. (Рис19)

Первая часть приема (Делай раз).

Шагая левой ногой вперед – влево к правой ноге партнера, захватить изнутри своей левой рукой его правую руку большим пальцем вниз.



Вторая часть приема (Делай два).

Одновременно с захватом локтевого сустава правой руки, нанести расслабляющий удар правой ногой голенью по внутренней стороне правого бедра (выполнить рывок).



Третья часть приема (Делай три).

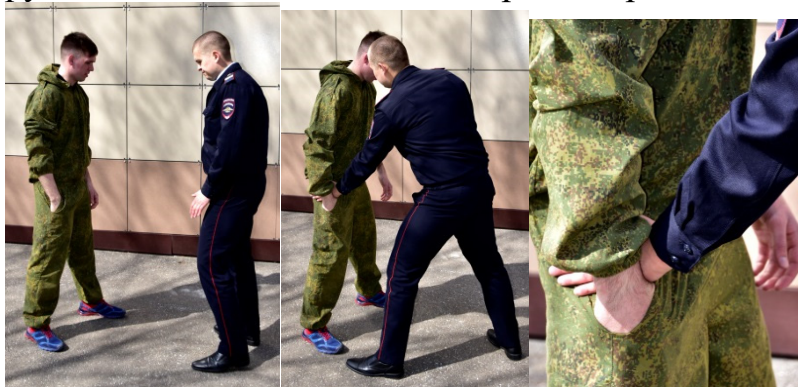
Не отпуская захвата за локоть сделать широкий шаг правой ногой назад и резко потянуть ассистента на себя за локоть, заставляя его сделать шаг вперед и согнуть руку в локтевом суставе. Перехватив левой рукой локтевой сгиб выполнить «загиб руки за спину». Захватить ассистента за подбородок и подав команду «Свободную руку за голову» приступить к сопровождению.

4. Задержание замком

Ограничение свободы передвижения загибом руки за спину «замком» (ассистент держит правую руку в брючном кармане). Расположить свое левое предплечье между его правой рукой и бедром и зажать кисть в кармане. Нанести расслабляющий удар правой ногой (стопой в голень или коленом вниз живота). Соединить руки (левая - снизу под локтем ассистента, правая сверху) хватом пальцев «в замок». Поворачиваясь направо-назад, резко рвануть руку ассистента под локоть из кармана вверх. Далее действовать аналогично загибу руки за спину рывком.

Разучивание приема.

Исходное положение: обучаемые находятся перед партнерами во фронтальной стойке, рука ассистента находится в кармане брюк.



Первая часть приема (Делай раз).

Шагая левой ногой вперед – влево к правой ноге партнера, зажать кисть так как, чтобы ассистент не смог достать свою руку из кармана.

Вторая часть приема (Делай два).

Нанести расслабляющий удар правой ногой. Блокируя предплечьем правую кисть партнера произвести захват своих рук в замок под локтевым сгибом и резко потянуть на себя и вверх заставляя партнера сделать шаг вперед, одновременно разворачиваясь в сторону направления движения.



Третья часть приема (Делай три).

Разжать замок и перехватить левой рукой локтевой сустав, «загиб руки за спину». Захватить ассистента за подбородок, подав команду «Свободную руку за голову» приступить к сопровождению.

5. Рычаг руки через предплечье

Ограничение свободы передвижения рычагом руки через предплечье. Захватить правую руку ассистента за плечо (левой рукой) и предплечье (правой рукой). Нанести расслабляющий удар основанием ладони левой руки в его лицо. Обхватывая правую руку ассистента сверху, быстро завести свое левое предплечье под его плечо снизу, захватить ей свое правое предплечье либо одежду на груди. Одновременно перегибая руку ассистента через предплечье и скручивая предплечье наружу, вынудить его встать, а затем и двигаться на носках.

Разучивание приема.

Исходное положение: обучаемый находится сбоку от партнёра во фронтальной стойке, руки опущены.

Первая часть приема (Делай раз).

С под шагом левой ногой, захватить левой рукой, правую руку ассистента за плечо, а правой рукой за предплечье.



Вторая часть приема (Делай два).

Нанести расслабляющий удар ладонью в голову ассистента отводя ее назад, одновременно повернуться боком. Опуская левую руку вниз захватить ей свое правое предплечье либо одежду на груди таким образом, что бы предплечье находилось под локтевым сгибом ассистента.



Третья часть приема (Делай три).

Отжимая руку вниз – наружу, заставить болевым воздействием встать на носки. Подав команду «Свободную руку за голову» приступить к сопровождению.

6. Рычаг руки наружу

Ограничение свободы передвижения скручиванием руки наружу («рычаг руки наружу»). Захватить правую кисть ассистента двумя руками, большими пальцами надавить на запястье и нанести расслабляющий удар правой ногой по внутренней стороне его бедра. Выкручивая руку наружу-вниз, бросить ассистента на спину. Перешагивая правой ногой через туловище ассистента, загибом руки за спину толчком перевернуть его в положение лежа на животе. Незамедлительно, встав на правое колено, подставить свое бедро под плечо захваченной руки ассистента. Сковывая подвижность загибом руки за спину, вынудить ассистента повернуться на бок и прижать колени к груди. Удерживая правой рукой под подбородок снизу, поднять его на колени, а затем вынудить ассистента встать. Сопроводить, сковывая подвижность загибом руки за спину.

Разучивание приема.

Исходное положение: обучаемые находятся перед партнерами во фронтальной стойке, руки опущены.

Первая часть приема (Делай раз).

С под шагом левой ногой, захватить кисть противника двумя руками, упрев большие пальцы в тыльную сторону ладони.

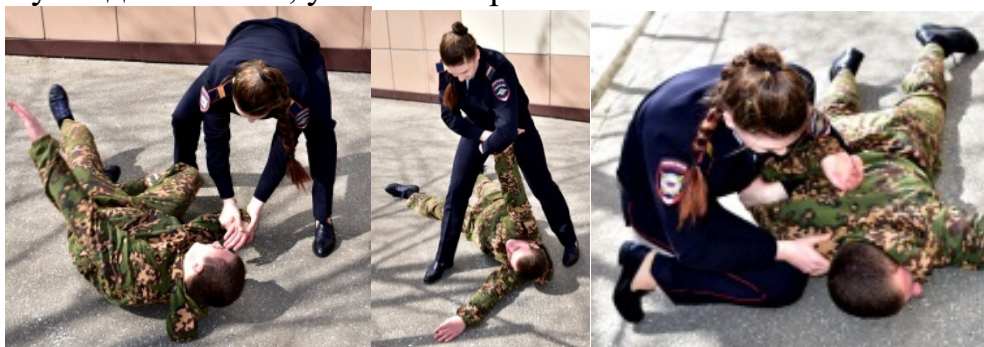


Вторая часть приема (Делай два).

Нанести расслабляющий удар ногой во внутреннюю часть бедра. Одновременно скручивая свое туловище в направлении броска.

Третья часть приема (Делай три).

Бросив ассистента на пол, прижать руку к полу. Перешагнув через туловище ассистента перехватить руку и потянуть к себе. Выворачивая кисть внутрь перевернуть противника на грудь. Опустить колено под плечо захваченной руки, чем вызвать болевые ощущения у ассистента и провести загиб руки за спину сзади толчком, указанным ранее способом.



Четвертая часть приема (Делай четыре).

Подавая поочередно команды «Набок лечь», «Колени к животу», «Встать» «Свободную руку за голову» поднять ассистента и приступить к сопровождению.

7. Рычаг руки внутрь

Ограничение свободы передвижения скручиванием руки внутрь («рычаг руки внутрь»). Захватить правое предплечье ассистента левой рукой сверху (большой палец к кисти). Нанести расслабляющий удар левой голенью по левому бедру ассистента изнутри и захватить предплечье двумя руками (правой рукой снизу). Скручивая предплечье внутрь, завести захваченную руку себе под плечо. Приседая и наклоняясь вперед, прижать плечо ассистента туловищем к левому бедру сверху. Перегибая руку в локтевом суставе верх и надавливая на запястье, дожать и скрутить кисть внутрь. Далее действовать аналогично загибу руки за спину толчком.

Разучивание приема.

Исходное положение: обучаемые находятся перед партнерами во фронтальной стойке, руки опущены.



Первая часть приема (Делай раз).

С под шагом правой ногой, захватить предплечье ассистента рукой сверху ближе к его кисти и потянуть к себе.

Вторая часть приема (Делай два).

Нанести расслабляющий удар голенью левой ноги по внутренней части бедра. Захватить второй рукой снизу за предплечье ассистента, поставив ногу (наносившей расслабляющий уда) к ноге партнера

Третья часть приема. (Делай три)

Прижать плечо ассистента туловищем к левому бедру, сместить захват левой руки на локтевой сгиб партнера, полностью контролируя его подвижность болевым воздействием.

Провести загиб руки за спину, подав команду «Свободную руку за голову» приступить к сопровождению.



Рекомендации для самостоятельной работы

При самостоятельной отработке рассмотренных выше приемов и действий необходимо обратить внимание на следующее:

- путем постоянных повторений добиться объединения всех элементов в одно слитное движение;
- выполняя болевой элемент «загиб руки за спину», добиваться полного ограничения подвижности ассистента;
- выполняя приемы следить за хватом и контролем лучезапястного сустава ассистента, акцентировать внимание на использовании массы собственного тела для преодоления физического сопротивления;
- стремиться к уменьшению количества движений.

Тема практического занятия:

«Задержание и сопровождение болевыми приемами стоя».

Вопросы для самоконтроля по теме

1. Задержание и сопровождение болевыми приемами стоя: загиб руки за спину при подходе сзади толчком с действием на задержание;

загиб руки за спину при подходе спереди рывком с действием на задержание;

загиб руки за спину при подходе спереди нырком с действием на задержание;

загиб руки за спину при подходе спереди замком с действием на задержание;

захват и перегибание кисти под руку с действием на задержание;

рычаг руки внутрь, наружу с действием на задержание;

рычаг руки через предплечье, за головой с действием на задержание.

Тема 15.6. Броски

1. Задняя подножка

Разучивание приема.

При разучивании приема ассистенты подбираются примерно равными по росту и весу. Исходное положение: обучаемый находится напротив ассистента во фронтальной стойке, руки опущены.

Первая часть приема (Делай раз.)

С шагом вперед в сторону левой ногой, одновременно захватить левой рукой правую руку ассистента (чуть выше локтевого сустава), а правой рукой обозначаем расслабляющий удар в подбородок либо область солнечного сплетения ассистента, после чего правой рукой выполняется захват шеи либо одежды в области шеи или груди. Таким образом выполняется навязывание хвата и подготовка к выведению из равновесия.

Вторая часть приема (Делай два). Шагая левой ногой вперед-влево, поставить левую стопу снаружи правой стопы ассистента и одновременно рвануть его назад - на себя, перенеся вес тела ассистента на свою правую ногу, тем самым выполняем выведение из равновесия.



Третья часть приема (Делай три). Продолжая движение, заводим слегка согнутую свою правую ногу за опорную ногу ассистента и ставим ее сзади правой ноги так, чтобы подколенные сгибы ног соприкасались. Далее, выпрямляя свою правую ногу, наклоняясь и разворачивая туловище влево, выбиваем опорную ногу ассистента и,

бросаем к своему левому носку. После проведения броска находимся в устойчивом положении, правая рука ассистента остается захваченной в подконтрольном положении.

Таким образом, выполняем реализацию технической основы броска, для последующего перехода к физическому контролю, сковыванию и сопровождению.

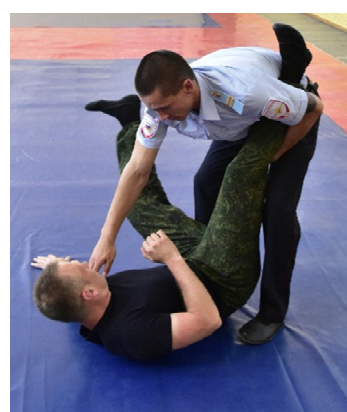
2. Задняя подножка с захватом ноги

Первая часть приема (Делай раз).

Обозначить расслабляющий удар ассистенту. Выполнить захват правой рукой за его шею либо одежду в области шеи или груди, а левой за подколенный сгиб правой ноги ассистента снаружи, одновременно шагая левой ногой вперед-влево.

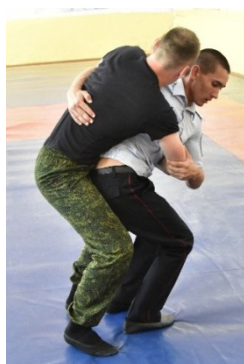
Вторая часть приема (Делай два).

Приподнять его захваченную ногу вверх и вправо, прижать к своему правому боку. Завести слегка согнутую правую ногу за опорную ногу ассистента и поставить ее сзади его правой ноги так, чтобы подколенные сгибы ног соприкасались. Выпрямляя свою правую ногу, наклоняясь и разворачивая туловище влево, подбить ближнюю ногу ассистента, одновременно рванув его влево-вниз, бросить к своему левому носку.



3. Бросок через бедро

Первая часть приема (Делай раз)



Левой рукой захватить правую руку ассистента, а правой – обозначить расслабляющий удар в туловище, после чего выполнить захват на его поясице. Рывком на себя-влево-вверх заставить его перенести вес тела на носки. Одновременно шагнуть правой ногой вперед и поставить ее между ног ассистента, повернуться влево-кругом на правой ноге так, чтобы левая ягодица оказалась около внутренней части правого бедра ассистента. Одновременно с окончанием поворота приставить свою левую ногу к правой и, разводя колени, присесть на обеих ногах.

Вторая часть приема (Делай два).

Резким движением подбить внутреннюю часть его правого бедра назад и немного вверх, одновременно сделать сильный рывок руками на себя-вверх, а чуть позже влево-вниз и бросить ассистента к своему левому носку.



4. Бросок захватом ног сзади

Находясь в полуприседе (правая нога спереди), захватить руками ноги ассистента снаружи чуть выше колен. Толкая его правым плечом под ягодицы, рвануть ноги ассистента на себя-вверх и развести их в стороны.



5. Бросок захватом ног спереди

На шаге правой ногой вперед обозначить расслабляющий удар одноименной рукой в голову ассистента. Приседая, захватить руками ноги ассистента за подколенные сгибы снаружи и упереться правым плечом в его живот. Толкая ассистента, сделать сильный рывок за его ноги на себя и вверх, одновременно разводя их в стороны. При падении ассистента отставить одну ногу назад и захватить его голени под свои подмышки.



Примерный план практического занятия

1. Приемы борьбы стоя.
2. Броски с действиями на задержание.

Вопросы для самоконтроля по теме

1. Выполнить бросок через бедро.
2. Выполнить бросок с захватом двух ног спереди, с захватом двух ног при подходе сзади.
3. Выполнить бросок задняя подножка.

Тема 15.7. Удары и защита от ударов

1. Удары руками

Удар как форма физического воздействия представляет собой сильный и резкий толчок какой-либо частью тела. Так же может наноситься специальным средством, подручным предметом, оружием.

Боевая стойка — это, удобное положение тела для выполнения защитных и атакующих действий.

Стойка должна обеспечивать как статическую, так и маневренную устойчивость.

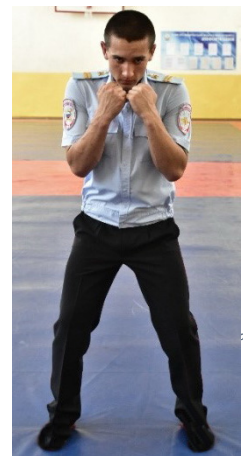
Фронтальная стойка:

Ноги немного шире плеч и слегка согнуты, плечи и голова несколько наклонены вперед, живот втянут (спина закруглена), подбородок опущен к груди; руки согнуты в локтях и расслаблены, кулаки у подбородка, локти опущены и прикрывают подреберье.



Левосторонняя (правосторонняя) стойка —

стойка вполоборота по отношению к ассистенту, ноги на ширине плеч и немного согнуты, вес равномерно распределен на обе ноги; плечи и голова немного наклонены вперед, живот втянут (спина закруглена), подбородок опущен и прикрыт плечом передней руки; руки согнуты в локтях и расслаблены; кулак передней руки на уровне плеча обращен тыльной поверхностью наружу и вверх, локоть опущен и прикрывает подреберье, кулак другой руки у подбородка, локоть также опущен и прикрывает подреберье с другой стороны.



Прямой удар кулаком. Отталкиваясь сзади стоящей ногой придать ускорение туловищу, затем, разгибая руку в локтевом суставе, нанести удар. Необходимо следить, чтобы кисть и предплечье руки находились на одной оси. Траектория движения руки при ударе должна соответствовать траектории возвращения в исходное положение.





Удар кулаком сбоку выполняется полусогнутой в локтевом суставе рукой из правосторонней (левосторонней) стойки с поворотом туловища внутрь и переносом веса тела на впереди стоящую ногу.

Особенностью ударов кулаком сбоку является то, что угол между предплечьем и плечом в момент удара составляет не более 90° . Пальцы кисти при этом могут быть развернуты как внутрь, так и вниз. В конце ударного движения атакующий опирается на впереди стоящую ногу.



Удар кулаком снизу. Выполнить наклон туловища вперед с небольшим сгибанием ног в коленных суставах, резко разогнуть ноги, выпрямиться и завершить движение ударом руки снизу вверх.

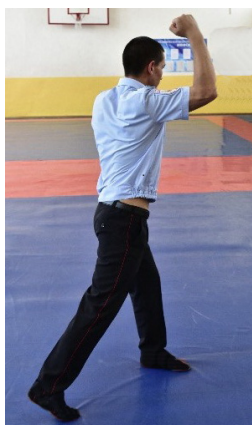
Пальцы сжатой в кулак кисти необходимо развернуть вверх, угол между плечом и предплечьем, как и при ударах сбоку, составляет не более 90° . Разгибание в тазобедренных суставах в момент удара позволяет увеличить его силу.



Удар кулаком (ребром ладони) сверху: Для выполнения удара сверху производится замах, при котором ноги немного выпрямляются, а туловище несколько поворачивается в сторону, противоположную цели, а сильно согнутая в локтевом суставе рука отводится назад-вверх. Удар производится рубящим движением. Взрывным усилием ноги немного сгибаются, туловище поворачивается в направлении цели, движение руки начинается с выведения локтя вперед, финальное усилие осуществляется за счет разгибания руки в локтевом суставе.



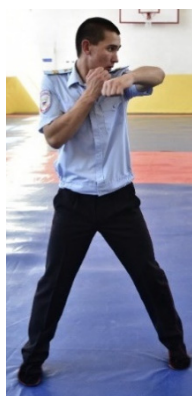
Рисунок 2 Ударная часть



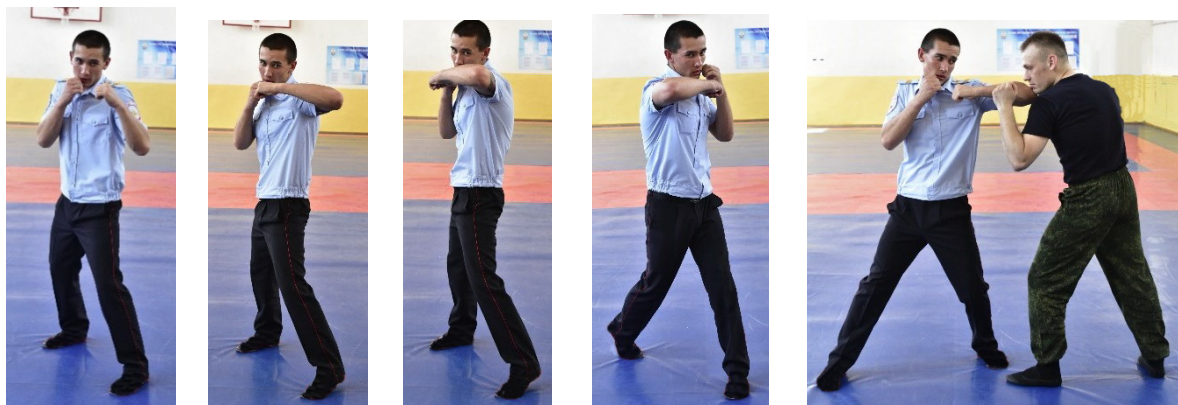
Удар основанием ладони снизу-прямо наносится путем резкого разгибания руки по направлению снизу-прямо.



Удар (кулаком, ребром ладони) наотмашь выполняется с резким поворотом (вращением) туловища наружу и одновременным разгибанием руки в локтевом суставе.



Удар локтем сбоку преимущественно наносится по боковой поверхности головы и шеи с поворотом туловища внутрь согнутой в локтевом суставе рукой из правосторонней (левосторонней) стойки с переносом веса тела на впереди стоящую ногу.



Удар локтем снизу выполняется согнутой в локтевом суставе рукой ударным движением снизу вверх.



Истинными мастерами наносить удары локтями по праву считаются бойцы стиля муай-тай. Часто удары локтями буквально разрезают кожу. Из-за меньшего рычага удар получается мощнее и травмоопаснее.



Удар локтем наружу выполняется согнутой в локтевом суставе рукой с резким поворотом (вращением) туловища наружу.

Удар локтем сверху выполняется согнутой в локтевом суставе рукой с резким наклоном туловища вперед.

Удар локтем назад выполняется за счет резкого сгибания и отведения руки назад.

При нанесении ударов локтем кулак плотно сжимается.



Рисунок 7 Удар локтём наружу



Рисунок 6 Удар локтем сверху

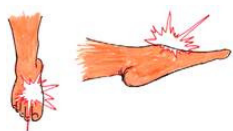


Рисунок 5 Удар локтем назад

Типичные Ошибки при нанесении ударов руками:

1. Перенос центра тяжести на носки впереди стоящей ноги (потеря равновесия).
2. Наклон головы в стороны, вперед, назад, потеря зрительного контроля над противником.
3. Потеря контроля над защитой во время атакующих действий.

2. Удары ногами



Удар носком (подъемом стопы) снизу выполняется за счет последовательного активного сгибания ноги в тазобедренном и разгибания в коленном суставах.

Самый сильный удар ногой выполнил боец тяжелой лиги ММА Мирко (Крокоп) Филиппович, его мощь достигла 2703 кг!



Удар коленом снизу выполняется за счет последовательного активного сгибания ноги в тазобедренном и коленном суставах. Опорная нога при этом выпрямляется, а ударная максимально сгибается в коленном суставе. Выведение таза вперед в момент удара позволяет увеличить его силу.

Эффективность удара коленом повысится, если одновременно с ударом выполнить захват за голову, шею или одежду ассистента, и притянуть его к себе.

Прямой удар подошвенной частью стопы выполняется после предварительного сгибания и последующего резкого разгибания ноги в тазобедренном и коленном суставах.



Рисунок 8 Ударная часть стопы



Удар подъемом стопы сбоку выполняется за счет последовательного активного сгибания ноги в тазобедренном (вынос бедра в сторону) и разгибания в коленном суставе («вы-хлест» голени).



Удар пяткой сверху преимущественно наносится в стопу и выполняется за счет сгибания и последующего резкого разгибания ноги в тазобедренном и коленном суставах.

При нанесении удара стопой необходимо зафиксировать ее относительно голени за счет мышечного напряжения.

При нанесении удара подъемом стопы носок должен быть оттянут.

При нанесении удара пяткой носок необходимо «взять» на себя.

Основное правило при нанесении ударов ногами, это сохранение устойчивого положения тела (равновесия).

3.Защита от ударов

Защитные действия от ударов руками, ногами, ножом или предметом могут выполняться с помощью перемещений, уклонов, нырков, подставок, отбивов. При проведении защитных действий необходимо сохранять устойчивое и удобное для контратаки положение. Основные критерии оценки защитных действий — они должны выполняться уверенно и эффективно.

Защита перемещением применяется от любых ударов руками и ногами. Защита перемещением основана на скорости и подвижности требует отработанного чувства времени и дистанции, она успешно сочетается с другими видами защиты. Защита перемещением различается по направлению дви-

жения: назад, вправо, влево, назад — в сторону, вперед — в сторону. Перемещение может выполняться скачком или скользящим (приставным) шагом. При перемещении приставным шагом вперед отталкивание производится сзади стоящей ногой, после чего эта нога подтягивается к впереди стоящей ноге так, чтобы сохранить положение боевой стойки. При перемещении в сторону шаг выполняет нога, одноименная направлению движения, то есть вправо правая нога, влево — левая. Перемещение скачком может выполняться двумя способами: толчком одной ногой или толчком двумя ногами (подскок). В отличие от перемещения приставным шагом в перемещении скачком присутствует фаза полета.



Защита поворотом заключается в своевременном отклонении туловища за счет его скручивания и перемещении с линии атаки. Используется от прямых ударов руками и ногами, а также ударов руками (предметом) сверху.

Защита уклоном заключается в своевременном отклонении туловища или частей тела с линии атаки. Уклоны могут выполняться в сторону (влево, вправо), назад (или по-другому это движение называется отклон).

Уклоны позволяют избежать ударов, не увеличивая дистанции противоборства. Уклоны вправо и влево используются в качестве защиты от прямых ударов руками в голову, уклон назад — от любых ударов руками и ногами.



Защита нырком состоит из движения вперед навстречу удару и уклона туловища вниз — в сторону. Это защитное действие используется, как правило, от ударов рукой или ногой сбоку в голову.

Защита подставкой выполняется для остановки и блокирования бьющей руки или ноги. Подставки выполняются предплечьем (предплечьями), голенью, стопой. Целесообразно применять защиту подставкой в сочетании с перемещениями или уклонами.



Подставка предплечья (предплечий) в сторону используется от ударов руками (ножом, предметом) сбоку, наотмашь, ударов ногами сбоку. Подставку предплечья вверх целесообразно применять в качестве защиты от ударов руками (ножом, предметом) сверху. Подставка предплечья вниз может использоваться от ударов руками (ножом) снизу.

Защита отбивом применяется для отбива (отведения) атакующей конечности в сторону. Отбивы выполняются предплечьем (предплечьями), голенью.

Отбив поднятым предплечьем служит для защиты от прямых ударов руками в голову, верхнюю часть туловища. Защиту опущенным предплечьем целесообразно применять от ударов рукой (ножом, предметом), ногой в живот.

После выполнения защиты от ударов необходимо действовать по ситуации (выполнять ответные действия: наносить удар (серию ударов) в уязвимое место рукой или ногой, проводить болевой прием на руку или бросок; разрывать дистанцию, использовать специальное или подручное средство и наносить удар; извлекать оружие и ограничивать свободу передвижения ассистента с угрозой его применения в соответствии с законодательством Российской Федерации).

Примерный план практического занятия

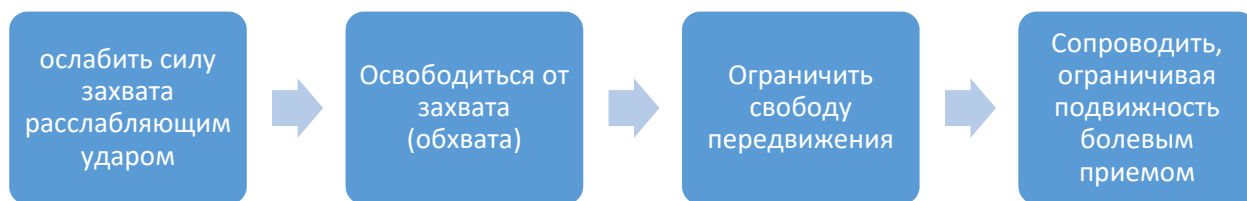
1. Уязвимые места на теле человека и возможные последствия воздействия на них.
2. Удары рукой.
3. Удары ногой.
4. Защиты от ударов.

Вопросы для самоконтроля по теме

1. Удары рукой сверху по голове, прямой удар в голову, боковой удар в голову, удар снизу в живот с действием на поражение.
2. Удары ногой по бедру, по туловищу, по голове, прямой удар в живот с действием на поражение.
3. Защита от ударов рукой сверху по голове, от прямого удара в голову, от бокового удара в голову, удара снизу в живот с действием на задержание.
4. Защита от удара ногой по бедру, по туловищу, по голове, от прямого удара в живот с действием на задержание.

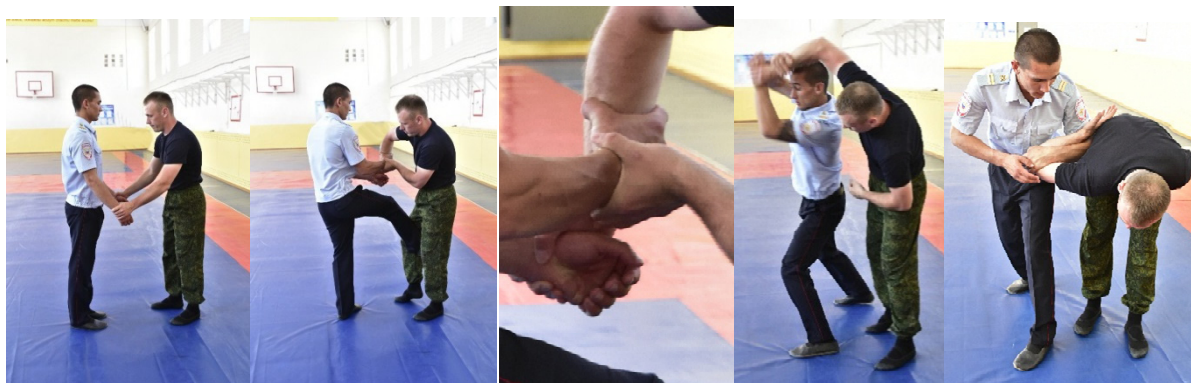
Тема 15.8. Освобождение от захватов и обхватов

Освобождения от захватов и обхватов выполняются по схеме:



1. Освобождение от захвата предплечий (рукавов) спереди

Освобождение от захвата предплечий (рукавов) спереди возможно выполнять рывком захваченных рук в сторону больших пальцев ассистента. Однако в этом случае происходит потеря контроля над ассистентом, что затрудняет дальнейшее ограничение его подвижности. Целесообразно игнорируя захват ваших рук произвести захват правой рукой правого предплечья ассистента и выполнить ограничение подвижности способом «нырок».



2. Освобождение от захвата предплечья (рукава) спереди двумя руками

Освободиться от захвата предплечья (рукава) спереди двумя руками возможно рывком захваченных рук в сторону больших пальцев ассистента с помощью свободной руки.



Так же возможно в данной ситуации ограничить движение ассистента «рычагом руки через предплечье».



3. Освобождение от захвата шеи (одежды на груди) спереди

Освобождение от захвата шеи (одежды на груди) спереди целесообразно выполнять при помощи скручивания руки наружу или внутрь в зависимости от захвата.



4. Освобождение от обхвата туловища спереди под руками

Освобождение от обхвата туловища спереди под руками целесообразно выполнять отведением ноги и спины назад с упором в лицо или горло руками.



5. Освобождение от обхвата туловища сзади над руками

Освобождение от обхвата туловища сзади над руками целесообразно выполнять прижатием одной руки ассистента к груди, приседанием с одновременным наклоном туловища вперед и движением назад под захваченную руку.



6. Освобождение от обхвата шеи плечом и предплечьем сзади

Освобождение от обхвата шеи плечом и предплечьем сзади целесообразно выполнять прижатием одной руки ассистента к груди, приседанием с одновременным наклоном туловища вперед и нырком под захваченную руку.



При захвате за горло двумя руками спереди или обхвате шеи плечом и предплечьем сзади подбородок необходимо прижать к груди.

Примерный план практического занятия

1. Освобождение от захвата рук.
2. Освобождение от захватов и обхватов туловища.
3. Освобождение от удушающих захватов спереди, сзади, сбоку.

Вопросы для самоконтроля по теме

1. Освобождение от захватов рук руки внизу, руки перед грудью с действием на задержание.
2. Освобождение от захватов ног спереди, сзади с действием на задержание.
3. Освобождение от захватов и обхватов туловища с руками и без рук спереди, сзади с действием на задержание.
4. Освобождение от удушающих захватов спереди, плечом и предплечьем сзади, плечом и предплечьем сбоку с действием на задержание.
5. Освобождение от захватов рук руки внизу, руки перед грудью с действием на задержание.
6. Освобождение от захватов ног спереди, сзади с действием на задержание.
7. Освобождение от захватов и обхватов туловища с руками и без рук спереди, сзади с действием на задержание.
8. Освобождение от удушающих захватов спереди, плечом и предплечьем сзади, плечом и предплечьем сбоку с действием на задержание.
9. Освобождение от захватов и обхватов туловища.
10. Освобождение от удушающих захватов спереди, сзади, сбоку.

Тема 15.9. Пресечение действий с огнестрельным оружием

1. Защита при угрозе пистолетом спереди в упор

Защита при угрозе пистолетом спереди в упор выполняется уходом с линии направления ствола оружия наружу и проведением скручивания руки наружу или внутрь.

Разучивание приема.

Исходное положение: обучаемый находится лицом к партнеру во фронтальной стойке, руки на уровне оружия.

Первая часть приема (Делай раз).

С под шагом левой ногой и поворачиваясь направо, уйти с линии выстрела оружия, одновременно сближаясь с ассистентом, захватить левой рукой, правую руку ассистента за предплечье и отвести его от себя.

Вторая часть приема (Делай два).

Правой рукой захватить вооруженную руку ассистента, исключая возможность свободного движения кисти с оружием. Нанести расслабляющий удар и выполнить болевой прием скручивание руки наружу.



Третья часть приема (Делай три).

Обезоруживание после скручивания руки наружу осуществляется дожимом кисти, прижимая плечо вооруженной руки сверху голенью к опоре.

После обезоруживания перевернуть ассистента на живот и ограничить свободу передвижения «загибом руки за спину».



2. Подбор оружия (предмета)



Контролируя движение ассистента болевым приемом, подвести его к оружию. Исключая возможность его завладением, зафиксировать пистолет стопой, вынудить ассистента встать на колени, прижать своим туловищем его туловище к опоре, подобрать пистолет свободной рукой. Поднять ассистента и, перейти к сопровождению.



3. Защита при угрозе пистолетом сзади в упор

Защита при угрозе пистолетом сзади в упор выполняется с поворотом кругом и проведением скручивания руки наружу или внутрь. Повернуться кругом через правое плечо, одновременно захватывая правой рукой вооруженную руку ассистента. Отвести вооруженную руку от себя и захватить ее, исключая возможность свободного движения кисти с оружием. Нанести расслабляющий удар, выполнить болевой прием, обезоружить, подобрать пистолет, сопроводить, сковывая подвижность загибом руки за спину.



4. Пресечение действий при попытке достать оружие из нагрудного кармана

Пресечение действий при попытке достать оружие из нагрудного кармана целесообразно выполнять при помощи скручивания руки наружу. Сближаясь с ассистентом, захватить его вооруженную руку, нанести расслабляющий удар. Ограничить свободу передвижения ассистента болевым приемом, подобрать или изъять оружие, сопроводить, сковывая подвижность болевым приемом загиб руки за спину.



5. Пресечение действий ассистента при попытке обезоружить (изъять оружие из кобуры)

Пресечение действий ассистента при попытке обезоружить (изъять оружие из кобуры) целесообразно выполнять скручиванием руки внутрь



либо загибом руки за спину рывком.



Зафиксировать (захватить)
атакующую руку (руки)
ассистента

Нанести расслабляющий
удар

Ограничить свободу
передвижения ассистента
болевым приемом.

Основные требования:

1. На протяжении всего приема не допускать прохождения траектории выстрела через тело.
2. Захват вооруженной руки должен предотвращать возможность производства выстрела.
3. Быть готовым к активному сопротивлению до полного ограничения подвижности противника.
4. Исключить любую возможность подбора выпавшего оружия как задержанным лицом, так и посторонними лицами.

Примерный план практического занятия

1. Защита от угрозы пистолетом с близкого расстояния спереди, сзади.
2. Упреждающие действия при попытке преступником достать оружие.
3. Защита от угрозы автоматом.

Вопросы для самоконтроля по теме

1. Защита от угрозы пистолетом спереди в живот, в грудь, в голову с действием на задержание.
2. Защита от угрозы пистолетом сзади в поясницу, в спину, в голову с действием на задержание.
3. Упреждающие действия при попытке противника достать оружие из нагрудного кармана с действием на задержание.
4. Упреждающие действия при попытке противника достать оружие из кармана брюк с действием на задержание.
5. Защита от попытки обезоружить сотрудника из кобуры сзади с действием на задержание.
6. Защита от попытки обезоружить сотрудника из кобуры спереди с действием на задержание.

Тема 15.10. Сковывание наручниками, связывание брючным ремнем

В соответствии со ст. 21 Закона о полиции сотрудник полиции имеет право лично или в составе подразделения (группы) применять средства ограничения подвижности в следующих случаях:

- 1) для пресечения сопротивления, оказываемого сотруднику полиции;
- 2) для задержания лица, застигнутого при совершении преступления и пытающегося скрыться;
- 3) для доставления в полицию, конвоирования и охраны задержанных лиц, лиц, заключенных под стражу, лиц, осужденных к лишению свободы, лиц, подвергнутых административному наказанию в виде административного ареста, а также в целях пресечения попытки побега, в случае оказания лицом сопротивления сотруднику полиции, причинения вреда окружающим или себе.

При отсутствии средств ограничения подвижности сотрудник полиции вправе использовать подручные средства связывания.

Перечень состоящих на вооружении полиции специальных средств устанавливается Правительством Российской Федерации.



Блокировка наручников

Наручники носят за поясом или в футляре справа – сзади. Такое расположение удобно для манипулирования наручниками правой рукой.

При сковывании наручниками (связывании брючным ремнем) необходимо соблюдать ряд правил, обеспечивающих его личную безопасность:

1. Находясь на безопасной дистанции, упреждая возможность внезапного нападения ассистента, вынудить его занять неустойчивое положение.

2. Не сближаться с ассистентом на расстояние удара в поле его зрения.

3. Ограничить или лишить ассистента возможности изменять положение, сопротивляться.

4. Сковывая руки наручниками (связывая ремнем), непрерывно упреждать (пресекать) попытки занять более устойчивое положение, чтобы наблюдать за вашими действиями.

5. Не сковывать (не связывать) руки поверх одежды.

Для перевода ассистента в подконтрольное положение подаются команды голосом, применяются боевые приемы борьбы либо оружие (специальное средство).

1. Сковывание наручниками в положении стоя у стены

Подавая команды, подвести ассистента к стене, поставить его так, чтобы он упирался в нее тыльными сторонами ладоней широко разведенных в стороны рук, развел пальцы, максимально широко расставил ноги, отвел их как можно дальше от стены, прогнулся в пояснице, повернул голову вправо. Поставить свою правую ногу к нему между ног сзади к левой ноге (стопа к стопе) так, чтобы при необходимости можно было выполнить выбивание ее наружу.



Захватить левой рукой большой палец левой руки ассистента и завести ее за спину, правой — достать наручники.

Развернуть наручник замочной скважиной в сторону локтя и приложить его подвижной дужкой к лучезапястному суставу его левой руки со стороны запястья сверху. Надавить на браслет и плотно надеть его на руку. Выполнить захват левой рукой за свободный браслет. Завести правой рукой правую руку ассистента за спину и захватить большой палец сверху. Поменять положение ног, заставить его повернуть голову влево. Приложить наручник подвижной дужкой к лучезапястному суставу захваченной руки ассистента со стороны запястья сверху и плотно надеть на нее наручник. Заблокировать замок каждого браслета.



В начале 19 века предположительно инженеру из компании Hiatt, удалось придумать наручники со встроенным замком. Подобные наручники до сих пор используются полицией третьих стран. В основном Индия и Пакистан



2. Сковывание наручниками в положении стоя на коленях у стены

Подавая команды, подвести ассистента к стене, поставить его на колени так, чтобы он упирался в нее тыльными сторонами ладоней широко разведенных в стороны рук, развел пальцы, максимально широко расставил ноги, отвел их как можно дальше от стены, прогнулся в пояснице, повернул голову



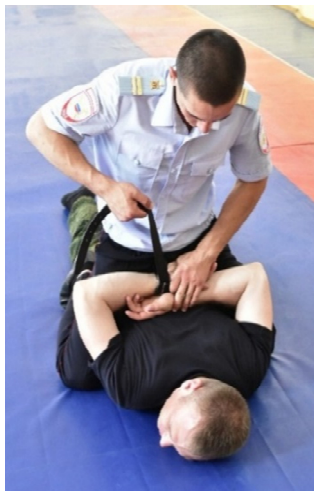
вправо. Поставить свою левую ногу к нему между ног сзади, упереться коленом в спину.

Захватить левой рукой большой палец левой руки ассистента и завести ее за спину, правой — достать наручники.

Развернуть наручник замочной скважиной в сторону локтя и приложить его подвижной дужкой к лучезапястному суставу его левой руки со стороны запястья сверху. Надавить на браслет и плотно надеть наручник на руку. Выполнить захват левой рукой за свободный браслет. Завести правой рукой правую руку ассистента за спину и захватить большой палец сверху. Приложить наручник подвижной дужкой к лучезапястному суставу захваченной руки со стороны запястья сверху и плотно надеть на нее наручник. Заблокировать замок каждого браслета.

3. Связывание брючным ремнем в положении лежа

Ограничить свободу передвижения ассистента загибом руки за спину. Перевести его сначала в стойку на коленях затем в положение лежа. Сесть на его спину верхом и, приподнимаясь на коленях, выкрутить бедрами плечи назад. Взять ремень и согнуть третью его часть от свободного конца внутренней стороной вверх.



Пропустить перегиб в отверстие пряжки сверху и расширить образовавшуюся двойную петлю. Пропустить кисти рук в петлю и затянуть ее на запястьях, потянув за конец ремня.

Для снятия ремня плотно обхватить запястья ассистента и прокрутить ремень в обратном направлении.

Примерный план практического занятия

1. Сковывание наручниками в положении стоя у стены.
2. Сковывание наручниками в положении стоя на коленях у стены.
3. Связывание брючным ремнем в положении лежа.

Вопросы для самоконтроля по теме

1. Сковывание наручниками в положении стоя у стены.
2. Сковывание наручниками в положении стоя на коленях у стены.
3. Связывание брючным ремнем в положении лежа.

Тема 15.11. Наружный досмотр

Цель: обнаружение оружия и других предметов, которые могут быть использованы для оказания сопротивления, нападения или побега.

Наружный досмотр проводят сотрудники полиции в отношении лиц, задержанных за административное правонарушение. Присутствие понятых при этом не требуется. Следует отметить, что практикуемый сотрудниками полиции наружный досмотр одежды граждан (обследование одежды, содержимого карманов и т.п.) законом не предусмотрен. Поэтому его проведение следует считать личным досмотром.

Личный досмотр является мерой административного принуждения, которая представляет собой принудительное обследование вещей, одежды, транспортного средства гражданина без нарушения их конструктивной целостности. Проводится на основании ст. 27.7, 27.9 Кодекса РФ об административных правонарушениях (КоАП РФ). Требуется присутствие понятых. Понятые и лицо проводящее досмотр должно быть одного пола с досматриваемым.

Цель: обнаружение и изъятие предметов, имеющих доказательственное значение по делу об административном правонарушении или запрещенных для хранения лицами, задержанными в административном порядке.

При проведении наружного досмотра необходимо соблюдать следующие требования:

1. Перед началом наружного досмотра необходимо зафиксировать подконтрольное положение ассистента.
2. Лицо ассистента должно быть обращено в противоположную от вас сторону.
3. Тщательно провести наружный досмотр, непрерывно упреждая (пре-секая) попытки занять более устойчивое положение, наблюдать за действиями ассистента.
4. При обнаружении предметов в карманах необходимо их изъять, вывернув карман наизнанку.
5. Под угрозой применения оружия после фиксации подконтрольного положения ассистента необходимо держать указательный палец на спусковой скобе оружия, при этом не перекладывать его в другую руку и не направлять в сторону ассистента после фиксации его подконтрольного положения.

Для перевода ассистента в подконтрольное положение подаются команды голосом, применяются боевые приемы борьбы либо оружие (специальное средство).

1. Наружный досмотр в положении стоя у стены

Порядок проведения:

Перед началом осмотра необходимо остановить досматриваемого на расстоянии 3-7 метров командой «Стой» и представится «Полиция». И в соответствии со ст. 19 «Закона о полиции» предупредить, что в случае неповиновения будет применено огнестрельное оружие. (Рис 1.).



Рис. 1

Далее подать команду «Руки вверх», «Пальцы раздвинуть». (Рис. 2–3)

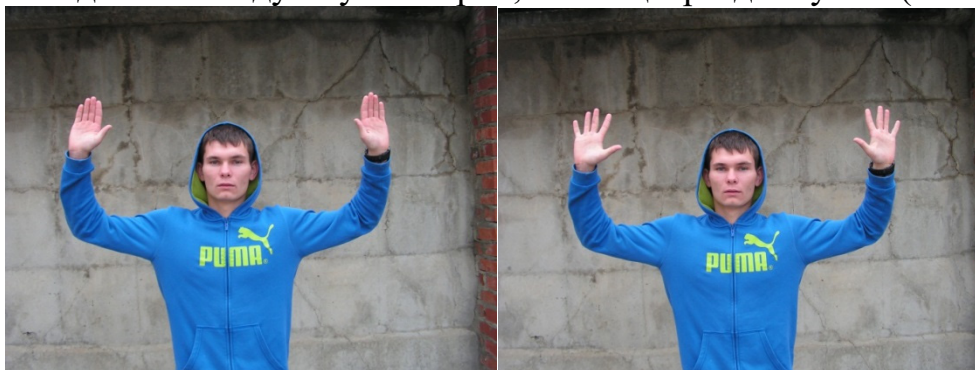


Рис. 2 (Руки вверх)

Рис. 3 (Пальцы раздвинуть)

После визуального осмотра, убедившись в отсутствии предметов в руках досматриваемого (ассистента) подать команду «Кругом», «Руки за голову» «Пальцы в замок» (Рис. 4)



Рис. 4 (Положение пальцев рук)

Подвести досматриваемого (ассистента) к стене, поставить его так, чтобы он упирался в нее тыльными сторонами ладоней широко разведенных в стороны рук, (Рис. 5-7) разомкнул пальцы, максимально широко расставил ноги, отвел их как можно дальше от стены, прогнулся в пояснице, повернул голову вправо. Все перечисленные действия досматриваемый выполняет по команде сотрудника (курсанта) проводящего личный досмотр «Руки на стену», «Пальцы разомкнуть», «Упереться наружной стороной ладони, большим пальцем вниз», «Ноги шире», «Прогнуться в пояснице», «Голову в право» и

т.д. Сотрудник обязан добиться выполнения команды и не преступать к дальнейшим действиям без полного выполнения своего требования



Рис. 5 (Ладони наружу большой палец вниз)

Поставить свою правую ногу между ног досматриваемого сзади к левой ноге (стопа к стопе) так, чтобы при необходимости можно было выполнить выбивание ее наружу (Рис. 6), правой рукой упереться ему в спину (Рис 7).



Рис. 6 (Положение ног)



Рис. 7 (Положение рук)

Досмотреть одежду ассистента, включая рукава, головной убор, брюки, обувь с левой стороны. (Рис. 8, 9) При необходимости снять головной убор (капюшон).



Рис. 8



Рис. 9

Не ослабляя контроль над досматриваемым (ассистентом), повернуться к нему другим боком, поменяв положение рук и ног. Повернуть голову ассистента в противоположную сторону. Аналогичным способом досмотреть одежду ассистента с другой стороны.

При обнаружении предметов в карманах необходимо их изъять, вывернув карман наизнанку, путем захвата за наружный край подкладки. (Рис.10, 11).



Рис. 10



Рис. 11

Ни в коем случае не погружать кисть в карман досматриваемого (Рис. 12)



Рис. 12

Неверное положение руки

После завершения досмотра подается команда «Правая (левая) рука за спину». Перейти на загиб руки за спину.

Далее командой «Правая (левая) рука за голову» поместить руку, оставшуюся без болевого воздействия за головой досматриваемого (ассистента) (Рис. 13, 14).



Рис. 13

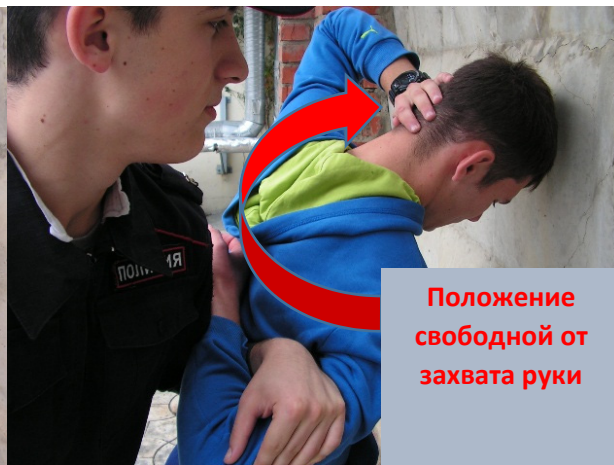


Рис. 14

После фиксации подконтрольного положения досматриваемого (ассистента) перейти к сопровождению.

2. Личный досмотр под воздействием загиба руки за спину в положении стоя у стены

Порядок проведения:

Провести загиб руки за спину, подвести ассистента к стене, поставить его так, что бы он упирался в нее тыльной стороной ладони свободной руки. Разжал пальцы, максимально широко расставил ноги, отвел их как можно дальше от стены, прогнулся в пояснице, повернул голову в противоположную от захваченной руки сторону. (Рис. 18).



Рис. 18 (Положение досматриваемого)

Поставить свою левую ногу (при болевом воздействии на правую руку) между ног ассистента и прижать его бедром к стене. (Рис.19)



Рис. 19 (Положение ног)

Досмотреть одежду ассистента, включая рукава, головной убор, брюки, обувь со стороны захваченной руки, для чего отвести его туловище назад. (Рис. 20, 21)



Рычагом руки отвести ту-
ловище назад и произве-
сти досмотр.

Рис. 20 (Отведение плеча от стены)



Рис. 21

Не меняя положения рук, повернуться к нему другим боком, поставив между ног ассистента правую ногу, прижать его своим бедром к стене.

Повернуть голову ассистента в противоположную сторону, завести вторую руку за спину и, не ослабляя болевого воздействия, захватить ее своей свободной рукой, зафиксировав положение одновременного захвата двух рук (Рис. 22).



Рис. 22 (Болевой захват)

На этом действии остановимся подробнее. После проведения досмотра с правой стороны, сотрудником подается команда «Левую руку за спину» (Рис. 23).



Рис. 23 (Положение левой руки)

После чего правая рука сотрудника (курсанта) проносится ниже болевого захвата к свободной руке досматриваемого (Рис.24, 25)



Рис. 24



Рис. 25

Далее произведя захват левой руки досматриваемого перейти в положение захвата двух рук (Рис. 26)

Отпустив правую руку досматриваемого, поменять положение ног, подать команды «Правую руку на стену», «Голову вправо» после чего аналогичным способом досмотреть одежду ассистента с другой стороны.



Рис. 26

После завершения досмотра подать команду «Правую руку за голову» и перейти к сопровождению.

3. Наружный досмотр под угрозой применения оружия в положении лежа

С расстояния 5-7 м направить оружие на ассистента и, подавая команды, привести его в положение досмотра: «Лечь на живот», «Скрестить ноги» (левая нога сверху), «Прогнуться в пояснице, отведя локти назад», и «Повернуть голову вправо». Для перевода ассистента в подконтрольное положение подаются команды «Стой, полиция», «Стрелять буду», «Руки вверх», «Кругом», «Руки на затылок (за голову)», «Сцепить пальцы («в замок»))», «Встать на колени», «Опереться на локти», «Ложись», «Скрестить ноги левая (правая) сверху», «Голову вправо (влево)» и др.

Подойти к досматриваемому с левой стороны, поставить свою левую ногу рядом с его тазом, правой ногой надавить на его верхнюю ногу вниз. Направить оружие в сторону от ассистента, положить указательный палец на спусковую скобу (Рис. 27, 28).



Рис. 27



Рис. 28

Свободной рукой ощупать его одежду, включая головной убор, рукава, брюки, обувь с правой (дальней) стороны (Рис. 29).



Рис. 29

Отойти назад на безопасное расстояние, потребовать от ассистента, чтобы он поменял положение ног (правая нога сверху), повернул голову влево. Аналогичным способом досмотреть его одежду с другой стороны. Далее подать команду «Правую руку за спину» и перейти на загиб руки. (Рис.30, 31).



Рис. 30



Рис. 31

Перед началом сопровождения загибом руки за спину или надеванием наручников убрать оружие (специальное средство), поставив его на предохранитель. Подать команды «Набок лечь», «Колени к груди», «На колени», «Встать».



Примерный план практического занятия

1. Наружный досмотр в положении стоя у стены
2. Наружный досмотр под воздействием загиба руки за спину в положении стоя у стены
3. Наружный досмотр под угрозой применения оружия в положении лежа.

Вопросы для самоконтроля по теме

1. Наружный досмотр под воздействием болевого приема стоя у стены, лежа с последующим надеванием наручников.
2. Наружный досмотр с использованием наручников стоя у стены, лежа.
3. Наружный досмотр под угрозой огнестрельным оружием стоя на коленях с последующим надеванием наручников.
4. Наружный досмотр под угрозой огнестрельным оружием лежа с последующим связыванием веревкой, ремнем.

Тема 15.12. Действия с применением палки специальной

Запрещается применять палку специальную в отношении женщин с видимыми признаками беременности, лиц с явными признаками инвалидности и малолетних лиц, за исключением случаев оказания указанными лицами вооруженного сопротивления, совершения группового либо иного нападения, угрожающего жизни и здоровью граждан или сотрудника полиции; при пресечении незаконных собраний, митингов, демонстраций, шествий и пикетирований ненасильственного характера, которые не нарушают общественный порядок, работу транспорта, средств связи и организаций.

Не допускается нанесение человеку ударов папкой специальной по голове, шее, ключичной области, животу, половым органам, в область проекции сердца.

1. Основные хваты палки специальной



Хват одной рукой



Хват двумя руками

В 1881 году в Санкт-Петербургской полиции для наведения порядка использовались драгунские шашки, однако 20 мая того же года министр внутренних дел в своем докладе “О вооружении низших чинов полиции Санкт-Петербурга” озвучил просьбу заменить драгунские шашки на деревянные палки в связи с тем, что при использовании полицейскими шашек не редки были случаи гибели правонарушителей.

2. Основные стойки с палкой специальной

В ситуациях, когда атака производится на короткой дистанции - палка не эффективна, в этом случае используются стандартные способы защиты рукой, ладонью, предплечьем: отбивы, блоки, захваты, в комбинации с уклонами, уходами, нырками и поворотами



Левосторонняя



Фронтальная



Правосторонняя

3. Основные удары палкой специальной

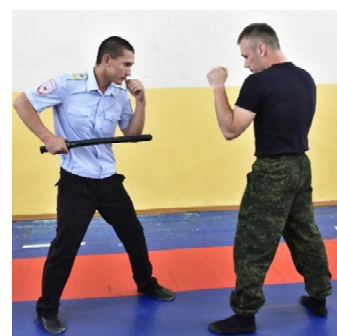
Удар палкой специальной сверху наносится сверху-вниз одновременно с шагом левой (правой) ноги вперед и подтягиванием вперед другой ноги.



Удар палкой специальной сбоку наносится по направлению внутрь с поворотом туловища с шагом левой (правой) ноги вперед и подтягиванием вперед другой ноги



Удар палкой специальной вперед (тычок) наносится после сгибания руки в локте и удержания палки специальной торцом вперед путем резкого выпрямления руки в направлении удара с последующим отдергиванием руки назад.



Наиболее уязвимые места:

1. Удары по бедру, кисти, локтю и в область спины, приводят к болевому шоку.
2. Удары в область суставов (коленный, локтевой, плечевой), приводят к вывихам или переломам.
3. Удар в височную область головы, глаз, переносицу или шею может привести к

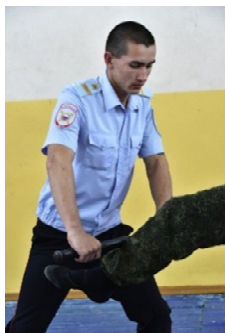
Удар палкой специальной наотмашь наносится с шагом правой (левой) ноги с предварительным поворотом туловища влево (вправо) путем обратного разворота туловища движением палки специальной в сторону удара.

4. Защитные действия палкой специальной от ударов

Защита подставкой средней части палки специальной вниз выполняется с шагом назад от удара снизу в пах, живот рукой, ногой, ножом, предметом.

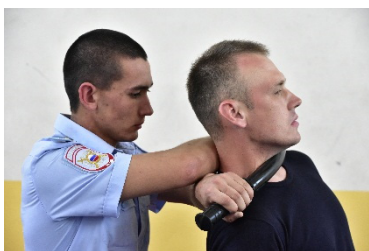
Защита подставкой средней части палки специальной в сторону выполняется с шагом вперед или назад от ударов сбоку, наотмашь в голову, шею, туловище, по ногам рукой, ногой, ножом, предметом.

Защита отбивом средней частью палки специальной внутрь выполняется с шагом вперед или назад от ударов прямо (вперед) рукой, ногой, ножом, предметом в лицо, горло, туловище, пах.



5. Удушающие приемы с помощью палки специальной

Удушающий прием прямым хватом палки специальной выполняется с выведением ассистента из равновесия, прижимая его затылок и спину к своему туловищу.



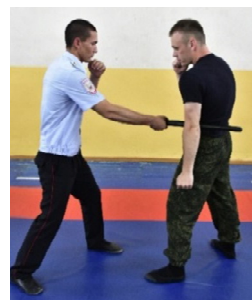
Удушающий прием скрестным хватом палки специальной выполняется с выведением ассистента из равновесия, прижимая его затылок и спину к своему туловищу.

6. Ограничение свободы передвижения с применением палки специальной

Загиб руки за спину с применением палки специальной.

Первая часть (Делай раз).

Удерживая палку специальную одной рукой, вставить ее между рукой и туловищем ассистента направляя свободный конец вверх,



Вторая часть (Делай два).

Захватить его второй рукой, одновременно обозначить ему расслабляющий удар ногой.





Третья часть (Делай три)

Выполнить загиб руки за спину рывком, используя палку специальную в качестве рычага.

Примерный план практического занятия

1. Основные хваты палки специальной.
2. Основные стойки с палкой специальной.
3. Атакующие действия палкой специальной.
4. Защитные действия палкой специальной от ударов.
5. Удушающие приемы с помощью палки специальной.
6. Ограничение свободы передвижения с применением палки специальной.

Вопросы для самоконтроля по теме

1. Основные хваты палки специальной.
2. Основные стойки с палкой специальной.
3. Атакующие действия палкой специальной.
4. Защитные действия палкой специальной от ударов.
5. Удушающие приемы с помощью палки специальной.
6. Ограничение свободы передвижения с применением палки специальной.

Перечень нормативных правовых актов, основной и дополнительной учебной литературы

Нормативные правовые акты

1. Федеральный закон России от 07.02.2011 № 3-ФЗ «О Полиции».
2. Федеральный закон России от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».
3. Приказ МВД России от 18.05.2012 г. № 521 «Об утверждении Порядка организации подготовки кадров для замещения должностей в органах внутренних дел Российской Федерации: О квалификационных требованиях к должностям рядового состава, младшего, среднего и старшего начальствующего состава органов внутренних дел Российской Федерации».
4. Приказ МВД Российской Федерации от 10.01.2012 г. № 1. // «Об утверждении Инструкции о порядке присвоения квалификационных званий сотрудникам органов внутренних дел Российской Федерации».
5. Приказ МВД России от 05.05.2018 №275 «Об утверждении Порядка

организации подготовки кадров для замещения должностей в органах внутренних дел Российской Федерации».

6. Приказ МВД России от 01.07.2017 №450 «Об утверждении Наставления по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации».

Основная литература

1. Дементьев, В. Л. Приемы борьбы как спортивный компонент физической подготовки курсантов вузов МВД России [Электронный файл]: учеб.-метод. пособие / В. Л. Дементьев, Ю. В. Чехранов. - М.: Московский университет МВД России, 2015.- Режим доступа: Электронная библиотека КрУ МВД России, требуется авторизация: <http://libkrumvd.ru>.

2. Профессиональная подготовка полицейских. Часть 2 [Текст] : учебник в 2-х частях / М-во внутрен. дел Рос. Федерации / Департамент государственной службы и кадров ; под ред. В.Л. Кубышко. - 2-е изд., перераб. и доп. - М. : ДГСК МВД России, 2017. - 472 с. - Гриф: доп. МВД России.

3. Теоретические и методические основы организации физической подготовки сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации [Текст]: учебник / под общ. ред. С.В. Кузнецова ; М-во внутрен. дел Рос. Федерации; Департамент государственной службы и кадров. - М. : ДГСК МВД России, 2016. - 328 с. - Издание доступно на ресурсе <http://libkrumvd.ru/>.

4. Соловьев, Г.М. Теория и методика оздоровительной физической культуры в структуре физической самоподготовки курсантов и слушателей образовательных учреждений МВД России [Текст] : учебное пособие для курсантов и слуш. образ. учреждений МВД России / Г.М. Соловьёв, С.Н. Кашин ; Ставропольский филиал КрУ МВД России. - Электрон. текстовые дан. - Ставрополь : Сервисшкола, 2016. - 224 с. - Гриф: рек. НМС МОиН РФ. - Издание доступно на ресурсе <http://libkrumvd.ru/>.

5. Кузнецов, С.В. Теоретические и методические основы организации физической подготовки сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации [Текст]: учебник / С. В. Кузнецов, А. Н. Волоков, А. И. Воронов; под ред. С.В. Кузнецова. - М.: ДГСК МВД России, 2016. - 328 с.

Дополнительная литература

1. Грищенко, А.С. Развитие силовых способностей у курсантов образовательных организаций МВД России [Текст]: учеб. пособие / А.С. Грищенко, Е.Е. Витютнев.- Краснодар: Краснодарский университет МВД России, 2015.- 62 с.

2. Грищенко, А.С. Общеразвивающие физические упражнения с использованием гимнастического городка [Текст]: учеб. пособие / А.С. Грищенко.- Краснодар: Краснодарский университет МВД России, 2015.- 36 с.

3. Диагностика и самодиагностика состояния организма при регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом [Текст]: учеб.пособие / ред.: А.А. Небрат, В.А. Филимонов.- Краснодар: Краснодарский университет МВД России, 2015.- 42 с.

4. Карелкин, Е. Н. Использование полосы препятствий при подготовке сотрудников спецподразделений [Текст]: учеб.пособие / Е.Н. Карелкин, О.Н. Стрига.- Краснодар: Краснодарский университет МВД России, 2015. - 24 с.

5. Витютнев, Е. Е. Особенности специальной физической подготовки сотрудников спецподразделений [Текст]: учеб.-метод. пособие / Е.Е. Витютнев, К.Ю. Чернышенко.- Краснодар: Краснодарский университет МВД России, 2015.- 52 с.

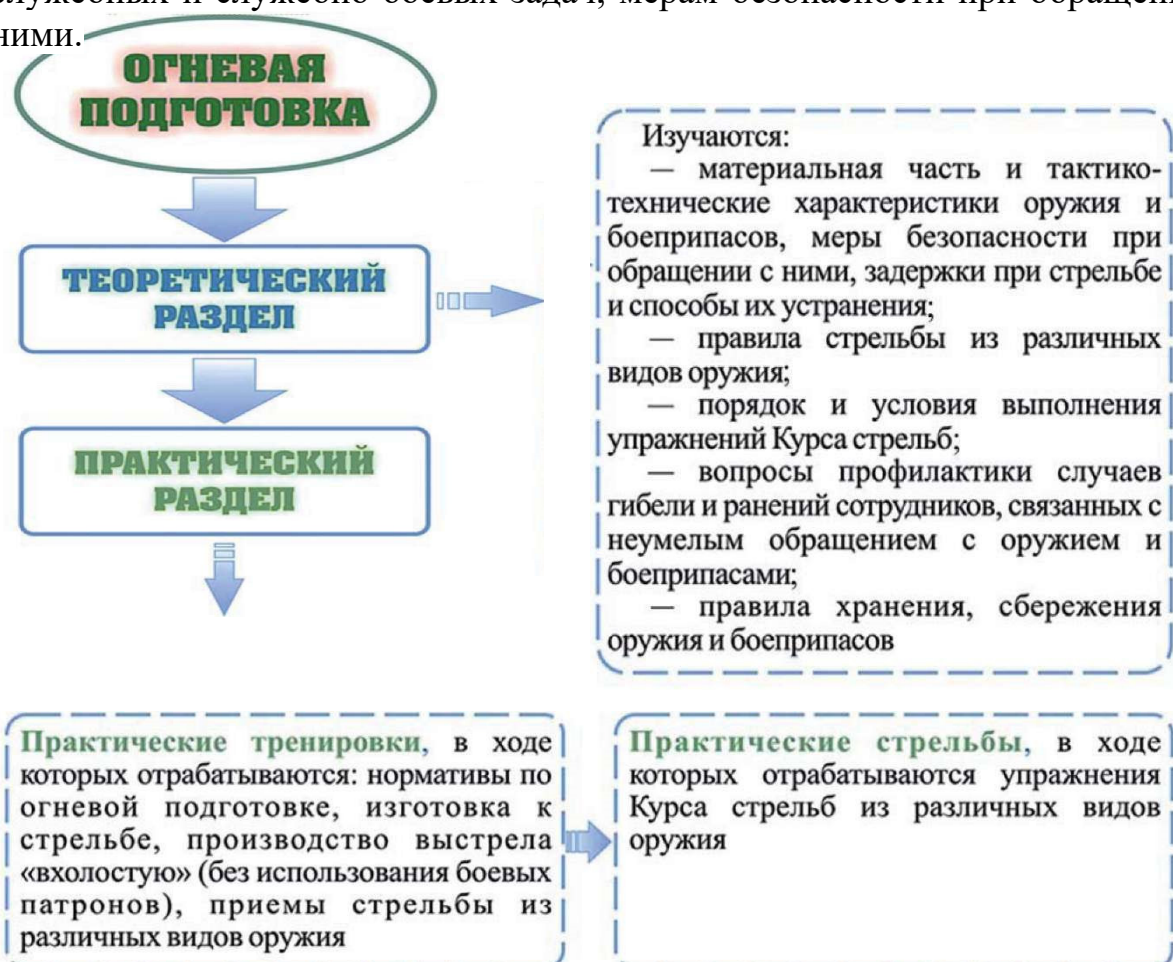
6. Витютнев, Е.Е. Профессионально-прикладная физическая подготовка сотрудников органов внутренних дел [Текст] / Е.Е. Витютнев, А.С. Дудко.- Краснодар: Краснодарский университет МВД России, 2015.- 17 с.

16. ОГНЕВАЯ ПОДГОТОВКА

Тема 16.1. Основы огневой подготовки в органах внутренних дел. Меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами

Огневая подготовка, являясь одним из основных предметов профессиональной служебной и физической подготовки сотрудников органов внутренних дел, направлена на формирование устойчивых навыков обращения с огнестрельным оружием, обучение личного состава к действиям в условиях, связанных с эффективным и правомерным его применением.

Цель огневой подготовки — обучение умелому и эффективному применению **огнестрельного** оружия, боеприпасов при выполнении оперативно-служебных и служебно-боевых задач, мерам безопасности при обращении с ними.



Учет, хранение и сбережение оружия и боеприпасов.

Основание и порядок выдачи оружия и боеприпасов

Порядок и правила учета, хранения, перевозки оружия и боеприпасов в подразделениях органов внутренних дел регулируются действующими нормативными правовыми актами МВД России.

Главную ответственность за сохранность оружия и боеприпасов несет руководитель органа внутренних дел, организации, подразделения.

Обо всех случаях хищения, утраты, порчи или выхода из строя оружия и боеприпасов сотрудники органов внутренних дел, организаций, подразделений обязаны незамедлительно доложить рапортом своим непосредственным (прямым) начальникам.

Порядок выдачи оружия и боеприпасов

Обеспечение органов внутренних дел, организаций, подразделений оружием и боеприпасами осуществляется согласно табелям положенности оружия и боеприпасов, которые, в свою очередь, определяются нормами обеспечения, установленными нормативными правовыми актами Правительства Российской Федерации и МВД России.

Положенные по табелю оружие и боеприпасы выдаются в подразделения в комплекте и закрепляются за сотрудниками.

Основанием для закрепления оружия и боеприпасов за сотрудником являются следующее:



Сотрудник после приема и закрепления за ним оружия несет ответственность за его исправность, укомплектованность, соблюдение правил эксплуатации и сохранность.

Оружие и боеприпасы при убытии сотрудника из подразделения (включительно в пределах органа внутренних дел, учреждения), переводе или увольнении со службы подлежат обязательной сдаче специалисту по вооружению подразделения, который обязан сдать их по месту получения на склад вооружения.

Учет оружия и боеприпасов

Учету подлежат все виды оружия и боеприпасов независимо от их назначения, источников поступления и способов приобретения, в том числе входящие в комплект специальных автомобилей, бронетранспортеров, катеров и моторных лодок.

Выдача оружия и боеприпасов на срок не более одних суток по карточкам-заместителям без занесения записи в книгу выдачи (приема) допускается в экстренных случаях по решению руководителя органа внутренних дел, учреждения, подразделения на основании рапорта, представляемого в установленном порядке.

Лицевая сторона	Форма №18	Обратная сторона
КАРТОЧКА-ЗАМЕСТИТЕЛЬ № _____		№ _____
Выдана _____ (выдан, фотоснимок, неважно)		Фотография черно-белая
в том, что от него принято на хранение _____ (наименование оружия, серия, номер и год изготовления)		
патронов _____ шт., магазинов _____		Фамилия _____
Личная подпись сотрудника _____		Имя _____
М.П. Руководитель _____ (орган внутренних дел, учреждения)		Отчество _____
(подпись)		Место хранения оружия
« ____ » ____ 20 ____ г.		Шкаф № _____

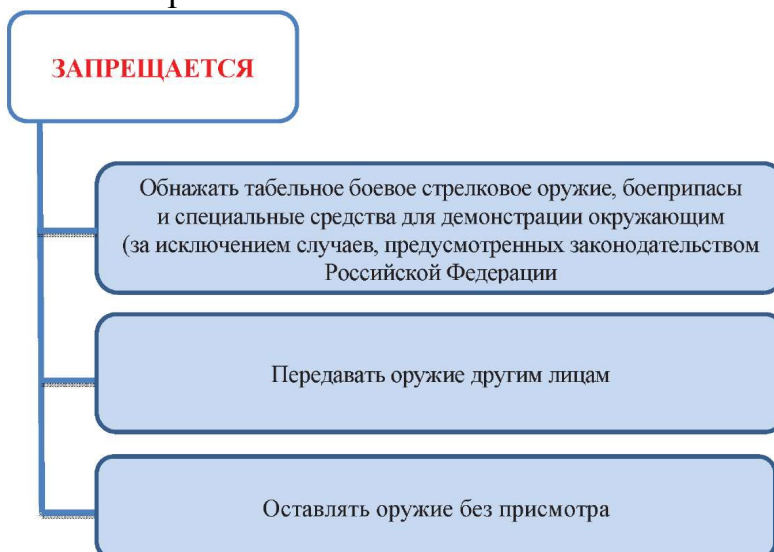
По окончании несения службы, выполнения оперативно служебных задач и занятий оружие, боеприпасы и специальные средства незамедлительно сдаются сотрудниками оперативному дежурному органа внутренних дел, учреждения, подразделения.

За задержку сдачи вооружения и боеприпасов виновные лица привлекаются к дисциплинарной ответственности.

Порядок выдачи табельного боевого ручного стрелкового оружия и боеприпасов на постоянное хранение и ношение

Основанием для решения вопроса о выдаче табельного боевого ручного стрелкового оружия, боеприпасов и специальных средств на постоянное хранение и ношение является рапорт сотрудника с ходатайством его непосредственного начальника.

Сотрудник, получивший табельное боевое ручное стрелковое оружие, боеприпасы и специальные средства на постоянное хранение и ношение, несет личную ответственность за их сохранность и обязан постоянно поддерживать указанное оружие и специальные средства, а также специальное снаряжение в исправном состоянии.



Табельное боевое ручное стрелковое оружие, боеприпасы и специальные средства должны храниться по месту жительства сотрудника в надежно закрепленном металлическом ящике (сейфе), исключающем доступ к нему других лиц.

При убытии сотрудника в отпуск оружие должно быть сдано на хранение в дежурную часть органа внутренних дел, учреждения, подразделения, которая осуществляет его хранение и учет в установленном порядке.

При отсутствии возможности обеспечения надежной сохранности вооружения и боеприпасов по месту пребывания в командировке, сотрудники обязаны сдать их на временное хранение в дежурную часть ближайшего органа внутренних дел, учреждения, подразделения.

Меры безопасности при обращении с оружием во время несения службы, проведения занятий в тире, на стрельбище

Меры безопасности при обращении с оружием являются неотъемлемой частью приказов, регламентирующих огневую подготовку в ОВД, и знание их выступает обязательным условием допуска к оружию.

В процессе огневой подготовки необходимо выработать ряд навыков, которые будут служить своеобразной страховкой на случай, если в патроннике по какой-либо причине все-таки останется боевой патрон. При этом следует помнить, что формирование культуры работы с оружием главным образом зависит от самодисциплинированности человека, его внутренней культуры и происходит в форме самостоятельной выработки следующих навыков:

- при получении, сдаче или передаче оружия, а также перед выполнением упражнений без патронов всегда необходимо проводить осмотр оружия;
- во время работы с оружием, где бы то ни было (или на огневом рубеже, или вне его во время работы «вхолостую»), ствол не должен быть направлен на человека (положение «оружие вне тела»);
- во время работы с оружием, в том числе и во время передвижений с оружием, ствол должен быть расположен в плоскости безопасности;
- ни при каких обстоятельствах нельзя производить выстрелов из технически неисправного оружия или нестандартными патронами.

Меры безопасности при обращении с огнестрельным оружием (во время несения службы)

Получив (взяв) оружие в дежурной части, лично убедитесь в том, что оно поставлено на предохранитель, не заряжено и что в канале ствола отсутствуют посторонние предметы.

При получении патронов лично проверьте их количество и убедитесь, что среди них нет неисправных (на гильзах нет ржавчины и помятостей, пуля не шатается в дульце гильзы, на капсюле нет зеленого налета и наколов, среди боевых патронов нет учебных).

• Заряженное оружие всегда должно быть на предохранителе, без надобности из кобуры не доставать!

• Не досылай патрон в патронник, если нет необходимости в применении или использовании оружия.

- Соблюдай особую осторожность в обращении с оружием при различных передвижениях (бегом, на мототранспорте, государственном и частном автотранспорте).

- Во время несения службы запрещается: выключать предохранитель, заряжать, разряжать, разбирать, отсоединять магазин, извлекать из него патроны.

- Категорически запрещается передавать оружие другим лицам, кроме своего непосредственного или прямого начальника.

- При производстве предупредительного выстрела оружие направляй только вверх, предварительно убедившись, что нет людей, или предметов образующих рикошет после выстрела.

Меры безопасности при проведении стрельб

1. Безопасность при проведении стрельб (гранатометания) обеспечивается:

1.1. Точным соблюдением сотрудниками установленных мер безопасности при обращении с оружием и боеприпасами.

1.2. Правильной организацией стрельб (гранатометания) и высокой дисциплинированностью сотрудников.

1.3. Четким и грамотным руководством проводимыми мероприятиями.

1.4. Исправностью оружия, боеприпасов, имитационных средств, полигонного, тирового и противопожарного оборудования, освещения, средств усиления речи и передачи команд.

2. Разрешение на выполнение упражнений стрельб (гранатометания) дает руководитель (помощник руководителя) стрельб. Вести огонь и метать гранаты разрешается по командам: «Огонь», «Одиночными - огонь», «Короткими очередями - огонь», «Вперед», «К бою», «Гранатой - огонь», «Вперед, гранатой - огонь» с огневого рубежа или огневых рубежей согласно условиям и порядку выполнения упражнений стрельб (гранатометания). Стрельба (гранатометание) прекращается по командам «Стой, прекратить огонь» или «Отбой» либо самостоятельно при появлении на мишенном поле людей, машин, животных, низко летящих летательных аппаратов над районом стрельб (гранатометания), при обнаружении неисправностей мишенного оборудования, препятствующих выполнению упражнения, при возникновении пожара, задержек при стрельбе, поднятии белого флага (фонаря белого огня, открытии белого сектора визуального сигнального устройства), на командном пункте или блиндаже (укрытии), при подаче сигнала ракетой белого огня, а также при иных обстоятельствах, препятствующих выполнению упражнения стрельб (гранатометания).

3. При проведении стрельб (гранатометания) запрещается:

3.1. Расчехлять оружие или извлекать его из кобуры без разрешения руководителя (помощника руководителя) стрельб.

3.2. Направлять оружие независимо от того, заряжено оно или нет, в сторону, где находятся люди, или в направлении их возможного появления.

3.3. Заряжать оружие боевыми или холостыми патронами, а также приводить ручную осколочную гранату в готовность к метанию без команды руководителя (помощника руководителя) стрельб.

3.4. Открывать и вести огонь (гранатометание) без команды руководителя (помощника руководителя) стрельб, из неисправного оружия, в опасных направлениях, за пределы границ тира (стрельбища, полигона), выше пулезащитных валов или ограждающих стен, если они имеются, при поднятом белом флаге (фонаре белого огня, открытом белом секторе визуального сигнального устройства) на командном пункте тира (стрельбища, полигона).

3.5. Оставлять оружие и боеприпасы на огневом рубеже или в иных местах, а также передавать их другим лицам без разрешения руководителя (помощника руководителя) стрельб.

3.6. Касаться спускового крючка (в том числе в паузах между выстрелами при стрельбе в неограниченное время), кроме моментов прицеливания и ведения огня. При этом оружие должно быть направлено в сторону мишеней.

4. При выполнении упражнений стрельб, связанных с поворотами, разворотами, кувырками, прыжками, передвижениями, предохранитель должен быть включен до момента открытия огня и оружие не должно быть направлено в стреляющего.

5. Противошумные наушники и защитные очки надеваются и поправляются до команды «Заряжай», а снимаются после команды «Осмотрено». При этом указанные действия выполняются при отсутствии оружия в руках стреляющего.

6. При стрельбе из ручного стрелкового оружия:

6.1. Запрещается использовать боеприпасы, если:

6.1.1. На гильзе имеются ржавчина, помятости или зеленый налет.

6.1.2. Пуля шатается в дульце гильзы.

6.1.3. Капсюль выступает выше поверхности дна гильзы или имеет повреждения.

6.2. Запрещается удерживать ручное стрелковое оружие за ствол вблизи дульной части и за корпус, где имеются подвижные детали.

6.3. Со свободным ходом затвора хват должен быть таким, чтобы затвор не травмировал руки.

6.4. Если по каким-либо причинам патрон оказался выброшенным из патронника, то стрельбу следует продолжать до израсходования всех патронов, а по окончании стрельбы доложить руководителю (помощнику руководителя) стрельб о неизрасходовании патрона (патронов).

Примерный план семинара

1. Нормативно-правовая база огневой подготовки.

2. Учет, хранение и сбережение оружия и боеприпасов. Основание и порядок выдачи оружия и боеприпасов.

3. Меры безопасности при обращении с оружием во время несения службы.

4. Меры безопасности при обращении с оружием во время проведения занятий в тире, на стрельбище.

Вопросы для самоконтроля по теме

1. Приказа МВД России от 13 ноября 2012 г. «Об утверждении Наставления по организации огневой подготовке в органах внутренних дел Российской Федерации».

2. Меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами и правила поведения в тире на стрельбище.

3. Учет, хранение и сбережение оружия и боеприпасов в органах внутренних дел.

4. Основание и порядок выдачи оружия и боеприпасов (для несения службы, для постоянного ношения, для учебных занятий, стрельб и спортивных соревнований).

5. Порядок получения, закрепления оружия в ОВД.

6. Карточка-заместитель, виды, порядок получения и сдачи оружия по карточке-заместителю.

Тема 16.2. Назначение, боевые свойства, устройство пистолета Макарова

Серийное производство 9 мм пистолета Макарова было начато в 1953 году. С начала 90 годов ПМ был модернизирован под новый усиленный патрон 9х18 ПММ. На базе ПМ созданы служебные пистолеты ИЖ-70, ИЖ-71, ИЖ-71-100, газовый ИЖ-79 (6П42), пневматический МР-654К.

9 мм ПМ является личным оружием нападения и защиты, предназначен для поражения противника на коротких расстояниях.



Пистолет Макарова

Технические характеристики	ПМ	ПММ
Калибр ствола, мм	9	
Начальная скорость полета пули, м/с	-315	*~ 415
Огонь из пистолета наиболее эффективен на расстояниях, м	До 50	
Убойная сила пули сохраняется, м	До 350	
Боевая скорострельность пистолета (огонь ведется одиночными выстрелами), выстрелов в минуту	30	
Масса пистолета со снаряженным магазином, г	810	880
Масса пистолета с магазином без патронов, г	730	760
Длина пистолета, мм	161	
Высота пистолета, мм	126,75	
Длина ствола, мм	93	
Число нарезов	4	
Тип патрона, калибр x длина гильзы, мм	9 x 18	
Масса патрона, г	10	
Масса пули, г	6	5,5
Длина патрона, мм	25	
Емкость магазина, патронов	8	12
Диаметр круга рассеяния на дальности 50 м, м	0,32	

* При использовании усиленного (высокоимпульсного) патрона 9x18 ПММ.

Пистолет – оружие самозарядное, так как его перезаряжание во время стрельбы производится автоматически.

Работа автоматики пистолета основана на принципе использования отдачи свободного затвора.

Общее устройство пистолета Макарова

Пистолет состоит из следующих основных частей и механизмов:

- рамка со стволом и спусковой скобой;
- затвор с ударником, выбрасывателем и предохранителем;
- возвратная пружина;
- ударно-спусковой механизм;
- рукоятка с винтом;
- затворная задержка;
- магазин.

Назначение частей и механизмов пистолета Макарова

1. Рамка со стволом и спусковой скобой

Рамка служит для соединения всех частей пистолета. *Основание рукоятки* служит для крепления рукоятки, боевой пружины и для помещения магазина.

Ствол служит для направления полета пули. Внутри ствол имеет канал с четырьмя нарезами, вьющимися слева вверх направо. Нарезы служат для сообщения пуле вращательного движения. Промежутки между нарезами называются полями. Расстоянием между двумя противоположными полями

(по диаметру) определяется калибр канала ствола; он равен 9 мм. С казенной части канал ствола гладкий и большего диаметра, он служит для помещения патрона и называется патронником.



Спусковая скоба служит для предохранения хвоста спускового крючка от нечаянного нажатия на него. Она имеет на переднем конце гребень для ограничения хода затвора при движении назад.

2. Затвор с ударником, выбрасывателем и предохранителем

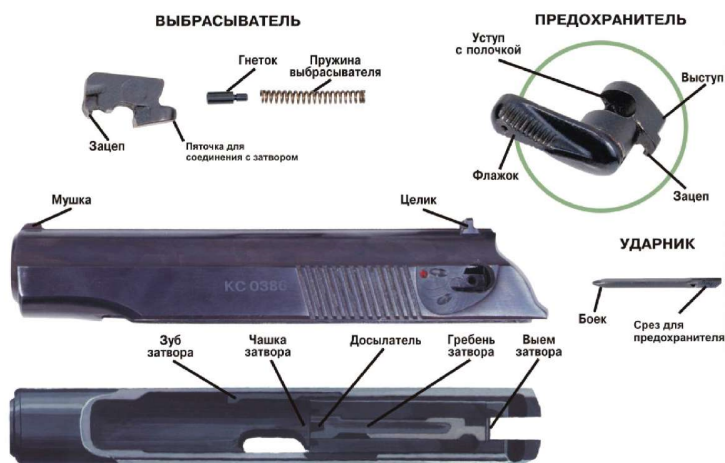
Затвор служит для подачи патрона из магазина в патронник, запираания канала ствола при выстреле, удержания гильзы (извлечения патрона) и постановки курка на боевой взвод.

Снаружи затвор имеет *мушку и целик*, они служат для прицеливания; на правой стороне - окно для выбрасывания гильзы (патрона); с обеих сторон - насечку для удобства отведения затвора рукой.

Ударник служит для разбития капсюля. Он имеет в передней части боек.

Выбрасыватель служит для удержания гильзы (патрона) в чашечке затвора до встречи с отражателем.

Предохранитель служит для обеспечения безопасности обращения с пистолетом. Он имеет флажок для перевода предохранителя из положения «огонь» в положение «предохранение» и обратно. Своим основанием он вставляется в поперечный паз затвора.



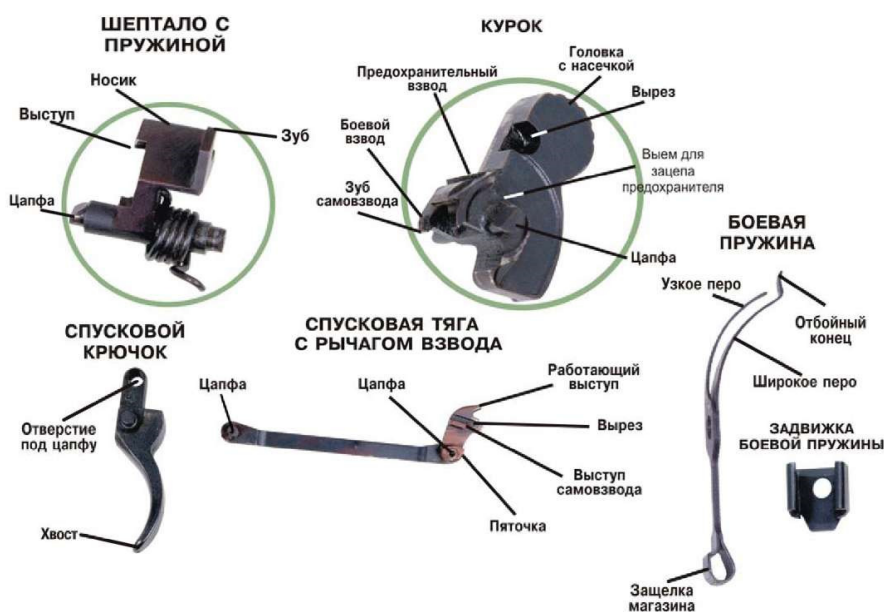
3. Возвратная пружина

Возвратная пружина служит для возвращения затвора в переднее положение после выстрела. Крайний виток одного из концов пружины имеет меньший диаметр по сравнению с другими витками. Этим витком пружина при сборке надевается на ствол.



4. Ударно-спусковой механизм

Ударно-спусковой механизм состоит из курка, шептала с пружиной, спусковой тяги с рычагом взвода, спускового крючка, боевой пружины и задвижки боевой пружины.



Курок служит для нанесения удара по ударнику.

Шептало с пружиной служит для удержания курка на боевом и предохранительном взводе.

Спусковая тяга с рычагом взвода служит для спуска курка с боевого взвода и взведения курка при нажиме на хвост спускового крючка.

Спусковой крючок служит для спуска курка с боевого взвода и взведения курка при стрельбе самовзводом.

Боевая пружина служит для приведения в действие курка, рычага взвода и спусковой тяги. Она имеет широкое перо для действия на курок; узкое перо для действия на рычаг взвода и спусковую тягу. Нижний конец боевой пружины является защелкой магазина. Боевая пружина крепится на основании рукоятки *задвижкой*.

5. Рукоятка с винтом

Рукоятка с винтом прикрывает боковые окна и заднюю стенку основания рукоятки и служит для удобства удержания пистолета в руке.

Винт рукоятки служит для крепления рукоятки и задвижки на основании рукоятки.



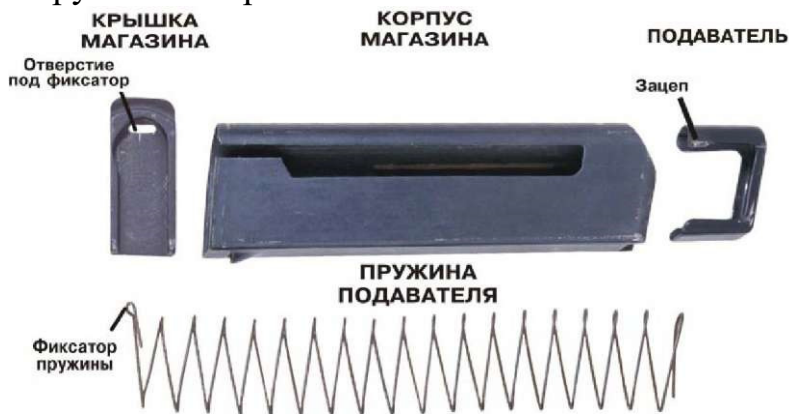
6. Затворная задержка

Затворная задержка удерживает затвор в заднем положении по израсходовании всех патронов из магазина. Затворная задержка имеет отражатель для отражения наружу гильз (патронов) через окно в затворе.



7. Магазин

Магазин служит для помещения восьми патронов. Он состоит из корпуса, подавателя, пружины подавателя и крышки. Магазин вставляется в основание рукоятки через нижнее окно.



Принадлежность к пистолету и ее назначение

В принадлежность к пистолету входят запасный магазин, кобура, протирка и пистолетный ремешок.

Кобура служит для ношения и хранения пистолета, запасного магазина и протирки.

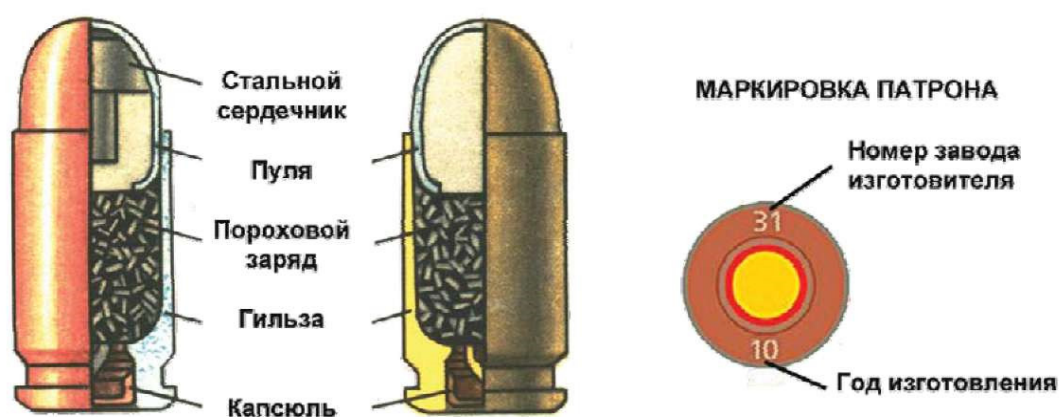
Протирка используется для разборки, сборки, чистки и смазки пистолета.

Пистолетный ремешок обеспечивает крепление пистолета к поясному (брючному) ремню.



Боеприпасы к пистолету Макарова

Для стрельбы из пистолета Макарова применяется 9-мм пистолетный патрон, который состоит из гильзы, капсюля, порохового заряда и пули



Общий вид 9-мм пистолетного патрона и его устройство.

Гильза служит для помещения порохового заряда и соединения всех частей патрона. Снаружи у дна гильзы имеется кольцевая проточка для зацепа выбрасывателя.

Капсюль служит для воспламенения порохового заряда.

Заряд состоит из бездымного пироксилинового пороха.

Пуля состоит из биметаллической (плакированной) оболочки, в которую впрессован стальной сердечник. Между пулей и стальным сердечником имеется свинцовая рубашка.

Патроны для заряжания пистолета снаряжаются в магазин путем их вкладывания и утапливания рукой.

Порядок неполной разборки и сборки после неполной разборки пистолета Макарова

Неполная разборка пистолета производится для чистки, смазки и осмотра пистолета.

При разборке и сборке пистолета необходимо соблюдать следующие правила:

- разборку и сборку производить на столе или скамейке, а в поле на чистой подстилке;
- части и механизмы класть в порядке разборки, обращаться с ним осторожно, не допускать излишних усилий и резких ударов;
- при сборке обращать внимание на нумерацию частей, чтобы не перепутать их с частями других пистолетов.

Неполная разборка

- извлечь магазин из основания рукоятки;
- выключить предохранитель;
- поставить на затворную задержку, осмотреть патронник;
- произвести контрольный спуск курка;
- отделить затвор от рамки, поставить спусковую скобу на место;
- снять со ствола возвратную пружину.

Порядок сборки после неполной разборки

- надеть на ствол возвратную пружину;
- присоединить затвор к рамке;
- включить предохранитель (поднять флажок вверх);
- вставить магазин в основание рукоятки.

Порядок полной разборки и сборки после полной разборки ПМ

Полная разборка производится для чистки при сильном загрязнении пистолета, после нахождения его под дождем или в снегу, при переходе на новую смазку, а также при ремонте. Частая полная разборка не допускается, так как она ускоряет изнашивание частей и механизмов.

Полная разборка производится в следующем порядке:

1. Произвести неполную разборку пистолета.
2. Отделить шептало и затворную задержку от рамки.

Взять пистолет в левую руку; придерживая большим пальцем левой руки головку курка и нажимая указательным пальцем на хвост спускового крючка, плавно спустить курок с боевого взвода.

Выступом протирки снять крючок пружины шептала с затворной задержки. Указательным и большим пальцами правой руки повернуть шептало вперед до совпадения лыски на правой цапфе с прорезью цапфенного гнезда в рамке, затем шептало и затворную задержку приподнять вверх и отделить их от рамки.

3. Отделить рукоятку от основания рукоятки и боевую пружину от рамки. Лезвием протирки вывинтить винт и, сдвигая рукоятку назад, отделить ее от основания рукоятки.

Прижимая большим пальцем левой руки боевую пружину к основанию рукоятки, сдвинуть вниз и отделить от основания рукоятки задвижку боевой пружины и снять боевую пружину с прилива основания рукоятки.

4. Отделить курок от рамки.

Удерживая рамку в левой руке и повернув спусковой крючок в крайнее переднее положение, указательным и большим пальцами правой руки

повернуть курок вперед до совпадения лысок на его цапфах с прорезями в цапфенных гнездах в рамке, сдвинуть курок в сторону ствола и вынуть его.

5. Отделить спусковую тягу с рычагом взвода от рамки.

Удерживая рамку в левой руке, правой рукой приподнять задний конец спусковой тяги и вывести цапфу из отверстия спускового крючка.

6. Отделить спусковой крючок от рамки.

Удерживая рамку в левой руке, правой рукой оттянуть спусковую скобу вниз, как это делается при неполной разборке пистолета; поворачивая хвост спускового крючка вперед, вывести цапфы спускового крючка из цапфенных гнезд в рамке и отделить спусковой крючок от рамки. Поставить спусковую скобу на свое место.

7. Отделить предохранитель и ударник от затвора.

Взяв затвор в левую руку, большим пальцем правой руки повернуть флажок предохранителя вверх, затем указательным и большим пальцем правой руки отвести флажок из гнезда несколько в сторону, повернуть дальше назад и вынуть из гнезда затвора.

8. Отделить выбрасыватель от затвора.

Положить затвор на стол (скамейку), правой рукой с помощью выступа протирки утопить гнеток выбрасывателя и, одновременно нажимая указательным пальцем левой руки на переднюю часть выбрасывателя и поворачивая его вокруг зацепа, вынуть его из паза; после этого осторожно извлечь из гнезда затвора гнеток с пружиной.

9. Разобрать магазин.

Взяв магазин в левую руку, большим и указательными пальцами этой руки отжать пружину подавателя к подавателю, правой рукой снять крышку магазина за ее выступающую часть и вынуть из корпуса магазина пружину подавателя и подаватель.

Сборка пистолета после полной разборки

1. Собрать магазин.

Удерживая корпус магазина в левой руке так, чтобы выступ защелки магазина был впереди и вверху, правой рукой вложить подаватель в корпус магазина. Вставить в корпус магазина пружину подавателя не отогнутым концом вниз и, поджимая пружину большим пальцем левой руки, правой рукой надвинуть крышку на загнутые ребра корпуса так, чтобы отогнутый конец пружины заскочил в отверстие крышки.

2. Присоединить выбрасыватель к затвору.

Положить затвор на стол, правой рукой вставить в гнездо затвора пружину выбрасывателя с гнетком (гнетком наружу). Поставить выбрасыватель в паз зацепом к чашечке затвора и, придерживая указательным пальцем левой руки у зацепа, утопить выступом протирки гнеток в гнездо; одновременно поджимая выбрасыватель к гнетку и вниз (поворачивая вокруг зацепа), опустить его пяточку в гнездо затвора так, чтобы головка гнетка расположилась над уступом пяточки выбрасывателя.

3. Присоединить предохранитель и ударник к затвору.

Взяв затвор в левую руку задним концом к себе и вложить ударник в канал затвора так, чтобы его срез в задней части был обращен к гнезду для предохранителя. Большим и указательным пальцами правой руки вставить предохранитель в гнездо затвора и повернуть его флажок вниз до отказа.

4. Присоединить спусковой крючок к рамке.

Удерживая рамку в левой руке, правой рукой оттянуть спусковую скобу и перекосить ее так, как это делается при неполной разборке пистолета; вставить головку спускового крючка в окно стойки рамки так, чтобы его цапфы вошли в цапфенные гнезда рамки; поставить спусковую скобу на свое место.

5. Присоединить спусковую тягу с рычагом взвода к рамке.

Удерживая рамку в левой руке и отведя хвост спускового крючка назад, вставить цапфу спусковой тяги в отверстие спускового крючка и опустить задний конец тяги в рамку на заднюю стенку основания рукоятки.

6. Присоединить курок к рамке.

Удерживая рамку за основание рукоятки в левой руке, повернуть спусковой крючок в крайнее переднее положение, правой рукой наклонить курок головкой вперед, ввести его цапфы в цапфенные гнезда в рамке и повернуть головку курка назад.

7. Присоединить боевую пружину к рамке и рукоятку к основанию рукоятки.

Положить пистолет на ладонь левой руки; повернув спусковой крючок вперед, а рычаг взвода вверх, правой рукой ввести перья боевой пружины в окно рамки и надеть пружину отверстием на прилив основания рукоятки так, чтобы широкое перо боевой пружины расположилось в углублении курка, а узкое перо на пяточке рычага взвода. Повернуть пистолет так, чтобы задняя стенка основания рукоятки была обращена на себя, и, придерживая большим пальцем левой руки боевую пружину за защелку магазина, а указательным переднюю стенку основания рукоятки, большим и указательным пальцами правой руки надеть задвижку боевой пружины. Проверить правильность постановки боевой пружины, для чего несколько раз легко нажать на хвост спускового крючка. Если и курок отходит назад, то пружина поставлена правильно. Надеть рукоятку на основание рукоятки и ввинтить до отказа винт, после чего винт отпустить на пол-оборота.

8. Присоединить затворную задержку и шептало к рамке.

Удерживая рамку в левой руке, правой рукой вложить затворную задержку в вырез рамки; взять, шептало так; чтобы лыска на его правой цапфе была обращена вперед; вставить в цапфенное гнездо рамки сначала левую цапфу шептала (на которой находится пружина), а затем ввести правую цапфу шептала в цапфенное гнездо в рамке. Повернуть шептало назад. Выступом протирки надеть крючок пружины шептала на затворную задержку.

Примечание. Запрещается взводить курок нажимом на хвост спускового крючка и производить спуск курка, когда не присоединен к рамке затвор.

9. Провести сборку после неполной разборки.

10. Проверить правильность работы частей и механизмов пистолета.

Осмотр ПМ в собранном и разобранном виде

Осмотр ПМ в собранном виде

При осмотре ПМ в собранном виде проверить:

1. Нет ли на частях ПМ налета ржавчины, трещин, царапин, забоин; соответствуют ли номера на затворе номеру на рамке.
2. Нет ли забоин на мушке и в прорезе целика, мешающих прицеливанию;
3. Легко ли переключается предохранитель из одного положения в другое и надежно ли фиксируется к крайним положениям;
4. Надежно ли удерживается спусковая скоба в рамке и устанавливается ли для отделения затвора в перекошенное положение;
5. Довернут ли винт рукоятки;
6. Нет ли в канале ствола грязи, налета ржавчины и других дефектов. Для этого необходимо затвор поставить на затворную задержку и посмотреть в канал ствола с дульной части, вставив в окно затвора белую бумагу.
7. Не погнуты ли стенки и верхние края корпуса магазина и свободно ли передвигается подаватель в магазине;
8. Свободно ли вставляется магазин (запасной магазин) в основание рукоятки и извлекается из него и надежно ли он удерживается защелкой магазина.
9. Правильно ли работают части и механизмы пистолета.

Осмотр ПМ в разобранном виде

При осмотре ПМ в разобранном виде подробно осматривается каждая часть и механизм в отдельности, для того чтобы проверить, нет ли скошенности металла, сорванной резьбы, царапин и забоин, погнутостей, сыпи, ржавчины и загрязнения.

- При осмотре рамки со стволом и спусковой скобой особое внимание обратить на состояние канала ствола. Канал ствола осматривается с дульной и казенной частей. При этом проверять чистоту канала ствола, патронника, и исправность казенного среза ствола, наличие в стволе сыпи, ржавчины, раковин царапин, забоин и раздутия ствола.

- При осмотре затвора с выбрасывателем, ударником и предохранителем особое внимание обратить на состояние внутренних пазов гнезд и выступов, которые не должны быть загрязнены, и не должны иметь забоин. Проверить, свободно ли перемещается ударник в канале затвора, энергично ли поджимается выбрасыватель к чашечке затвора и не скошен ли зацеп выбрасывателя и боек ударника. Проверить, утапливается ли фиксатор предохранителя, нет ли больших побитостей на зацепе для запираания курка, не изношена ли цапфа, не изношено ли ребро предохранителя.

- При осмотре возвратной пружины проверить нет ли на ней заусенцев, ржавчины, погнутостей, грязи и надломов, прочно ли она удерживается на стволе.

- При осмотре частей УСМ проверить износ разобщающего выступа рычага взвода; рычаг взвода должен без заеданий вращаться на цапфе спус-

ковой тяги. Проверить, нет ли скошенности и износа боевого и предохранительного взвода курка, растянутости пружины шептала и износа его носика. Перья боевой пружины не должны иметь трещин.

- При осмотре рукоятки с винтом проверить, нет ли трещин отколов, нет ли сорванной резьбы на винте, не загрязнены ли пазы и выемки рукоятки.

- При осмотре затворной задержки убедиться в ее исправности. Затворная задержка не должна быть погнута или надломана. Проверить, нет ли скошенности металла на отражателе.

- При осмотре магазина особое внимание обратить на исправность зуба подавателя и выступа для защелки магазина; проверить, не погнуты ли верхние края корпуса магазина.

Уход за 9 мм пистолетом Макарова

Пистолет всегда должен содержаться в чистоте и исправности. Это достигается своевременной и правильной чисткой и смазкой, бережным обращением с пистолетом и правильным хранением его. Хранить пистолет необходимо в чистой и сухой кобуре. Чистка пистолетов производится:

- в боевой обстановке, на маневрах и длительных учениях в поле – ежедневно во время затишья боя или в перерывах между занятиями;

- после учений, нарядов и занятий в поле без стрельбы – немедленно по окончании учений, нарядов или занятий;

- после стрельбы – немедленно, по окончании стрельбы необходимо очистить и смазать канал ствола и патронник; окончательную чистку пистолета произвести по возвращении со стрельбы; в последующие 3 – 4 дня чистку пистолета производить ежедневно;

- если пистолет находится без употребления, – не реже одного раза в 7 дней.

Для чистки и смазки пистолета применяется:

- жидкая ружейная смазка – для чистки пистолета и смазывания его частей и механизмов при температуре воздуха от + 5 до – 50 градусов;

- ружейная смазка – для смазывания канала ствола, частей и механизмов пистолета после их чистки; эта смазка применяется при температуре воздуха от +5 градусов и выше;

- раствор РЧС (раствор чистки стволов) – для чистки каналов стволов и других частей пистолета подвергшихся воздействию пороховых газов;

- ветошь или бумага KB-22 – для обтирки, чистки и смазки пистолета;

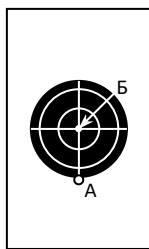
- пакля (короткое льноволокно), очищенная от кострики, – только для чистки канала ствола.

Пистолет, внесенный с мороза в теплое помещение, нельзя смазывать, пока он не «отпотеет»; когда появятся капли воды, насухо протереть части и механизмы пистолета и смазать их.

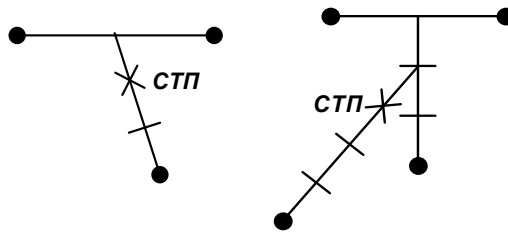
Приведение ПМ к нормальному бою

Пистолеты приводятся к нормальному бою при поступлении в отдел внутренних дел, после ремонта или замены частей пистолета или при отклонении пуль, не удовлетворяющих требованию нормального боя. Проверка боя произво-

дится в благоприятных условиях, закрытом тире. Стрельба производится по проверочной мишени (рис. 1) или черному кругу диаметром 25 см, расположенном на щите высотой 1 м и шириной 0,5 м с расстояния 25 м. Точка прицеливания – середина нижнего края мишени (А) или центр мишени (Б). Для проверки боя пистолета стрелок производит подряд четыре выстрела, тщательно и однообразно прицеливаясь. По окончании стрельбы осматривается щит и по его расположению пробоев определяется кучность боя. Кучность боя пистолета признается нормальной, если три пробоев вмещаются в круг диаметром 15 см. В противном случае определяется средняя точка попадания (СТП).



Проверочная мишень



а) б)

Определение СТП

а) по трем пробоям; б) по четырем пробоям.

При малом числе пробоев (до пяти) положение средней точки попадания определяется способом последовательного деления отрезков. Для этого необходимо: соединить прямой линией две пробоев, расстояние между ними разделить пополам, полученную точку соединить с третьей пробоем и расстояние между ними разделить на три равные части. За среднюю точку попадания трех пробоев принимается деление ближайшее к двум первым пробоям. От этого деления провести прямую линию к четвертой пробоем и разделить на четыре равные части, ближайшее деление к трем пробоям будет средняя точка попадания. Аналогичное определение средней точки производится и по пяти пробоям. Определив СТП, измеряется величина ее отклонения от контрольной точки. Если СТП отклонилась от контрольной точки более, чем на 5 см, то пистолет передается мастеру для передвижения или замены целика. В случае если СТП оказалась выше (ниже) контрольной точки, целик меняется более низким (высоким). При замене одного целика другим его высота изменяется на 0,25 мм.

Номер целика	0	1	2	3	4
Высота, мм	5,00	5,25	5,50	5,75	6,00

Если СТП оказалась левее (правее), целик передвигается вправо (влево). При изменении высоты целика или перемещении его влево (вправо) на один миллиметр СТП изменяется на 19 см.

После приведения пистолета к нормальному бою целик для ПМ закрепить с помощью керн. Старую риску на целике зачистить, вместо нее набить новую.

Примечание. Мушку пистолета опиливать запрещается.

Приведение ПМ к нормальному бою считается законченным, когда пистолет в отношении кучности и положения СТП удовлетворяет требованиям нормального боя.

Задержки при стрельбе из ПМ и способы их устранения

Пистолет при правильном обращении с ним, внимательном уходе и бережении является надежным и безотказным оружием. Однако при длительной работе вследствие износа частей и механизмов, а чаще при неосторожном обращении и невнимательном уходе могут возникнуть задержки при стрельбе.

Для предупреждения задержек при стрельбе из пистолета и обеспечения безотказности работы пистолета необходимо:

- правильно подготавливать пистолет к стрельбе;
- своевременно и с соблюдением всех правил осматривать, чистить и смазывать пистолет; особенно тщательно следить за чистотой и смазкой трущихся частей пистолета;
- своевременно производить ремонт пистолета;
- перед стрельбой осматривать патроны; неисправные, ржавые и грязные патроны для стрельбы не применять;
- во время стрельбы и при передвижениях оберегать пистолет от загрязнения и ударов;
- если пистолет перед стрельбой находился продолжительное время на сильном морозе, то перед заряданием его несколько раз энергично отвести затвор рукой и отпустить его, причем после каждого отведения и отпускания затвора производить спуск курка нажимом на хвост спускового крючка.

Если при стрельбе произойдет задержка, то ее нужно устранить пере заряданием пистолета. Если перезаряданием задержка не устраняется, то необходимо выяснить причину задержки и устранить ее, как указано ниже.

Задержки	Причины задержек	Способы устранения задержек
1. Осечка. Затвор в крайнем переднем положении, курок спущен, но выстрела не произошло.	1. Капсюль патрона неисправен. 2. Сгущение смазки или загрязнение канала под ударник. 3. Не полностью ввинчен винт рукоятки (в пистолетах без задвижки боевой пружины) 4. Мал выход ударника или забоины на бойке.	1. Перезарядить пистолет и продолжить стрельбу. 2. Осмотреть прочистить пистолет. 3. Ввинтить винт рукоятки до отказа 4. Отправить пистолет в мастерскую.
2. Недокрытие патрона затвором. Затвор остановился не дойдя крайнего переднего положения; спуск курка произвести нельзя.	1. Загрязнение патронника, пазов рамки и чашечки затвора. 2. Затруднительное движение выбрасывателя из-за загрязнения пружины выбрасывателя или гнетка	1. Дослать затвор вперед толчком руки и продолжить стрельбу. 2. Осмотреть прочистить пистолет.

3. Неподача или не продвижение патрона из магазина в патронник. Затвор находится в переднем положении, но патрона в патроннике нет; затвор остановился в среднем положении вместе с патроном, не дослав его в патронник.	1. Загрязнение магазина и подвижной части пистолета. 2. Погнутость верхних краев корпуса магазина.	1. Перезарядить пистолет и продолжить стрельбу, Прочистить пистолет и магазин. 2. Заменить неисправный магазин.
4. Прихват (ущемление) гильзы затвором. Гильза не выброшена затвором наружу через окно в затворе и заклинилась между затвором и казенным срезом ствола.	1. Загрязнение подвижной части пистолета. 2. Неисправность выбрасывателя, его пружины или отражателя.	1. Выбросить прихваченную гильзу и продолжать стрельбу. 2. При неисправности выбрасывателя с пружиной или отражателя отправить пистолет в мастерскую.
5. Автоматическая стрельба.	1. Сгущение смазки или загрязнение частей ударно - спускового механизма. 2. Износ боевого взвода курка или носика шептала. 3. Ослабление или излом пружины шептала. 4. Касание полочки уступа предохранителя зуба шептала.	1. Осмотреть и прочистить пистолет. 2. Отправить пистолет в мастерскую. То же То же

Работа частей и механизмов ПМ

Работа частей и механизмов ПМ при выстреле

Для производства выстрела необходимо выключить предохранитель, взвести курок и нажать пальцем руки на хвост спускового крючка.

При нажатии пальцем на хвост спускового крючка спусковая тяга смещается вперед, а рычаг взвода соединенный с задним концом спусковой тяги, поворачивается на задней цапфе спусковой тяги и поднимается до тех пор, пока не упрется своим вырезом в выступ шептала; затем рычаг взвода приподнимает шептало и расцепляет его с боевым взводом курка. Разобщающий выступ рычага взвода входит в выем затвора.

Курок освобождается от шептала и под действием широкого пера боевой пружины резко поворачивается на цапфах вперед и ударяет по ударнику.

Ударник энергично движется вперед и бойком разбивает капсюль патрона; происходит выстрел.

Давлением образовавшихся газов пуля выбрасывается из канала ствола, в то же время газы давят на стенки и дно гильзы. Гильза раздается и плотно прижимается к стенкам патронника. Давление газов на дно гильзы передается на затвор, вследствие чего он движется назад.

Работа частей и механизмов ПМ при включении предохранителя

Если выстрела производить не требуется, то, не спуская курка с боевого взвода, следует включить предохранитель, повернув его флажок вверх до отказа так, чтобы красный кружок закрылся флажком предохранителя.

При повороте флажка выступ предохранителя опускается до начала подъема шептала встает на пути движения курка; ось предохранителя палочкой уступа поднимает шептало, вследствие чего шептало поворачивается и освобождает курок; курок под действием широкого пера боевой пружины поворачивается и наносит удар по выступу предохранителя; ребро предохранителя, поворачиваясь, заходит за левый уступ рамки и запирает затвор с рамкой. Зацеп предохранителя, опускаясь, входит в выем курка и запирает его так, что взвести курок невозможно.

Работа частей и механизмов ПМ по израсходованию патронов из магазина

По израсходованию всех патронов из магазина подаватель магазина своим зубом поднимает передний конец затворной задержки вверх. Затвор, упираясь своим зубом в выступ затворной задержки, останавливается в заднем положении.

Курок поставлен на боевой взвод.

Пружина подавателя имеет наименьшее сжатие. Затвор остается в заднем положении также и после извлечения магазина из основания рукоятки пистолета, удерживаясь на затворной задержке.

Работа частей и механизмов ПМ при стрельбе самовзводом

Если стрельба ведется без предварительного взведения курка, то при нажатии на хвост спускового крючка курок взводится автоматически. При этом рычаг взвода, войдя в зацепление своим выступом самовзвода с зубом самовзвода курка, взводит курок. Курок не становится на боевой взвод (так как шептало в момент срыва оказывается приподнятым в верхнее положение выступом рычага взвода), срывается с выступа самовзвода рычага взвода и ударяет по ударнику; происходит выстрел.

Нормативы по огневой подготовке для пистолета Макарова

№	Наименование норматива	Время (с.)	Условия (порядок) выполнения норматива
1	Изготовка к стрельбе из различных положений: стоя с колена лежа из-за укрытия	5 6 9	Пистолет в кобуре. Магазин, снаряженный учебными патронами, находится в рукоятке пистолета. Руководитель указывает огневую позицию, положение для стрельбы и подает команду «Огонь». Обучаемый извлекается к стрельбе, имитирует досылание патрона в патронник и производит прицельный выстрел «вхолостую».
2	Неполная разборка пистолета Макарова	8	Оружие на столе. Обучаемый находится у оружия. Норматив выполняется одним обучаемым.
3	Сборка пистолета Макарова после неполной разборки	10	Оружие разобрано. Части и механизмы аккуратно разложены на столе. Обучаемый находится у оружия. Норматив выполняется одним обучаемым.
4	Снаряжение магазина патронами	20	Обучаемый находится у стола, на котором лежит магазин и 8 учебных патронов (россыпью).

5	Разряжание оружия	12	Обучаемый находится у стола. Пистолет снаряжен одним учебным патроном (в патроннике). Ещё два учебных патрона находятся в магазине пистолета. По команде «Разряжай» обучаемый извлекает магазин из основания рукоятки пистолета, извлекает патрон из патронника и кладет оружие на стол. Расснаряжает магазин и вставляет его в основание рукоятки пистолета.
6	Смена магазина из различных положений стоя с колена лежа	6 7 9	Неснаряженный магазин в рукоятке пистолета. Пистолет на затворной задержке в руке обучаемого. Запасной магазин, снаряженный одним учебным патроном, в кармашке кобуры. Руководитель указывает цель, огневую позицию, положение для стрельбы и подает команду «Огонь». Обучаемый извлекает магазин из основания рукоятки пистолета и кладет его в кобуру (или карман), достает запасной магазин и вставляет его в основание рукоятки пистолета. Снимает пистолет с затворной задержки и производит прицельный выстрел по цели «вхолостую».

Примерный план практического занятия

1. Назначение пистолета, его боевые свойства, тактико-технические характеристики ПМ, боеприпасы к нему.
2. Устройство и назначение частей и механизмов пистолета. Принцип работы.
3. Неполная разборка и сборка пистолета Макарова.
4. Порядок полной разборки и сборки пистолета. Проверка правильности работы пистолета после сборки. Осмотр ПМ и подготовка его к стрельбе. Уход за 9 мм пистолетом Макарова.
5. Приведение ПМ к нормальному бою
6. Задержки при стрельбе и способы их устранения. Порядок приведения ПМ к нормальному бою. Работа частей и механизмов ПМ
7. Нормативы для 9мм ПМ

Вопросы для самоконтроля по теме

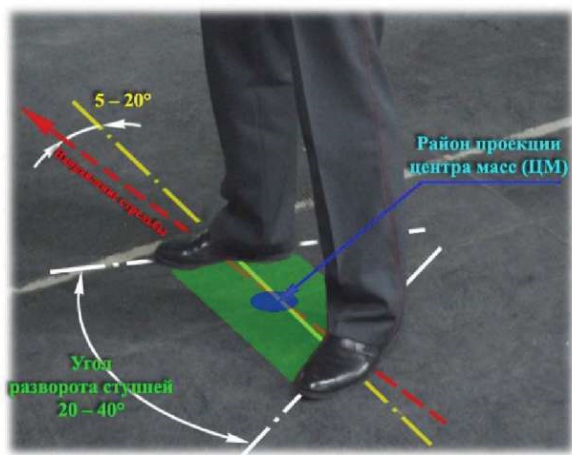
1. Тактико-технические данные 9 мм пистолета Макарова.
2. Назначение и боевые свойства пистолета Макарова.
3. Общее устройство и работа пистолета Макарова.
4. Устройство 9 мм патрона пистолета Макарова, маркировка, виды.
5. Осмотр, чистка и смазка пистолета.
6. Проверка боя и приведение к нормальному бою пистолета Макарова.
7. Порядок полной разборки пистолета Макарова.
8. Порядок сборки пистолета Макарова после полной разборки.

Тема 16.3. Приемы и правила стрельбы из пистолета

Изготовки

Изготовка – это комплекс технических действий, выполняемых стрелком для принятия определенного положения для стрельбы (позы), обеспечивающего наилучшую устойчивость системы «стрелок – оружие» при удержании оружия, прицеливании и выполнении выстрела.

Принятие положений для стрельбы: стоя с одной руки – обычная изготовка



В практике стрельбы из пистолета различают следующие варианты изготовки: вполоборота к мишени; боком к мишени, ноги на ширине плеч. Наиболее удобным признается такое положение, при котором линия плеч составляет 15-20° с плоскостью стрельбы, ступни ног слегка разведены.

Проекция центра масс (ЦМ) системы «стрелок - оружие» располагается в середине площади, ограниченной ступнями ног, т.е. несколько ближе к левой ступне.

Правая рука с оружием полностью выпрямлена в локтевом и лучезапястном суставах и направлена в сторону мишени.

Голова стрелка должна быть повернута в направлении стрельбы без наклона, т.е. находиться в наиболее естественном положении.

Левая рука расслаблена, ее можно упереть в бедро, положить в карман или за поясной ремень.

Проверка правильности принятой изготовки по отношению к цели выполняется следующим образом:

1	Принять положение изготовки
2	Направить пистолет в район прицеливания
3	Закрывать глаза на 2–3 с
4	Открыв глаза, посмотреть за направлением ствола пистолета

Если ствол пистолета направлен в сторону (вправо или влево) от мишени, необходимо изменить его направление поворотом всего туловища по

отношению к цели перестановкой стоп, а не перемещением руки, удерживающей оружие.

Принятие положений для стрельбы: с двух рук – фронтальная и универсальная изготówki

Фронтальная и универсальная изготówki наиболее широко применяют-



ся сотрудниками при стрельбе стоя из боевого пистолета.

«Фронтальная» изготówka. Корпус стрелка расположен перпендикулярно линии стрельбы и представляет собой силуэт с максимальной площадью собственного поражения.

«Универсальная» изготówka. Стрелок располагается под углом к линии ведения огня, левое плечо впереди. Ноги находятся немного шире плеч и создают площадь опоры в виде трапеции, стопы естественно разведены в стороны. Вес тела стрелка равномерно распределяется на обе ноги или немного ближе к левой ноге. В этой изготówке стрелок представляет собой силуэт с небольшой площадью собственного поражения.

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

- слишком узкая (меньше ширины плеч) или, наоборот, излишне широкая постановка ног при выполнении упражнения;
- 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;
- сгибание руки, удерживающей пистолет, в локтевом суставе.

Принятие положений для стрельбы: с колена (правосторонняя и левосторонняя изготówki)

Положение для стрельбы с колена. Для принятия положения для стрельбы с колена следует¹:

¹ Рассматривается положение для стрельбы «с колена» для правши, для левши - в зеркальном отображении.

1. Левой ногой сделать шаг вперед (или правой ногой - шаг назад), поставив стопы примерно на одну линию по направлению стрельбы.

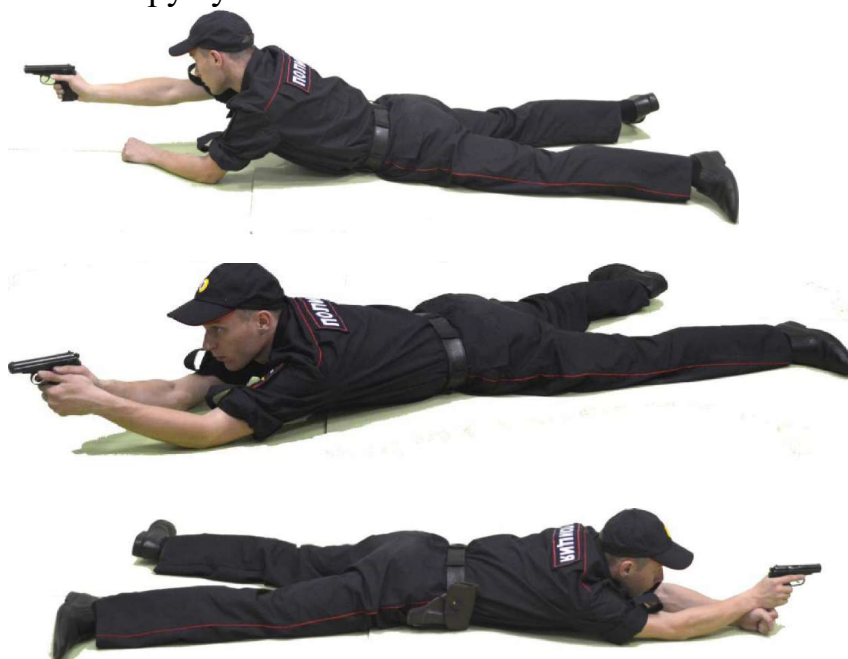
2. Опуститься на правое колено так, чтобы образовались три точки опоры (стопа левой ноги, колено правой ноги и носок правой ноги).

3. Сесть задней поверхностью бедра на голень и пятку правой ноги; угол между бедрами должен составлять от 60° до 90° . При принятии положения для стрельбы с колена с руки большая часть веса тела должна приходиться на пятку левой ноги.



Положение для стрельбы с двух рук с опорой локтевым суставом на колено

Для принятия положения для стрельбы лежа с руки стрелок делает полный шаг правой ногой вперед и немного вправо, опускается на левое колено и ставит левую руку на землю впереди себя, пальцами вправо. Опираясь последовательно на бедро левой ноги и предплечье левой руки, ложится на левый бок и быстро поворачивается на живот, раскинув ноги слегка в стороны носками наружу.





Способы удержания оружия одной рукой, двумя руками

Хват – способ удержания пистолета в руке, обеспечивающий его устойчивость в момент прицеливания и спуска курка.



При правильном хвате рукоятка пистолета вставляется в «вилку», образуемую большим и указательным пальцами руки, удерживающей оружие, а ее тыльная часть упирается в мышцу большого пальца и частично в мышцы нижней части ладони.

С правой стороны рукоятка охватывается серединой ладони, а с передней стороны – средним, безымянным пальцами и мизинцем. С левой стороны рукоятка обхватывается большим пальцем, который выпрямлен и направлен вдоль затвора пистолета, при таком положении он создает хорошую опору рукоятки с левой стороны.

Указательный палец не должен участвовать в удержании оружия. Его единственная роль – нажим на спусковой крючок. Он должен лежать третьей фалангой или первым суставом на спусковом крючке (в зависимости от длины пальца). Отсчет суставов принято начинать от центра тела к периферии. По возможности указательный палец не должен касаться оружия справа.

Способы поддержки пистолета значительно влияют на его устойчивость при стрельбе.



Прицеливание

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

Ровная мушка – это видимое расположение прицельных приспособлений, при котором верхний край мушки и верхние края целика находятся на одной горизонтальной линии, а просветы между мушкой и боковыми гранями целика одинаковы.



При прицеливании стрелку необходимо контролировать мушку, целик с прорезью и мишень, а четко сфокусированным может быть только один из предметов. Поэтому при прицеливании глаз фокусируется так, чтобы наиболее четко видеть мушку, менее четко - целик с прорезью и еще менее четко - мишень.

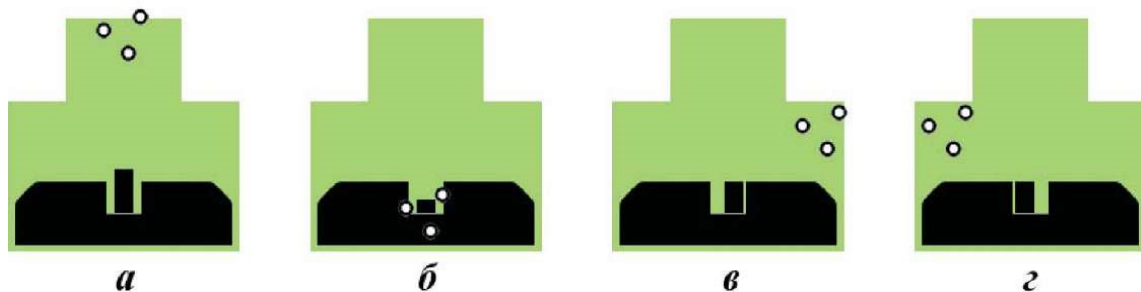
Наиболее часто встречающиеся ошибки при прицеливании.

Первая и наиболее распространенная ошибка - сосредоточение взгляда на мишени.

Второй ошибкой можно считать выбор точки, а не района прицеливания. Район прицеливания – это площадь круга, ограниченная окружностью с центром в точке прицеливания.

При прицеливании необходимо стремиться к уменьшению колебаний оружия, а если они и происходят, то только с «ровной мушкой».

Третьей ошибкой при прицеливании является нарушение визуального контроля над положением «ровной мушки».



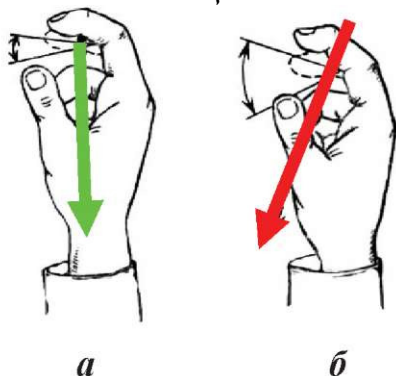
Спуск курка с боевого взвода

Спуск курка следует производить в полном соответствии со зрительным восприятием, т.е. приучивать к определенному моменту, когда «ровная мушка» находится в районе прицеливания.

Для выполнения меткого выстрела стрелок должен производить плавное нажатие на спусковой крючок и прицеливание - не раздельно и изолированно одно от другого, а строго согласованно между собой.

Чтобы не сбить наводку оружия при нажмие на спусковой крючок, необходимо:

- **нажим на спусковой крючок завершать плавным движением, каким бы ни был спуск по натяжению;**
- **пальцем нажимать на спусковой крючок изолированно, т.е. без участия кисти руки или других частей тела;**
- **пальцем нажимать на спусковой крючок строго вдоль оси ствола пистолета, без боковых отклонений ;**
- **указательный палец накладывать на спусковой крючок однообразно, желательно третьей фалангой, при этом вторая фаланга указательного пальца не должна касаться рукоятки пистолета справа.**



Положение указательного пальца при нажмие на спусковой крючок: а - правильное положение; б - неправильное положение

Оптимальное время, затрачиваемое от начала прицеливания (при уже затаенном дыхании) до выстрела, не должно быть более 10 с.

Производство выстрела в целом

Приняв соответствующую изготовку для стрельбы, взять пистолет в руку. Помогая свободной рукой проверить правильность хвата пистолета, обхватить его рукоятку с определенным усилием. Затем зафиксировать положение туловища, головы, свободной руки. Поднять руку, удерживающую пистолет, в сторону цели, выбрать свободный ход спускового крючка. После наведения оружия на цель выполнить несколько вдохов и выдохов, задержать дыхание, проверить точность совмещения прицельных приспособлений («ровную мушку») и удерживать ее в соответствующем районе прицеливания. Одновременно с удержанием ровной мушки завершить нажим на спусковой крючок в момент наилучшей устойчивости оружия.

Удержание ровной мушки в районе прицеливания должно носить активный характер. Это значит, что стрелок должен не 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.

Приемы стрельбы в различных условиях

Скоростная стрельба с места по неподвижной цели

Большое практическое значение при выполнении скоростной стрельбы из боевого пистолета имеет быстрота его извлечения из кобуры и досылания патрона в патронник. От времени, затраченного стрелком на извлечение пистолета из кобуры и досылание патрона в патронник, зависит оставшаяся его часть на стрельбу.

1	Расстегнуть застежку кобуры и, подняв ее крышку левой рукой, выполнить предварительный хват правой рукой за рукоятку пистолета, находящегося в кобуре. Одновременно с извлечением пистолета большой палец правой руки расположить на затворной задержке, указательный уложить на предохранительную скобу, а остальными пальцами кисти обхватить рукоятку пистолета
2	Продолжая извлечение пистолета и направляя его в сторону цели, выключить предохранитель, удерживая затвор за насечки левой рукой, дослат патрон в патронник, после чего левая рука выполняет один из вариантов поддержки вооруженной руки
3	В момент направления пистолета в сторону цели указательный палец правой руки накладывается третьей (ногтевой) фалангой на спусковой крючок и выбирает свободный ход
4	Сфокусировав взгляд на прицельных приспособлениях и уточняя их в районе прицеливания, задержать дыхание и продолжить плавный, равномерный нажим указательным пальцем правой руки на хвост спускового крючка до момента срыва курка с боевого взвода. Для выполнения последующих выстрелов необходимо поставить курок на боевой взвод большим пальцем поддерживающей (левой) руки и выполнить очередной выстрел. Включить предохранитель и убрать пистолет в кобуру

Обучение быстрому извлечению пистолета из кобуры осуществляется в процессе тренировки без патрона. Пистолет находится в общевойсковой кобуре и закрепляется на пояском ремне справа или слева по выбору стрелка. Оружие проверяется на незаряженность, затем пистолет убирается в кобуру, магазин - в кармашек кобуры, которая застегивается. По команде руководителя стрельб «Огонь!» необходимо:

Рассмотрим два наиболее распространенных способов досылания патрона в патронник при помощи свободной руки.

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

2. Отведение затвора назад. Правая рука удерживает пистолет в неподвижном положении, а левая, удерживая затвор за насечки с торца, отводит затвор в заднее положение. В момент отведения затвора в крайнее заднее положение стрелок отпускает затвор, не сопровождая его рукой. Сопрово-

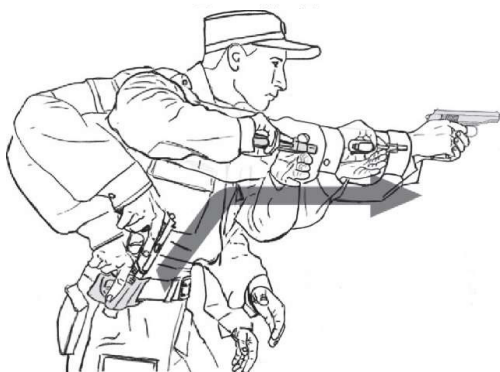
дение затвора (уступающее движение рукой, удерживающей затвор, действию возвратной пружины) недопустимо, так как это может привести к возникновению задержки при стрельбе (недокрытию патрона затвором).



а



б



Траектория движения оружия при извлечении пистолета

Прицеливание

Техника прицеливания при стрельбе с ограничением во времени заметно отличается от прицеливания в неограниченное время. Начинающие стрелки часто сталкиваются с проблемой правильного наведения прицельных приспособлений пистолета на цель при выполнении скоростной стрельбы.

При выполнении скоростной стрельбы из боевого пистолета прицеливание приходится осуществлять не по району прицеливания, а по центральной зоне на мишени. Это связано с лимитом времени на серию выстрелов, что практически не позволяет начинающему стрелку четко уточнить прицельные приспособления.

Вынос пистолета в район прицеливания осуществляется по кратчайшей линии. Стрелок после извлечения пистолета из кобуры, досылания патрона в патронник и выполнения поддержки выпрямляет руки, направляя пистолет в цель. Направление пистолета в цель по кратчайшей линии начинающими отрабатывается быстро, а вот совмещение ровной мушки в районе прицеливания вызывает сложность. Стрелки, пытаясь быстро совместить мушку с целиком, визуально теряют ее, нарушая хват пистолета напряжением мышц кисти.

Техника спуска курка с боевого взвода при стрельбе в ограниченное время (скоростная стрельба)

При скоростной стрельбе меткий выстрел возможен в том случае, если нажим на спусковой крючок будет достаточно быстрым и обязательно равномерным. Если стрелок начнет нажимать на спусковой крючок лишь тогда, когда подъем рук с пистолетом будет завершен и «ровная мушка» окажется доведенной до центральной области на мишени, то этот процесс будет протекать слишком долго. Стремление выиграть время за счет спуска курка приведет к рывку за него и резкому смещению пистолета в момент выполнения

выстрела. Поэтому, чтобы выиграть время, необходимое для спуска курка, следует начинать выбор свободного хода спускового крючка одновременно с направлением рук с пистолетом в цель. В согласованном действии подъема (направления) рук и одновременного с ним движения указательного пальца при нажиме на спусковой крючок и заключается успех выполнения меткого первого выстрела при скоростной стрельбе. Техника выполнения последующих выстрелов во многом сходна с рассмотренной выше. Разница лишь в том, что стрелку необходимо на каждый последующий выстрел правильно удержать импульс отдачи пистолета, чтобы не нарушился хват оружия для максимального снижения времени возвращения пистолета на линию прицеливания и выполнения очередного выстрела.

Скоростная стрельба из различных положений из-за укрытия

Изготовка при стрельбе из положения стоя из-за укрытия имеет следующие особенности:

1. Укрытие, прежде всего, служит защитой для стреляющего. Нужно стремиться уменьшить площадь незащищенных и открытых частей своего тела, максимально использовать укрытие. Поэтому при стрельбе с одной или с двух рук, стреляя с правой стороны укрытия (*со стороны стреляющего*), следует удерживать оружие правой рукой, с левой стороны - переложить оружие в левую руку.

2. Вертикальную часть укрытия необходимо использовать в качестве опоры. Этот технический прием имеет большое значение при скоростной стрельбе, поскольку придает устойчивость системе «стрелок-оружие». При стрельбе с опорой во всех случаях рекомендуется избегать непосредственного контакта оружия с жесткими и твердыми предметами. Опору можно осуществлять через кисть, предплечье, ладонь, запястье.

В соответствии с условиями упражнения стрелок, принимая положение для стрельбы с колена, должен использовать укрытие в качестве защиты и горизонтальную часть окна (подоконник) в качестве упора. Использоваться может не только горизонтальная поверхность окна, но и его вертикальная часть. При стрельбе с правой руки используется левый нижний угол, при стрельбе с левой руки - правый нижний угол. Стрелок принимает положение для стрельбы с колена, кисти рук, удерживающих оружие, кладет в проем окна (в один из нижних углов). Необходимо следить за тем, чтобы пистолет не касался основанием рукоятки или затвором твердых частей укрытия.

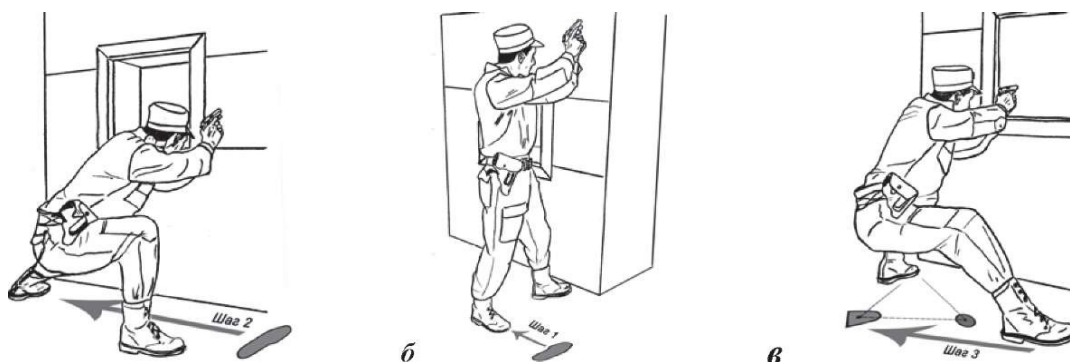


Переход из положения для стрельбы *стоя* в положение *с колена*.

1. После стрельбы из положения *стоя* с правой стороны укрытия следует сделать неглубокий скрестный шаг влево сзади стоящей правой ногой, укрываясь таким образом за макетом стены. При этом действии указательный палец убирается со спускового крючка, а оружие удерживается в безопасном направлении

2. Стрелок делает шаг левой ногой влево вдоль стены, одновременно сгибая ноги в коленных суставах (приседая) и перенося общий центр массы тела на левую ногу. При выполнении этого действия хват оружия не меняется; тело необходимо удерживать в прямолинейном положении перпендикулярно земле, не «заваливаться» вперед головой

3. Подтянуть правую ногу, поставить на носок позади левой, коленом упереть в пол, сесть на пятку (т.е. принять положение для стрельбы *с колена*), установить руки в проеме окна, изготовиться и произвести выстрелы



Переход из положения для стрельбы *с колена* в положение *лежа*.

1. После стрельбы из положения *с колена* с левого нижнего угла проема окна поставить левую руку на землю слева от себя, пальцами вправо, перенести вес тела на опорную руку. Оружие удерживается правой рукой в безопасном направлении, указательный палец находится на спусковой скобе пистолета

2. Используя в качестве опоры стопу сзади стоящей ноги и кисть левой руки, подтянуть согнутую в коленном суставе впереди стоящую ногу и вытянуть ее как можно дальше назад

3. Используя в качестве опоры предплечье левой руки, лечь на левый бок, перевернуться на живот, переложить оружие в левую руку, принять положение для стрельбы *лежа с упора*, изготовиться и произвести выстрелы



Переход из положения для стрельбы *с колена* в положение *лежа*: *а* - перенести опору на левую руку; *б* - вытянуть ногу назад, лечь на левый бок

Скоростная стрельба после передвижения со сменой магазина



Стрелок, которому необходимо поразить несколько целей, должен будет перезарядить оружие. Поэтому важным элементом обучения данному упражнению является навык смены магазина по ходу выполнения упражнения.

Распространенной ошибкой при смене магазина является присоединение магазина к основанию пистолетной рукоятки ударом ладони. В этом случае защелка магазина часто не запирает стенку магазина и при досылании патрон в патронник не подается, выстрела не происходит.

Действия сотрудников по подаваемым командам при стрельбе из пистолета

1. По команде «Магазин (магазины) снарядить» согласно условиям выполнения упражнения сотрудник снаряжает магазин необходимым количеством патронов и удерживает его в руке. При снаряжении сотрудником нескольких магазинов один из них вставляется в карман кобуры для запасного магазина (подсумок для размещения магазинов к пистолету), другой удерживается в руке или убирается в карман форменной одежды.

2. По команде «Приготовиться к стрельбе» сотрудник извлекает пистолет из кобуры, проверяет отсутствие патрона в патроннике, опробует ударно-спусковой механизм оружия, производя несколько выстрелов вхолостую в направлении мишени (при этом курок взводится свободной рукой после каждого выстрела), включает предохранитель и убирает оружие в кобуру. При проведении контрольных стрельб команда «Приготовиться к стрельбе» не подается.

3. По команде «Заряжай» в зависимости от условий выполнения упражнения сотрудник, не полностью извлекая пистолет из кобуры, вставляет снаряженный магазин в основание рукоятки пистолета, убирает пистолет в кобуру и застегивает ее (если предусмотрено конструкцией кобуры) либо извлекает пистолет из кобуры, вставляет снаряженный магазин в основание рукоятки пистолета, убирает пистолет в кобуру и застегивает ее (если предусмотрено конструкцией кобуры). После зарядания оружия докладывает о готовности к стрельбе.

4. По команде «Огонь» («Вперед», «К бою») согласно условиям выполнения упражнения сотрудник при необходимости выдвигается на огневой рубеж, извлекает пистолет из кобуры (если пистолет находится в кобуре), выключает предохранитель, досылает патрон в патронник и ведет прицельный огонь. По окончании стрельбы сотрудник убирает палец со спускового крючка, удерживая оружие в руке в направлении мишени, становится лицом

к мишени и докладывает об окончании стрельбы. При этом затвор находится в крайнем заднем положении на затворной задержке. Далее по команде руководителя (помощника руководителя) стрельб сотрудник выполняет действия по команде «Оружие к осмотру».

5. Если по окончании стрельбы затвор не встал в крайнее заднее положение на затворную задержку, сотрудник включает предохранитель и поднимает свободную руку. Далее по команде руководителя (помощника руководителя) стрельб сотрудник выполняет действия по команде «Разряжай».

6. По команде «Разряжай» сотрудник, удерживая пистолет в направлении мишени, извлекает магазин из основания рукоятки и удерживает магазин в руке (либо убирает его в карман форменного обмундирования, либо кладет его на подставку, либо убирает в карман кобуры для запасного магазина). Проверяет отсутствие патрона в патроннике, для чего выключает предохранитель, отводит затвор назад и осматривает патронник, возвращает затвор в переднее положение, включает предохранитель и убирает оружие в кобуру. В случае выпадения патрона из патронника докладывает об этом руководителю (помощнику руководителя) стрельб и по его команде поднимает выпавший патрон. Извлекает патрон (патроны) из магазина (магазинов (при их наличии)) и удерживает патрон (патроны) в руке (либо убирает боеприпасы в карман форменного обмундирования, либо кладет их на подставку). Извлекает пистолет из кобуры, вставляет магазин в основание рукоятки, второй магазин удерживает в руке (либо убирает его в карман форменного обмундирования, либо кладет на подставку, либо убирает в карман кобуры для запасного магазина). Пистолет удерживается направленным в сторону мишени до команды «Оружие к осмотру».

7. По команде «Оружие к осмотру» сотрудник извлекает магазин из основания рукоятки пистолета. Если перед командой «Оружие к осмотру» подавалась команда «Разряжай» сотрудник, удерживая пистолет в направлении мишени, выключает предохранитель, отводит затвор назад и ставит его на затворную задержку. Вкладывает магазин под большой палец руки, удерживающей оружие, впереди предохранителя так, чтобы подаватель магазина был на 2 - 3 см выше верхнего среза затвора, и предъявляет пистолет и магазин к осмотру. Если при стрельбе использовалось несколько магазинов, то все магазины представляются к осмотру.

8. По команде «Осмотрено» сотрудник берет магазин (магазины) в свободную от удержания пистолета руку, снимает затвор с затворной задержки, производит спуск курка в направлении мишени, включает предохранитель, вставляет магазин в основание рукоятки, убирает пистолет в кобуру (при наличии нескольких магазинов другой убирается в карман для запасного магазина кобуры (подсумок для размещения магазинов к пистолету) либо в карман форменного обмундирования) и застегивает ее (если предусмотрено конструкцией кобуры), становится лицом в направлении мишеней.

Примерный план практического занятия

1. Техника производства меткого выстрела из пистолета.
2. Виды изготовления для стрельбы из пистолета (револьвера). Хватка пистолета.
3. Особенности прицеливания. Глаз и его работа во время прицеливания.
4. Дыхание при стрельбе из пистолета.
5. Спуск курка. Условие, обеспечивающее правильный спуск курка.
6. Действия сотрудников по подаваемым командам при стрельбе из пистолета.

Вопросы для самоконтроля по теме

1. Основные технические элементы выстрела.
2. Изготовка к стрельбе, виды изготовок для стрельбы из различных положений для пистолета.
3. Спуск курка с боевого взвода, управление спуском во время выстрела.
4. Хватка, виды хватки для пистолета.
5. Дыхание, управление дыханием при медленной и скоростной стрельбе.

Тема 16.4. Назначение, тактико-технические характеристики, устройство 5,45 мм автомата Калашникова и АКС-74У

5,45-мм автомат Калашникова является индивидуальным оружием, предназначен для уничтожения живой силы и поражения огневых средств противника. Для поражения противника в рукопашном бою к автомату присоединяется штык-нож. Для стрельбы и наблюдения в условиях естественной ночной освещенности к автоматам АК74Н, АКС74Н присоединяется ночной стрелковый прицел универсальный (НСПУ).



Рис. 1. Автомат Калашникова

Наименование	АК-74	АКСУ-74у
1. Прицельная дальность (м)	1000	500
2. Дальность прямого выстрела по грудной фигуре (м)	440	360
3. Темп стрельбы (выстрелов в минуту)	600	650
4. Боевая скорострельность (выстрелов в минуту)		
а) при стрельбе одиночными:	40	40
б) при стрельбе очередью:	100	100
5. Начальная скорость полёта пули (м/сек)	900	735
6. Дальность до которой сохраняется убойная сила пули	1350	1100

(м)		
7. Дальность полёта пули (м)	3150	2900
8. Емкость магазина (патронов)	30	30
9. Вес автомата (кг)		
а) с не снаряжённым магазином	3,3	2,7
б) со снаряжённым магазином	3,6	3,0
10. Длина автомата (мм)		
а) со штык-ножом	1089	-----
б) без штык-ножа	940	730
в) со сложенным прикладом	700	490
11. Длина ствола (мм)	415	206,5
12. Калибр (мм)	5,45	5,45
13. Вес патрона (г)	10,2	10,2
14. Вес пули (г)	3,4	3,4

Устройство и назначение частей и механизмов автомата 5,45 мм автомата Калашникова



Устройство автомата АК-74

Затворная рама с газовым поршнем предназначена для приведения в действие затвора и ударно-спускового механизма.

Затвор предназначен для досылания патрона в патронник, закрывания канала ствола, разбития капсюля и извлечения из патронника гильзы (патрона).

Газовая трубка со ствольной накладкой служит для направления движения газового поршня.

Ствольная накладка служит для предохранения рук автоматчика от ожогов при стрельбе.

Ударно-спусковой механизм предназначен для спуска курка с боевого взвода или со взвода автоспуска, нанесения удара по ударнику, обеспечение ведения автоматического или одиночного огня, прекращения стрельбы, для предотвращения выстрелов при незапертом затворе и постановке автомата на предохранитель.

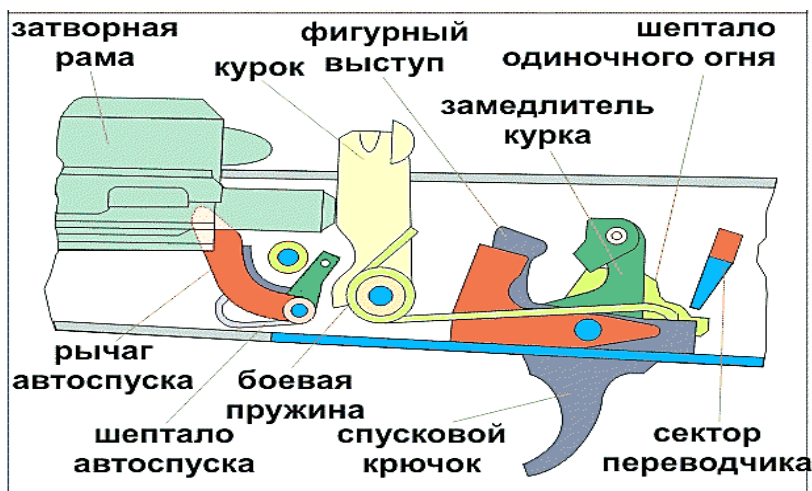
Цевьё служит для удобства действия автоматом и защищает руки автоматчика от ожогов при стрельбе.

Магазин предназначен для помещения 30 патронов и подачи их в ствольную коробку.

Штык-нож служит для поражения противника в рукопашном бою, а также может использоваться, как шанцевый инструмент.

Части УСМ АК

Ударно-спусковой механизм помещается в ствольной коробке, где крепится тремя взаимозаменяемыми осями, и состоит из курка с боевой пружиной, замедлителя курка с пружиной, спускового крючка, шептала одиночного огня с пружиной, автоспуска с пружиной, переводчика и трубчатой оси.



Части УСМ АК-74

Курок с боевой пружиной служит для нанесения удара по ударнику. На курке имеются: боевой взвод, взвод автоспуска, цапфы и отверстие для оси. Боевая пружина надевается на цапфы курка и своей петлей действует на курок, а концами — на прямоугольные выступы спускового крючка.

Спусковой крючок служит для удержания курка на боевом взводе и для спуска курка. Он имеет фигурный выступ, отверстие для оси, прямоугольные выступы и хвост. Своим фигурным выступом он удерживает курок на боевом взводе.

Шептало одиночного огня служит для удержания курка после выстрела в крайнем заднем положении, если при ведении одиночного огня спусковой крючок не был отпущен. Оно находится на одной оси со спусковым крючком. Шептало одиночного огня имеет пружину, отверстие для оси и вырез, в который входит сектор переводчика при ведении автоматического огня и стопорит шептало. Кроме того, вырез ограничивает поворот сектора вперед при постановке переводчика на предохранитель.

Автоспуск служит для автоматического освобождения курка со взвода автоспуска при стрельбе очередями, а также для предотвращения спуска курка при незакрытом канале ствола и незапертом затворе. Он имеет шептало для удержания курка «а взводе авто-спуска, рычаг для поворота автоспуска выступом затворной рамы при подходе ее в переднее положение и пружину.

На одной оси с автоспуском находится его пружина. Коротким концом она соединена с автоспуском, а ее длинный конец проходит вдоль левой стенки ствольной коробки и входит в кольцевые проточки на осях автоспуска, курка и спускового крючка, удерживая оси от выпадения.

Переводчик служит для установки автомата (пулемета) на автоматический или одиночный - огонь, а также на предохранитель. Он имеет сектор с цапфами, которые помещаются в отверстия стенок ствольной коробки. Нижнее положение переводчика отвечает установке его на одиночный огонь (ОД), среднее — на автоматический огонь (АВ) и верхнее — на предохранитель.

Замедлитель курка служит для замедления движения курка вперед в целях улучшения кучности боя при ведении автоматического огня из устойчивых положений. Он имеет передний и задний выступы, отверстие для оси, пружину и защелку.

Принадлежности к АК-74 и их назначение

1. пенал с принадлежностями;
2. ремень;
3. сумка для магазинов;
4. чехол;
5. обойма на 15 патронов;
6. переходник;
7. шомпол;
8. маслёнка.

Шомпол применяется для чистки и смазки канала ствола и каналов, полостей и других частей автомата.

Пенал служит для хранения протирки, ёршика, отвёртки, выколотки и шпильки.

Ремень служит для удобства ношения оружия.

Сумка для переноски и размещения 4-х магазинов, маслёнки.

Маслёнка служит для хранения масла и смазки.

Обойма для быстрого снаряжения магазина, **переходник** – для крепления обоймы к магазину

Неполная разборка и сборка после неполной разборки автомата 5,45 мм автомата Калашникова

Разборка автомата может быть полной и не полной. Неполная разборка производится для чистки автомата, смазки и осмотра. Полная разборка производится для чистки автомата при сильном загрязнении (при попадании под дождь, снег, песок), при переходе на другой вид смазки, при ремонте. Перед разборкой автомата необходимо тщательно осмотреть, чтобы убедиться, что он не заряжен. При этом необходимо убедиться, что в магазине или патроннике нет патрона. Разборка и сборка автомата производится на столе или чистой подстилке. Части и механизмы нужно укладывать в порядке разборки, обращаться с ними нужно осторожно, не класть одну часть на другую и не применять излишних усилий и резких ударов.

Порядок неполной разборки АК-74

1. **Отделить магазин.** Удерживая левой рукой за шейку приклада или цевьё, правой рукой обхватить магазин, нажимая большим пальцем на защёлку, подать нижнюю часть магазина вперёд и отделить его, после этого проверить, нет ли патрона в патроннике, для чего опустить переводчик вниз, отвести рукоятку затворной рамы и спустить курок с боевого взвода.

2. **Вынуть пенал с принадлежностями,** раскрыть пенал и вынуть из него протирку, ёршик, отвёртку, выколотку, шпильку.

3. **Отделить шомпол.** Оттянуть конец шомпола от ствола, так чтобы его головка вышла из-под основания мушки, вынуть шомпол вверх. при отделении шомпола разрешается пользоваться выколоткой.

4. **Вывернуть дульный тормоз компенсатор.** Утопив фиксатор, вывернуть дульный тормоз-компенсатор.

5. **Отделить крышку ствольной коробки.**левой рукой, обхватив шейку приклада, большим пальцем этой же руки нажать на выступ направляющего стержня возвратного механизма, правой рукой приподнять вверх заднюю часть крышки ствольной коробки и отделить крышку.

6. **Отделить возвратный механизм.** Удерживая оружие левой рукой за шейку приклада, правой подать вперёд направляющий стержень.

7. **Отделить затворную раму с затвором.** Продолжая удерживать оружие левой рукой отвести затворную раму назад до отказа, приподнять её вместе с затвором, отделить от ствольной коробки.

8. **Отделить затвор от затворной рамы.** Взять затворную раму в левую руку затвором вверх, правой рукой отвести затвор назад, повернуть за-

твор назад, так чтобы ведущий выступ затвора вышел из фигурного паза затворной рамы и вынести затвор вперёд.

9. **Отделить газовую трубку со ствольной накладкой.** Удерживая автомат левой рукой, правой рукой повернуть замыкатель от себя до вертикального положения и снять газовую трубку с патрубка газовой камеры.

Порядок сборки после неполной разборки

1. **Присоединить газовую трубку со ствольной накладкой.** Удерживая автомат левой рукой, правой рукой надвинуть газовую трубку передним концом на патрубок газовой камеры и прижать задний конец ствольной накладки к стволу; повернуть с помощью пенала замыкатель на себя до входа его фиксатора в выем на колодке прицела.

2. **Присоединить затвор к затворной раме.** Взять затворную раму в левую руку, а затвор в правую и вставить затвор цилиндрической частью в канал рамы; повернуть затвор так, чтобы его ведущий выступ вошел в фигурный вырез затворной рамы, и продвинуть затвор вперед.

3. **Присоединить затворную раму с затвором к ствольной коробке.** Взять затворную раму в правую руку так, чтобы затвор удерживался большим пальцем в переднем положении.левой рукой обхватить шейку приклада, правой рукой ввести газовый поршень в полость колодки прицела и продвинуть затворную раму вперед настолько, чтобы отгибы ствольной коробки вошли в пазы затворной рамы, небольшим усилием прижать ее к ствольной коробке и продвинуть вперед.

4. **Присоединить возвратный механизм.** Правой рукой ввести возвратный механизм в канал затворной рамы; сжимая возвратную пружину, подать направляющий стержень вперед и, опустив несколько книзу, ввести его пятку в продольный паз ствольной коробки.

5. **Присоединить крышку ствольной коробки.** Вставить крышку ствольной коробки передним концом в полукруглый вырез на колодке прицела; нажать на задний конец крышки ладонью правой руки вперед и книзу так, чтобы выступ направляющего стержня возвратного механизма вошел в отверстие в крышке ствольной коробки.

6. **Спустить курок с боевого взвода и поставить на предохранитель.** Нажать на спусковой крючок и поднять переводчик вверх до отказа.

7. **Ввернуть дульный тормоз компенсатор,** зафиксировав фиксатором.

8. **Присоединить шомпол.**

9. **Вложить пенал в гнездо приклада.** Уложить принадлежности в пенал и закрыть его крышкой, вложить пенал дном в гнездо приклада и утопить его так, чтобы гнездо закрылось крышкой.

10. **Присоединить магазин к автомату.** Удерживая автомат левой рукой за шейку приклада или цевье, правой рукой ввести в окно ствольной коробки зацеп магазина и повернуть магазин на себя так, чтобы защелка заскочила за опорный выступ магазина.

Взаимодействия частей и механизмов

Автоматическое действие автоматов основано на использовании энергии пороховых газов, отводимых из канала ствола оружия, к газовому поршню с затворной рамой.

При выстреле часть пороховых газов, следующих за пулей, устремляются через отверстие в стенке ствола в газовую камеру, давят на переднюю стенку газового поршня и отбрасывают поршень и затворную раму с затвором в заднее положение. При отходе назад затвора открывается канал ствола, извлекает из патронника гильзу и выбрасывает её наружу, а затворная рама сжимает возвратный механизм и взводит курок (ставит его на взвод автоспуска). В переднее положение затворная рама с затвором возвращается под действием возвратного механизма, затвор при этом досылает очередной патрон из магазина в патронник и запирает канал ствола, а затворная рама выводит выступ (шептало) автоспуска из-под взвода автоспуска курка. Запираание затвора осуществляется его поворотом вправо, и захождением боевым выступом за боевой упор ствольной коробки.

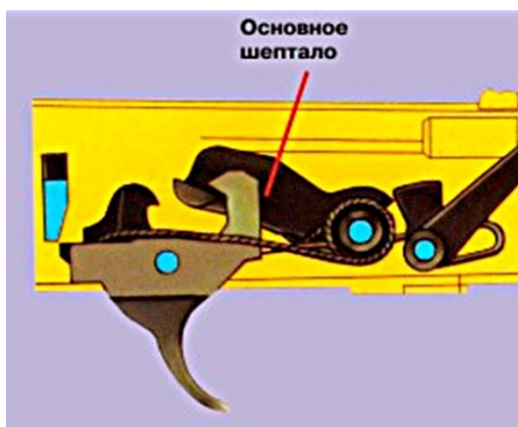
Если переводчик установлен на автоматический огонь, то стрельба будет продолжаться до тех пор, пока нажат спусковой крючок. Если переводчик установлен на одиночный огонь, то при каждом нажатии на спусковой крючок будет происходить только один выстрел.



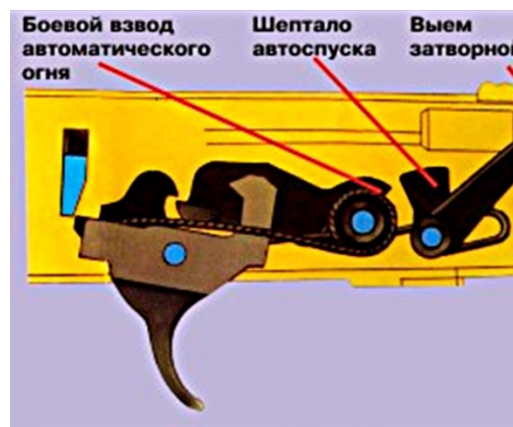
Переводчик установлен на автоматический огонь. Курок на основном боевом взводе удерживается спусковым крючком, автоспуск выключен затворной рамой, шептало одиночного огня включено переводчиком.



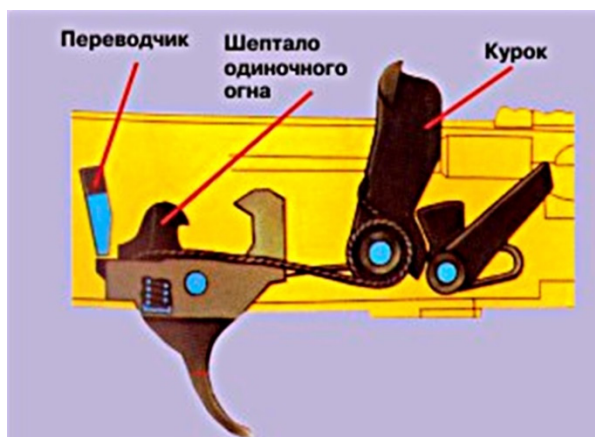
Переводчик установлен на одиночный огонь, спусковой крючок нажат. Курок удерживается во взведенном положении шепталом огня, автоспуск выключен затворной рамой.



Если переводчик установлен на одиночный огонь, то при нажатии на спусковой крючок произойдет только один выстрел; для производства следующего выстрела необходимо отпустить спусковой крючок и нажать на него снова.



Если переводчик установлен на автоматический огонь, то стрельба будет продолжаться до тех пор, пока нажат спусковой крючок и в магазине есть патроны.



Курок спущен, предохранитель включен. Переводчик блокирует затворную раму, спусковой крючок и шептало одиночного огня

Положение частей и механизмов до заряжания

Затворная рама с газовым поршнем и затвором под действием возвратного механизма находится в крайнем переднем положении, газовый поршень — в патрубке газовой камеры; канал ствола закрыт затвором. Затвор повернут вокруг продольной оси вправо, его боевые выступы находятся в вырезах ствольной коробки — затвор заперт. Возвратная пружина имеет наименьшее сжатие.

Рычаг автоспуска под действием выступа затворной рамы повернут вперед и вниз. Курок спущен и упирается в затвор. Ударник под действием курка подан вперед. Боевая пружина находится в наименьшем сжатии; своей петлей она прижимает курок к затвору, а изогнутыми концами прижимает прямоугольные выступы спускового крючка к дну ствольной коробки, при этом хвост спускового крючка находится в переднем положении. Замедлитель курка под действием своей пружины передним выступом прижат к дну ствольной коробки. Переводчик находится в крайнем верхнем положении, и

закрывает ступенчатый вырез в крышке ствольной коробки (переводчик поставлен на предохранитель); сектор переводчика вошел в вырез шептала одиночного огня и находится над правым прямоугольным выступом спускового крючка (запирает спусковой крючок).

Работа частей и механизмов при заряджании

Для заряджания автомата надо присоединить к нему снаряженный магазин, поставить переводчик на автоматический (АВ) или одиночный (ОД) огонь, отвести затворную раму назад до отказа и отпустить ее. Автомат заряжен. Если не предстоит немедленное открытие огня, то необходимо поставить переводчик на предохранитель. При присоединении магазина его зацеп заходит за выступ ствольной коробки, а опорный выступ заскакивает за защелку и магазин удерживается в окне ствольной коробки. Верхний патрон, упираясь снизу в затворную раму, несколько опускает патроны в магазин, сжимая его пружину. При постановке переводчика на автоматический огонь ступенчатый вырез в крышке ствольной коробки для рукоятки затворной рамы освобождается, сектор переводчика остается в вырезе шептала одиночного огня, но не препятствует повороту спускового крючка. При отведении затворной рамы назад (на длину свободного хода) она, действуя передним скосом фигурного выреза на ведущий выступ затвора, поворачивает затвор влево, боевые выступы затвора выходят из вырезов ствольной коробки — происходит отпирание затвора; выступ затворной рамы освобождает рычаг автоспуска, а шептало автоспуска под действием пружины прижимается к передней плоскости курка. При дальнейшем отведении затворной рамы вместе с ней отходит назад затвор, открывая канал ствола; возвратная пружина сжимается; курок под действием затворной рамы поворачивается на оси, боевая пружина закручивается; боевой взвод курка последовательно заскакивает за фигурный выступ спускового крючка и под защелку замедлителя курка, курок становится на нижний выступ шептала автоспуска; рычаг автоспуска при этом поднимается вверх и становится на пути, движения выступа затворной рамы.

Как только нижняя плоскость затворной рамы пройдет окно для магазина, патроны под действием пружины магазина поднимутся вверх до упора верхним патроном в загиб стенки магазина. При отпуске затворной рамы она вместе с затвором под действием возвратного механизма подается вперед; затвор выталкивает из магазина верхний патрон, досылает его в патронник и закрывает канал ствола. При подходе затвора к казенному срезу ствола зацеп выбрасывателя заскакивает в кольцевую проточку гильзы; затвор под действием скоса левого выреза ствольной коробки на скос левого боевого выступа затвора, а затем под действием фигурного выреза затворной рамы на ведущий выступ затвора поворачивается вокруг продольной оси вправо; боевые выступы затвора заходят за боевые упоры ствольной коробки — затвор запирается. Затворная рама, продолжая движение вперед, своим выступом поворачивает рычаг авто-спуска вперед и вниз, выводя шептало автоспуска из-под взвода автоспуска курка; курок под действием боевой пружины поворачивается, выходит из-под защелки замедлителя и становится на бо-

своей взвод Патроны в магазине под действием пружины поднимаются кверху до упора верхним патроном в затворную раму. При постановке переводчика на предохранитель переводчик закрывает ступенчатый вырез крышки ствольной коробки и становится на пути движения рукоятки затворной рамы назад; сектор переводчика поворачивается вперед и становится над правым прямоугольным выступом спускового крючка (запирает спусковой крючок). Работа частей и механизмов при стрельбе.

Работа частей и механизмов при автоматической стрельбе

Для производства автоматической стрельбы надо поставить переводчик на автоматический огонь (АВ), если он не был поставлен при зарядании, и нажать на спусковой крючок. При постановке переводчика на автоматический огонь сектор переводчика освобождает прямоугольный выступ спускового крючка (отпирает спусковой крючок) и остается в вырезе шептала одиночного огня. Спусковой крючок получает возможность поворачиваться вокруг своей оси; шептало одиночного огня от поворота, вместе со спусковым крючком, удерживается сектором переводчика. При нажатии на хвост спускового крючка его фигурный выступ выходит из зацепления с боевым взводом курка. Курок под действием боевой пружины поворачивается на своей оси и энергично наносит удар по ударнику. Ударник бойком разбивает капсюль патрона. Ударный состав капсюля патрона воспламеняется, пламя через затравочные отверстия в дне гильзы проникает к пороховому заряду и воспламеняет его. Происходит выстрел. Пуля под действием пороховых газов движется по каналу ствола; как только она минует газоотводное отверстие, часть газов устремляется через это отверстие в газовую камеру, давит на газовый поршень и отбрасывает затворную раму назад. Отходя назад затворная рама (как и при отведении ее назад за рукоятку) передним скосом фигурного выреза поворачивает затвор вокруг продольной оси и выводит его боевые выступы из-за боевых упоров ствольной коробки — происходит отпирание затвора и открывание канала ствола, выступ затворной рамы освобождает рычаг автоспуска, он под действием пружины несколько поднимается кверху, а шептало автоспуска прижимается к передней плоскости курка. К этому времени пуля вылетит из канала ствола. После вылета пули из канала ствола автомата пороховые газы попадают в заднюю камеру дульного тормоза-компенсатора, расширяются и, истекая через компенсационные отверстия, создают реактивную силу, которая отклоняет дульную часть автомата в сторону, противоположную расположению отверстий (влево, вниз). Часть пороховых газов, ударяясь о передние стенки задней и передней камер, уменьшают отдачу. Встреча газов, выходящих из щелей задней камеры, с газами, отраженными от передней стенки передней камеры, уменьшает звук выстрела. Затворная рама с затвором по инерции продолжает движение назад; гильза, удерживаемая зацепом выбрасывателя, наталкивается на отражательный выступ ствольной коробки и выбрасывается наружу. В дальнейшем работа частей и механизмов, за исключением работы курка и замедлителя, происходит так же, как и при зарядании. Курок становится на верхний выступ шептала автоспуска и удерживается на нем при возвращении затворной рамы с затво-

ром в переднее положение. После того как затвор дойдет верхний патрон из магазина в патронник, произойдет закрывание канала ствола и запираение затвора, затворная рама, продолжая движение вперед, выводит шептало автопуска из-под взвода автопуска курка. Курок под действием боевой пружины поворачивается и ударяет по защелке замедлителя курка; замедлитель поворачивается назад, подставляя под удар курка передний выступ; вследствие этих ударов по замедлителю движение курка вперед несколько замедляется, что позволяет стволу после удара по нему затворной рамы с затвором принять положение, близкое к первоначальному, и этим улучшить кучность боя. После удара по переднему выступу замедлителя курок наносит удар по ударнику. Происходит выстрел. Работа частей и механизмов автомата повторяется. Автоматическая стрельба будет продолжаться до тех пор, пока нажат спусковой крючок и в магазине имеются патроны. Для прекращения стрельбы отпустить спусковой крючок. При этом спусковой крючок под действием боевой пружины повернется и его фигурный выступ встанет на пути движения боевого взвода курка. Курок останавливается на боевом взводе. Стрельба прекращается, но автомат (пулемет) остается заряженным, готовым к производству дальнейшей автоматической стрельбы.

Работа частей и механизмов при стрельбе одиночными выстрелами

Для производства одиночного выстрела необходимо поставить переводчик на одиночный огонь (ОД) и нажать на спусковой крючок.

При постановке переводчика из положения на предохранитель в положение на одиночный огонь (ОД) сектор переводчика освобождает прямоугольный выступ спускового крючка (отпирает спусковой крючок), полностью выходит из выреза шептала одиночного огня и при стрельбе в работе ударно-спускового механизма участия не принимает. При нажатии на хвост спускового крючка его фигурный выступ выходит из зацепления с боевым взводом курка. Курок под действием боевой пружины поворачивается на своей оси и энергично наносит удар по ударнику. Происходит выстрел. После первого выстрела части и механизмы совершат ту же работу, что и при автоматической стрельбе, но следующего выстрела не произойдет, так как вместе со спусковым крючком повернулось вперед шептало одиночного огня и его зацеп встал на пути движения боевого взвода курка. Боевой взвод курка заскочит за шептало одиночного огня, а курок остановится в заднем положении. Для производства следующего выстрела необходимо отпустить спусковой крючок и снова нажать на него. Когда спусковой крючок будет отпущен, он под действием концов боевой пружины повернется вместе с шепталом одиночного огня, шептало одиночного огня выйдет из зацепления с боевым взводом курка и освободит курок. Курок под действием боевой пружины поворачивается, ударяет сначала по защелке замедлителя, затем — по переднему его выступу и становится на боевой взвод. При нажатии на спусковой крючок его фигурный выступ выходит из зацепления с боевым взводом курка и работа частей и механизмов повторится. Произойдет очередной выстрел.

Задержки при стрельбе из автомата 5,45 мм автомата Калашникова и способы их устранения

Части и механизмы автомата при правильном обращении и надлежащем уходе длительное время работают, надежно и безотказно. Однако в результате загрязнения механизмов, износа частей и небрежного обращения с автоматом, а также при неисправности патронов могут возникнуть задержки при стрельбе.

Возникшую при стрельбе задержку следует попытаться устранить перезаряданием, для чего быстро отвести затворную раму за рукоятку назад до отказа, отпустить ее и продолжать стрельбу. Если задержка не устранилась, то необходимо выяснить причину ее возникновения и устранить задержку, как указано ниже.

Характеристика задержки	Причина задержки	Способ устранения задержки
Неподача патрона Затвор в переднем положении, но выстрела нет – в патроннике нет патрона.	1. Загрязнение или неисправность магазина.	Перезарядить автомат и продолжать стрельбу. Заменить магазин.
	2. Неисправность защёлки магазина.	Отправить автомат в мастерскую
Утыкание патрона Патрон пулей уткнулся в патронник.	3. Погнутость загибов боковых стенок магазина.	Удалить уткнувшийся патрон и продолжать стрельбу.
Осечка Затвор в переднем положении, патрон в патроннике, курок спущен, но выстрела нет.	1. Неисправность патрона.	Перезарядить автомат и продолжать стрельбу.
	2. Неисправность ударника или ударно-спускового механизма; загрязнение или загустевание смазки.	Прочистить ударник и ударно-спусковой механизм при их поломке или износе автомат отправить в мастерскую.
Не извлечение гильзы Гильза в патроннике, очередной патрон уткнулся в неё пулей.	1. Грязный патрон или загрязнение патронника.	Прочистить патронник и патрон.
	2. Загрязнение или неисправность выбрасывателя или его пружины.	Прочистить выбрасыватель.
Прихват или не отражение гильзы. Гильза не выброшена из ствольной коробки, а осталась в ней впереди затвора или дослана затвором обратно в патронник.	1. Загрязнение трущихся частей, газовых путей или патронника.	Выбросить гильзу и продолжить стрельбу. Почистить газовые пути трущиеся части и патронник.
	2. Загрязнение или неисправность выбрасывателя.	Почистить выбрасыватель. При неисправности выбрасывателя автомат отправить в мастерскую

Уход за автоматом его хранение и сбережение

Автомат должен содержаться в полной исправности и быть готов к действию.

Чистка автомата производится:

- при подготовке к стрельбе;
- после стрельбы – немедленно по окончании стрельбы на стрельбище части и механизмы подвергающиеся наибольшему загрязнению; по возвращении со стрельбы в течение последующих 3 – 4 дней ежедневно;
- после наряда и занятий без стрельбы по возвращении;

- в боевых условиях и на длительных учениях – в период затишья и во время перерывов учений;

- если автомат не применяется не реже одного раза в неделю.

После чистки автомат смазать. Смазку наносить только на хорошо очищенную и сухую поверхность металла немедленно после чистки, чтобы не допустить воздействия влаги на металл.

Для чистки и смазки пистолета применяется:

- жидкая ружейная смазка – для чистки пистолета и смазывания его частей и механизмов при температуре воздуха от + 5 до – 50 градусов;

- ружейная смазка – для смазывания канала ствола, частей и механизмов пистолета после их чистки; эта смазка применяется при температуре воздуха от +5 градусов и выше;

- раствор РЧС (раствор чистки стволов) – для чистки каналов стволов и других частей пистолета подвергшихся воздействию пороховых газов;

- ветошь или бумага КВ-22 – для обтирки, чистки и смазки пистолета;

- пакля (короткое льноволокно), очищенная от кострики, – только для чистки канала ствола.

Автомат хранится всегда разряженным, при этом магазин отделён, штык-нож снят, курок спущен, переводчик на предохранителе, прицел на делении «П».

Патроны должны храниться в сухом и тёмном месте отдельно от оружия в заводской упаковке. А так же допускается хранение патронов в снаряженных магазинах отдельно от автоматов, переснаряжение магазинов должно производиться не реже одного раза в десять дней.

Осмотр автомата 5,45 мм автомата Калашникова и подготовка его стрельбе

При ежедневном осмотре убедиться в наличии всех частей автомата и проверить: нет ли на наружных частях ржавчины, грязи, а также вмятин, царапин и забоин и других повреждений, которые могут вызвать нарушение нормальной работы механизмов; нет ли на деревянных (пластмассовых) частях трещин, отколов и побитостей; надежно ли крепление шомпола; кроме того, проверить состояние смазки на видимых без разборки автомата частях, наличие ремня, а у автомата со складывающимся прикладом и наличие чехла для автомата.

При осмотре автомата перед заступлением в наряд, перед выходом на занятия и в боевой обстановке проверить то же, что и при ежедневном осмотре; кроме того, проверить исправность прицела и мушки; убедиться, что в канале ствола нет посторонних предметов; проверить правильность работы частей и механизмов. При проверке исправности прицела и мушки убедиться, что прорезь на гривке прицельной планки (на целике) не имеет забоин, хомутик плавно перемещается по прицельной планке и надежно закрепляется в установленном положении защелкой, пружина надежно удерживает прицельную планку, мушка не погнута и прочно удерживается в полозке, риска на полозке совпадает с риской на основании мушки, полозок прочно удерживается

в основании мушки; Проверяется наличие светящегося состава на целике, и мушке и надежность фиксации приспособления для стрельбы ночью в приданном положении. На автоматах с ночными прицелами, кроме того, проверяется надежность крепления и работоспособность прицела НСПУ.

При проверке правильности работы частей и механизмов надо:

- поставить переводчик на автоматический огонь (АВ), отвести затворную раму за рукоятку назад до отказа и отпустить ее; при этом затворная рама должна энергично возвратиться в переднее положение; вновь отвести затворную раму за рукоятку назад, нажать на спусковой крючок и, придерживая затворную раму за рукоятку, медленно отпустить ее; при подходе затворной рамы в крайнее переднее положение должен быть слышен щелчок - удар курка по ударнику;

- поставить переводчик на одиночный огонь (ОД), нажать на спусковой крючок, оттянуть затворную раму за рукоятку назад до отказа и, не отпуская спускового крючка, отпустить затворную раму; отпустить спусковой крючок, при этом должен быть слышен щелчок — курок, вышедший из зацепления с шепталом одиночного огня, становится на боевой взвод; после этого поставить автомат на предохранитель и нажать на спусковой крючок; хвост спускового крючка не должен отходить назад, а курок должен оставаться на боевом взводе; снять автомат с предохранителя и нажать на спусковой крючок, при этом должен быть слышен удар курка по ударнику.

При перестановке переводчика проверить, надежно ли он удерживается в установленных положениях.

У автомата со складывающимся прикладом проверить энергичность действия фиксатора и защелок приклада, надежность стопорения приклада в откинутах и сложенных положениях. При осмотре автомата во время чистки проверить каждую часть и механизм в отдельности и убедиться, что на металлических частях нет скрошенности металла, забоин, погнутостей, ржавчины и грязи, а на деревянных (пластмассовых) частях — трещин и побитостей. Особое внимание следует обращать на состояние канала ствола, газовой камеры, газовой трубки и газового поршня.

При осмотре принадлежности проверить наличие и исправность всех предметов принадлежности.

Для проверки шомпола, протирки и ершика поочередно навинтить протирку и ершик на шомпол и проверить на глаз, не погнуты ли они; протирка и ершик должны прочно удерживаться на шомполе, а верхняя часть протирки свободно вращаться; ершик должен быть чистым, а щетина не должна выпадать.

У пенала не должно быть трещин, помятостей и погибов. Через меньшее боковое отверстие пенала не должна проходить головка шомпола.

У масленки не должно быть трещин и сколов. Крышка масленки должна иметь прокладку и плотно наворачиваться на горловину масленки. Из масленки не должна протекать смазка.

У отвертки не должно быть скрошенности и забоин на лезвии и на стенках вырезов. Выколотка не должна быть погнута. У обоймы и переход-

ника не должно быть трещин, побитостей и вмятин. Патроны должны легко перемещаться в пазах обоймы и удерживаться загибами пластинчатой пружины от выпадения. Обойма должна любым концом свободно входить в переходник и удерживаться в нем пластинчатой пружиной.

Переходник должен свободно надеваться на верхнюю часть магазина; при этом загибы переходника должны входить в соответствующие, пазы на горловине магазина.

Обо всех неисправностях, обнаруженных при осмотре автомата и принадлежности к нему, немедленно докладывать руководителю подразделения.

Подготовка автомата к стрельбе

Подготовка автомата к стрельбе производится в целях обеспечения безотказной работы его во время стрельбы.

Для подготовки автомата к стрельбе необходимо:

- произвести чистку, осмотреть автомат в разобранном виде и смазать
- его;
- осмотреть автомат в собранном виде;
- осмотреть магазины.

Непосредственно перед стрельбой прочистить насухо канал ствола (нарезную часть и патронник), осмотреть патроны и снарядить ими магазины.

Если автомат продолжительное время находился на морозе, то перед его заряданием несколько раз вручную энергично оттянуть назад и продвинуть вперед затворную раму.

Нормативы для 5,45 мм автомата Калашникова

№	Наименование норматива	Условия (порядок) выполнения норматива	положение	время
1	Неполная разборка оружия	Оружие на столе. Обучаемый находится у оружия. Норматив выполняется одним обучаемым.	стоя	18 сек.
2	Сборка оружия после неполной разборки.	Оружие разобрано. Части и механизмы аккуратно разложены на столе. Обучаемый находится у оружия. Норматив выполняется одним обучаемым.	стоя	28 сек.
3	Снаряжение магазина патронами.	Обучаемый находится у стола, на котором лежит магазин и учебные патроны (россыпью без использования обоймы) Магазин к автомату 30 патронами	стоя	40 сек.
4	Разряжение оружия	Обучаемый находится у стола. Автомат, снаряженный одним учебным патроном (в патроннике). Еще два учебных патрона находятся в магазине автомата. По команде «Разряди» обучаемый отсоединяет магазин и кладет его на стол. Извлекает патрон из патронника, производит контрольный спуск курка и ставит оружие на предохранитель. Расснаряжает магазин и присоединяет его к автомату.	стоя	12 сек.

5	Изготовка к стрельбе из различных положений (лежа, с колена, стоя).	Автомат удерживается в положении «На ремень» с присоединенным магазином, снаряженным учебными патронами. Руководитель указывает огневую позицию, положение для стрельбы и подает команду «К бою». Обучаемый изготавливается к стрельбе, досылает патрон в патронник и производит прицельный выстрел «вхолостую».	стоя с колен на лежа	6 сек. 7 сек. 9 сек.
---	---	--	-------------------------------	----------------------------

Примерный план практического занятия

1. Назначение, тактико-технические характеристики, устройство 5,45 мм автомата Калашникова и АКС-74У.
2. Назначение и устройство частей и механизмов автомата.
3. Неполная разборка и сборка после нее 5,45 мм автомата Калашникова.
4. Уход и подготовка к стрельбе 5,45 мм автомата Калашникова
5. Нормативы для 5,45 мм автомата Калашникова

Вопросы для самоконтроля по теме

1. Тактико-технические характеристики 5,45 мм автомата Калашникова.
2. Общее устройство и работа 5,45 мм автомата Калашникова.
3. Проверка боя и приведение 5,45 мм автомата Калашникова к нормальному бою.
4. Осмотр, чистка и смазка автомата.
5. Задержки при стрельбе из автомата Калашникова и способы их устранения.
6. Работа частей и механизмов 5,45 мм автомата Калашникова

Тема 16.5. Приемы и правила стрельбы из 5,45 мм автомата Калашникова и АКС-74У

Стрельба из автомата более статична, чем из пистолета, хотя бы потому, что ведется на большие дистанции. Обычно при стрельбе из автомата есть время для принятия устойчивой позы, возможность использования упора и тщательного прицеливания.

Под техникой стрельбы подразумевают умение выполнять приемы стрельбы и различные действия, необходимые для производства меткого выстрела. Первоначальной стадией обучения стрельбе из автомата является разучивание правильных действий по элементам и в комплексе с закреплением их в виде навыка. В процессе обучения вырабатываются правильная изготовка как для медленной, так и для скоростной стрельбы, правильный способ удержания оружия, способность точно и быстро прицелиться, умение управлять дыханием и спусковым крючком во время удержания «ровной мушки» в районе прицеливания и т.д.

Изготовки для стрельбы

Для удержания оружия в относительной неподвижности необходимо принять правильную и наиболее удобную изготовку в зависимости от положения для стрельбы лежа, стоя, с колена.

Принятие положения для стрельбы лежа. При стрельбе из положения лежа с упора достигаются максимальная неподвижность оружия в пространстве и, как следствие, высокое качество прицеливания. Стрельба с упора является основным видом ведения огня из автомата. Поэтому нужно научиться правильно использовать упор, чем жестче поверхность упора, на котором находится автомат, тем сильнее подбрасывает оружие и увеличивается разброс пуль по вертикали, а ведение прицельного автоматического огня становится практически невозможным. Рекомендуются использовать упор, имеющий постоянную жесткость, близкую к жесткости руки.

Для принятия изготовки лежа с упора следует лечь на грунт передней поверхностью туловища, вес верхней части туловища распределить равномерно на обе руки (локти). Грудную клетку приподнять настолько, насколько этого требует высота упора. Слишком широкая расстановка локтей нарушает устойчивость оружия, узкая чрезмерно сжимает и затрудняет дыхание. Приклад автомата упирается в область правой ключицы (далее будем называть условно в плечо) ближе к шее. Необходимо плотно упирать приклад в плечо - тогда сила импульса отдачи оружия при выстреле будет восприниматься массой тела стрелка, что уменьшит ее силу после выстрела, а это имеет немало-важное значение при стрельбе в ограниченное время по групповым целям. Если приклад неплотно прижат к плечу, то при стрельбе автомат довольно ощутимо ударяет прикладом. Размещать затыльник приклада в плече нужно не слишком низко и не слишком высоко, так, чтобы при прицеливании сохранялось естественное положение головы (смотреть на цель прямо перед собой, избегать наклона головы вправо или влево, не смотреть исподлобья). Чтобы положение головы при прицеливании было единообразным, необходимо щеку положить на гребень приклада. Левая рука поддерживает автомат снизу за приклад, за магазин или за цевье.



Положение для стрельбы лежа с упора

Принятие положения для стрельбы с колена. Данный вид изготовки используется, когда вести огонь из положения лежа невозможно из-за особенностей окружающей местности (стрельба в горах, из высокой травы, в развалинах и т.п.). При стрельбе с колена ОЦМТ располагается значительно выше, чем при стрельбе лежа, и соответственно колебания автомата при стрельбе увеличиваются. Устойчивость изготовки зависит, прежде всего, от правильного взаиморасположения опорных поверхностей стрелка (стопы левой ноги, колена и носка правой ног). Наиболее устойчива изготовка, когда

опорные поверхности создают площадь опоры в виде треугольника, при котором правая нога составляет $55-65^\circ$ с плоскостью стрельбы.



Положение для стрельбы с колена:
А – без опоры на колено; б – с опорой на колено.

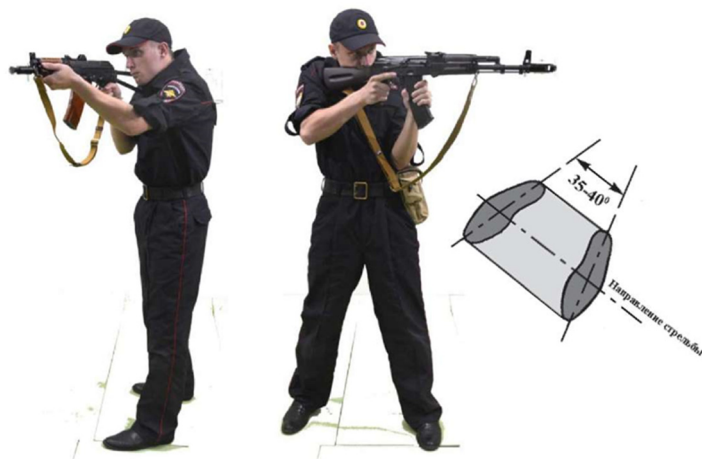
Способ стрельбы с колена заключается в том, что автоматчик садится на каблук правого ботинка, носок правой ноги упирается в грунт и, как правило, не подворачивается. Левая нога сгибается в колене так, чтобы голень была близка к вертикальному положению. Положение рук почти не отличается от их положения при стрельбе лежа, но здесь правая рука свободно висит, а левая рука локтем ставится на коленную чашечку левой ноги. С учетом анатомических особенностей локоть может быть сдвинут вперед или назад от коленной чашечки настолько, насколько это удобно стрелку. Левая рука удерживает автомат за цевье. На левое плечо ремень одевается таким же способом, как и при стрельбе лежа, мышцы левой руки и плечевого пояса должны находиться в рабочем тонусе без излишнего напряжения.

Принятие положения для стрельбы стоя. Положение стоя является самым неустойчивым при стрельбе из автомата. Стрелку необходимо прилагать значительные статические усилия при удержании автомата в районе прицеливания. Сотрудник, принимающий участие в боевых действиях, рано или поздно будет вынужден стрелять из положения стоя, что связано с необходимостью вести огонь из-за высоких кустов, разбитых зданий, подвальных и чердачных окон и т.д.

Меньшая устойчивость изготки для стрельбы стоя обусловлена тем, что ОЦМТ находится значительно выше над площадью опоры, а сама площадь опоры меньше, так как она ограничивается только стопами обеих ног и площадью, заключенной между ними. Наиболее устойчива и удобна изготка, при которой стопы ног находятся на ширине плеч и создают площадь опоры в виде трапеции.

В отличие от изготки лежа и с колена затыльник приклада автомата гораздо более приподнят относительно плечевой выемки. Голову надо держать прямо, без наклона, так чтобы щека без особого усилия опиралась на гребень приклада автомата. Тяжесть автомата тянет стрелка вперед, поэтому компенсировать эту тягу необходимо отклонением туловища назад. Правая рука охватывает пистолетную рукоятку с небольшим усилием, локоть правой

руки после постановки приклада в плечо (прикладки) нужно свободно держать под углом 20-40 ° к туловищу.



Положение для стрельбы стоя

В положении, при котором левая рука удерживает автомат за цевье оружия, никакой дополнительной опоры левой руки нет, стрелок развернут примерно на четверть оборота в сторону цели. Прикладка должна быть плотной. Такое удержание автомата используют при стрельбе на ходу, навскидку с короткой остановки, при ведении огня в помещениях и т.д. Недостаток данной изготровки заключается в невозможности ведения особо точной стрельбы.

Существует другая изготровка для ведения огня из положения стоя, когда левая рука стрелка удерживает автомат за магазин. При принятии такой изготровки локоть левой руки упирается в подвздошный гребень таза или для большей устойчивости в поясной ремень, также можно для упора левого локтя использовать сумку для магазинов. Недостатком является невозможность ведения огня при передвижении.

Прицеливание

Прицеливание с помощью открытых прицельных приспособлений заключается в удержании «ровной мушки» в районе прицеливания. При прицеливании автомат удерживается таким образом, чтобы мушка располагалась точно посередине прорези целика, а верхний край мушки был на одном уровне с верхним срезом целика.



Ровная мушка В отличие от пистолета у автомата прицел расположен ближе к глазу стрелка, что слегка затрудняет резкое восприятие прорези целика. Но благодаря тому, что глаз человека обладает достаточной глубиной зрения, прицел также виден достаточно четко.

При прицеливании внимание стрелка должно концентрироваться на мушке, затем на прицеле и в последнюю очередь на мишени, которая должна быть видна немного расплывчато. Изменение этой градации четкости - одна из основных ошибок в прицеливании. Навык удержания нужной четкости также важен, как и удержание ровной мушки, независимо от колебаний автомата.



Ошибки при прицеливании, переключение внимания с прицельных приспособлений на мишень и обратно

Наиболее распространенные у начинающих стрелков ошибки в прицеливании - это смещение мушки в прорези целика вправо, влево, вверх, вниз или комбинированное смещение.



Ошибки при прицеливании: смещение мушки в прорези целика вправо, влево, вверх, вниз

Спуск курка с боевого взвода

Спуск курка при стрельбе из автомата имеет решающее значение как завершающий элемент техники выполнения качественного выстрела. Как бы тщательно и скрупулезно стрелок ни выполнил все предшествующие обработке спускового крючка элементы техники стрельбы (изготовку, хват, управление дыханием, прицеливание), он не попадет в цель, не освоив правильного спуска курка с боевого взвода.

Стрелку нужно научиться нажимать на хвост спускового крючка во время удержания «ровной мушки» в районе прицеливания, при этом стремиться держать оружие, наведенное в цель, неподвижно.

Кроме того, нужно научиться производить плавное нажатие на спусковой крючок и прицеливание - не раздельно, изолированно одно от другого, а строго согласованно между собой, так как оба эти действия представляют единый процесс. Работа мышц указательного пальца при этом должна быть автономной, не вызывающей сокращения мышц других пальцев кисти в период завершения спуска.

При стрельбе из неустойчивых положений нельзя «поддавливать» мишень, т.е. дергать за спусковой крючок в благоприятный момент положения оружия относительно района прицеливания. Дерганье за спусковой крючок вместо плавного нажима приводит, как правило, к далеким отрывам или промахам. Затягивание выстрела является также ошибкой и приводит к плохим результатам. При затягивании выстрела мышцы стрелка и его глаза утомляются, как следствие, увеличиваются колебания системы «стрелок - оружие». Периодически колебания затухают, но лишь на короткое время, которого не всегда хватает для качественного спуска курка. Чем дольше стрелок удерживает оружие в районе прицеливания, тем больше амплитуда колебаний руки и короче по времени промежутки относительной устойчивости оружия.

Производство выстрела

Производство выстрела состоит из следующих действий: прицеливания, затаивания дыхания и спуска курка.

При прицеливании из автомата стрелок устанавливает «ровную мушку» и совмещает ее вершину с точкой прицеливания. Эти действия требуют развития как зрительной, так и мышечной чувствительности.

При стрельбе из автомата без ограничения времени желательно перед выстрелом сделать несколько обычных вдохов и выдохов. Выполнять выстрел рекомендуется на дыхательной паузе (неполном выдохе), одновременно производя грубую наводку оружия и начало нажима на спусковой крючок. Необходимо, не возобновляя дыхания, уточнить положение прицельных приспособлений на цели и выполнить выстрел. Если колебания оружия по какой-то причине увеличиваются, следует отложить выстрел и отдохнуть.

Спусковой крючок на автомате не имеет свободного хода, поэтому необходимо научиться изначально плавно, равномерно (без рывков, с одним усилием) нажимать на спусковой крючок.

На разных автоматах спуски разные: с протяжками, «лесенками», с «тугим» ходом. У автоматов, как правило, спуск очень длинный, протяжный, без предупреждения и свободного хода, что усложняет выполнение меткого выстрела. Поэтому перед прицеливанием и задержкой дыхания необходимо выбрать ход спускового крючка, по крайней мере, наполовину. При прицеливании предварительно выбранный спуск плавно и равномерно дожимается в необходимый момент.

Подготовка к стрельбе и действия по подаваемым командам при стрельбе

1. Получение патронов. Перед началом выполнения упражнения руководитель стрельб проверяет готовность смены и подает команду раздатчику выдать смене боеприпасы. По команде руководителя стрельб раздатчик выдает боеприпасы. Обучающийся, получив боеприпасы, осматривает их и докладывает раздатчику об их получении и осмотре, например: «Сержант Иванов три боевых патрона получил и осмотрел».

2. Снаряжение магазина. Для снаряжения магазина патронами необходимо взять магазин в левую руку горловиной вверх и изогнутой стороной влево, а в правую руку - патроны пулями к мизинцу так, чтобы дно гильзы немного возвышалось над большим и указательным пальцами. Удерживая магазин нажимом большого пальца, вкладывать патроны по одному под загибы боковых стенок дном гильзы к задней стенке магазина.



Снаряжения магазина патронами

Раздатчик после выдачи боеприпасов докладывает руководителю, например: «Товарищ майор, смене выдано по три боевых патрона. Раздатчик боеприпасов - старшина Петров».

Снаряжение магазина патронами можно осуществлять также при помощи «обоймы». Для снаряжения обоймы патронами нужно вставить в ее пазы до упора переходник.

Подготовка к стрельбе

1. Получение патронов. Перед началом выполнения упражнения руководитель стрельб проверяет готовность смены и подает команду раздатчику выдать смене боеприпасы. По команде руководителя стрельб раздатчик выдает боеприпасы. Обучающийся, получив боеприпасы, осматривает их и докладывает раздатчику об их получении и осмотре, например: «Сержант Иванов три боевых патрона получил и осмотрел».

2. Снаряжение магазина. Для снаряжения магазина патронами необходимо взять магазин в левую руку горловиной вверх и изогнутой стороной влево, а в правую руку - патроны пулями к мизинцу так, чтобы дно гильзы немного возвышалось над большим и указательным пальцами. Удерживая магазин нажимом большого пальца, вкладывать патроны по одному под загибы боковых стенок дном гильзы к задней стенке магазина.



Снаряжения магазина патронами

Раздатчик после выдачи боеприпасов докладывает руководителю, например: «Товарищ майор, смене выдано по три боевых патрона. Раздатчик боеприпасов - старшина Петров».

Снаряжение магазина патронами можно осуществлять также при помощи «обоймы». Для снаряжения обоймы патронами нужно вставить в ее пазы до упора переходник.

Держа обойму с надетым переходником в левой руке, правой, удерживая патрон за пулю и верхнюю часть гильзы, вставить его в пазы обоймы.

Для снаряжения магазина с использованием обоймы необходимо взять магазин в левую руку, правой присоединить к нему переходник так, чтобы его загибы вошли в соответствующие пазы на горловине магазина.



Снаряжение магазина патронами из обоймы

3. Назначение целей. На исходном рубеже руководитель стрельб в соответствии с условиями выполнения упражнения определяет каждому обучающемуся цель, положение для стрельбы, вид огня, уточняет порядок выполнения упражнения: огневые рубежи, направление (направление движения) и очередность стрельбы.

В зависимости от условий выполнения упражнения на исходном рубеже могут подаваться команды: «Магазин снарядить», «Вперед». По команде руководителя стрельб обучающиеся выдвигаются на огневой рубеж и принимают исходное положение (лицом к мишеням).

Действия по подаваемым командам при стрельбе из автомата

1. По команде «Магазин (магазины) снарядить» согласно условиям выполнения упражнения сотрудник должен снарядить магазин необходимым количеством патронов и убрать его (их) в сумку для магазинов.

2. По команде «Приготовиться к стрельбе» сотрудник должен проверить автомат на отсутствие патрона в патроннике, опробовать ударно-спусковой механизм, производя несколько выстрелов вхолостую в направлении мишени, включить предохранитель и взять автомат в положение «На ремень». При проведении контрольных стрельб команда «Приготовиться к стрельбе» не подается.

3. По команде «Заряжай» сотрудник должен взять автомат в левую (правую) руку из положения «На ремень» (при стрельбе из автомата со складывающимся прикладом откинуть его, у ручного пулемета установить сошку), присоединить снаряженный магазин и, удерживая оружие в направлении мишени, доложить о готовности к стрельбе.

4. По команде «Огонь» («Одиночными - огонь», «Короткими очередями - огонь», «Вперед», «К бою») согласно условиям выполнения упражнения сотрудник при необходимости должен выдвинуться на огневой рубеж, установить переводчиком требуемый вид огня, дослать патрон в патронник и вести прицельный огонь. По окончании стрельбы сотрудник должен самостоятельно убирать палец со спускового крючка и, удерживая оружие в руке в направлении мишени, включить предохранитель, перевести оружие в положение «На ремень» (при стрельбе из положения лежа опустить оружие на землю) и доложить об окончании стрельбы, У автомата, в котором по израсходовании патронов затвор (затворная рама) находится в крайнем заднем положении, предохранитель не следует включать до команды «Осмотрено», при этом оружие необходимо удерживать в направлении мишени.

5. По команде «Разряжай» сотрудник, удерживая автомат в направлении мишени, должен отсоединить магазин и убрать его в сумку для магазинов (либо положить на землю (бруствер, подставку). Проверить отсутствие патрона в патроннике, для чего выключить предохранитель, отвести затвор (затворную раму) назад и осмотреть патронник, вернуть затвор (затворную раму) в переднее положение, включить предохранитель. В случае выпадения патрона из патронника доложить об этом руководителю (помощнику руководителя) стрельб и по его команде поднять выпавший патрон. Извлечь патрон (патроны) из магазина (магазинов (при их наличии), удерживать патрон (патроны) в руке (или убрать боеприпасы в карман форменного обмундирования либо положить их на землю (бруствер, подставку). Присоединить магазин, второй магазин (при его наличии) удерживать в руке (или убрать его в сумку для магазинов подавателем вверх либо положить на землю (бруствер, подставку) и удерживать автомат в направлении мишени до команды «Оружие к осмотру».

6. По команде «Оружие к осмотру» сотрудник, удерживая автомат в направлении мишени, должен отсоединить магазин и взять его в левую руку подавателем вверх (либо положить его возле автомата подавателем к прове-

ряющему на землю (бруствер, подставку), прихватить цевье автомата левой рукой вместе с магазином, снять автомат с предохранителя, отвести правой рукой затвор (затворную раму) назад и предъявить автомат и магазин к осмотру, при этом подаватель магазина должен быть на 2 - 3 см выше верхнего среза крышки ствольной коробки. У автомата, в котором по израсходовании патронов затвор (затворная рама) находится в крайнем заднем положении, сотрудник должен отсоединить магазин и предъявить автомат и магазин к осмотру. Если при стрельбе использовалось несколько магазинов, то все магазины необходимо представить к осмотру.

7. По команде «Осмотрено» сотрудник должен отпустить затвор (затворную раму), произвести спуск курка в сторону мишени, включить предохранитель, убрать магазин (магазины) в сумку для магазинов подавателем вверх. При стрельбе из автомата со складывающимся прикладом сложить его, у ручного пулемета свести ноги сошки. При стрельбе из положения лежа, с колена по командам «Смена», «Встать» стать лицом к мишеням. Самостоятельно перевести оружие в положение «На ремень».

Порядок приведения автомата к нормальному бою

Проверка боя автомата производится стрельбой патронами одной серии с обыкновенной пулей. Дальность стрельбы 100 м с прицелом 3. Положение для стрельбы - лежа с упора.

Стрельба ведется одиночными выстрелами по проверочной мишени (или по черному прямоугольнику размером 35х25 см), укрепленной на щите 1 × 0,5 м.

Точка прицеливания (ТП) - середина нижнего края мишени. По отвесной линии над ТП отмечается нормальное положение средней точки попадания (СТП), которая должна быть выше ТП на 13 см. Отмеченная точка является контрольной (КТ).

Для проверки боя пристрелщик производит подряд четыре выстрела. По окончании стрельбы по расположению пробойн определяются кучность боя и положение СТП. Кучность боя признается нормальной, если все четыре (три) пробойны вмещаются в круг диаметром 15 см. При удовлетворительной кучности определяют СТП и величину ее отклонения от КТ.

Если при стрельбе средняя точка попадания отклонилась от контрольной в какую-либо сторону более чем на 5 см, то соответственно этому производится изменение положения мушки: если СТП ниже контрольной точки, мушку надо ввинтить, если выше - вывинтить; если СТП левее контрольной точки, ползок мушки передвинуть влево, если правее - вправо.

При перемещении мушки в сторону на 1 мм СТП смещается на 26 см. Один полный оборот мушки перемещает СТП по высоте при стрельбе на 100 м на 20 см. Правильность перемещения мушки проверяется повторной стрельбой.

Примерный план практического занятия

1. Техника производства меткого выстрела из автомата.
2. Виды изготовления для стрельбы из автомата.

3. Особенности прицеливания. Глаз и его работа во время прицеливания.
4. Дыхание при стрельбе из автомата.
5. Спуск курка. Условие, обеспечивающее правильный спуск курка.
6. Действия сотрудников по подаваемым командам при стрельбе из автомата.

Вопросы для самоконтроля по теме

1. Основные технические элементы выстрела.
2. Изготовка к стрельбе, виды изготовок для стрельбы из различных положений для автомата.
3. Спуск курка с боевого взвода, управление спуском во время выстрела.
4. Дыхание, управление дыханием при медленной и скоростной стрельбе.

Тема 16.6. Назначение, боевые свойства, устройство ПП-91 «Кедр»

9-мм *пистолет-пулемет* ПП-91 «Кедр» (далее - пистолет-пулемет) является индивидуальным оружием нападения и защиты и предназначен для поражения целей на дальности до 50 метров. Для стрельбы из пистолета-пулемета используются 9-мм патроны к пистолету Макарова.



Общий вид пистолета-пулемета ПП-91 «Кедр»

Тактико-технические характеристики

Калибр, мм	9
Масса с магазином на 20 патронов, кг	1,54
Масса с магазином на 30 патронами, кг	1,57
Начальная скорость полета пули, м/с	320
Темп стрельбы, выстр/мин	800
Дальность прицельной стрельбы, м	до 100
Длина со сложенным прикладом, мм	305
Длина с разложенным прикладом, мм	530
Механизм запираания ствола	инерционный
Емкость магазина	20 или 30
Режим стрельбы	автоматический или одиночный

Общее устройство пистолета-пулемета ПП-91 «Кедр»

Пистолет-пулемет состоит из следующих основных частей и механизмов:

- ствол со ствольной коробкой, прицельными приспособлениями, пистолетной рукояткой и прикладом;
- затвор с ударником и выбрасывателем;
- ударно-спусковой механизм;
- возвратный механизм;
- предохранитель-переводчик;
- крышка ствольной коробки;
- магазины на 20 и 30 патронов.



Перед выстрелом затвор пистолета-пулемета под действием возвратной пружины занимает крайнее переднее положение. При выстреле пороховые газы, действующие на дно гильз, начинают перемещать массивный затвор в крайнее заднее положение. При этом затвор извлекает стреляную гильзу из патронника и выбрасывает ее из ствольной коробки, взводит курок и сжимает возвратную пружину.

Затвор накатывается в переднее положение под действием возвратного механизма. При этом он досылает в патронник очередной патрон и запирает канал ствола. Запирание осуществляется за счет инерции затвора и усилия возвратной пружины. При установке предохранителя-переводчика на автоматическую стрельбу она будет продолжаться до тех пор, пока нажат спусковой крючок и в магазине есть патроны. При установке предохранителя-переводчика на одиночную стрельбу после каждого выстрела необходимо отпустить спусковой крючок и для производства выстрела снова нажать на него.

Для стрельбы из пистолета-пулемета используются 9-мм патроны к пистолету Макарова.

Для заряжания пистолета-пулемета патроны снаряжаются в магазин. Снаряжение магазина производится путем вкладывания и утапливания патронов рукой.

Назначение, устройство частей и механизмов пистолета-пулемета

1. Ствол со ствольной коробкой, прицельными приспособлениями, пистолетной рукояткой и прикладом



Ствол служит для направления полета пули и придания ей вращательного движения. Внутри ствол состоит из нарезной части, дульного входа и патронника. Нарезная часть имеет четыре нареза правого направления.

Ствольная коробка служит для соединения в одно целое всех узлов и деталей пистолета-пулемета. Ствольная коробка состоит из кожуха, вкладыша и затильника.

Прицел пистолета-пулемета состоит из мушки и целика и служит для прицеливания при стрельбе из пистолета-пулемета.

Складывающийся приклад и пистолетная рукоятка служат для удобства стрельбы из пистолета-пулемета.

2. Затвор с ударником и выбрасывателем

Затвор служит для запирания канала ствола при выстреле, досылания патрона из магазина, извлечения и удержания гильзы (патрона), взведения курка, выключения разобщителя и автоспуска.

Ударник служит для нанесения удара по капсюлю патрона.

Выбрасыватель служит для удержания гильзы (патрона) в чашечке затвора до встречи с отражателем.

3. Ударно-спусковой механизм

Ударно-спусковой механизм служит для производства выстрела из пистолета-пулемета. Он выполнен в виде отделяемого узла и состоит из основания, курка, боевой пружины, вилки, упора боевой пружины, спускового крючка с разобщителем, пружины спускового крючка, автоспуска.

Основание ударно-спускового механизма служит для соединения всех деталей ударно-спускового механизма в единый узел и представляет собой комплект деталей коробчатой формы.

Курок служит для нанесения удара по ударнику.

Боевая пружина служит для придания курку кинетической энергии, необходимой для удара по ударнику.

Вилка служит для направления боевой пружины и передачи усилия пружины на курок.



Упор боевой пружины служит для создания опоры неподвижному торцу боевой пружины, обеспечивает продольное сцепление и качание вилки при работе ударно-спускового механизма, фиксацию заднего конца основания ударно-спускового механизма.



ЗАТВОР

Спусковой крючок служит для спуска курка с боевого взвода. Спусковой крючок представляет собой трехплечный рычаг с посадочным отверстием под ось. Плечи рычага образуют боевой взвод, служащий для удержания курка перед началом стрельбы и при прекращении стрельбы.

Разобщитель служит для обеспечения одиночной стрельбы и предотвращения спуска курка при недоходе затвора.

Пружина спускового крючка служит для возврата в исходное положение спускового крючка и разобщителя.

Автоспуск служит для обеспечения и предотвращения выстрела при недоходе затвора при автоматической стрельбе.

4. Возвратный механизм

Возвратный механизм служит для наката затвора в крайнее переднее положение и удержания затвора в переднем положении.



Возвратная пружина

**Основание
возвратного механизма**

Основание возвратного механизма служит для ограничения хода затвора в крайнем заднем положении.

Возвратная пружина служит для наката затвора.

5. Предохранитель-переводчик

Предохранитель-переводчик служит для управления режимом стрельбы и обеспечения безопасности при обращении с пистолетом-пулеметом.

ПРЕДОХРАНИТЕЛЬ-ПЕРЕВОДЧИК



Рычаг

6. Крышка ствольной коробки

Крышка ствольной коробки служит для защиты частей и механизмов пистолета-пулемета от загрязнения.



**Окно выброса
гильзы**

**КРЫШКА
СТВОЛЬНОЙ КОРОБКИ**

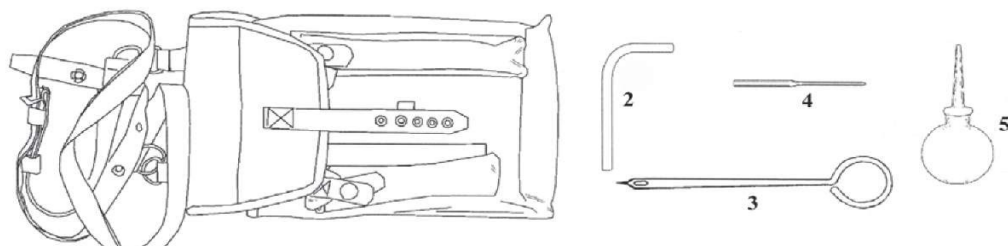
Защелка

7. Магазин

Магазин служит для размещения и подачи патронов. Он состоит из корпуса магазина, подавателя, пружины подавателя, стопорной планки и крышки магазина.

Назначение принадлежности к пистолету-пулемету

В принадлежность к пистолету-пулемету входят: чехол для переноски с плечевым ремнем, протирка, выколотка, ключ для регулировки мушки, масленка, дополнительный магазин.



Принадлежность к **КПП-91 «Кедр»**: 1 - чехол для переноски; 2 - ключ для регулировки мушки; 3 - протирка; 4 - выколотка; 5 - масленка

Чехол для переноски служит для хранения и ношения пистолета-пулемета, дополнительного магазина, протирки, масленки, выколотки, ключа для регулировки мушки.

Протирка используется для чистки и смазки пистолета-пулемета.

Выколотка используется для разборки, сборки и чистки пистолета-пулемета.

Ключ служит для регулировки мушки при приведении пистолета-пулемета к нормальному бою.

Масленка предназначена для хранения масла и используется при смазке пистолета-пулемета.

Разборка, сборка, чистка и смазка пистолета-пулемета

Разборка пистолета-пулемета может быть неполная и полная: **неполная** — для чистки, смазки и осмотра пистолета-пулемета; **полная** — для чистки при сильном загрязнении пистолета-пулемета, после нахождения его под дождем или в снегу и при ремонте. Частая разборка пистолета-пулемета не рекомендуется, так как ускоряет изнашивание частей и механизмов.

Разборку и сборку пистолета-пулемета следует производить на столе или чистой подстилке: части класть в порядке разборки, обращаться с ними осторожно, не класть одну часть на другую и не применять излишних усилий и резких ударов.

1. Отделить магазин (обхватив магазин пальцем правой руки, большим пальцем отжать защелку магазина до упора и поступательным движением извлечь магазин из направляющей горловины).

2. Проверить, нет ли патрона в патроннике (перевести флажок предохранителя в положение для одиночной стрельбы, отвести затвор в крайнее

заднее положение и осмотрев патронник, отпустить затвор. Произвести контрольный спуск курка в специально отведенное место).

3. Перевести приклад в боевое положение (нажать указательным пальцем правой руки на защелку приклада, размещенную в его затыльнике, повернуть приклад до фиксации).

4. Отделить крышку ствольной коробки (повернуть защелку крышки на 90° в любую сторону, приподнять задний конец крышки и движением назад вывести передний ее конец из паза на вкладыш).

5. Отделить возвратный механизм (взявшись большим и указательным пальцем за выступы, движением вперед вывести их из зацепления со ствольной коробкой приподнять основание механизма сквозь пазы ствольной коробки и повернуть на 180° относительно оси возвратной пружины, извлечь из направляющего канала затвора).

6. Отделить затвор (отвести затвор в крайнее заднее положение и движением вверх извлечь его из ствольной коробки).

7. Отделить предохранитель переводчик (установить флажок в вертикальное положение и движением вправо отделить его от ствольной коробки).

8. Отделить ударно-спусковой механизм (приподнять передний его конец примерно на 45°, а затем на 90°, и движением вперед вывести цапфы упора боевой пружины из пазов ствольной коробки, слегка повернув механизм вокруг вертикальной оси, извлечь из ствольной коробки).

Сборка после неполной разборки производится в обратной последовательности. Проверить правильность сборки пистолета-пулемета после неполной разборки.

Чистка и смазка пистолета-пулемета

Чистка и смазка пистолета-пулемета производится:

- при расконсервации;
- при подготовке к стрельбе;
- после стрельбы - немедленно по окончании стрельбы на стрельбище, при этом чистятся и смазываются канал ствола, патронник и затвор. По возвращении со стрельбы или учений производится окончательная чистка пистолета-пулемета, затем она повторяется ежедневно в течение 3-4 дней;
- после наряда или занятий, если пистолет-пулемет не применялся - не реже одного раза в неделю.

При чистке следует обращать особое внимание на чистку канала ствола, патронника и ударно-спускового механизма. При смазке необходимо помнить, что излишняя смазка способствует загрязнению частей и может вызвать задержки при стрельбе.

Перед стрельбой патронник канала ствола, и магазин протираются насухо ветошью.

Задержки при стрельбе из пистолета-пулемета и способы их устранения

Характеристика	Причины	Способы
Осечка Затвор в крайнем переднем положении, курок спущен, но выстрела не произошло.	1. Неисправность патрона. 2. Сгущение смазки, загрязнение или затирание патронника. 3. Осадка или излом боевой пружины.	1. Перезарядить пистолет-пулемет и продолжить стрельбу. 2. Разрядить, разобрать, осмотреть и прочистить пистолет-пулемет. В случае затирания патронника отправить оружие в мастерскую. 3. Разрядить пистолет-пулемет и отправить в мастерскую.
Пропуск подачи Затвор в крайнем переднем положении, но патрона в патроннике нет.	1. Загрязнение магазина. 2. Помятость корпуса магазина, осадка или излом пружины подавателя.	1. Перезарядить пистолет-пулемет и продолжить стрельбу. При повторной задержке разрядить пистолет-пулемет и отправить в мастерскую. 2. Заменить неисправный магазин.
Непродвижение патрона из магазина в патронник Затвор остановился в промежуточном положении вместе с патроном, не дослав его в патронник.	1. Загрязнение магазина или направляющих ствольной коробки, направляющих затвора. 2. Погнутость направляющих загибов корпуса магазина.	1. Дослать затвор за рукоятку вперед и продолжить стрельбу. При повторной задержке разрядить пистолет-пулемет, разобрать и прочистить пистолет-пулемет и магазин. 2. Заменить неисправный магазин.
Прихват (ущемление) гильзы затвором Гильза заклинена между затвором и казенным срезом ствола (вкладышем).	1. Загрязнение направляющих ствольной коробки, направляющих затвора, паза под выбрасыватель в затворе. 2. Скошенность или поломка зацепа выбрасывателя, выступа отражателя; осадка или излом пружины выбрасывателя	1. Выбросить прихваченную гильзу отведением затвора назад, при этом пистолет-пулемет удерживать экстракционным окном вниз. Продолжить стрельбу, при повторной задержке разрядить пистолет-пулемет, разобрать и прочистить. 2. Отправить пистолет-пулемет в мастерскую.
Магазин не фиксируется защелкой магазина	Износ фиксирующей поверхности защелки магазина, осадка или излом пружины защелки магазина.	Отправить пистолет-пулемет в мастерскую.
Нет выстрела при установке переводчика в положение «одиночная стрельба» При отпускании и повторном нажатии спуска курок не ударяет по ударнику.	1. Загрязнение частей ударно-спускового механизма. 2. Осадка или излом пружины спускового крючка; износ выступа разобщителя.	1. Разрядить пистолет-пулемет, разобрать и прочистить ударно-спусковой механизм. 2. Отправить пистолет-пулемет в мастерскую.
Нет автоматической стрельбы При установке предохранителя-переводчика в положение «автоматическая стрельба». При нажатом спусковом крючке курок не ударяет по ударнику.	Износ рабочих поверхностей автоспуска.	Отправить пистолет-пулемет в мастерскую.
Самопроизвольное отстегивание приклада, <i>сложенного «по походному»</i> , при стрельбе.	Осадка или излом пружины защелки приклада.	Отправить пистолет-пулемет в мастерскую.

Примерный план семинара

1. Назначение, тактико-технические характеристики, устройство ПП-91 «Кедр».
2. Назначение и устройство частей и механизмов ПП-91 «Кедр».
3. Неполная разборка и сборка после нее ПП-91 «Кедр».
4. Уход за ПП-91 «Кедр»
5. Задержки при стрельбе из пистолета-пулемета и способы их устранения.

Вопросы для самоконтроля по теме

1. Тактико-технические характеристики ПП-91 «Кедр».
2. Общее устройство ПП-91 «Кедр».
3. Проверка боя и приведение 5,45 мм автомата Калашникова к нормальному бою.
4. Осмотр, чистка и смазка ПП-91 «Кедр».
5. Задержки при стрельбе ПП-91 «Кедр» и способы их устранения.

Перечень нормативных правовых актов, основной и дополнительной учебной литературы

Нормативные правовые акты

1. Федеральный закон от 13 декабря 1996 г. «Об оружии» № 150-ФЗ (в редакции ФЗ от 06.07.2016 г. №374-ФЗ).
2. Приказ МВД России от 12 января 2009 г. № 13 (с изм. от 16.07.2015) «Об организации снабжения, хранения, учета, выдачи (приема) и обеспечения сохранности вооружения и боеприпасов в органах внутренних дел Российской Федерации».
3. Приказ МВД России от 23 ноября 2017 г. № 880 «Об утверждении Наставления по организации огневой подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации».
4. Приказ МВД России от 5 мая 2018 г. № 275 «Об утверждении Порядка организации подготовки кадров для замещения должностей в органах внутренних дел Российской Федерации».

Основная литература

1. Арипшев, А.М. Огневая подготовка [Текст]: практ. пособие / А.М. Арипшев. - Краснодар: Краснодарский университет МВД России, 2013.- То же [Электронный ресурс]. - Режим доступа: Электронная библиотека КрУ МВД России, требуется авторизация: <http://libkrumvd.ru>.
2. Огневая подготовка [Текст]: учебник / А.И. Щипин [и др.]; ред. Н.В. Румянцев. - М.: ЦОКР МВД России, 2009.
3. Огневая подготовка [Текст]: учебник / под общ. ред. В.Л. Кубышко.- М.: ДГСК МВД России, 2016. – 286 с.- То же [Электронный ресурс]. - Режим доступа: Электронная библиотека КрУ МВД России, требуется авторизация: <http://libkrumvd.ru>.

4. Огневая подготовка [Электронный ресурс]: учебник / ред. В.Г. Лупырь.- Омск: Омская академия МВД России, 2014.- Режим доступа: Электронная библиотека КрУ МВД России, требуется авторизация: <http://libkrumvd.ru>.

Дополнительная литература

1. Давиденко, А.И. Формирование у сотрудников ОВД навыков медленной и скоростной стрельбы из пистолета [Текст]: учеб.-метод. пособие / А.И. Давиденко. - Краснодар: Краснодарский университет МВД России, 2011.

2. Дворяк, И.А. Огневая (стрелковая) подготовка работников ОВД [Текст]: учебник / И.А. Дворяк. - М.: ЦОКР МВД России, 2005.

3. Карабаш, Д.В. Обучение стрельбе из пистолета (пистолета-пулемета) в ограниченном пространстве из различных положений [Текст]: учеб.-метод. пособие / Д.В. Карабаш, А.Н. Таран. - Краснодар: Краснодарский университет МВД России, 2011.

4. Литвин, Д.В. Формирование профессиональных компетенций сотрудников полиции в области применения физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия в процессе профессионального обучения (первоначальной подготовки): структура, содержание, этапы [Текст]: учеб.-метод. пособие / Д.В. Литвин, А.И. Кузнецов, Р.С. Ахметов. – Краснодар: Краснодарский университет МВД России, 2016.- 96 с.

5. Пономарев, Н.Н. Меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами при выполнении оперативно-служебных задач сотрудниками ОВД [Текст]: учеб.-практ. пособие / Н.Н. Пономарев, И.К. Стригуненко. – Краснодар: Краснодарский университет МВД России, 2011.

ОГЛАВЛЕНИЕ

15. Физическая подготовка	3
Тема 15.1. Организационные основы физической подготовки сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации	3
Тема 15.2. Прикладная гимнастика и общая физическая подготовка	7
Тема 15.3. Легкая атлетика. Ускоренные передвижения	15
Тема 15.4. Приемы страховки и само страховки	18
Тема 15.5. Боевые приемы борьбы	20
Тема 15.6. Броски	29
Тема 15.7. Удары и защита от ударов	32
Тема 15.8. Освобождение от захватов и обхватов	39
Тема 15.9. Пресечение действий с огнестрельным оружием	43
Тема 15.10. Сковывание наручниками, связывание брючным ремнем	46
Тема 15.11. Наружный досмотр	49
Тема 15.12. Действия с применением палки специальной	59
16. Огневая подготовка	65
Тема 16.1. Основы огневой подготовки в органах внутренних дел. Меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами ...	65
Тема 16.2. Назначение, боевые свойства, устройство пистолета Макарова	71
Тема 16.3. Приемы и правила стрельбы из пистолета	87
Тема 16.4. Назначение, тактико-технические характеристики, устройство 5,45 мм автомата Калашникова и АКС-74У	99
Тема 16.5. Приемы и правила стрельбы из 5,45 мм автомата Калашникова и АКС-74У	115
Тема 16.6. Назначение, боевые свойства, устройство ПП-91 «Кедр»	125

Учебное издание

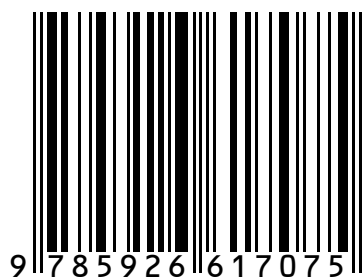
**ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА
РЯДОВОГО И МЛАДШЕГО
НАЧАЛЬСТВУЮЩЕГО СОСТАВА ПОЛИЦИИ**

**Часть 3.
Физическая и огневая подготовка**

Учебное пособие

Редактор доктор педагогических наук *Е. Н. Гривенная*
Компьютерная верстка *Г. А. Артемовой*

ISBN 978-5-9266-1707-5



Подписано в печать 04.06.2020. Формат 60x84 1/16.
Усл. печ. л. 8,0. Тираж 600 экз. Заказ 52.

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