

**МИНИСТЕРСТВО ВНУТРЕННИХ ДЕЛ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

*ДЕПАРТАМЕНТ
ГОСУДАРСТВЕННОЙ СЛУЖБЫ И КАДРОВ*

**ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА
ПОЛИЦЕЙСКИХ**

Учебник

В 3 частях

Часть 3

«Огневая подготовка и физическая подготовка»

*Под общей редакцией начальника Департамента государственной
службы и кадров МВД России кандидата педагогических наук
генерал-лейтенанта внутренней службы В.Л. Кубышко*

*Допущено Министерством внутренних дел Российской Федерации
в качестве учебника для курсантов и слушателей образовательных
организаций системы МВД России, сотрудников органов внутренних
дел Российской Федерации*

**Москва
2018**

Рецензенты:

Нижегородская академия МВД России;
Белгородский юридический институт МВД России имени И.Д. Путилина;
Орловский юридический институт МВД России имени В.В. Лукьянова;
Уфимский юридический институт МВД России;
Воронежский институт МВД России.

Профессиональная подготовка полицейских: учебник: в 3 ч. / под общ. ред. В. Л. Кубышко. — М.: ДГСК МВД России, 2018. Ч. 3. — 248 с.

Учебник подготовлен авторскими коллективами Омской академии МВД России и Уральского юридического института МВД России.

Учебник предназначен для сотрудников, впервые принятых на службу в органы внутренних дел Российской Федерации на должности рядового состава и младшего начальствующего состава, проходящих профессиональное обучение по программе профессиональной подготовки по должности служащего «Полицейский», профессорско-преподавательского состава образовательных организаций МВД России и педагогического состава центров профессиональной подготовки территориальных органов МВД России.

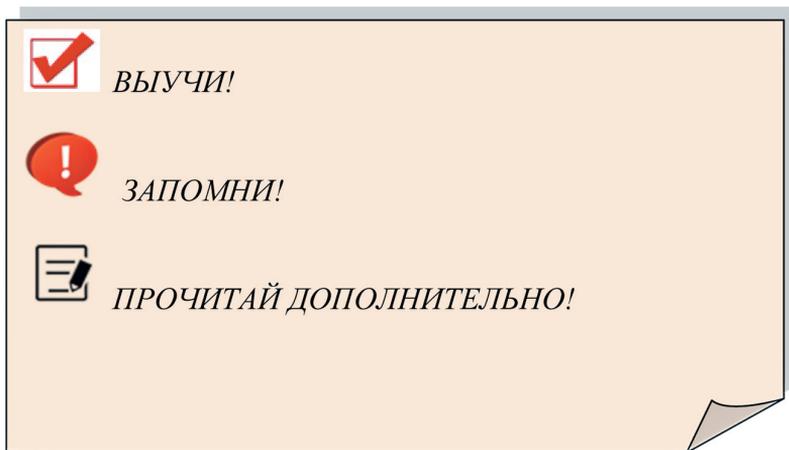
Учебник также может быть использован для организации обучения сотрудников, впервые принятых на службу в органы внутренних дел Российской Федерации на должности среднего и старшего начальствующих составов, в рамках наставничества, профессиональной служебной и физической подготовки, при организации индивидуального обучения стажеров.

ЧАСТЬ 3.
ОГНЕВАЯ ПОДГОТОВКА
И ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

ЧАСТЬ 3. ОГНЕВАЯ ПОДГОТОВКА И ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Введение	7
Раздел I.	
ОГНЕВАЯ ПОДГОТОВКА	8
Глава 1. Теоретические основы огневой подготовки сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации	8
§ 1. Организационно-правовое обеспечение занятий по огневой подготовке. Меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами	8
§ 2. Основы стрельбы из оружия	24
§ 3. Назначение, боевые свойства, устройство, работа частей и механизмов 9-мм пистолета Макарова	46
§ 4. Назначение, боевые свойства, общее устройство 5,45 мм автомата Калашникова (АК74М и АКС74У)	56
§ 5. Назначение, боевые свойства, общее устройство пистолета-пулемета ПП-91 «Кедр»	67
Глава 2. Обучение основам стрельбы из оружия	75
§ 1. Действия с оружием по подаваемым командам. Уход за оружием ...	75
§ 2. Приемы и правила стрельбы из 9-мм пистолета Макарова	84
§ 3. Учебные и контрольные стрельбы из 9-мм пистолета Макарова ...	122
§ 4. Приемы и правила стрельбы из 5,45 мм автомата Калашникова и пистолета-пулемета ПП-91 «Кедр»	132
§ 5. Учебные и контрольные стрельбы из автомата 5,45 мм Калашникова и пистолета-пулемета ПП-91 «Кедр»	151
Раздел II.	
ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА	155
Глава 3. Теоретические основы организации физической подготовки сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации	155
§ 1. Организационные основы физической подготовки сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации	155
Глава 4. Упражнения общей физической подготовки	170
§ 1. Прикладная гимнастика и атлетическая подготовка	170
§ 2. Легкая атлетика и ускоренное передвижение	176
§ 3. Методические основы подготовки к выполнению контрольных упражнений общей физической подготовки	177

Глава 5. Боевые приемы борьбы	184
§ 1. Приемы страховки и само страховки.	184
§ 2. Удары и защита от ударов	188
§ 3. Болевые приемы	204
§ 4. Освобождение от захватов	213
§ 5. Пресечение действий с оружием.	216
§ 6. Броски	220
§ 7. Сковывание наручниками, связывание брючным ремнем	224
§ 8. Наружный досмотр.	229
§ 9. Действия с применением палки специальной	233
Заключение	239
Библиографический список	240
Сведения об авторском коллективе	243



Введение

Правовую основу профессионального обучения составляют федеральные законы от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», от 30.11.2011 № 342-ФЗ «О службе в органах внутренних дел Российской Федерации и внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации»¹, нормативные правовые акты Минобрнауки России, Минпросвещения России и МВД России.

В соответствии со ст. 12 Закона о службе сотрудник органов внутренних дел Российской Федерации обязан поддерживать уровень квалификации, необходимый для надлежащего выполнения служебных обязанностей, в установленном порядке проходить профессиональное обучение.

Профессиональное обучение граждан, впервые принятых на службу в органы внутренних дел, предусматривает приобретение ими основных профессиональных знаний, умений, навыков и компетенции, необходимых для выполнения служебных обязанностей, в том числе в условиях, связанных с возможным применением физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия.

В соответствии с ч. 4 ст. 18 Федерального закона от 07.02.2011 № 3-ФЗ «О полиции»² сотрудник полиции обязан проходить специальную подготовку, а также периодическую проверку на профессиональную пригодность к действиям в условиях, связанных с применением физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия.

Профессиональное обучение сотрудников органов внутренних дел проводится в организациях, осуществляющих образовательную деятельность и находящихся в ведении МВД России.

¹ Далее — «Закон о службе».

² Далее — «Закон о полиции».

Раздел I.

ОГНЕВАЯ ПОДГОТОВКА

Глава 1. Теоретические основы огневой подготовки сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации

§ 1. Организационно-правовое обеспечение занятий по огневой подготовке. Меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами

1. Организация проведения занятий по огневой подготовке в органах внутренних дел Российской Федерации¹

Основными нормативными правовыми актами, регламентирующими содержание и структуру огневой подготовки в органах внутренних дел, являются: Наставление по организации огневой подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации, утвержденное приказом МВД России от 23.11.2017 № 880², и Порядок организации подготовки кадров для замещения должностей в органах внутренних дел Российской Федерации, утвержденный приказом МВД России от 05.05.2018 № 275³.



Цель огневой подготовки — обучение умелому и эффективному применению огнестрельного оружия, боеприпасов (патронов, запалов, выстрелов, гранат, в том числе ручных осколочных гранат) при выполнении оперативно-служебных задач, мерам безопасности при обращении с ними

Задачи огневой подготовки сотрудников органов внутренних дел



приобретение сотрудниками органов внутренних дел Российской Федерации⁴ знаний материальной части огнестрельного оружия⁵ и боеприпасов (патронов, запалов, выстрелов, гранат, в том числе ручных осколочных гранат)⁶,

¹ Далее — «органы внутренних дел».

² Далее — «Наставление по огневой подготовке».

³ Далее — «Порядок организации подготовки кадров».

⁴ Далее — «сотрудники».

⁵ Далее — «оружие».

⁶ Далее — «боеприпасы».

их тактико-технических характеристик, мер безопасности при обращении с оружием и боеприпасами

формирование у сотрудников необходимых умений и навыков: правомерного применения оружия и боеприпасов; ведения огня в различной обстановке; быстрого обнаружения цели и определения исходных установок для стрельбы и гранатометания; умелых и эффективных действий с оружием и боеприпасами во время стрельбы и гранатометания

Огневая подготовка обучаемых организуется и проводится в соответствии с Наставлением по огневой подготовке, на основании программ профессиональной подготовки по должности служащего «Полицейский» и рабочей программы учебной дисциплины «Огневая подготовка».

Огневая подготовка включает в себя:

1. Теоретический раздел.
2. Практический раздел.

В ходе освоения **теоретического раздела** огневой подготовки изучаются:

- правовые основы применения оружия и боеприпасов, гарантии личной безопасности вооруженного сотрудника;
- материальная часть и тактико-технические характеристики оружия и боеприпасов, меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами;
- вопросы профилактики случаев гибели и ранений сотрудников, связанных с неумелым обращением с оружием и боеприпасами;
- правила хранения оружия и боеприпасов, а также ухода за ними.

В ходе освоения **практического раздела** огневой подготовки осуществляются:

1. Практические тренировки по отработке:

- нормативов по огневой подготовке;
- изготовления к стрельбе;
- производства выстрела без использования боевых патронов¹;
- упражнений стрельб из различных видов оружия вхолостую, а также метания учебных гранат.

2. Стрельбы для формирования умений и навыков выполнения:

- упражнений стрельб из различных видов оружия;
- тактических задач применения оружия и боеприпасов при осуществлении оперативно-служебной деятельности.



В органах внутренних дел стрельбы организуются и проводятся не реже одного раза в месяц, за исключением случаев, предусмотренных Наставлением по огневой подготовке. С сотрудниками полиции стрельбы организуются и проводятся не реже одного раза в две недели. Контрольные стрельбы организуются и проводятся не реже одного раза в год

¹ Далее — «вхолостую».

Руководители (начальники) центрального аппарата МВД России, территориальных органов МВД России, образовательных, научных, медицинских (в том числе санаторно-курортных) организаций системы МВД России, окружных управлений материально-технического снабжения системы МВД России, заграничного аппарата МВД России, организаций культуры, физкультурно-спортивных организаций, редакций печатных и электронных средств массовой информации, а также иных организаций и подразделений, созданных для выполнения задач и осуществления полномочий, возложенных на органы внутренних дел Российской Федерации¹ несут персональную ответственность за организацию огневой подготовки и уровень огневой выучки сотрудников (обучаемых).

Для организации стрельб, а также обеспечения мер безопасности во время их проведения руководителем (начальником) органа, организации, подразделения МВД России издается нормативный акт — приказ, в котором устанавливаются дата, время, место проведения стрельб, определяются упражнения стрельб, виды оружия и назначаются:

- руководитель стрельб;
- помощник (помощники) руководителя стрельб;
- раздатчик боеприпасов;
- дежурный врач (фельдшер, медсестра);
- оцепление, показчики мишеней и наблюдатель — при проведении стрельб в открытом или полуоткрытом тире, на стрельбище, полигоне.

В начале каждого учебного года с сотрудниками организуются и проводятся занятия по повторению (изучению) правовых основ применения оружия и боеприпасов, правил проведения стрельб, материальной части и тактико-технических характеристик оружия и боеприпасов, мер безопасности при обращении с оружием и боеприпасами, задержек при стрельбе и способов их устранения с принятием зачетов. Сотрудник, не сдавший зачет, до стрельб и гранатометания не допускается.

Меры безопасности при обращении с огнестрельным оружием и боеприпасами подробно изложены в одноименном разделе Наставления по огневой подготовке.

В Наставлении по огневой подготовке содержатся основные положения, касающиеся организации и проведения практических стрельб, перечень команд, подаваемых при проведении стрельб из различных видов оружия и метании гранат, порядок действий стреляющих по данным командам.

Стрельбы проводятся в тирах, на стрельбищах и полигонах.

Для проведения стрельб устанавливаются:



- *место ведения огня, которое определяется условиями выполняемых упражнений стрельб, — огневой рубеж;*

¹ Далее — «органы, организации, подразделения МВД России».



- место построения и подготовки очередной смены, которое размещается в тылу на безопасном расстоянии (не менее 5 м) от огневого рубежа, — исходный рубеж;
- место учета, выдачи и сдачи боеприпасов, которое размещается в тылу на некотором удалении (3 — 10 м) от исходного рубежа, — пункт боевого питания;
- место осмотра мишеней и оценки результатов стрельбы, которое размещается на расстоянии 1 — 2 м от мишеней — рубеж осмотра мишеней;
- место для производства выстрелов вхолостую в безопасном и исключающем рикошет пуль направлении

Исходный и огневой рубежи, рубеж осмотра мишеней, а также пункт боевого питания обозначаются линиями шириной 5 — 10 см и (или) соответствующими указателями.

На командном пункте стрельбища и полигона (при необходимости в открытом или полуоткрытом тире) оборудуется устройство для подачи сигнала, запрещающего (белого цвета) или разрешающего (красного цвета) стрельбу.

Сотрудники выполняют упражнения стрельб из закрепленного исправного, приведенного к нормальному бою оружия, у которого кучность стрельбы и положение средней точки попадания удовлетворяет предъявляемым требованиям к данному виду оружия. Сотрудники, за которыми оружие не закреплено, выполняют упражнения стрельб из исправного, приведенного к нормальному бою оружия, полученного для проведения стрельб.

Получение (сдача) оружия и боеприпасов для проведения стрельб (гранатометания) осуществляется из комнат для хранения оружия (складов вооружения и боеприпасов).

Результаты выполнения упражнений стрельб и гранатометания заносятся в журнал учета посещаемости занятий и успеваемости.

Уровень профессиональной подготовленности сотрудников проверяется:



- при обучении сотрудников на учебных занятиях в течение учебного года — в ходе их опроса (тестирования) на тренажах и инструктажах перед заступлением на службу;
- при инспектировании деятельности органов, организаций, подразделений МВД России, проведении контрольных и целевых проверок;
- при проведении итоговых занятий по определению уровня профессиональной подготовленности — до окончания учебного периода;
- при повторной проверке, в случае получения оценки «неудовлетворительно» в ходе итогового занятия, инспектирования, контрольных и целевых проверок

В зависимости от специфики выполняемых оперативно-служебных задач с сотрудниками полиции ежеквартально проводятся стрельбы с использованием средств индивидуальной бронезащиты (в том числе бронежилета и специального шлема). Стрельбы также могут проводиться в противогазах.

Стрельбы в противогазах проводятся без изменения условий упражнений стрельб. Противогазы надеваются по команде «Газы», которая подается руководителем (помощником руководителя) стрельб на исходном рубеже, и снимаются по команде «Отбой газам» по окончании стрельбы. Контрольные стрельбы в противогазах не проводятся.

В разделе «Упражнения стрельб и гранатометания. Нормативы по огневой подготовке» Наставления по огневой подготовке изложены порядок и условия выполнения основных упражнений стрельб из различных видов оружия. В то же время начальникам органов организаций, подразделений МВД России в целях совершенствования уровня огневой выучки подчиненных разрешается в процессе учебы применять различные упражнения стрельб и современные методики обучения, а также использовать другие виды оружия, имеющиеся в органах, организациях, подразделениях МВД России. При этом должны учитываться: специфика выполняемых оперативно-служебных задач, уровень подготовленности сотрудников, наличие и состояние учебно-материальной базы. Самостоятельно разработанные специальные упражнения утверждаются приказом по органу, организации, подразделению МВД России и вносятся в программу подготовки сотрудников.

2. Учет, хранение и сбережение оружия и боеприпасов

2.1. Основание и порядок выдачи оружия и боеприпасов

Порядок и правила учета, хранения, перевозки оружия и боеприпасов в органах, организациях, подразделениях МВД России регулируются нормативными правовыми актами МВД России.

Главную ответственность за сохранность оружия и боеприпасов несет руководитель органа, организации, подразделения МВД России.



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

Порядок выдачи вооружения и боеприпасов. Обеспечение органов, организаций, подразделений МВД России вооружением и боеприпасами осуществляется согласно табелям положенности вооружения и боеприпасов, которые, в свою очередь, определяются нормами обеспечения, установленными нормативными правовыми актами Правительства Российской Федерации и МВД России.

Положенные по табелю вооружение и боеприпасы выдаются в органах, организациях, подразделениях МВД России в комплекте и закрепляются за сотрудниками.

Основанием для закрепления вооружения и боеприпасов за сотрудником является:



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

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

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



Карточка-заместитель



Выдача вооружения 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, организации, подразделения МВД России на основании рапорта, представляемого в установленном порядке



По окончании несения службы, выполнения оперативно-служебных задач и занятий оружие, боеприпасы и специальные средства незамедлительно сдаются сотрудниками оперативному дежурному органа, организации, подразделения МВД России. За задержку сдачи вооружения и боеприпасов виновные лица привлекаются к дисциплинарной ответственности.

Порядок выдачи оружия и боеприпасов на постоянное хранение и ношение.

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



Сотрудник, получивший 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.

Оружие, боеприпасы и специальные средства должны храниться по месту жительства в надежно закрепленном металлическом ящике (сейфе), исключая доступ к нему других лиц.



При убытии в отпуск оружие должно быть сдано на хранение в дежурную часть органа, организации, подразделения МВД России, 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, организации, подразделения МВД России



2.2. Транспортировка оружия и боеприпасов и их учет

Перевозка оружия, боеприпасов железнодорожным, автомобильным, воздушным и водным транспортом осуществляется исключительно в сопровождении вооруженных караулов в соответствии с установленными правилами перевозок указанным видом транспорта.

Ответственность за правильность упаковки, качество укупорки, определение разрядности и совместимости перевозок груза несут отправитель и приемщик, а ответственность за сохранность перевозимых вооружения и боеприпасов в пути следования — личный состав караула.



Транспортировка оружия и боеприпасов допускается только в прочной и обязательно опломбированной укупорке. При перевозках должны быть приняты меры к защите перевозимого вооружения от атмосферных осадков

При выезде в служебную командировку с оружием, боеприпасами и специальными средствами в командировочном удостоверении делается отметка с указанием модели оружия, его серии и номера, количества патронов и наличия специальных средств. Запись в командировочном удостоверении скрепляется печатью органа, организации, подразделения МВД России.

При следовании спортивных команд органов внутренних дел в командировки на стрелковые соревнования оружие и боеприпасы выдаются старшему команды.

Наименования и номера выданного оружия и количество боеприпасов при убытии в командировку вписываются в командировочное удостоверение, заверяются гербовой печатью и подписью руководителя органа, организации, подразделения МВД России.



Оружие при перевозке и транспортировке должно находиться в разряженном состоянии и быть уложенным отдельно от боеприпасов. Оружие и боеприпасы должны быть уложены в специальную металлическую тару, закрывающуюся на замок, опечатаны или опломбированы

Оружие и боеприпасы могут быть выданы участникам стрелковых соревнований на основании приказа руководителя органа, организации, подразделения МВД России на период их проведения и времени следования к месту их проведения и обратно.

Обучающиеся образовательных организаций МВД России направляются к месту проведения стрелковых соревнований в сопровождении сотрудника (сотрудников) из числа постоянного состава образовательной организации МВД России, при этом оружие выдается сопровождающему их лицу.

При прибытии к месту проведения стрелкового соревнования оружие и боеприпасы должны быть сданы на временное хранение в орган, организацию, подразделение МВД России, на базе которого оно проводится. После прибытия с мест проведения стрелковых соревнований оружие и боеприпасы должны быть незамедлительно сданы по месту их получения.

3. Меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами

Ежегодно регистрируются случаи гибели и ранения сотрудников, связанные с неумелым обращением с оружием и боеприпасами. Это вызвано тем, что не у всех сотрудников сформированы навыки безопасного обращения с оружием. В процессе освоения дисциплины «Огневая подготовка» сотрудник должен научиться поражать заданную цель из различных положений соблюдая правила безопасного обращения с оружием.



Правила обращения с оружием — это совокупность приемов и методов максимально эффективного и безопасного применения оружия

Статистика небоевых потерь говорит о том, что более 90 % зарегистрированных случаев явились следствием сознательного или неосторожного нарушения правил обращения с оружием.



В процессе огневой подготовки формируются навыки, которые служат своеобразной страховкой на случай, если в патроннике по какой-либо причине все-таки останется боевой патрон. Соблюдение правил обращения с оружием, главным образом, зависит от самодисциплинированности человека, его внутренней культуры и формируется в процессе самостоятельной выработки следующих навыков:



1. При получении, сдаче или передаче оружия, а также перед выполнением упражнений без патронов всегда необходимо проводить осмотр оружия.
2. 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»).
3. Во время работы с оружием, в том числе и во время передвижений с оружием, ствол должен быть расположен в плоскости безопасности.
4. Ни при каких обстоятельствах нельзя производить выстрелов из технически неисправного оружия или нестандартными (неисправными) патронами

Таким образом, каждый обязан всегда проверять оружие на незаряженность, прежде чем начинать производить с ним какие-либо манипуляции, постоянно следить за направлением канала ствола, чтобы оружие всегда было расположено вне тела с соблюдением плоскости безопасности.

Наиболее распространены следующие ситуации, в которых допускаются нарушения мер безопасности:

- при несении службы, при получении и сдаче оружия, выполнении его чистки и смазки;
- при несении службы на маршруте патрулирования;
- во время перерыва на прием пищи;
- при задержании лиц, совершивших правонарушения или преступления, оказывающих сопротивление сотрудникам полиции либо пытавшихся завладеть оружием полицейских;
- при проведении учебных занятий по огневой и тактической подготовке.

Нарушение мер безопасности является следствием:

- несоблюдения требований мер безопасности, выражающегося в направлении оси канала ствола оружия на человека;
- недостаточного уровня знаний материальной части оружия (взаимодействия частей и механизмов при зарядании, производстве выстрела, разряжании и осмотре оружия);
- отсутствия прочных навыков обращения (действий) с оружием при выполнении оперативно-служебных задач (обязанностей по охране общественного порядка);
- несоблюдения условий сохранности оружия и свободного доступа посторонних лиц (близких родственников, детей) к оружию во время несения службы (приема пищи).

В этой связи, целью изучения дисциплины «Огневая подготовка» является не только формирование готовности сотрудника к эффективному применению оружия при выполнении оперативно-служебных задач, но и соблюдение правил обращения с оружием и боеприпасами и его сохранности.



Меры безопасности — это комплекс мероприятий, знаний, умений и навыков, позволяющий гарантированно избежать трагических последствий при несанкционированном срабатывании оружия или боеприпасов и направленный на безопасное обращение с ними

Меры безопасности при обращении с оружием предусматриваются в приказах, регламентирующих огневую подготовку в органах, организациях, подразделениях МВД России, их знание является обязательным условием допуска к оружию.

3.1. Меры безопасности при изучении материальной части оружия

Учебные занятия по изучению материальной части проводятся с использованием только учебного оружия и боеприпасов.

При получении учебных патронов необходимо проверить их на предмет отсутствия среди них боевых.



Все действия с оружием начинаются с проверки — не заряжено ли оно. При проверке оружия на незаряженность необходимо:

1. Отсоединить от оружия магазин и проверить в нем наличие патронов. Если в магазине имеются патроны, то не надо сразу их извлекать, а отложить магазин в сторону.

2. Выключить предохранитель (снять оружие с предохранителя) и осмотреть патронник (при осмотре пистолета использовать затворную задержку, если она имеется).

3. Убедившись в отсутствии патрона в патроннике, включить предохранитель (поставить оружие на предохранитель). Если в патроннике имеется патрон, то необходимо извлечь его либо отведением затвора оружия в крайнее заднее положение, либо с помощью шомпола (протирки).

4. Если в магазине имеются патроны, извлечь их из него.

5. Присоединить магазин к оружию

Неумелые действия при разборке и сборке оружия приводят к травмам. Чтобы избежать этого, необходимо научиться разбирать и собирать оружие медленно и правильно, так как при выполнении нормативов важна не спешка, а четкость действий. При разборке и сборке оружия необходимо следить за тем, чтобы части и механизмы не ударялись друг об друга и размещались последовательно в порядке их отделения. Не следует прилагать слишком большие усилия при снятии или установлении той или иной детали или механизма. При правильных действиях исправное оружие разбирается и собирается без излишних усилий. При съеме или установке механизмов оружия, имеющих пружины, следует быть аккуратным, чтобы не травмировать руки или рядом находящихся.

При снаряжении магазина патронами следует держать его в левой руке подавателем к себе, а патрон брать правой рукой за пулю. Не следует для облегчения снаряжения магазина пистолета использовать зацеп подавателя, это может привести к травме пальцев рук, а также упираться магазин в части тела или в стол.

3.2. Меры безопасности при чистке оружия

Оружие всегда должно содержаться в чистоте и исправности. Это достигается своевременным осмотром, чисткой и смазкой, бережным обращением с оружием и правильным его хранением.

Перед чисткой необходимо осмотреть оружие, магазины, сумки для магазинов, кобуры.

Разборку оружия для чистки необходимо начинать с проверки оружия — не заряжено ли оно, при этом ствол оружия должен быть направлен в безопасное место.

Чистка и смазка оружия производятся в специально отведенных для этих целей местах.

Разборку и сборку оружия во время чистки необходимо производить в последовательности, изложенной в наставлении по стрелковому делу.

После чистки и смазки оружия нужно произвести его осмотр сначала в разобранном, а затем в собранном виде.



Категорически запрещается:

- *чистить оружие средствами, которые могут привести к повреждению механического и химического характера;*
- *производить чистку оружия легковоспламеняющимися веществами (бензином и т.п.);*
- *оставлять после чистки оружия посторонние предметы в канале ствола (ветошь, тряпки и др.)*

3.3. Меры безопасности при перевозке и переноске оружия

При передвижении в пешем строю автоматы переносятся в положении «на ремень», «на грудь» или в положении «за спину», пистолеты переносятся в кобурах. Автомат со складывающимся прикладом переносится в положении «на ремень» стволом вниз, с прямым прикладом — стволом вверх.

Передвижение с оружием производится только под руководством начальника вооруженной охраны или руководителя подразделения, при этом автоматы должны находиться в положении «на ремень», быть разряженными и поставленными на предохранитель.

Перевозка с оружием на стрельбище и обратно производится транспортом под руководством лица, ответственного за транспортировку оружия и боеприпасов. Перед посадкой в транспортное средство автомат надо взять в руки за цевье, чтобы не повредить транспортное средство или не нанести кому-либо травму. В сидячем положении автоматы со складывающимся прикладом должны быть в руках, поставленными отвесно ствольной коробкой на сиденье между колен, магазином от себя, пистолеты — в отдельном ящике, либо в кобурах. Автоматы с прямым прикладом должны быть поставленными на пол транспортного средства и придерживаться рукой за цевье.

Если перевозящий оружие стоит, то автомат берется в положение «на ремень» или в положение «за спину».



Категорически запрещается при перевозке и переноске оружия:

- *разбирать оружие;*
- *снимать с предохранителя;*
- *отводить назад затворную раму (затвор);*
- *досылать патроны в патронник;*
- *прицеливаться во что-либо;*
- *закрывать чем-либо канал ствола*

3.4. Меры безопасности при несении службы

Во время несения службы оружие должно быть заряженным, поставленным на предохранитель и всегда готовым к действию (без необходимости патрон в патронник не досылается).

Выключать его и досылать патрон в патронник разрешается только при необходимости приведения оружия в готовность к применению в соответствии с законодательством Российской Федерации.

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

Патроны, предназначенные для несения службы, должны быть одного года изготовления и завода-производителя.

Зарядание и разрядание оружия производится только в комнате для чистки оружия.

Ношение оружия должно обеспечивать его сохранность, а при необходимости быстроту изготовления и применения.

При производстве предупредительных выстрелов, в случаях подачи сигналов тревоги и вызова помощи необходимо контролировать направление ствола оружия в целях исключения возможности поражения людей, животных, взрывоопасных и огнеопасных объектов прямым попаданием или рикошетом. Следует избегать предупредительных выстрелов в замкнутом пространстве.



При зарядании оружия необходимо:

- *отсоединить магазин;*
- *проверить, нет ли патрона в патроннике (отвести затвор в крайнее заднее положение и отпустить его, не сопровождая рукой);*
- *включить предохранитель (поставить оружие на предохранитель);*
- *снарядить магазин (магазины) патронами;*
- *присоединить снаряженный магазин к оружию;*
- *запасной (запасные) магазин (ы) убрать в кармашек кобуры (сумку для магазинов)*



*При **разряжании** оружия следует:*

- *отсоединить магазин;*
- *проверить, нет ли патрона в патроннике (отвести затвор в крайнее заднее положение и отпустить его, не сопровождая рукой), при необходимости извлечь патрон из патронника;*
- *включить предохранитель (поставить оружие на предохранитель);*
- *осмотреть магазин и извлечь патроны из магазина, если они там есть;*
- *сдать оружие и магазины дежурному*

При преследовании правонарушителя или транспортного средства, если нет необходимости в применении оружия, следует включить предохранитель. При передвижениях с оружием без включения предохранителя необходимо удерживать ствол оружия направленным в безопасную сторону, указательный палец должен лежать на спусковой скобе вдоль затвора (ствольной корбки).



При применении оружия должен быть уверен, что не пострадают посторонние лица и не наступят иные тяжкие последствия (пожар, взрыв и т.п.)

При ведении огня по колесам транспортного средства во избежание рикошета пули следует стрелять в нижнюю часть колеса удаляющегося транспорта и в верхнюю часть — приближающегося.

После применения оружия, если нет необходимости в его дальнейшем использовании, следует:

- *включить предохранитель (поставить оружие на предохранитель);*
- *убрать оружие в кобуру (зачехлить).*



Категорически запрещается при несении службы с оружием:

- *разбирать оружие во время несения службы и без надобности выключать предохранитель, досылать патрон в патронник и накладывать палец на спусковой крючок;*
- *отсоединять магазин и вынимать из него патроны;*
- *открывать и вести огонь в местах хранения горючесмазочных материалов и взрывчатых веществ;*
- *стрелять в самолетах и вертолетах во время их полетов*

3.5. Меры безопасности при проведении учебных стрельб.

Безопасность при стрельбе обеспечивается высокой дисциплинированностью каждого обучающегося, точным соблюдением требований Наставления по огневой подготовке.

Каждый сотрудник должен знать и беспрекословно соблюдать установленные меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами.



ПРИ ПРОВЕДЕНИИ СТРЕЛЬБ ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

- 1. **Расчехлять оружие или извлекать его из кобуры без разрешения руководителя (помощника руководителя) стрельб.***
- 2. **Направлять оружие, независимо от того, заряжено оно или нет, в сторону, где находятся люди, или в направлении их возможного появления.***
- 3. **Заряжать оружие боевыми или холостыми патронами, а также приводить ручную осколочную гранату в готовность к метанию без команды руководителя (помощника руководителя) стрельб.***
- 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).***
- 5. **Оставлять оружие и боеприпасы на огневом рубеже или в иных местах, а также передавать их другим лицам без разрешения руководителя (помощника руководителя) стрельб.***
- 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***



Необходимо знать:

- *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;*
- *для обеспечения мер безопасности при стрельбе рекомендуется использовать защитные очки;*
- *противошумные наушники и защитные очки надеваются и направляются до команды «Заряжай», а снимаются после команды «Осмотрено», при этом указанные действия выполняются при отсутствии в руках оружия*

При стрельбе из оружия:

- *запрещается использовать боеприпасы, если: на гильзе имеются ржавчина, помятости или зеленый налет; пуля шатается в дульце гильзы; капсюль выступает выше поверхности дна гильзы или имеет повреждения;*
- *запрещается удерживать оружие за ствол вблизи дульной части и за корпус, где имеются подвижные детали;*
- *со свободным ходом затвора хват должен быть таким, чтобы затвор не травмировал руки;*
- *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).*



В случае нарушения мер безопасности ведение огня немедленно прекращается

Стрельба оценивается «неудовлетворительно», если при выполнении упражнений было допущено нарушение мер безопасности.

§ 2. Основы стрельбы из оружия



Баллистика — это наука о движении тел, брошенных в пространстве, основанная на математике и физике. Она занимается, главным образом, исследованием движения снарядов, выпущенных из огнестрельного оружия, ракетных снарядов и баллистических ракет. Баллистику разделяют на две части: внутреннюю и внешнюю



Внутренняя баллистика изучает движение пули (снаряда, ракеты) под действием пороховых газов, а также процессы, сопровождающие это движение в канале ствола, и призвана решать задачу — как пуле придать наибольшую скорость, не превышая допустимого давления пороховых газов в канале ствола оружия.

Внешняя баллистика изучает движение пули (снаряда, ракеты) вне оружия после прекращения действия на него пороховых газов и решает задачу — под каким углом к горизонту и с какой начальной скоростью нужно выбросить пулю определенного веса и формы так, чтобы она достигла цели

2.1. Внутренняя баллистика

2.1.1. Взрывчатые вещества и классификация их по применению



Взрывчатые вещества¹ — это неустойчивые смеси и химические соединения, способные под влиянием незначительных внешних воздействий (удар, трение, укол, нагревание и т.д.) совершать быстрое превращение в газообразное состояние



Взрыв — это явление быстрого физического изменения вещества, сопровождающегося таким же быстрым превращением его потенциальной энергии в механическую работу. Эта работа производится газами, стремящимися к расширению и создающими таким образом резкое повышение давления в среде, которая окружает место взрыва. Очень резкое повышение давления и является характерной чертой взрыва. Сопутствующий признак взрыва — сильный звук

Химическая реакция, сопровождающаяся взрывом, называется **взрывчатым превращением**.

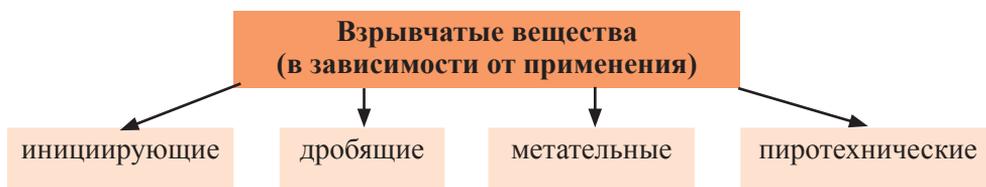
Характерные признаки взрыва следующие:

- **кратковременность процесса** — быстрота перехода ВВ из твердого или жидкого состояния в газообразное. В зависимости от химического со-

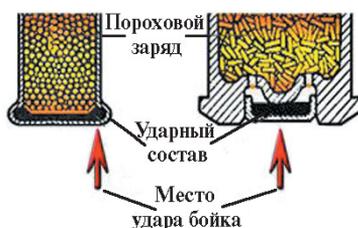
¹ Далее — «ВВ».

става ВВ и условий, при которых происходит взрыв, взрывчатые превращения протекают с различными скоростями — от сотых до миллионных долей секунды. Так, заряд бездымного пороха сгорает в винтовке за 0,0012 сек., 1 кг динамита взрывается в течение 0,00002 сек;

- **образование газов** — наличие большого количества газообразных продуктов взрыва, способных к расширению. Количество выделяющихся при взрыве газообразных продуктов выражается приблизительно следующими цифрами: 1 л пироксилина дает 994 л газообразных продуктов взрыва; 1 л нитроглицерина дает 1121 л газообразных продуктов взрыва;
- **выделение тепла** при реакции взрывчатого превращения, что увеличивает упругость газовых продуктов. Так, при сгорании заряда в винтовочном патроне выделяется около 3 калорий тепла и образуется около 3 литров газов, температура которых в момент выстрела равна 2400–2900°.



Иницирующие ВВ отличаются тем, что обычной формой их взрывчатого превращения является полная детонация. Иницирующие ВВ наиболее чувствительны к внешним воздействиям. Они преимущественно применяются для изготовления всевозможных воспламенителей и снаряжение капсулей, которые инициируют взрывчатые превращения других ВВ. Для снаряжения патронных капсулей-воспламенителей большей частью используется ударный состав (смесь гремучей ртути, бертолетовой соли и антимония).



Ударный состав (иницирующие ВВ) в патронах

Дробящими (бризантными) называются такие ВВ, которые при относительной безопасности в обращении безотказно детонируют и вызывают дробление окружающих предметов. Взрывают их капсулями иницирующих ВВ. Скорость взрывчатого превращения бризантных ВВ достигает нескольких сот метров в секунду. Применяются они в качестве разрывных зарядов снарядов,

авиационных бомб, мин и гранат. К бризантным ВВ относятся пироксилин, нитроглицерин, динамит, тротил, гексоген и др.

Метательными, или порохами, называются такие ВВ, взрывчатые превращения которых носят характер быстрого горения, протекающего большей частью со скоростью нескольких метров в секунду. Пороха используются во всех видах оружия в качестве источника энергии, необходимой для сообщения пуле (снаряду) движения. Пороха по составу, физическим и химическим свойствам подразделяются на дымные (механические смеси) и бездымные (коллоидные).

Дымный или черный порох по сравнению с другими видами метательных ВВ в баллистическом отношении невыгоден и в отношении работы малопродуктивен, поэтому дымные пороха как метательные средства при стрельбе из оружия в настоящее время не применяются, они полностью вытеснены бездымными порохами.

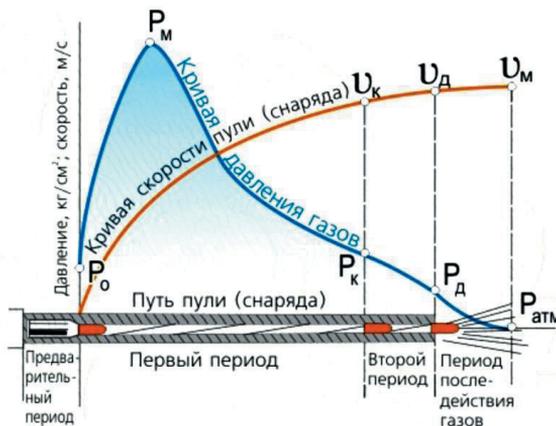
2.1.2. Явление выстрела и его периоды



Выстрел — это выбрасывание пули (снаряда, мины и т.п.) из канала ствола оружия энергией газов, образующихся при сгорании порохового заряда

Выстрел происходит в очень короткий промежуток времени (0,001–0,060 сек.). При этом образуется большое количество газов и выделяется много тепла.

При выстреле различают четыре последовательных периода: предварительный; первый или основной; второй; третий или период последействия газов.



Периоды выстрела:

- P_0 — давление форсирования; P_m — наибольшее (максимальное) давление;
- P_k и V_k — давление газов и скорость пули в момент конца горения пороха;
- P_d и V_d — давление газов и скорость пули в момент вылета ее из канала ствола;
- V_m — наибольшая (максимальная) скорость пули;
- $P_{атм}$. — давление, равное атмосферному

Предварительный период длится от начала горения порохового заряда до полного врезания оболочки пули в нарезы канала ствола. В течение этого периода в канале ствола создается давление газов, необходимое для того, чтобы сдвинуть пулю с места и преодолеть сопротивление ее оболочки врезанию в нарезы. Это давление называется **давлением форсирования**; оно достигает 250–500 кг/см² в зависимости от устройства нарезов, веса пули и твердости ее оболочки. Горение порохового заряда в этом периоде происходит в постоянном объеме, оболочка врезается в нарезы мгновенно, а движение пули начинается сразу же при достижении в канале ствола давления форсирования.

Первый, или основной, период длится от начала движения пули до момента полного сгорания порохового заряда. В этот период горение порохового заряда происходит в быстро изменяющемся объеме. В начале периода, когда скорость движения пули по каналу ствола еще невелика, количество газов растет быстрее, чем объем запульного пространства (пространство между дном пули и дном гильзы), давление газов быстро повышается и достигает наибольшей величины — до 2900 кг/см². Это давление называется максимальным давлением. Оно создается у оружия при прохождении пульей 4–6 см пути. Затем, вследствие быстрого увеличения скорости движения пули, объем запульного пространства увеличивается быстрее притока новых газов, давление начинает падать, к концу периода оно равно примерно 2/3 максимального давления. Скорость движения пули постоянно возрастает и к концу периода достигает примерно 3/4 начальной скорости. Пороховой заряд чаще всего полностью сгорает незадолго до того, как пуля вылетит из канала ствола.

Второй период длится от момента полного сгорания порохового заряда до момента вылета пули из канала ствола. С началом этого периода приток пороховых газов прекращается, однако сильно сжатые и нагретые газы расширяются и, оказывая давление на пулю, увеличивают скорость ее движения. Спад давления во втором периоде происходит довольно быстро, и у дульного среза дульное давление составляет у различных образцов оружия от 300 до 900 кг/см².

У некоторых видов оружия, особенно короткоствольных (например, 9-мм пистолет Макарова), второй период отсутствует, так как полного сгорания порохового заряда к моменту вылета пули из канала ствола фактически не происходит.

Третий период, или период последствия газов, длится от момента вылета пули из канала ствола до момента прекращения действия пороховых газов на пулю. В течение этого периода пороховые газы, истекающие из канала ствола со скоростью 1200–2000 м/с, продолжают воздействовать на пулю и сообщают ей дополнительную скорость. Наибольшей (максимальной) скорости пуля достигает в конце третьего периода на удалении нескольких десятков сантиметров от дульного среза ствола. Этот период заканчивается в тот момент, когда давление пороховых газов на дно пули будет уравновешено сопротивлением воздуха.

Раскаленные газы, истекающие из канала ствола вслед за пулей, мгновенно расширяются и при встрече с воздухом порождают пламя и ударную волну, которая является источником звука при выстреле.

2.1.3. Начальная скорость полета пули и ее энергия



***Начальная скорость пули** — это скорость движения пули у дульного среза ствола оружия. За значение начальной скорости пули принимается условная скорость, которая меньше максимальной, но больше дульной, что определяется опытным путем и соответствующими расчетами*

Величина начальной скорости зависит от длины ствола, веса пули и веса заряда. Чем длиннее ствол (до известных пределов), тем дольше действуют на пулю пороховые газы и тем больше начальная скорость.

При постоянной длине ствола начальная скорость тем больше, чем меньше вес пули (при одном и том же весе заряда) или чем больше вес заряда (при одном и том же весе пули). Кроме того, на величину начальной скорости оказывает влияние изменение скорости горения пороха: чем быстрее скорость горения пороха, тем больше возрастают давление газов и скорость движения пули по каналу ствола.

Убойная сила пули характеризуется ее энергией в момент встречи с целью и измеряется в кгсЧм (кг·сек·м) или в джоулях (Дж). Энергия движения пули у дульного среза ствола называется **начальной энергией**. Пуля оружия сохраняет убойную силу до предельной дальности стрельбы. Пробивное действие пули характеризуется глубиной ее проникновения в преграду определенной плотности. Так, при стрельбе из винтовки или пулемета на 100 м при попадании перпендикулярно к плоскости преграды пуля пробивает: стальную плиту толщиной до 6 мм; слой гравия или щебня — до 12 см; кирпичную стену — до 15 см; слой песка, земли и стену из дубового дерева — до 45 см; стену из соснового дерева — до 50 см.

2.1.4. Износ ствола и меры по его сбережению

В процессе стрельбы ствол подвергается износу. Причины, вызывающие износ ствола, можно разбить на три основные группы — химического, механического и термического характера.

В результате причин **химического характера** в канале ствола образуется нагар, который оказывает большое влияние на износ канала ствола.

Если после стрельбы не удалить весь пороховой нагар, то канал ствола в течение короткого времени в местах скола хрома покроется ржавчиной, после удаления которой остаются следы. При повторении таких случаев степень поражения ствола будет повышаться и может дойти до появления раковин, т.е. значительных углублений в стенках канала ствола. Немедлен-

ная чистка и смазка ствола после стрельбы предохраняют его от поражения ржавчиной.

Причины механического характера — удары и трение пули о нарезы, неправильная чистка (чистка ствола без применения дульной накладки или чистка с казенной части без вставленной в патронник гильзы с просверленным в ее дне отверстием) и т.п. — приводят к стиранию полей нарезов или округлению углов полей нарезов, особенно их левой грани, выкрашиванию и сколу хрома в местах сетки разгара.

Причины термического характера — высокая температура пороховых газов, периодическое расширение канала ствола и возвращение его в первоначальное состояние — приводят к образованию сетки разгара и оплавлению поверхностей стенок канала ствола в местах скола хрома.

Под действием всех этих причин канал ствола расширяется и изменяется его поверхность, вследствие чего увеличивается прорыв пороховых газов между пулей и стенками канала ствола, уменьшается начальная скорость пули и увеличивается разброс пуль.



Для увеличения срока пригодности ствола к стрельбе необходимо соблюдать установленные правила чистки и осмотра оружия и боеприпасов, принимать меры к уменьшению нагрева ствола во время стрельбы



Прочность ствола — это способность его стенок выдерживать определенное давление пороховых газов в канале ствола

Так как давление газов в канале ствола при выстреле неодинаково на всем его протяжении, стенки ствола делаются разной толщины — толще в казенной части и тоньше в дульной. При этом стволы изготавливаются такой толщины, чтобы они могли выдержать давление, в 1,3–1,5 раза превышающее наибольшее.

Если давление газов почему-либо превысит величину, на которую рассчитана прочность ствола, то может произойти раздутие или разрыв ствола.

Раздутие ствола может произойти в большинстве случаев от попадания в ствол посторонних предметов (накли, ветоши, песка). При движении по каналу ствола пуля, встретив посторонний предмет, замедляет движение, и поэтому запульное пространство увеличивается медленнее, чем при нормальном выстреле. Но так как горение порохового заряда продолжается и приток газов интенсивно увеличивается, в месте замедления движения пули создается повышенное давление; когда давление превзойдет величину, на которую рассчитана прочность ствола, получается раздутие, а иногда и разрыв ствола.



Чтобы не допустить раздутия или разрыва ствола, следует всегда оберегать канал ствола от попадания в него посторонних предметов, перед стрельбой обязательно осмотреть и, если необходимо, вычистить его

При длительной эксплуатации оружия, а также при недостаточно тщательной подготовке его к стрельбе может образоваться увеличенный зазор между затвором и стволом, который позволяет при выстреле двигаться гильзе назад. Но так как стенки гильзы под давлением газов плотно прижаты к патроннику и сила трения препятствует движению гильзы, она растягивается и, если зазор велик, рвется; происходит так называемый поперечный разрыв гильзы.



Для того, чтобы избежать разрывов гильз, необходимо при подготовке оружия к стрельбе проверить величину зазора (у оружия, имеющего регуляторы зазора), содержать патронник в чистоте и не применять для стрельбы загрязненные патроны



Живучесть ствола — это способность ствола выдержать определенное количество выстрелов, после которого он изнашивается и теряет свои качества (значительно увеличивается разброс пуль, уменьшается начальная скорость и устойчивость полета пуль)

Живучесть хромированных стволов оружия достигает 20–30 тыс. выстрелов.



Увеличение живучести ствола достигается правильным уходом за оружием и соблюдением режима огня



Режим огня — это наибольшее количество выстрелов, которое может быть произведено за определенный промежуток времени без ущерба для материальной части оружия, безопасности и без ухудшения результатов стрельбы. Каждый вид оружия имеет свой режим огня



В целях соблюдения режима огня необходимо производить смену ствола или охлаждение его через определенное количество выстрелов

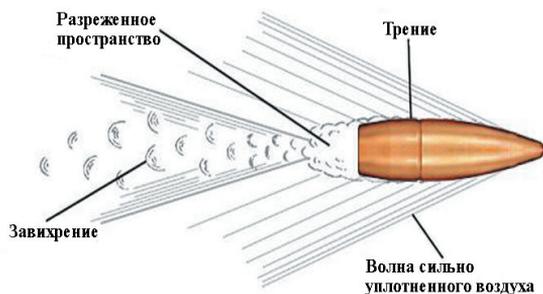
Несоблюдение режима огня приводит к чрезмерному нагреву ствола и, следовательно, к преждевременному его износу, а также к резкому снижению результатов стрельбы.

2.2. Внешняя баллистика

2.2.1. Силы, действующие на пулю

В момент выстрела пороховые газы выталкивают пулю из канала ствола оружия. Пуля проходит дульный срез ствола и далее продолжает движение в воздушной среде. Покинув ствол, пуля движется по инерции. На пулю действуют:

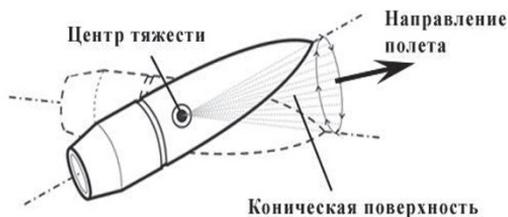
- сила сопротивления воздушной среды (значительно уменьшает скорость пули, ее дальность полета);
- сила тяжести (заставляет пулю или гранату постепенно снижаться).



Силы, составляющие сопротивление воздуха

Сопротивление воздуха полету пули (гранаты) вызывается тем, что воздух представляет собой упругую среду, и поэтому на движение в этой среде затрачивается часть энергии пули (гранаты). Сила сопротивления воздуха вызывается тремя основными причинами: трением воздуха, образованием завихрений и образованием баллистической волны.

Частицы воздуха, соприкасающиеся с движущейся пулей (гранатой), вследствие внутреннего сцепления (вязкости) и сцепления с ее поверхностью создают трение и уменьшают скорость полета пули (гранаты). Примыкающий к поверхности пули (гранаты) слой воздуха, в котором движение частиц изменяется от скорости пули (гранаты) до нуля, называется **пограничным слоем**. Этот слой воздуха, обтекая пулю, отрывается от ее поверхности и не успевает сразу же сомкнуться за донной частью. За донной частью пули образуется разреженное пространство, вследствие чего появляется разность давлений на головную и донную части. Эта разность создает силу, направленную в сторону, обратную движению пули, и уменьшающую скорость ее полета. Частицы воздуха, стремясь заполнить разрежение, образовавшееся за пулей, создают завихрение. Пуля при полете сталкивается с частицами воздуха и заставляет их колебаться. Вследствие этого перед пулей (гранатой) повышается плотность воздуха, образуются звуковые волны. Поэтому полет пули (гранаты) сопровождается характерным звуком.



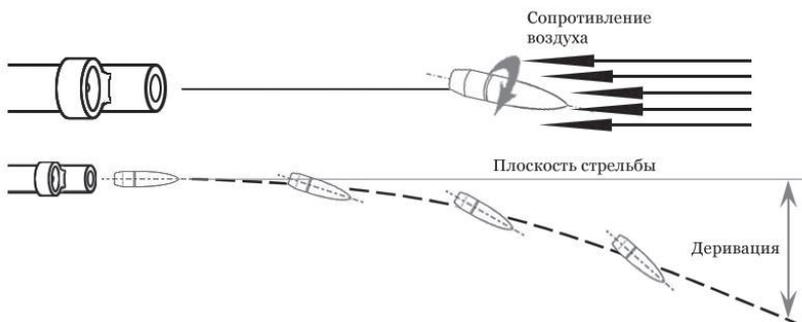
Коническое вращение головной части пули

Известно, что тело приобретает значительную устойчивость, если ему придать быстрое вращательное движение вокруг своей оси. Чтобы пуля приобрела способность бороться с опрокидывающим действием силы сопротивления воздуха, сохранила устойчивость при полете, ей придают быстрое вращательное движение вокруг своей продольной оси, приобретаемое благодаря винтообразным нарезам в канале ствола оружия. После вылета из ствола пуля по инерции сохраняет полученное сложное движение — поступательное и вращательное. Однако вращательное движение пули имеет и свои отрицательные стороны. На быстро вращающуюся пулю оказывает непрерывное опрокидывающее действие сила сопротивления воздуха, в связи с чем головная часть пули описывает вокруг траектории окружность.

В результате сложения этих двух вращательных движений возникает новое движение, отклоняющее головную часть пули в сторону от плоскости стрельбы. При этом одна ее боковая поверхность подвергается давлению частиц больше, чем другая. Такое неодинаковое давление воздуха на боковые поверхности пули и отклоняет ее в сторону от плоскости стрельбы, что именуется деривацией.



Деривация — это боковое отклонение вращающейся пули от плоскости стрельбы в сторону ее вращения



Явление деривации

По мере удаления пули от дульного среза оружия величина дериивационного отклонения ее быстро и прогрессивно возрастает.

При стрельбе на ближние и средние расстояния дериивация не имеет большого практического значения для стрелка. Так, при дальности стрельбы на 300 м дериивационное отклонение равно 2 см, а на 600 м — 12 см.

2.2.2. Траектория полета пули и ее значение

В результате совокупного действия сил тяжести и сопротивления воздуха траектория пули теряет форму правильной параболы, приобретая форму несимметричной кривой линии; вершина делит ее на две неравные части, из которых восходящая ветвь всегда длиннее и отложе нисходящей.



Траектория — это кривая линия, описываемая центром тяжести пули (гранаты) в полете

Для изучения элементов траектории пули (гранаты) в воздухе приняты следующие термины и определения.

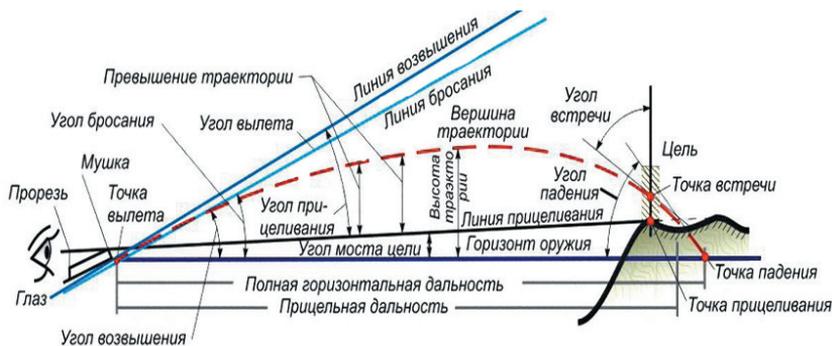
Центр дульного среза ствола называется **точкой вылета**, которая является началом траектории.

Горизонтальная плоскость, проходящая через точку вылета, называется **горизонтом оружия**.

Точка падения — точка пересечения траектории с горизонтом оружия.

Вершина траектории — наивысшая точка траектории над горизонтом оружия.

Высота траектории — расстояние от вершины траектории до горизонта оружия.



Траектория и ее элементы

Восходящая ветвь траектории — часть траектории от точки вылета до вершины.

Нисходящая ветвь траектории — часть траектории от вершины до точки падения.

Прямая линия, являющаяся продолжением оси канала ствола наведенного оружия, называется **линией возвышения**.

Вертикальная плоскость, проходящая через линию возвышения, называется **плоскостью стрельбы**.

Линия бросания — прямая линия, являющаяся продолжением оси канала ствола в момент выстрела.

Горизонтальная дальность — расстояние от точки вылета до точки падения.

Линия прицеливания — прямая, проходящая от глаза стрелка через прорезы прицела и вершину мушки в точку (район) прицеливания.

Точка (район) прицеливания — место пересечения линии прицеливания с целью или плоскостью цели (при выносе точки прицеливания); точка на цели или вне ее, в которую наводится оружие.

Угол вылета — угол, составленный линией возвышения и линией бросания.

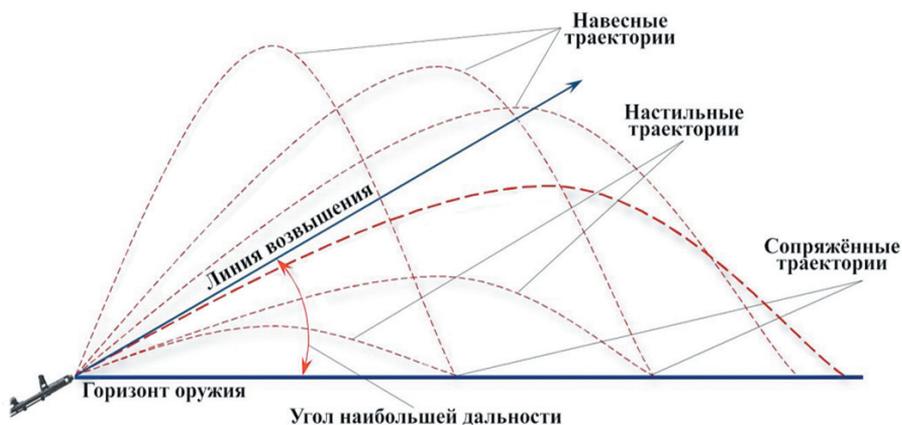
Угол бросания — угол, составленный линией бросания и горизонтом оружия.

Угол места цели — угол, заключенный между линией прицеливания и горизонтом оружия; считается положительным, когда цель выше горизонта оружия, и отрицательным, когда цель ниже горизонта оружия.

Существует определенная зависимость горизонтальной дальности стрельбы, а следовательно, и формы траектории от угла бросания.

Согласно законам механики, наибольшая горизонтальная дальность полета в безвоздушном пространстве соответствует углу бросания, равному 45° . При увеличении угла от 0° до 45° дальность полета пули возрастает, а затем при дальнейшем увеличении углов от 45° до 90° — уменьшается. Угол бросания, при котором горизонтальная дальность полета пули будет наибольшей, называется **углом наибольшей дальности**.

Траектории, образуемые при углах бросания меньше угла наибольшей дальности ($0-35^\circ$), называются **настильными**. Траектории, образуемые при углах бросания больше угла наибольшей дальности ($35-90^\circ$), называются **навесными**. Траектория, имеющая одинаковую горизонтальную дальность при разных углах возвышения, называется **сопряженной**.



Виды траекторий

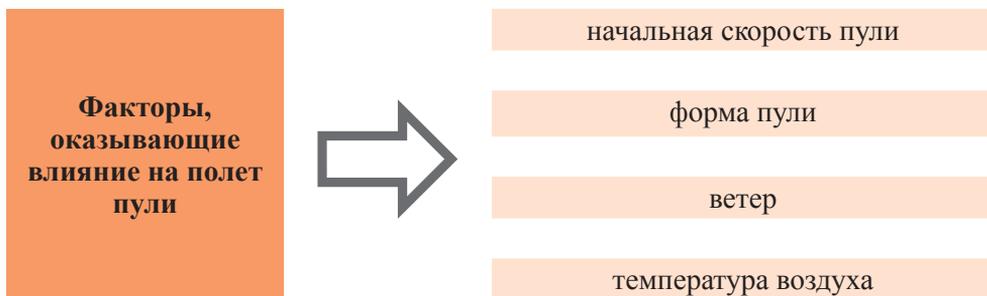
Одной из технико-тактических характеристик оружия является дальность прямого выстрела.



***Прямой выстрел** — это выстрел, при котором траектория полета пули не превышает высоту цели над линией прицеливания на всем своем протяжении*

2.2.3. Влияние различных условий на полет пули и учет их при стрельбе

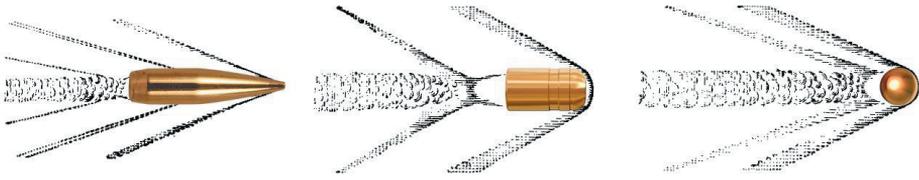
Сохраняя свои основные свойства и элементы, траектории пуль могут резко отличаться одна от другой — быть длиннее и короче, иметь различную отлогость и кривизну. Эти многообразные изменения формы траектории зависят от ряда факторов.



Влияние начальной скорости. Если под одним и тем же углом бросания выпустить две одинаковые пули с различными начальными скоростями, то траектория пули, обладающей большей начальной скоростью, будет находиться выше траектории пули, обладающей меньшей начальной скоростью, потребуется больше времени, чтобы долететь до цели, в связи с чем она успеет и значительно больше опуститься вниз под действием силы тяжести. Очевидно также, что с увеличением скорости увеличивается и дальность полета пули.

Влияние формы пули. Стремление увеличить дальность и меткость стрельбы потребовало придать пуле такую форму, которая позволяла бы ей как можно дольше сохранить скорость и устойчивость в полете.

Если взглянуть на характер очертаний головной волны и завихрений воздуха, которые возникают при движении различных по форме пуль, то видно, что давление на головную часть пули тем меньше, чем пуля острее. Зона разреженного пространства позади пули будет тем меньше, чем больше скошена хвостовая часть пули; в этом случае завихрений позади летящей пули будет также меньше.



Характер очертаний головной волны, возникающей при движении различных по форме пуль

И теория, и тщательное практическое изучение полностью подтвердили, что наиболее удобообтекаемая форма пули такая, которая очерчена по так называемой кривой наименьшего сопротивления, сигаровидной формы. Опыты показывают, что коэффициент сопротивления воздуха, в зависимости только от головной части пули, может изменяться в полтора-два раза.

Таким образом, каждой скорости полета соответствует своя, наиболее выгодная форма пули.

При стрельбе на небольшие расстояния пулями, имеющими небольшую начальную скорость, форма их не очень влияет на фигуру траектории. Поэтому револьверные, пистолетные и малокалиберные патроны снаряжаются в основном тупоконечными пулями. Такая форма значительно удобнее для перезарядки оружия.



Учитывая большую зависимость точности стрельбы от формы пули, необходимо оберегать пулю от деформации, следить, чтобы на ее поверхности не появились царапины, забоины, вмятины

Причинами, вызывающими разнообразие условий полета пули, являются: разнообразие в атмосферных условиях, особенно в направлении и скорости ветра во время выстрелов, температура воздуха.

Влияние ветра. Встречный и попутный ветры незначительно влияют на стрельбу, поэтому их действием можно пренебречь; так, при дальности стрельбы на 600 м сильный (10 м/с) встречный или попутный ветер изменяет среднюю точку попадания¹ по высоте всего лишь на 4 см, однако боковой ветер значительно отклоняет пули в сторону, причем даже при стрельбе на близкие расстояния.

Ветер характеризуется силой (скоростью) и направлением. Сила ветра определяется его скоростью в метрах в секунду. В стрелковой практике различают ветер: слабый — 2 м/с, умеренный — 4–5 м/с, сильный — 8–10 м/с. Силу и направление ветра стрелки практически определяют по различным местным признакам — с помощью флага, по движению дыма, колебанию травы, кустов и деревьев.

В зависимости от силы и направления ветра во время стрельбы следует либо производить боковую поправку прицела, либо выносить точку прицеливания в сторону с учетом отклонения пуль под действием ветра.

¹ Далее — «СТП».

Косой ветер (под углом к плоскости стрельбы 45, 135, 225 и 315°) отклоняет пулю в два раза меньше, чем боковой.

Влияние температуры воздуха. При низких температурах канал ствола оружия сужается, и значительная часть энергии пороховых газов тратится на преодоление силы трения.

Кроме того, температура влияет и на процесс горения порохового заряда в стволе оружия: чем ниже температура воздуха, тем медленнее идет процесс нарастания давления газов, в связи с чем уменьшается и начальная скорость пули.

Так изменение температуры воздуха на 1° приводит к изменению и начальной скорости на 1 м/с. Учитывая это, для пристрелки оружия, составления соответствующих таблиц принимают определенную температуру. Такой «нормальной» температурой является +15°C.

Устранить полностью причины, вызывающие рассеивание, а следовательно, устранить и само рассеивание невозможно. Однако зная причины, от которых зависит рассеивание, можно уменьшить влияние каждой из них и тем самым уменьшить рассеивание, или, как принято говорить, повысить кучность стрельбы.

2.3. Факторы, влияющие на кучность и меткость стрельбы. Оценка качества техники стрельбы

Качество сформированной техники стрельбы оценивается количеством попаданий, **кучностью попаданий** и **меткостью стрельбы**.



Кучность попаданий — это степень группирования пробойн в круг средней точки попадания

При стрельбе из одного и того же оружия в одинаковых условиях и при одинаковых установках прицела неизбежно происходит рассеивание пуль.



Рассеивание пуль — это явление разброса отдельных траекторий или точек падения пуль, наблюдаемое при стрельбе в одинаковых условиях

Каждая пуля летит по своей, отличной от других, траектории. Все причины этого явления можно объединить в три группы. Первая группа — причины, зависящие от боеприпасов, — от различий в точности их изготовления при массовом производстве. Вторая, зависящая от оружия, — допуски и отклонения реальных размеров деталей оружия от «чертежных». Третья группа причин зависит от самих стрелков — это неизбежные различия в технических элементах от выстрела к выстрелу при производстве серии.

Кучностью боя называют ту часть кучности стрельбы, которую определяют только свойства оружия и боеприпасов. Кучность боя характеризуется степенью группирования пробойн из оружия, закрепленного на специальном станке.

При стрельбе с малых дистанций причинами рассеивания, связанными с боеприпасами и оружием, можно пренебречь, поскольку внешнебаллистические факторы и точность определения исходных данных для внесения имеют решающее значение при стрельбе на большие и средние дальности для длинноствольного оружия.



Устойчивость оружия — это его способность в естественных условиях стрельбы сохранять с определенной степенью точности приданное перед стрельбой положение

Устойчивость оказывает весьма существенное влияние на рассеивание пуль при стрельбе из оружия. В некоторых же случаях ее роль является решающей в обеспечении меткости стрельбы, например при ведении огня очередями.



Меткость стрельбы определяется точностью совмещения средней точки попадания с намеченной точкой на цели и величиной рассеивания

Чем ближе средняя точка попадания к намеченной точке и чем меньше рассеивание пуль, тем лучше меткость стрельбы. Основными причинами, снижающими меткость стрельбы, являются ошибки в выборе точки прицеливания, установки «ровной мушки», в изготовке, в производстве стрельбы.

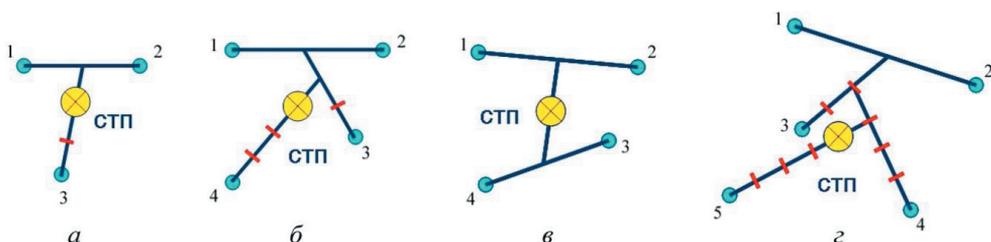
Отдача оружия на точность медленной стрельбы не влияет. Скоростная стрельба с большим темпом немыслима без крепкого и стабильного удержания оружия, жесткости и прочности изготовки. В противном случае можно наблюдать большое рассеивание попаданий и значительные отрывы, обусловленные положением оружия непосредственно перед выстрелом.

2.4. Средняя точка попадания и способы ее определения

2.4.1. Способ последовательного деления отрезков

При малом числе пробоин (до 5) положение средней точки попадания определяется способом последовательного деления отрезков. Для этого необходимо:

- соединить прямой линией две пробоины и расстояние между ними разделить пополам;
- полученную точку соединить с третьей пробойной и расстояние между ними разделить на три равные части; так как к центру рассеивания пробоины располагаются гуще, то за среднюю точку попадания трех пробоин принимается деление, ближайшее к двум первым пробоинам;
- найденную среднюю точку попадания для трех пробоин соединить с четвертой пробойной и расстояние между ними разделить на четыре равные части; деление, ближайшее к первым трем пробоинам, принимается за среднюю точку попадания четырех пробоин.



Определение положения СТП способом последовательного деления отрезков:
а — по трем пробойнам; *б, в* — по четырем; *г* — по пяти пробойнам

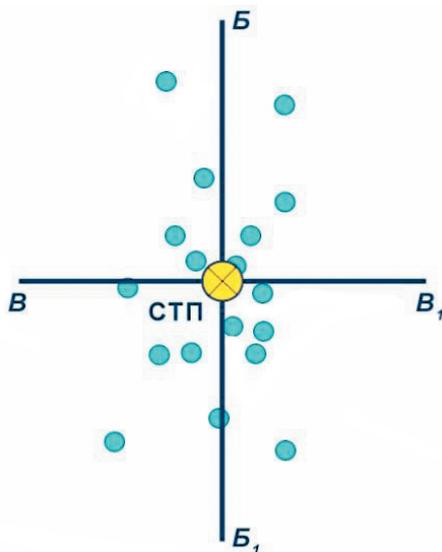
При наличии пяти пробоин средняя точка попадания для них определяется подобным же образом.

2.4.2. Способ проведения осей рассеивания

При большом числе пробоин на основании симметричности рассеивания СТП определяется способом проведения осей рассеивания. Для этого нужно:

- отсчитать нижнюю (ближнюю) половину пробоин (точек встречи) и отделить ее осью рассеивания по высоте (дальности);
- отсчитать таким же порядком правую или левую половину пробоин (точек встречи) и отделить ее осью рассеивания по боковому направлению.

Пересечение осей рассеивания является средней точкой попадания.

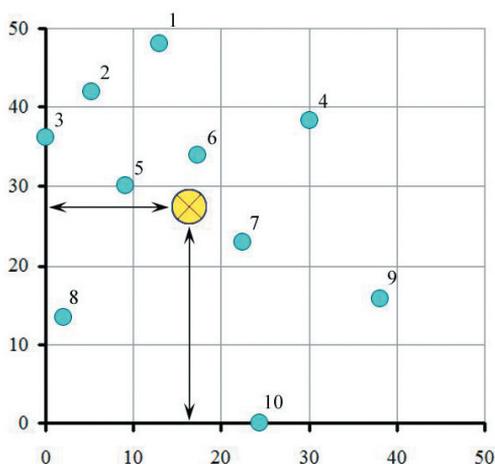


Определение положения СТП способом проведения осей рассеивания:
ВВ1 — ось рассеивания по высоте;
ББ1 — ось рассеивания по боковому направлению

СТП можно также определить способом вычисления (расчета). Для этого необходимо:

- провести через левую (правую) пробойну (точку встречи) вертикальную линию, измерить кратчайшее расстояние от каждой пробойны (точки встречи) до этой линии, сложить все расстояния от вертикальной линии и разделить сумму на число пробойн (точек встречи);
- провести через нижнюю (верхнюю) пробойну (точку встречи) горизонтальную линию, измерить кратчайшее расстояние от каждой пробойны (точки встречи) до этой линии, сложить все расстояния от горизонтальной линии и разделить сумму на число пробойн (точек встречи).

Полученные числа определяют удаление средней точки попадания от указанных линий.



№ пробойны	Расстояние в см от пробойн до	
	вертикальной линии	горизонтальной линии
1	3	48
2	5	42
3	0	36
4	30	3
5	9	30
6	17	34
7	22	23
2	2	13
9	38	16
10	24	0
Сумма, деленная на число пробойн	$\frac{160}{10} = 16$	$\frac{280}{10} = 28$

Определение положения СТП способом вычисления (расчета)

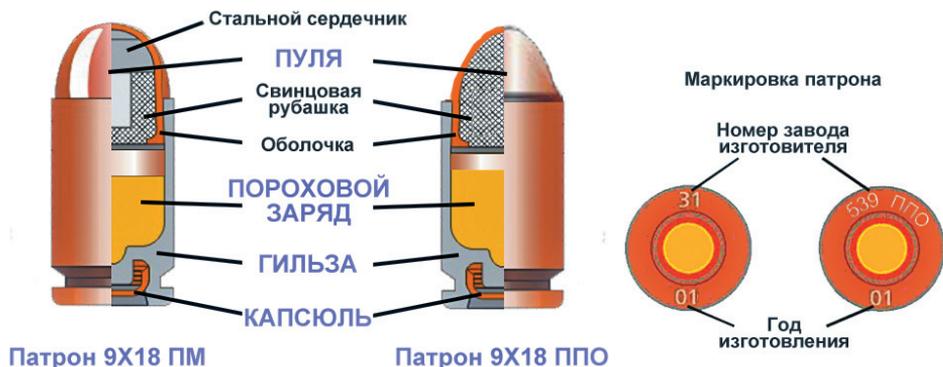
2.5. Боеприпасы, применяемые для стрельбы

2.5.1. Боеприпасы к 9-мм пистолету Макарова и пистолету-пулемету ПП-91 «Кедр»

Для стрельбы из 9-мм пистолета Макарова и пистолета-пулемета ПП-91 «Кедр» применяется 9-мм пистолетный патрон, который состоит из гильзы, капсюля, порохового заряда и пули.

Гильза служит для помещения порохового заряда и соединения всех частей патрона; во время выстрела она предупреждает прорыв газов из канала ствола через патронник.

В дне гильзы имеются гнездо для капсюля; наковальня, на которой бойком разбивается капсюль; два затравочных отверстия, через которые к пороховому заряду проникает пламя от ударного состава капсюля. Снаружи у дна гильзы имеется кольцевая проточка для зацепа выбрасывателя.



Общий вид 9-мм пистолетного патрона и его устройство

Заряд состоит из бездымного пироксилинового пороха.

Капсюль служит для воспламенения порохового заряда. Он состоит из латунного колпачка с впрессованным в него ударным составом и фольгового кружка, прикрывающего ударный состав. При ударе бойка ударный состав воспламеняется.

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. Снаряжение магазина производится путем вкладывания и утапливания патронов рукой.

2.5.2. Боеприпасы к автомату 5,45 мм Калашникова

По своему устройству боевые патроны для АК74М и АКС74У идентичны, основное их отличие заключается в устройстве пули. Пули разделяют на обыкновенные (со стальным сердечником и без него) и специальные (трассирующие, бронебойные и др.).

Боевой патрон состоит из пули, гильзы, порохового заряда и капсюля.

Патроны для автомата выпускаются с обыкновенными, трассирующими, бронебойными и другими пулями. Головные части специальных пуль имеют отличительную окраску. Для имитации стрельбы применяются холостые патроны, стрельба которыми ведется с применением специальной втулки.

Обыкновенная пуля (а) предназначена для поражения живой силы противника, расположенной открыто и за преградами, пробиваемыми пулей.

Обыкновенная пуля состоит из стальной покрытой томпаком оболочки и стального сердечника. Между оболочкой и сердечником имеется свинцовая рубашка.

Трассирующая пуля (б) также предназначена для поражения живой силы противника. Кроме того, при полете пули в воздухе ее горящий трассирующий состав на дальностях стрельбы до 800 м оставляет светящийся след, что позволяет производить корректирование огня и целеуказание.



Общий вид 5,45-мм автоматного патрона и его устройство

В оболочке трассирующей пули в головной части помещен сердечник, а в донной — шашка прессованного трассирующего состава. Во время выстрела пламя от порохового заряда зажигает трассирующий состав, который при полете пули дает светящийся след.

2.6. Принцип работы автоматики оружия



Автоматическое оружие — это оружие, в котором энергия пороховых газов при выстреле используется не только для сообщения пуле (снаряду) движения, но и для перезаряжания оружия и производства очередного выстрела

В автоматическом оружии все операции, связанные с перезаряжанием: досылание патрона в патронник, закрывание канала ствола, отпирание затвора после выстрела, извлечение стреляной гильзы и ее удаление — осуществляются за счет энергии пороховых газов.

Устройство автоматики в значительной степени зависит от способа использования энергии пороховых газов. В соответствии с этим современное автоматическое оружие можно разделить на несколько типов.

1. Системы автоматики без сцепления затвора со стволом, с полусвободными затворами, со сцепленными затворами

Системы без сцепления затвора со стволом

Схема 1. Использование отдачи при свободном затворе и неподвижном стволе. Затвор в крайнем переднем положении удерживается пружиной, и при

выстреле отдача беспрепятственно отбрасывает его назад. Обладая значительно большей массой, чем пуля, затвор движется гораздо медленнее ее, поэтому еще до того, как гильза выйдет из патронника, пуля успевает покинуть ствол, и давление в стволе резко снижается. В исходное положение затвор возвращается под действием возвратной пружины. Применяется в 9-мм пистолете Макарова, автоматическом пистолете Стечкина и др.



Использование отдачи при свободном затворе

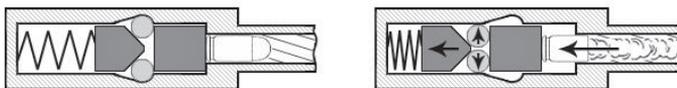
Схема 2. Использование энергии пороховых газов при подвижном вперед стволе и неподвижном затворе. Отдача воздействует на неподвижный корпус и никак не используется. Перезарядка осуществляется при движении ствола вперед под действием силы трения, возникающего при прохождении пули по каналу ствола, и назад под действием возвратной пружины. Применялась в пистолете Манлихера образца 1894 г., пистолете Хино-Комуро образца 1908 г. и др.



Использование энергии пороховых газов при подвижном вперед стволе и неподвижном затворе

Системы с полусвободными затворами

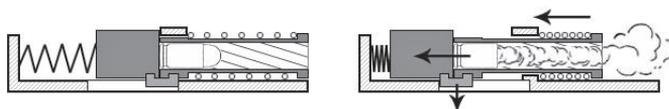
Схема 3. Системы с полусвободными затворами занимают промежуточное место между системами с затворами свободными и сцепленными. Жесткого запираания ствола здесь нет, а замедление открывания затвора во время выстрела достигается с помощью приспособлений, усиливающих трение или вызывающих ускоренный отход других деталей. Приведенная здесь схема осуществлена на пистолете Heckler-Koch P-9S. Двигаясь назад под действием отдачи, затвор увлекает за собой два ролика. Движение роликов назад сопровождается их сближением, которое отход ударника ускоряет, а отход затвора замедляет.



Использование отдачи при полусвободном затворе

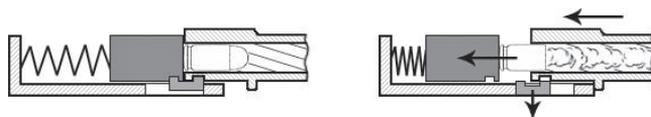
Системы со сцепленными затворами

Схема 4. Использование отдачи при длинном ходе ствола. Затвор и ствол во время выстрела прочно сцеплены между собой, поэтому отдача увлекает их назад на всю длину отката. После достижения подвижными частями крайнего заднего положения происходят расцепление затвора и ствола и последовательное их возвращение вперед. При движении ствола вперед происходит экстрактирование гильзы, а при движении затвора — досылание патрона и включение запирающего устройства. Применялась в пистолете Webley Mars образца 1900 г.



Использование отдачи при длинном ходе ствола

Схема 5. Использование отдачи при коротком ходе ствола. Ствол и затвор, будучи жестко сцепленными между собой с помощью запирающего устройства, под действием отдачи отходят назад. Так как вместе они обладают сравнительно значительной массой, то отход их происходит относительно замедленно. Вскоре после начала отхода подвижных частей запирающее устройство, взаимодействуя с неподвижным корпусом, выключается и освобождает затвор. Ствол после короткого его отхода останавливается, а затвор продолжает движение, необходимое для перезарядки пистолета. Применялась в пистолетах Beretta 92F, Akdal Ghost TR-01, Browning High Power, SIG-Sauer P229, Heckler & Koch USP Compact, Тульский Токарев.



Использование отдачи при коротком ходе ствола

2. Система автоматики пистолета-пулемета со свободным затвором

При всем разнообразии внешних форм принцип работы автоматики почти у всех пистолетов-пулеметов один — использование отдачи свободного затвора. Лишь отдельные образцы имели полусвободные затворы. У готового к стрельбе пистолета-пулемета очередной патрон находится не в патроннике, а в магазине, ствол его пуст, а затвор находится в заднем положении (открыт). При нажатии на спусковой крючок происходит освобождение затвора, который под действием возвратно-боевой пружины начинает перемещаться вперед, захватывает патрон из магазина, досылает его в патронник и накаливает капсюль.

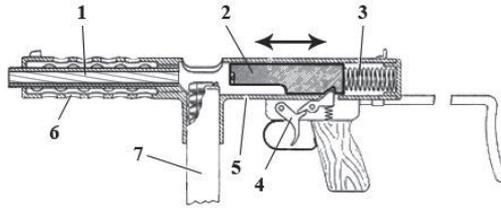


Схема пистолета-пулемета со свободным затвором:

1 — ствол; 2 — затвор; 3 — возвратно-боевая пружина; 4 — спусковой механизм; 5 — затворная коробка; 6 — кожух; 7- магазин

3. Система автоматики, основанная на отводе газов из канала ствола

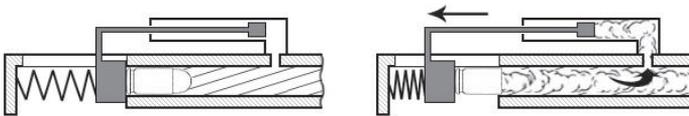


Схема автоматики, основанная на отводе газов из канала ствола

Пуля минует отверстие газоотвода, часть пороховых газов устремляется в него и отбрасывает назад газовый поршень, шток которого, воздействуя на запирающее устройство, освобождает затвор и позволяет ему беспрепятственно отойти назад под действием остаточного давления пороховых газов. Отошедший назад затвор взводит ударный механизм, выбрасывает стреляную гильзу, сжимает возвратную пружину. Кроме того, в самозарядном оружии или автоматическом с переводчиком огня, установленным на одиночный огонь, он включает разобщитель. При движении затвора вперед под действием возвратной пружины происходит досылание очередного патрона из магазина.

§ 3. Назначение, боевые свойства, устройство, работа частей и механизмов 9-мм пистолета Макарова

3.1. Назначение и боевые свойства 9-мм пистолета Макарова¹



9-мм пистолет Макарова¹ является личным оружием нападения и защиты, предназначенным для поражения противника на коротких расстояниях



ПМ



ПММ

Тактико-технические характеристики 9-мм пистолета Макарова

Наименование данных	ПМ	ПММ
Калибр ствола, мм	9	
Начальная скорость полета пули, м/с	~ 315	
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	169
Высота пистолета, мм	126,75	
Длина ствола, мм	93	
Число нарезов, шт	4	
Тип патрона, калибр × длина гильзы, мм	9 × 18	

¹ Далее — «пистолет».

Наименование данных	ПМ	ПММ
Масса патрона, г	10	
Масса пули, г	6,1	
Длина патрона, мм	25	
Емкость магазина, количество патронов	8	12
Диаметр круга рассеивания на дальности 50 м, м	0,32	

3.2. Общее устройство 9-мм пистолета Макарова



Пистолет состоит из следующих основных частей и механизмов:

- 1) рамка со стволом и спусковой скобой;
- 2) затвор с ударником, выбрасывателем и предохранителем;
- 3) возвратная пружина;
- 4) ударно-спусковой механизм;
- 5) рукоятка с винтом;
- 6) затворная задержка;
- 7) магазин

К каждому пистолету придается принадлежность: запасный магазин, протирка, кобура, шнур револьверный кожаный.



Основные части и механизмы пистолета

Пистолет прост по устройству и в обращении, мал по своим размерам, удобен для ношения и всегда готов к действию. Пистолет — оружие самозарядное, так как его перезаряжание во время стрельбы производится автоматически. **Работа автоматики пистолета основана на принципе использования отдачи свободного затвора.** Затвор со стволом сцепления не имеет. Надежность запираения канала ствола при выстреле достигается большой массой затвора и силой возвратной пружины. Благодаря наличию в пистолете самовзводного

ударно-спускового механизма куркового типа можно быстро открывать огонь непосредственным нажатием на хвост спускового крючка без предварительного взведения курка.

Безопасность обращения с пистолетом обеспечивается надежно действующими предохранителями. Пистолет имеет предохранитель, расположенный на левой стороне затвора. Кроме того, курок автоматически становится на предохранительный взвод под действием боевой пружины после спуска курка («отбой» курка) и при опущенном спусковом крючке. Курок под действием изогнутого (отбойного) конца широкого пера боевой пружины повернут на некоторый угол от затвора (это не есть «отбой» курка) так, что носик шептала находится впереди предохранительного взвода курка.

После того как спусковой крючок будет опущен, спусковая тяга под действием узкого пера боевой пружины продвинется в заднее крайнее положение. Рычаг взвода и шептало опустятся вниз, шептало под действием своей пружины прижмется к курку, и автоматически курок встанет на предохранительный взвод.

3.3. Назначение частей и механизмов 9-мм 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.



Рамка со стволом и спусковой скобой

Ствол служит для направления полета пули. Внутри ствол имеет канал с четырьмя нарезами, выходящими 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 — насечка для удобства отведения затвора рукой.



Затвор с ударником, выбрасывателем и предохранителем

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

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

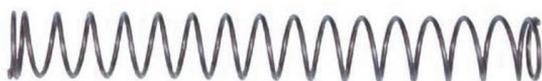
Предохранитель служит для обеспечения безопасности обращения с пистолетом. Он имеет флажок для перевода предохранителя из положения «огонь» в положение «предохранение» и обратно.

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.

ВОЗВРАТНАЯ ПРУЖИНА



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.



Ударно-спусковой механизм

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 *задвигной*.

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 задвиги на основании рукоятки.



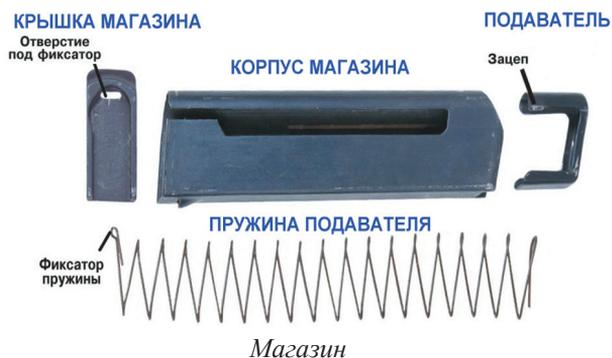
6. Затворная задержка

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.



3.4. Принадлежность к пистолету и ее назначение



Принадлежность к пистолету

Кобура служит для ношения и хранения пистолета, запасного магазина и протирки. Кобура состоит из корпуса, крышки кармана для запасного магазина, передней и задней носильных петель, застежки, петель для протирки и внутреннего вспомогательного ремешка.

Протирка используется для разборки, сборки, чистки и смазки пистолета. Протирка имеет на одном конце выступ для снятия и постановки крючка пружины шептала и для утапливания гнетка при отделении выбрасывателя, прорезь для продевания в нее пакли или ветоши; на другом — кольцо для удержания протирки при чистке. На стыке кольца имеется лезвие для вывинчивания и ввинчивания винта рукоятки при разборке и сборке пистолета.

Шнур револьверный кожаный обеспечивает крепление пистолета к поясному (брючному) ремню. Он состоит из ремня, карабинчика и петли для поясного (брючного) ремня.

3.5. Разборка и сборка 9-мм пистолета Макарова

Разборка пистолета может быть неполной и полной. Неполная разборка производится для чистки, смазки и осмотра пистолета, полная — 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 пистолета не допускается, так как она ускоряет изнашивание частей и механизмов.



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 размещать в порядке разборки, обращаться с ними осторожно, не допускать излишних усилий и резких ударов;*
- *при сборке обращать внимание на нумерацию частей, чтобы не перепутать их с частями других пистолетов*



Неполную разборку пистолета производить в следующем порядке:

- 1. Извлечь магазин из основания рукоятки.**
- 2. Убедиться в отсутствии патрона в патроннике, для чего выключить предохранитель (опустить флажок вниз), отвести затвор в заднее положение, поставить его на затворную задержку и осмотреть патронник, после чего нажатием большим пальцем на затворную задержку отпустить затвор.**
- 3. Отделить затвор от рамки, для чего оттянуть спусковую скобу вниз, перекосив ее влево (вправо), упереть ее в рамку, после чего отвести затвор в крайнее заднее положение, приподняв его задний конец, выдвинуть вперед, сняв со ствола, вернуть спусковую скобу в исходное положение.**
- 4. Снять со ствола возвратную пружину. При этом части пистолета необходимо класть на стол в порядке очередности разборки.**
- 5. Запрещается бросать части пистолета**



Сборку пистолета после неполной разборки производить в следующем порядке:

- 1. Надеть на ствол возвратную пружину.**
- 2. Присоединить затвор к рамке, для чего, удерживая рамку, оттянуть спусковую скобу вниз, перекосив ее влево (вправо), упереть спусковую скобу в рамку, ввести свободный конец возвратной пружины в канал затвора и отвести его в крайнее заднее положение так, чтобы дульная часть ствола прошла через канал затвора и выступила наружу. Опустить задний конец затвора на рамку, прижимая его к ней, отпустить затвор, вернуть спусковую скобу на свое место, включить предохранитель (поднять флажок вверх).**
- 3. Вставить магазин в основание рукоятки.**
- 4. Положить оружие на стол предохранителем вверх**



Допускается присоединение затвора к рамке без оттягивания спусковой скобы

Проверка правильности работы пистолета после сборки. Выключить предохранитель (опустить флажок вниз). Отвести затвор в заднее положение и отпустить его. Затвор, продвинувшись несколько вперед, становится на затворную задержку и остается в заднем положении. Нажав большим пальцем правой руки на затворную задержку, отпустить затвор. Затвор под действием возвратной пружины должен энергично возвратиться в переднее положение, а курок должен стоять на боевом взводе. Включить предохранитель (поднять флажок вверх). Курок должен сорваться с боевого взвода и заблокироваться.

3.6. Задержки при стрельбе из 9-мм пистолета Макарова 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 несколько раз энергично отвести затвор рукой и отпустить его, причем после каждого отведения и отпущения затвора производить спуск курка нажимом на хвост спускового крючка.



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

Осечка

Капсюль патрона неисправен

- перезарядить пистолет и продолжить стрельбу

Скущение смазки или загрязнение канала под ударник

- осмотреть и прочистить пистолет

Не полностью ввинчен винт рукоятки

- ввинтить винт рукоятки до отказа

Мал выход ударника или забоины на бойке

- отправить пистолет в мастерскую

Недокрытие патрона затвором

Загрязнение патронника, пазов рамки и чашечки затвора

- дослать затвор вперед толчком руки и продолжить стрельбу

Затруднительное движение выбрасывателя из-за загрязнения пружины выбрасывателя или гнетка

- осмотреть и прочистить пистолет

Неподача или неподвижение патрона из магазина в патронник

Загрязнение магазина и подвижных частей пистолета

- перезарядить пистолет и продолжить стрельбу. Прочистить пистолет и магазин

Погнутость верхних краев корпуса магазина

- заменить неисправный магазин

Прихват (ущемление) гильзы затвором

Загрязнение подвижных частей пистолета

- выбросить прихваченную гильзу и продолжить стрельбу

Неисправность выбрасывателя, его пружины или отражателя

- отправить пистолет в мастерскую

Автоматическая стрельба

Сгушение смазки или загрязнение частей ударно-спускового механизма

- осмотреть и прочистить пистолет

Износ боевого взвода курка или носика шептала

- отправить пистолет в мастерскую

Ослабление или излом пружины шептала

- отправить пистолет в мастерскую

Касание полочки уступа предохранителя зуба шептала

- отправить пистолет в мастерскую

§ 4. Назначение, боевые свойства, общее устройство 5,45 мм автомата Калашникова (АК74М и АКС74У)

4.1. Назначение и боевые свойства 5,45 мм автомата Калашникова (АК74М и АКС74У)



Автомат Калашникова (АК74М и АКС74У)¹ 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 АК74М, АКС74У присоединяется ночной стрелковый прицел универсальный.

Для стрельбы из автомата применяются патроны с обыкновенными (со стальным сердечником), бронебойными и трассирующими пулями.

Из автомата ведется автоматический или одиночный огонь. Автоматический огонь является основным видом огня: он ведется короткими (до 5 выстрелов) и длинными (до 10 выстрелов) очередями и непрерывно. Подача патронов при стрельбе производится из коробчатого магазина емкостью на 30 патронов.



а

б

5,45 мм автоматы Калашникова:
а — АК74М; б — АКС74У

Тактико-технические характеристики 5,45 мм автоматов Калашникова

Наименование данных	АК74М	АКС74У
Калибр, мм	5,45	
Принцип действия автоматики	отвод газов	

¹ Далее — «автомат».

Наименование данных	АК74М	АКС74У
Начальная скорость полета пули, м/с	900	735
Темп стрельбы, выстрелов/мин	до 600	до 700
Боевая скорострельность: – при стрельбе одиночными выстрелами, выстрелов/мин – при стрельбе очередями, выстрелов/мин		40 100
Прицельная дальность стрельбы, м	1000	500
Дальность прямого выстрела по грудной фигуре, м	440	360
Наиболее действительный огонь, м	до 500	до 400
Предельная дальность полета пули, м	3150	2900
Убойная сила пули сохраняется, м	до 1350	до 1100
Вес автомата со снаряженным магазином, кг	3,5	3,0
Емкость магазина, количество патронов		30
Вес магазина без патронов, кг		0,23
Вес штык-ножа с ножнами, кг	0,49	—
Длина автомата – с прикладом, мм – со сложенным прикладом, мм	940 700	730 490
Длина ствола, мм	415	206,5
Длина нарезной части ствола, мм	372	164,5
Число нарезов, количество		4
Импульс отдачи, кгс		0,49
Тип патрона, мм		5,45 × 39
Вес патрона, г		10,2
Вес пули со стальным сердечником, г		3,4

4.2. Общее устройство 5,45 мм автомата Калашникова



Автомат состоит из следующих основных частей и механизмов:

- 1) ствол со ствольной коробкой, прицельным приспособлением, прикладом и пистолетной рукояткой;
- 2) крышка ствольной коробки (у АКС74У входит в состав ствольной коробки);
- 3) затворная рама с газовым поршнем;
- 4) затвор;
- 5) возвратный механизм;



6) газовая трубка со ствольной накладкой;

7) ударно-спусковой механизм (у АКС74У входит в состав ствольной коробки);

8) цевье;

9) магазин.

Кроме того, у автомата АК74М имеется дульный тормоз-компенсатор и штык-нож, а у автомата АКС74У — пламегаситель (является основной частью)

В комплект автомата входят принадлежность (шомпол и пенал с принадлежностью, 4 обоймы и переходник), ремень, сумка для магазинов. Кроме того, в комплект автомата со складывающимся прикладом входит чехол для автомата с карманом для магазина, а в комплект автомата с ночным прицелом входит также ночной стрелковый прицел универсальный.



Основные части и механизмы автомата АК74М

Автоматическое действие автомата основано на использовании энергии пороховых газов, отводимых из канала ствола в газовую камеру¹.

При выстреле часть пороховых газов, следующих за пулей, устремляется через отверстие в стенке ствола в газовую камеру, давит на переднюю стенку газового поршня и отбрасывает поршень и затворную раму с затвором в заднее положение. При отходе затворной рамы назад происходит отпирание затвора, затвор извлекает из патронника гильзу и выбрасывает ее наружу, затворная рама сжимает возвратную пружину и взводит курок (ставит его на взвод автопуска).

¹ В ранних изданиях употребляется термин «камера».



Основные части и механизмы автомата АКС74У

В переднее положение затворная рама с затвором возвращается под действием возвратного механизма, затвор при этом досылает очередной патрон из магазина в патронник и закрывает канал ствола, а затворная рама выводит шептало автоспуска из-под взвода автоспуска курка. Курок становится на боевой взвод. Запирание затвора осуществляется его поворотом вокруг продольной оси вправо, в результате чего боевые выступы затвора заходят за боевые упоры ствольной коробки.

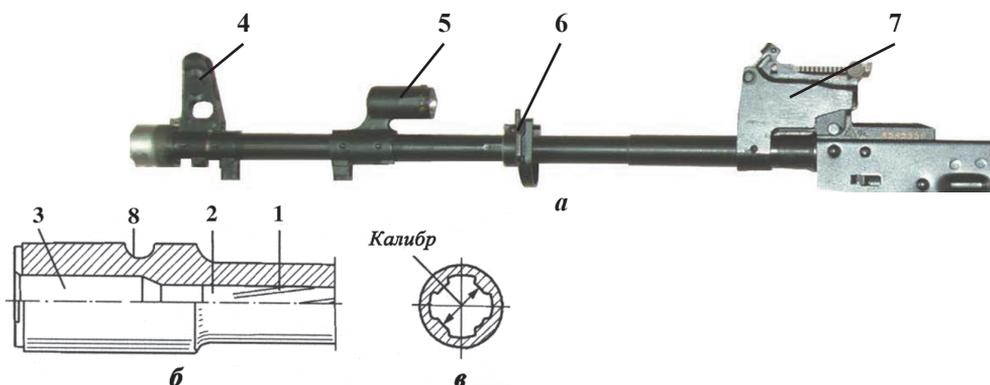
Если переводчик установлен на автоматический огонь, то стрельба будет продолжаться до тех пор, пока нажат спусковой крючок и в магазине есть патроны.

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.

4.3. Назначение частей и механизмов 5,45 мм автомата Калашникова

1. Ствол со ствольной коробкой, прицельным приспособлением, прикладом и pistolетной рукояткой.

Ствол служит для направления полета пули. Внутри ствол имеет канал с четырьмя нарезами, вращающимися слева вверх направо. Нарезы служат для придания пуле вращательного движения.



Ствол:

- а* — наружный вид ствола автомата; *б* — казенная часть в разрезе; *в* — сечение ствола;
 1 — нарезная часть; 2 — дульный вход; 3 — патронник; 4 — основание мушки;
 5 — газовая камера; 6 — соединительная муфта; 7 — колодка прицела;
 8 — выем для штифта

Дульный тормоз-компенсатор у автомата АК74 служит для повышения кучности боя и уменьшения энергии отдачи при стрельбе очередями.

Пламегаситель у автомата АКС74У служит для уменьшения величины звука и пламени при выстреле.

Основание мушки имеет упор с выемом (кроме АКС74У) для шомпола, отверстие для ползка мушки, предохранитель мушки и фиксатор с пружиной. Фиксатор удерживает от свинчивания компенсатор (дульный тормоз-компенсатор, пламегаситель) и втулку для стрельбы холостыми патронами. Кроме того, на основании мушки имеется упор для присоединения штык-ножа с отверстием для шомпола.

Газовая камера служит для направления пороховых газов из ствола на газовый поршень затворной рамы.

Соединительная муфта служит для присоединения цевья к автомату. Она имеет замыкатель цевья, антабку для ремня и отверстие для шомпола.

Ствольная коробка служит для соединения частей и механизмов автомата, для обеспечения закрывания канала ствола затвором и запираения затвора. В ствольной коробке помещается ударно-спусковой механизм.

К ствольной коробке прикреплены приклад с антабкой, пистолетная рукоятка и спусковая скоба с защелкой магазина.

Прицельное приспособление служит для наводки автомата при стрельбе по целям на различные дальности. Оно состоит из прицела и мушки.

Прицел АК74 состоит из колодки прицела, пластинчатой пружины, прицельной планки и хомутика.

Колодка прицела имеет два сектора для придания прицельной планке определенной высоты.



Прицел АК74



Поворотный целик АКС74У

Пластинчатая пружина помещается в гнезде колодки прицела и удерживает прицельную планку в приданном положении.

Прицельная планка имеет гривку с прорезью для прицеливания. На прицельной планке нанесена шкала с делениями от 1 до 10 и буквой «П»; цифры шкалы обозначают дальности стрельбы в сотнях метров; «П» — постоянная установка прицела, соответствующая прицелу 4.

Хомутик надет на прицельную планку и удерживается в приданном положении защелкой.

Целик АКС74У установлен на крышке ствольной коробки и имеет положения: одно, обозначенное буквой П, — для стрельбы по целям на дальностях до 350 м, второе, обозначенное цифрой 4-5, — для стрельбы по целям на дальностях свыше 350 м. Целик поворачивается на оси и фиксируется пластинчатой пружиной на опорных выступах.

Мушка ввинчена в пазок, который закреплен в основании мушки.

К автомату прилагается *приспособление для стрельбы ночью и в «условиях ограниченной видимости»* (самосветящиеся насадки). В приспособлении нанесены самосветящиеся полосы: две горизонтально расположены на целике и одна вертикально расположена на мушке.

Приклад и пистолетная рукоятка служат для удобства действия автоматом при стрельбе.

Постоянный приклад автоматов имеет антабку для ремня, гнездо для пенала, принадлежности и затыльник с крышкой над гнездом.

Складывающийся приклад автоматов АКС74 и АКС74У состоит из верхней и нижней тяг, затыльника, обоймы и наконечника. С правой стороны приклада на обойме имеется антабка для ремня.

2. Крышка ствольной коробки предохраняет от загрязнения части и механизмы, помещенные в ствольную коробку.



Крышка ствольной коробки

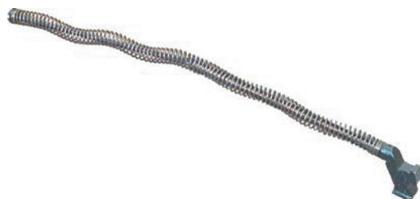
3. Затворная рама с газовым поршнем служит для приведения в действие затвора и ударно-спускового механизма.



Затворная рама с газовым поршнем и затвор

4. Затвор служит для досылания патрона в патронник, закрывания канала ствола, разбивания капсюля и извлечения из патронника гильзы (патрона). Он состоит из остова, ударника, выбрасывателя с пружиной и осью, шпильки.

5. Возвратный механизм служит для возвращения затворной рамы с затвором в переднее положение. Он состоит из возвратной пружины, направляющего стержня, подвижного стержня и муфты.



Возвратный механизм

6. Газовая трубка со ствольной накладкой служит для направления движения газового поршня. Передним концом газовая трубка надевается на патрубок газовой камеры.



Газовая трубка со ствольной накладкой

Ствольная накладка служит для предохранения рук от ожогов при стрельбе.

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

Переводчик огня служит для установки автомата на автоматический или одиночный огонь, а также на предохранитель. Нижнее положение переводчика отвечает установке его на одиночный огонь (ОД), среднее — на автоматический огонь (АВ), верхнее — на предохранитель.



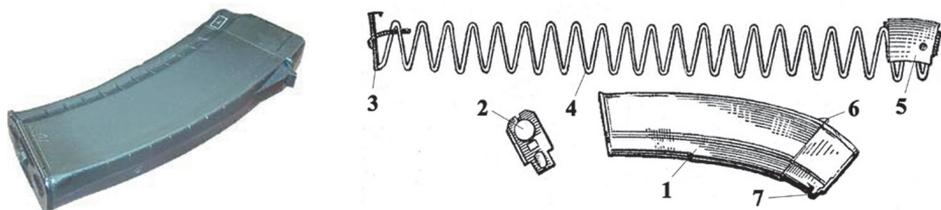
Ударно-спусковой механизм

8. **Цевье** служит для удобства действия и для предохранения рук автоматчика от ожогов.



Цевье

9. **Магазин** служит для помещения патронов и подачи их в ствольную коробку. Он состоит из пластмассового корпуса, крышки, стопорной планки, пружины и подавателя.



Магазин:

1 — корпус; 2 — крышка; 3 — стопорная планка; 4 — пружина; 5 — подаватель;
6 — опорный выступ; 7 — зацеп

10. **Штык-нож** присоединяется к автомату АК74М для поражения противника в бою. Кроме того, он используется в качестве ножа, пилы (для распиловки металла) и ножниц (для резки проволоки).



Проделывание проходов в электризованных проволочных заграждениях с помощью штык-ножа не разрешается.



Штык-нож и ножны

11. Ножны служат для ношения штык-ножа на поясном ремне. Кроме того, они используются вместе со штык-ножом для резки проволоки. Ножны имеют подвеску с петлей, выступ-ось, упор для ограничения поворота штык-ножа при действии им как ножницами; внутри ножен имеется пластинчатая пружина с фиксатором для удержания штык-ножа от выпадения.

4.4. Принадлежность к 5,45 мм автомату Калашникова и ее назначение

Принадлежность служит для разборки, сборки, чистки, смазки автомата и ускоренного снаряжения магазина патронами. К принадлежности относятся: шомпол, протирка, ершик, отвертка, выколотка, пенал, масленка, обоймы и переходник.

Шомпол применяется для чистки и смазки канала ствола, а также каналов и полостей частей автомата. Он имеет головку с отверстием для выколотки, нарезку для навинчивания протирки или ершика.



Принадлежность к автомату

Протирка применяется для чистки и смазки канала ствола, каналов и полостей других частей автомата. Она имеет внутреннюю резьбу для навинчивания на шомпол и прорез для ветоши или пакли.

Ершик используется для чистки канала ствола специальным раствором.

Отвертка и выколотка применяются при разборке и сборке автомата. Вырез на конце отвертки предназначен для ввинчивания и вывинчивания мушки, а боковой вырез — для закрепления протирки на шомполе.

Пенал служит для хранения протирки, ершика, отвертки и выколотки. Он закрывается крышкой.

Пенал применяется как рукоятка для отвертки при ввинчивании и вывинчивании мушки и для поворота замыкателя газовой трубки, а также как рукоятка для шомпола.

Одноротовая масленка служит для хранения смазки, переносится она в кармане сумки для магазинов.

Обойма служит для переноски патронов и ускоренного снаряжения магазина патронами. В обойме помещается 15 патронов.

Переходник служит для соединения обоймы с магазином при снаряжении его патронами.

4.5. Разборка и сборка 5,45 мм автомата Калашникова

Разборка автомата может быть неполной и полной: неполная — для чистки, смазки и осмотра автомата; полная — для чистки при сильном загрязнении автомата, после нахождения его под дождем или в снегу и при ремонте. Излишне частая полная разборка автомата вредна, так как ускоряет изнашивание частей и механизмов.



Разборку и сборку автомата следует производить на столе или чистой подстилке: части и механизмы класть в порядке разборки, обращаться с ними осторожно, не помещать одну часть на другую и не применять излишних усилий и резких ударов, а также падение частей и механизмов на твердую поверхность



Неполную разборку и сборку автомата производить в следующем порядке:

- 1. Отделить магазин.*
- 2. После этого проверить, нет ли патрона в патроннике.*
- 3. Вынуть пенал принадлежности из гнезда приклада (АК74М).*
- 4. Отделить шомпол (АК74М).*
- 5. Отделить дульный тормоз-компенсатор (АК74М) или пламегаситель (АКС74У).*
- 6. Отделить (открыть у АКС74У) крышку ствольной коробки.*
- 7. Отделить возвратный механизм.*
- 8. Отделить затворную раму с затвором.*
- 9. Отделить затвор от затворной рамы.*
- 10. Отделить газовую трубку со ствольной накладкой*



Сборка автомата после неполной разборки производится в обратной последовательности (после присоединения (закрытия) крышки ствольной коробки — спустить курок с боевого взвода и поставить автомат на предохранитель).

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

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

Осечка

Неисправность патрона

- перезарядить автомат и продолжить стрельбу

Неисправность ударника или ударно-спускового механизма: загрязнение или застывание смазки

- прочистить ударник и ударно-спусковой механизм. При их поломке или износе автомат отправить в ремонтную мастерскую

Утыкание патрона

Погнутость загибов боковых стенок магазина

- удерживая рукоятку затворной рамы, удалить уткнувшийся патрон и продолжить стрельбу. При повторении задержки заменить магазин

Неподача патрона

Загрязнение или неисправность магазина

- перезарядить автомат и продолжить стрельбу

Неисправность защелки магазина

- заменить магазин. При неисправности защелки магазина отправить автомат в мастерскую

Неизвлечение гильзы

Грязный патрон или загрязнение патронника

- отвести рукоятку затворной рамы назад и, удерживая ее в заднем положении, отделить магазин, извлечь уткнувшийся патрон. Извлечь затвором или шомполом гильзу из патронника. Продолжить стрельбу

Загрязнение или неисправность выбрасывателя или его пружины

- прочистить патронник и патроны. Очистить выбрасыватель

Прихват или неотражение гильзы

Загрязнение трущихся частей автомата, газовых путей или патронника

- отвести рукоятку затворной рамы назад, выбросить гильзу и продолжить стрельбу

Загрязнение или неисправность выбрасывателя

- прочистить газовые пути, трущиеся части и патронник; смазать трущиеся части. При неисправности выбрасывателя автомат отправить в мастерскую

§ 5. Назначение, боевые свойства, общее устройство пистолета-пулемета ПП-91 «Кедр»

5.1. Назначение и боевые свойства пистолета-пулемета ПП-91 «Кедр»



9-мм пистолет-пулемет ПП-91 «Кедр»¹ является индивидуальным оружием и предназначен для ведения стрельбы 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 пистолета-пулемета ПП-91 «Кедр»

Наименование данных	ПП-91 «Кедр»
Калибр, мм	9
Тип патрона, калибр × длина гильзы, мм	9 × 18
Начальная скорость полета пули, м/с	310
Режим стрельбы	– одиночный – автоматический
Емкость магазина, количество патронов	20 / 30
Длина пистолета-пулемета, мм	
– с откинутым прикладом	537
– со сложенным прикладом	307

¹ Далее — «пистолет-пулемет».

Наименование данных	ПП-91 «Кедр»
Длина, мм	
– ствола	120
– прицельной линии	213
Ширина пистолета-пулемета, мм	54
Масса: кг, не более	
– пистолета-пулемета без магазина	1,49
– магазина на 20 патронов	0,11
– магазина на 30 патронов	0,14

5.2. Общее устройство пистолета-пулемета ПП-91 «Кедр»



Пистолет-пулемет состоит из следующих основных частей и механизмов:

- 1) *ствола со ствольной коробкой, прицельными приспособлениями, пистолетной рукояткой и прикладом;*
- 2) *затвора с ударником и выбрасывателем;*
- 3) *ударно-спускового механизма;*
- 4) *возвратного механизма;*
- 5) *предохранителя-переводчика;*
- 6) *крышки ствольной коробки;*
- 7) *магазинов на 20 и 30 патронов*



Основные части и механизмы пистолета-пулемета ПП-91 «Кедр»

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.

В переднее положение затвор накатывается 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 заряжания пистолета-пулемета патроны снаряжаются в магазин. Снаряжение магазина производится путем вкладывания и утапливания патронов рукой.

5.3. Назначение частей и механизмов пистолета-пулемета ПП-91 «Кедр»

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



Ствол служит для направления полета пули и придания пуле 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 затыльника.

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 запираания 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 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.

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.

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



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

Возвратная пружина служит для наката затвора.

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

ПРЕДОХРАНИТЕЛЬ-ПЕРЕВОДЧИК

Рычаг



Защелка



Окно выброса гильзы

КРЫШКА СТВОЛЬНОЙ КОРОБКИ

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

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

5.4. Принадлежность к пистолету-пулемету ПП-91 «Кедр» и ее назначение

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



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.

5.5. Разборка и сборка пистолета-пулемета ПП-91 «Кедр»

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 полная разборка пистолета-пулемета не рекомендуется, так как ускоряет изнашивание частей и механизмов.



Разборку и сборку пистолета-пулемета необходимо производить на столе или чистой подстилке: части разместить в порядке разборки, обращаться с ними осторожно, не класть одну часть на другую и не применять излишних усилий и резких ударов, а также не допускать падение частей на твердые поверхности



Неполную разборку и сборку пистолета-пулемета производить в следующем порядке:

- 1. Отделить магазин, проверить оружие на незаряженность.***
- 2. Перевести приклад в боевое положение.***
- 3. Отделить крышку ствольной коробки (повернуть защелку на 90° в любую сторону, приподнять задний конец крышки и движением назад вывести передний ее конец из паза на вкладыше).***
- 4. Отделить возвратный механизм.***
- 5. Отделить затвор (отвести затвор в крайнее заднее положение и движением вверх извлечь его из ствольной коробки).***
- 6. Отделить предохранитель-переводчик (установить флажок в вертикальное положение и движением вправо отделить его от ствольной коробки).***
- 7. Отделить ударно-спусковой механизм (приподнять передний его конец сначала 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 его из ствольной коробки).***

Сборка после неполной разборки производится в обратной последовательности



Необходимо проверить правильность сборки пистолета-пулемета после неполной разборки

Чистка и смазка пистолета-пулемета производится:

- при расконсервации;
- при подготовке к стрельбе;

- после стрельбы — немедленно по ее окончании 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;
- по окончании несения службы или занятия, 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 следует помнить, что излишняя смазка способствует загрязнению частей и может вызвать задержки при стрельбе.

Перед началом стрельб патронник, канал ствола и магазин протираются насухо ветошью.

5.6. Задержки при стрельбе из пистолета-пулемета и способы их устранения

Осечка

Неисправность патрона

- перезарядить пистолет-пулемет и продолжить стрельбу

Сгушение смазки или загрязнение или затирание патронника

- разрядить, разобрать, осмотреть и прочистить пистолет-пулемет. В случае затирания патронника отправить оружие в мастерскую

Осадка или излом боевой пружины

- разрядить пистолет-пулемет и отправить в мастерскую

Непродвижение патрона из магазина в патронник

Загрязнение магазина или направляющих ствольной коробки, направляющих затвора

- дослать затвор за рукоятку вперед и продолжить стрельбу
- при повторной задержке разрядить пистолет-пулемет, разобрать и прочистить пистолет-пулемет и магазин

Погнутость направляющих загибов корпуса магазина

- заменить магазин

Пропуск подачи патрона

Загрязнение магазина

- перезарядить пистолет-пулемет и продолжить стрельбу.

При повторной задержке разрядить пистолет-пулемет и опрavit в мастерскую

Помятость корпуса магазина, осадка или излом пружины подавателя

- заменить магазин

Прихват (ущемление) гильзы затвором

Загрязнение направляющих ствольной коробки, направляющих затвора, паза под выбрасыватель в затворе

- 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

Скошенность или поломка зацепа выбрасывателя, выступа отражателя; осадка или излом пружины выбрасывателя

- отправить пистолет-пулемет в мастерскую

Нет выстрела при установке переводчика в положение «одиночная стрельба»

Загрязнение частей ударно-спускового механизма

- разрядить пистолет-пулемет, разобрать и прочистить ударно-спусковой механизм

Осадка или излом пружины спускового крючка; износ выступа разобщителя

- отправить пистолет-пулемет в мастерскую

Нет автоматической стрельбы

Износ рабочих поверхностей автопуска

- отправить пистолет-пулемет в мастерскую

Глава 2. Обучение основам стрельбы из оружия

§ 1. Действия с оружием по подаваемым командам. Уход за оружием

1.1. Действия по командам, подаваемым при стрельбе из пистолета

Магазин (магазины) снарядить	согласно условиям выполнения упражнения магазин снаряжается необходимым количеством патронов и удерживается в руке. При снаряжении нескольких магазинов один из них вставляется в карман кобуры для запасного магазина (сумка для магазинов), другой удерживается в руке или убирается в карман форменной одежды
Приготовиться к стрельбе	пистолет извлекается из кобуры, проверяется отсутствие патрона в патроннике, опробуется ударно-спусковой механизм оружия, производятся несколько выстрелов вхолостую в направлении мишени (при этом курок взводится свободной рукой после каждого выстрела), включается предохранитель и оружие убирается в кобуру. При проведении контрольных стрельб команда «Приготовиться к стрельбе» не подается
Заряжай	в зависимости от условий выполнения упражнения пистолет не полностью извлекается из кобуры, снаряженный магазин вставляется в основание рукоятки пистолета, пистолет убирается в кобуру, застегивается кобура (если предусмотрено ее конструкцией) либо пистолет извлекается из кобуры, в основание рукоятки пистолета вставляется снаряженный магазин, пистолет убирается в кобуру, застегивается кобура (если предусмотрено ее конструкцией). После заряжения оружия делается доклад о готовности к стрельбе
Огонь, Вперед, К бою	согласно условиям выполнения упражнения при необходимости нужно выдвинуться на огневой рубеж, пистолет извлекается из кобуры (если находится в ней), выключается предохранитель, досылается патрон в патронник и ведется прицельный огонь. По окончании стрельбы палец убирается со спускового крючка, удерживая оружие в руке в направлении мишени, необходимо становиться лицом к мишени и докладывать об окончании стрельбы. При этом затвор находится в крайнем заднем положении на затворной задержке. Далее по команде руководителя (помощника руководителя) стрельб выполняются действия по команде «Оружие к осмотру»



Если по окончании стрельбы затвор не встал в крайнее заднее положение на затворную задержку, включается предохранитель и поднимается свободная рука. Далее по команде руководителя (помощника руководителя) стрельб выполняют действия по команде «Разряжай»

Разряжай

удерживая пистолет в направлении мишени, извлекается магазин из основания рукоятки и удерживается магазин в руке (либо убирается в карман форменного обмундирования, либо кладется на подставку, либо убирается в карман кобуры для запасного магазина). Проверяется отсутствия патрона в патроннике, для чего выключается предохранитель, отводится затвор назад и осматривается патронник, возвращается затвор в переднее положение, включается предохранитель и убирается оружие в кобуру. В случае выпадения патрона из патронника докладывается об этом руководителю (помощнику руководителя) стрельб и по его команде поднимается выпавший патрон. Извлекается патрон (патроны) из магазина (магазинов (при их наличии) и удерживается патрон (патроны) в руке (либо убирается в карман форменного обмундирования, либо кладется на подставку). Извлекается пистолет из кобуры, вставляется магазин в основание рукоятки, второй магазин удерживается в руке (либо убирается в карман форменного обмундирования, либо кладется на подставку, либо убирается в карман кобуры для запасного магазина). Пистолет удерживается направленным в сторону мишени до команды «Оружие к осмотру»

Оружие к осмотру

извлекается магазин из основания рукоятки пистолета. Если перед командой «Оружие к осмотру» подавалась команда «Разряжай», то, удерживая пистолет в направлении мишени, выключается предохранитель, отводится затвор назад и ставится на затворную задержку. Вкладывается магазин под большой палец руки, удерживающий оружие, впереди предохранителя так, чтобы подаватель магазина был на 2-3 см выше верхнего среза затвора, и предъявляется пистолет и магазин к осмотру. Если при стрельбе использовалось несколько магазинов, то все магазины представляются к осмотру

Осмотрено

берется магазин (магазины) в свободную от удержания пистолета руку, снимается затвор с затворной задержки, производится спуск курка в направлении мишени, включается предохранитель, вставляется магазин в основание рукоятки, убирается пистолет в кобуру (при наличии нескольких магазинов другой убирается в карман для запасного магазина кобуры (сумка для магазинов) либо в карман форменного обмундирования) и застегивается (если предусмотрено конструкцией кобуры), необходимо становиться лицом в направлении мишеней

1.2. Действия по командам, подаваемым при стрельбе из автомата и пистолета-пулемета

Магазин снарядить

согласно условиям выполнения упражнения магазин снаряжается необходимым количеством патронов и убирается в сумку для магазинов

Приготовиться к стрельбе

проверяется автомат на отсутствие патрона в патроннике, опробуется ударно-спусковой механизм, производится несколько выстрелов вхолостую в направлении мишени, включается предохранитель и автомат берется в положение «На ремень». При проведении контрольных стрельб команда «Приготовиться к стрельбе» не подается

Заряжай

берется автомат в левую (правую) руку из положения «На ремень» (при стрельбе из автомата со складывающимся прикладом он откидывается, у ручного пулемета устанавливается сошка), присоединяется снаряженный магазин и, оружие удерживается в направлении мишени, докладывается о готовности к стрельбе

Огонь, Одиночными — огонь, короткими очередями — огонь, вперед, к бою

необходимо выдвинуться на огневой рубеж, установить переводчиком требуемый вид огня, дослать патрон в патронник и вести прицельный огонь. По окончании стрельбы нужно самостоятельно убрать палец со спускового крючка и, удерживать 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 положении, предохранитель не следует включать до команды «Осмотрено», при этом оружие необходимо удерживать в направлении мишени

Разряжай

удерживая автомат в направлении мишени 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»

Оружие к осмотру

удерживая автомат в направлении мишени отсоединить магазин и взять его в левую руку подавателем вверх (либо положить его возле автомата подавателем к проверяющему 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 отсоединить магазин и предъявить автомат и магазин к осмотру. Если при стрельбе использовалось несколько магазинов, то все магазины необходимо представить к осмотру

Осмотрено

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»

1.3. Уход за оружием

1.3.1. Осмотр 9-мм пистолета Макарова и подготовка его к стрельбе



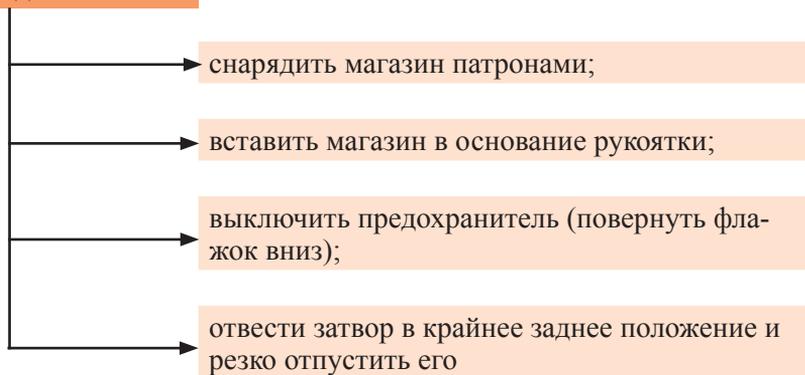
Подготовка пистолета к стрельбе производится в целях обеспечения безотказной работы пистолета во время стрельбы и сохранения его нормального боя и включает в себя:

1. Осмотр пистолет в разобранном виде.
2. Осмотр пистолет в собранном виде.
3. Удаление смазки непосредственно перед стрельбой.
4. Осмотр патронов

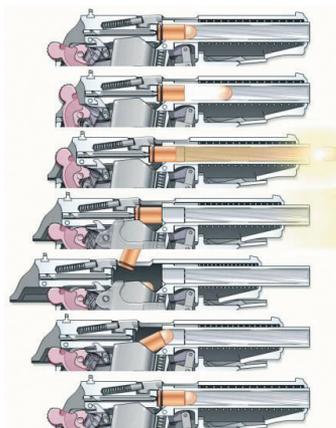
Осмотр начинается с проверки оружия на незаряженность.

Для проведения осмотра производится неполная (полная) разборка оружия, при этом следует обратить внимание на состояние ствола и отсутствие серьезных дефектов механизмов.

Для заряжания пистолета необходимо:



Для производства выстрела необходимо нажать указательным пальцем на спусковой крючок. Курок при этом наносит удар по ударнику, который разбивает капсюль патрона. В результате этого воспламеняется пороховой заряд, под давлением пороховых газов пуля выбрасывается из канала ствола. Затвор под давлением газов, передающихся через дно гильзы, отходит назад, удерживая выбрасывателем гильзу и сжимая возвратную пружину. Гильза при встрече с отражателем выбрасывается наружу через окно затвора.



Затвор при отходе в крайнее заднее положение поворачивает курок на цапфах назад и ставит его на боевой взвод. Отойдя назад до отказа, затвор под действием возвратной пружины возвращается вперед. При движении вперед затвор досылателем продвигает из магазина очередной патрон и досылает его в патронник. Канал ствола заперт свободным затвором; пистолет снова готов к выстрелу.

Для производства следующего выстрела нужно отпустить спусковой крючок, а затем снова нажать на него. Таким образом, стрельба будет вестись до полного израсходования патронов в магазине.

Для разряжания пистолета необходимо:

- извлечь магазин из основания рукоятки;
- выключить предохранитель (опустить флажок вниз);
- извлечь патрон из патронника;
- включить предохранитель;
- вложить пистолет в кобуру;
- извлечь патроны из магазина;
- извлечь пистолет из кобуры; вставить магазин в основание рукоятки; снова вложить пистолет в кобуру и застегнуть крышку кобуры

По израсходовании всех патронов из магазина затвор становится на затворную задержку и остается в заднем положении. Затвор освобождается от затворной задержки (при извлеченном или вставленном магазине) путем нажатия пальцем руки на кнопку затворной задержки.

Чистка и смазка пистолета.

Хранить пистолет необходимо в чистой и сухой кобуре. Содержание пистолета в чистоте и исправности требует периодической его чистки и смазки.

Если пистолет не используется по назначению, чистка производится еженедельно.

При выходе в поле (на стрельбище) и стрельбе пистолет чистится и смазывается после каждого выхода и обязательно после каждой стрельбы.

Перед чисткой производится неполная разборка пистолета.

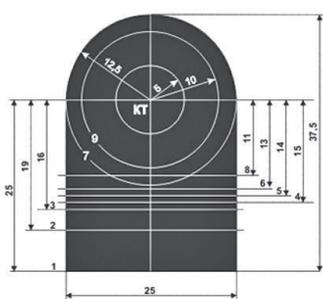
Для чистки и смазки применяются ружейная смазка, раствор чистки стволов, пакля и ветошь, надеваемые на протирку. Смазка наносится только на хорошо очищенную и сухую поверхность металла. Для смазывания оружия при температуре воздуха от +5° С и выше применяется ружейная смазка, от –50° до +5°С — жидкая ружейная смазка.

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.

Порядок приведения пистолета к нормальному бою.

Проверка боя пистолета производится стрельбой на 25 м патронами одной серии.

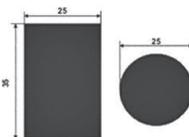
Стрельба производится по черному кругу диаметром 25 см, укрепленному на щите 1×0,5 м.



Точку прицеливания на проверочной мишени выбирают на пересечении белой вертикальной линии с нижним обрезом мишени, обозначенным цифрой:

- 1 — для автомата, ручных пулеметов и самозарядного карабина под патрон обр. 1943 г;
- 2 — для 5,45-мм автомата АКС-74 АУ;
- 3 — для снайперской винтовки СВД;
- 4 — для пулемета Калашникова, ротного пулемета и ручных пулеметов под винтовочный патрон;
- 5 — для станковых пулеметов при стрельбе патронами с пулей 1930 года;
- 6 — для 5,45-мм автомата АК-74;
- 7 — для пистолетов и револьверов;
- 8 — для 5,45-мм ручного пулемета РПК-74.

При отсутствии проверочной мишени проверку боя и приведение оружия к нормальному бою можно проводить по черному прямоугольнику размером 35 см по высоте и 25 см по ширине (пистолет — черный круг диаметром 25 см).



Мишень для проверки боя

Проверка боя пистолета производится из положения стоя с руки или с упора (дерн, мешок, набитый опилками или песком), положенного на какой-нибудь местный предмет или подставку.

При стрельбе с упора кисть руки с пистолетом должна быть на весу и не касаться упора.

Для проверки боя производится подряд четыре выстрела. По окончании стрельбы по расположению пробоев определяются кучность боя и положение средней точки попадания.

Кучность боя признается нормальной, если все четыре (три) пробоевны вмещаются в круг диаметром 15 см.

При удовлетворительной кучности определяют СТП и величину ее отклонения от контрольной точки¹. Если СТП отклонилась от КТ более чем на 5 см,

¹ Далее — «КТ».

то пистолет передается оружейному технику для соответствующего передвижения или замены целика.

Изменение высоты целика или его перемещение на 1 мм изменяет положение СТП в соответствующую сторону на 19 см.

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

1.3.2. Осмотр 5,45 мм автомата Калашникова и подготовка его к стрельбе

Для проверки исправности автомата, его чистоты, смазки и подготовки к стрельбе производятся контрольные осмотры автомата, принадлежности и магазинов.

Осматривают автоматы:

- ежедневно;
- перед заступлением в наряд, на службу, перед занятиями, при применении — периодически в течение дня;
- во время чистки.

Неисправности автомата, магазинов и принадлежности должны устраняться немедленно. Если устранить их самостоятельно нельзя, автомат, магазины и принадлежность необходимо отправить в ремонтную мастерскую.



Подготовка автомата к стрельбе:

- 1. Произвести чистку, осмотреть автомат в разобранном виде.*
- 2. Осмотреть автомат в собранном виде.*
- 3. Осмотреть магазины.*
- 4. Непосредственно перед стрельбой прочистить насухо канал ствола (нарезную часть и патронник).*
- 5. Осмотреть патроны и снарядить*

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

Чистка и смазка автомата.

Чистка автомата производится:

- при подготовке к стрельбе;
- после стрельбы боевыми и холостыми патронами — немедленно по окончании стрельбы на стрельбище (в полигоне);
- после несения службы и занятий на стрельбище (полигоне) без стрельбы — по возвращении со службы или занятий;
- если автомат не применялся — не реже одного раза в неделю.

После чистки автомат смазывается. Смазка наносится только на хорошо очищенную и сухую поверхность металла немедленно после чистки, чтобы не допустить воздействия влаги на металл.

Порядок приведения автомата к нормальному бою.

Проверка боя автомата производится стрельбой патронами одной серии с обыкновенной пулей. Дальность стрельбы 100 м с прицелом 3 (у АКС74У с прицелом «П»). Положение для стрельбы — лежа с упора.

Стрельба ведется одиночными выстрелами по проверочной мишени или по черному прямоугольнику размером 35×25 см (для АКС74У по черному прямоугольнику размером 35×30 см), укрепленной на щите 1×0,5 м.

Точка прицеливания¹ — середина нижнего края мишени. По отвесной линии над ТП отмечается нормальное положение СТП, которая должна быть выше ТП на 13 см. Отмеченная точка является контрольной.

Для проверки боя производится подряд четыре выстрела. По окончании стрельбы по расположению пробоин определяются кучность боя и положение СТП. Кучность боя признается нормальной, если все четыре (три) пробоины 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 (для АКС74У смещается на 37 см). Один полный оборот мушки перемещает СТП по высоте при стрельбе на 100 м на 20 см (для АКС74У смещается на 37 см).

Правильность перемещения мушки проверяется повторной стрельбой.

¹ Далее — «ТП».

§ 2. Приемы и правила стрельбы из 9-мм пистолета Макарова

Приступая к освоению практической стрельбы из оружия, не следует считать, что рост результатов достигается производством большого количества выстрелов. Так как бездумная стрельба ведет лишь к бессмысленному расходу патронов, успехи в тренировке достигаются не за счет количества, а за счет качества выстрела¹.

Чтобы стать хорошим стрелком, способным показывать высокие и стабильные результаты, нужно научиться практически правильно выполнять все стрелковые приемы и закрепить определенные навыки. Для этого необходимо тренироваться.



***Тренировка** — это многократное повторение ряда действий, направленные на овладение определенными движениями, а также на развитие, закрепление и поддержание на должном уровне тех или иных двигательных умений и навыков*

Необходимым условием выработки прочного навыка является сознательное его усвоение: чем с большей сознательностью навык формируется, тем прочнее он закрепляется. Для того, чтобы навык быстрее и лучше формировался, нужно хорошо осмыслить разучиваемое движение (действие), создать мысленный образ его выполнения. Поэтому знания о разучиваемом движении и четкое представление о нем являются совершенно необходимым условием для его усвоения².

Производство меткого выстрела требует правильного выполнения следующих действий:

- изготовка;
- хват;
- прицеливание;
- задержка дыхания;
- управление спуском.

Перечисленные действия составляют основу техники стрельбы, так как являются обязательными элементами и находятся в тесной взаимосвязи. Каждый из этих элементов решает свои строго определенные задачи, направленные в совокупности на решение одной общей задачи — поразить цель.

¹ Спортивная стрельба: учебник для институтов физической культуры / под общ. ред. А.Я. Корха. — М., 1987. С. 171.

² Юрьев А.А. Пулевая спортивная стрельба: учебник. 3-е изд. — М., 1973.

2.1. Положения для стрельбы из 9-мм пистолета Макарова (изготовки)

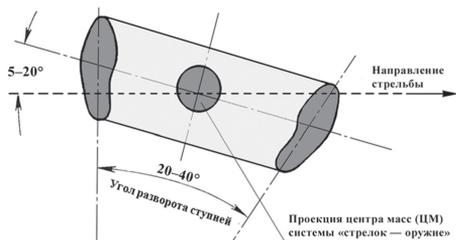


Изготовка — это комплекс технических действий, выполняемых стрелком для принятия определенного положения для стрельбы (позы), обеспечивающего наилучшую устойчивость системы «стрелок — оружие» при удержании оружия, прицеливании и выполнении выстрела

Для удержания пистолета в относительной неподвижности необходимо принять оптимальную изготовку, положение при этом должно быть естественным и удобным.

Принятие положений для стрельбы:

1. Стоя с одной руки — обычная изготовка



Обычная изготовка при стрельбе из пистолета

В практике стрельбы из пистолета различают следующие варианты изготовки: вполборота к мишени; боком к мишени, ноги на ширине плеч. Наиболее удобным признается такое положение, при котором линия плеч с плоскостью стрельбы составляет $15\text{--}20^\circ$, ступни ног слегка разведены.

Мышцы скелетной мускулатуры, участвующие в сохранении принятой позы, находятся в небольшом рабочем тоне, необходимом для максимального уменьшения подвижности во всех суставах тела. Вследствие постоянной тренировки мышц колебания системы «стрелок—оружие» постепенно уменьшаются.

Наиболее устойчива такая изготовка, при которой стопы ног находятся на ширине плеч или немного ближе и разведены в стороны, без какого-либо напряжения. Угол между ними колеблется от 0 до 40° (в зависимости от индивидуальных особенностей стрелка).

Узкая постановка ног сближает точки опоры и неблагоприятно сказывается на устойчивости. Широкая постановка ног вызывает излишнее мышечное напряжение.

Вес тела с оружием должен быть равномерно распределен на обе ноги или чуть больше на ногу, стоящую сзади, и несколько ближе к носкам. Это в известной мере способствует равной мышечной чувствительности каждой ноги.

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

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

Голова должна быть повернута в направлении стрельбы без наклона, т.е. находится в наиболее естественном положении. Поворот головы, не обеспечивающий совпадение с линией прицеливания, компенсируется поворотом глаз на угол 5–10°. Такой небольшой поворот глаз для прицеливания не ухудшает условий их работы. Мышцы, удерживающие глазное яблоко в таком состоянии, находятся в небольшом тоне, соответствующем общему мышечному тону.

Левая рука расслаблена, ее можно вложить в карман брюк, зацепить большим пальцем за ремень, или прижать к бедру.

Проверка правильности принятой изготки по отношению к цели может быть выполнена самостоятельно следующим образом:

- принять положение изготки;
- направить пистолет в район прицеливания;
- закрыть на 2–3 сек глаза;
- 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.

В стрелковой практике применяются различные варианты изготки для скоростной стрельбы стоя с использованием дополнительной поддержки пистолета свободной рукой. Изготки отличаются друг от друга в основном расположением корпуса относительно направления стрельбы и вариантами поддержки пистолета.

2. Стоя с двух рук — фронтальная и универсальная изготки

Фронтальная и универсальная изготки наиболее широко применяются при стрельбе стоя.

Фронтальная изготка. Корпус должен быть расположен перпендикулярно линии стрельбы и представлять собой силуэт с максимальной площадью собственного поражения.

Из-за того, что корпус «не перекручен» и грудная клетка не мешает при стрельбе считается, что из этого положения стрелять удобнее.

Существуют общие требования к изготкам для скоростной стрельбы из пистолета. Например, используется более широкая, чем при медленной стрельбе, расстановка стоп. В отличие от изготки для медленной стрельбы, которая

предусматривает жесткое закрепление ног в суставах, при изготовке для скоростной стрельбы с места, при возможном переносе огня по фронту, необходимо стремиться к тому, чтобы туловище не было слишком жестко закреплено в тазобедренных суставах и обладало необходимой гибкостью и эластичностью.



Фронтальная изготовка с поддержкой руки, удерживающей оружие

Изготовка для скоростной стрельбы из пистолета должна характеризоваться повышенной устойчивостью в направлении плоскости стрельбы, позволять быстро и уверенно поднимать руку с пистолетом, существенно не нарушая равновесия тела при выполнении очередного выстрела.

Положение ног в скоростной стрельбе стоя с использованием поддержки пистолета связано с распределением центра масс системы «стрелок–оружие» в площади, ограниченной ступнями ног. Вес тела при стрельбе необходимо распределять равномерно на обе ноги или чуть ближе к левой ступне. Ноги должны быть выпрямлены, нагрузка распределяется на середину каждой стопы или немного ближе к пяткам.

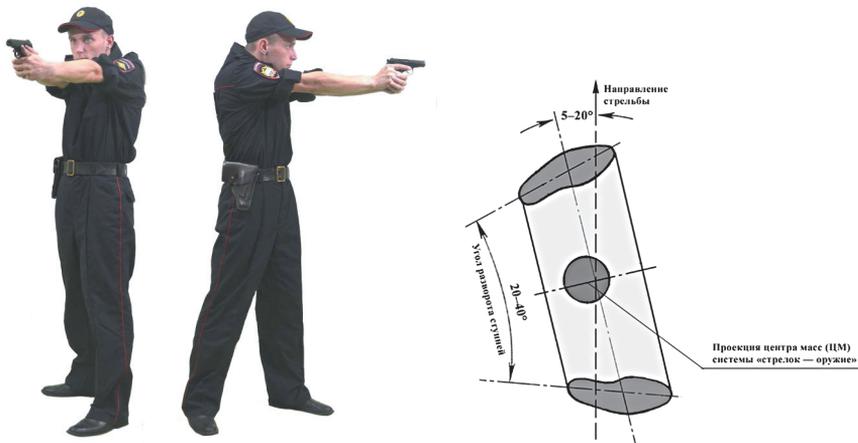
Голова должна быть повернута в направлении стрельбы без наклона, т.е. находится в наиболее естественном положении. Руки, удерживающие пистолет, должны быть полностью выпрямлены и закреплены в локтевых и лучезапястных суставах. Это обеспечит устойчивость пистолета после выстрела и направит суммарный вектор силы отдачи на общую массу тела.

Для фиксации жесткости треугольника усилие стреляющей руки направляется «от себя», усилие поддерживающей руки «к себе».

Универсальная изготовка. Тело 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 равномерно распределяется на обе ноги или немного ближе к левой ноге. Рука, удерживающая оружие, выпрямлена (или согнута в локтевом суставе при использовании средств индивидуальной защиты), усилие «от себя»; поддержи-

вающая рука согнута (либо прямая), усилие руки на «себя». В этой изготровке создается силуэт с небольшой площадью собственного поражения. Корпус при использовании данной изготровки «перекручен», что создает некоторые неудобства при прицеливании.

Обязательным условием меткой и кучной стрельбы при такой изготровке является постоянство усилия, прилагаемого к оружию до выстрела, во время и после выстрела.



Универсальная» изготровка. Положение для стрельбы стоя с поддержкой руки, удерживающей оружие

При использовании указанных выше изготровок для стрельбы могут возникнуть следующие ошибки:

- слишком узкая (меньше ширины плеч) или, наоборот, излишне широкая постановка ног при выполнении упражнения. В первом случае узкая постановка ног сближает точки опоры и неблагоприятно сказывается на устойчивости, особенно при стрельбе в плохих метеоусловиях (ветер). Излишне широкая постановка ног вызывает чрезмерное мышечное напряжение и затрудняет чувствительность и тонкую координацию;
- перенос центра масс системы «стрелок — оружие» на одну ногу и сгибание ног (приседание) ведет к снижению устойчивости;
- потеря контроля за положением головы: наклон головы влево, вправо или вперед-вниз (прицеливание исподлобья) увеличивает разброс пробоин на цели. Необходимо помнить, что положение головы должно быть естественным и однообразным;
- сгибание руки, удерживающей пистолет, в локтевом суставе. Данная ошибка значительно увеличивает время возвращения пистолета на линию прицеливания для выполнения очередного выстрела. Рука в момент импульса отдачи «переламывается» в локтевом суставе, увеличивая его амплитуду, и затрачивается больше времени на выполнение серии выстрелов.

3. С колена (правосторонняя и левосторонняя изготровки)

Для принятия положения для стрельбы с колена следует¹:

1. Лево́й 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°.

Принимая положение для стрельбы с колена по ходу движения (например, при выдвигении с исходного рубежа и производстве первых выстрелов с положения с колена), удобнее делать шаг левой ногой вперед. Если принять положение для стрельбы с колена без движения вперед (например, находясь за укрытием) или двигаясь назад (вперед спиной), целесообразно сделать шаг правой ногой назад.

Для принятия положения для стрельбы с колена с руки необходимо сделать неширокий шаг левой ногой назад, опуститься на левое колено и сесть на каблук. Правую ногу согнуть в коленном суставе так, чтобы голень находилась в вертикальном положении, носок стопы направлен в сторону ведения огня. Бедро правой ноги направлено вперед, бедро левой ноги направлено вниз-влево. Угол между бедрами ног близок к 90°. Положение головы, туловища и рук с оружием сходны с изготвкой для стрельбы стоя. Угол между линией плеч и правой рукой может быть 15–30°. Большая часть веса тела должна приходиться на пятку левой ноги.



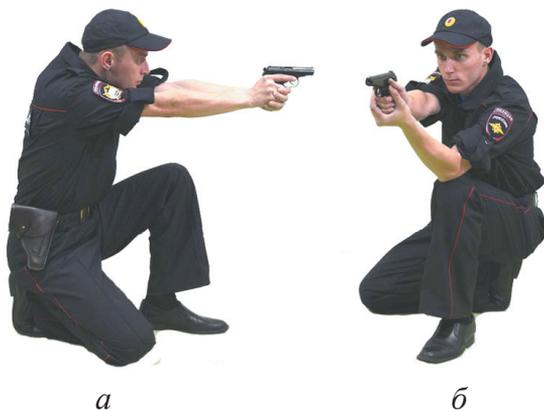
Положение для стрельбы с колена с руки

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

Для принятия положения для стрельбы с колена без опоры с двух рук (рис. а) необходимо принять положение для стрельбы с колена. Угол, образованный бедрами, составляет 45–60°. Положение головы, туловища и рук сходно с фронтальной изготковкой для стрельбы с двух рук. Тяжесть тела распределена так, чтобы на левую ногу приходилось меньше весовой нагрузки.

Для принятия положения для стрельбы с двух рук с опорой локтевым суставом на колено (рис. б). Последовательность принятия изготковки такая же, как при принятии изготковки для стрельбы с колена с двух рук. Левая рука согнута в локтевом суставе. Локоть (или трехглавая мышца плеча) упирается в верхнюю часть коленной чашечки. Тело и голова наклоняются вперед. Левая нога выносится вперед на полшага, голень может находиться как вертикально, так и под углом к бедру.

Стопа становится под небольшим углом к плоскости стрельбы. Угол, образованный бедрами, составляет 55–65°.



*Положение для стрельбы с колена с двух рук:
а — без опоры локтевым суставом на колено;
б — с опорой локтевым суставом на колено*

Вышеописанное положение для стрельбы с колена позволяет осуществлять перенос огня по направлению вправо — назад.

При возникновении угрозы сзади, находясь в положении с колена, не отрывая ступней от земли, можно разворачивать корпус вправо, в результате поднимается правое колено и слегка опускается левое. Принимается положение полуприседа (так называемой низкой пространственной изготковки).

Далее необходимо разворачиваться по часовой стрелке — левое колено опускается на землю, а правое поднимается вертикально. Стреляющая рука ставится локтем на колено и, не отнимая от нее другую (но можно вести огонь без упора стреляющей руки о колено), производится стрельба, разворачиваясь таким образом на 180° на цель, которая появилась сзади. Необходимо научиться выполнять этот разворот одним движением.

4. Лежа.

При принятии положения лежа с руки на неровной поверхности правую ногу целесообразно подогнуть, что позволит увеличить высоту линии огня.



Положение для стрельбы лежа с руки

При стрельбе с одной руки можно опираться кистью вооруженной руки на сжатый кулак или положить предплечье правой руки на кисть левой, при этом левая рука согнута и ее локоть упирается в поверхность.



Положение для стрельбы лежа с руки (с использованием кулака в виде упора)

Для принятия положения для стрельбы лежа с двух рук необходимо согнуть левую руку в локтевом суставе и опереться локтем в поверхность, правую руку с пистолетом вытянуть или немного согнуть в локте. Голова держится прямо. Лежать можно на животе или на левом боку, согнув правую ногу в коленном суставе, а левой опереться носком в поверхность.



Положение для стрельбы лежа с двух рук с опорой на локти

Можно принять изготровку лежа на животе, используя опору на оба локтя в поверхность. Голова при этом положении наклонена вперед. Ноги без напряжения раскинуты в стороны, носки упираются в поверхность.

Для принятия положения для стрельбы лежа с упора необходимо:

1. Сделать полный шаг правой ногой вперед и немного вправо.
2. Наклоняясь вперед, опуститься на левое колено и поставить левую руку на землю впереди себя, пальцами вправо (если положение для стрельбы лежа принимается с оружием в руках, то во время выполнения всего двигательного

действия правая рука удерживает пистолет в направлении вперед-вверх в сторону мишени).

3. Опираясь последовательно на бедро левой ноги и предплечье левой руки, лечь на левый бок и быстро перевернуться на живот, раскинув ноги в стороны носками наружу.



Положение для стрельбы лежа с упора

В процессе стрельбы из положения лежа возможны следующие варианты изготовок:

1. Лежа на животе «с двух рук с локтей с опорой руками о вертикальную часть укрытия». Лечь на живот, ноги раскинуть в стороны, носки ног развернуть наружу. При правильном положении не должно быть искривления позвоночного столба. Руки согнуть в локтевых суставах и упереть в грунт или поверхность опоры.

2. Лежа на животе «с руки с упора». Лечь на живот, в отличие от предыдущей изготки грудная клетка прижата к полу, а рука, удерживающая оружие, полностью вытянута вперед (рис. а).

Разновидностью этой изготки может выступать положение, когда обе руки разогнуты, касаются пола и рука с пистолетом укладывается в ладонь поддерживающей руки (рис. б).



а



б

Положение для стрельбы лежа «с руки с упора»:

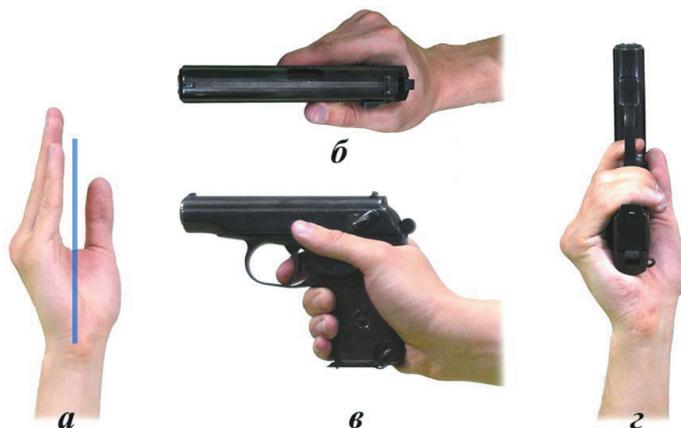
а — с предплечья (запястья) в качестве упора; б — с ладони в качестве упора

2.2. Способы удержания оружия одной рукой, двумя руками



Хват — это 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 (рис. а).



Способ удержания оружия в руке (хват)

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 (рис. а, б, в).

Средний, безымянный палец и мизинец выполняют основную роль в удержании пистолета, они должны касаться друг друга и плотно облегать рукоятку, но при этом, сильно не сжимая ее.

Средний палец должен упираться в спусковую скобу, что способствует лучшему восприятию веса оружия. При стрельбе с левой руки хватка пистолета воспроизводится зеркально.

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 (рис. б).

В поисках правильной и удобной для себя хватки следует найти такое положение для пальцев, а также место упирания в ладонь, при котором мышцы — сгибатели указательного пальца — при нажатии на спусковой крючок не вовлекли бы непроизвольно в работу близлежащие мышцы. В противном случае не добиться кучной стрельбы, поскольку работа указательного пальца при нажатии на спусковой крючок будет сопровождаться движением остальных пальцев.

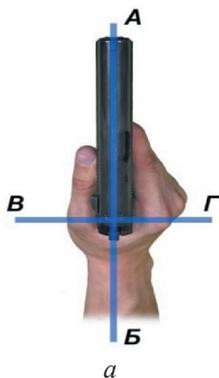
При первоначальных тренировках хват, или правильную укладку пистолета в руку, целесообразно осуществлять с помощью свободной руки, не участвующей в удержании оружия.

Положение пистолета в руке должно быть всегда постоянным. В связи с разными размерами кисти и длиной пальцев возможен несколько больший или меньший захват рукоятки пальцами рук, но положение тыльной части рукоятки пистолета, большого и указательного пальцев руки неизменно. Иначе это приведет к ошибкам при стрельбе.

Пистолет — короткоствольное самозарядное оружие, ствол у которого расположен выше кисти стреляющего. Мощный патрон, сильная отдача и тяжелый спуск курка (когда курок стоит на боевом взводе, необходимо мышечное усилие пальца при нажиме на спусковой крючок в пределах 2,5–3 кг, а при стрельбе самовзводом еще больше) вынуждают к необходимости плотно держать рукоятку пистолета, но без лишнего напряжения. Усилие хвата зависит от натяжения спуска, при слабом хвате управление усилием спуска 2,5–3 кг весьма затруднительно, так как малейшая ошибка в направлении нажима на спусковой крючок с таким усилием может сбить наводку пистолета.

Самостоятельно проверить правильность удержания пистолета в руке можно несколькими способами.

Первый способ. Рекомендуется взять пистолет в руку и, опустив кисть на уровень пояса, посмотреть на него сверху. В этом положении большой палец должен быть параллелен средней линии ствола АБ (рис. а). Затем мысленно провести линию ВГ, соединяющую начало первого сустава указательного и второго сустава большого пальцев руки. Эти две линии — средняя линия ствола пистолета (линия АБ) и проведенная мысленно линия, соединяющая два сустава (ВГ), должны быть перпендикулярны между собой или близки к этому¹.



Проверка правильности хвата пистолета



Проверка правильности положения пистолета в руке

¹ Кальченко В. А. Формирование профессиональных навыков владения личным оружием у инспектора уголовного розыска. — Омск, 1981.

Второй способ. Необходимо принять положение изготовления и пистолет направить в цель. Правильность положения проверяется следующим образом. В данном положении средняя линия ствола пистолета должна совпадать со средней линией предплечья или проходить по касательной к внутренней части локтевого сустава (см. рис. б).

Способы поддержки пистолета значительно влияют на его устойчивость при стрельбе. В практике скоростной стрельбы существуют следующие способы поддержки руки с пистолетом:

- способ поддержки за кисть кистью поддерживающей руки снизу, сбоку, спереди;
- поддержка за лучезапястный сустав: охватываются одновременно кисть и предплечье кистью поддерживающей руки снизу;
- поддержка за предплечье кистью поддерживающей руки с опорой о туловище.



*Поддержка кисти руки
с пистолетом снизу*



*Поддержка кисти руки
с пистолетом сбоку*

Поддержка кисти руки с пистолетом снизу. Поддерживающая рука охватывает кисть руки с пистолетом снизу. Большие пальцы располагаются крест накрест на затворной задержке пистолета, обеспечивая устойчивое положение оружия при прицеливании.

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

При «двойном» хвате (с поддержкой второй руки) дополнительный обхват пальцами левой руки пальцев правой руки, удерживающей пистолет,

на 40–60 % увеличивает силы противодействия отдаче и подбросу оружия. Для этого большой палец правой руки убирается с рукоятки пистолета в сторону, а на его место укладывается основание большого пальца левой руки (при этом значительно увеличивается усилие прижима за счет увеличения площади опоры). Незадействованный большой палец правой руки отводится влево во избежание травм при откате затвора и укладывается на основание большого пальца левой руки. Мизинец и безымянный пальцы левой руки укладываются на мизинец и безымянный палец правой руки для увеличения силы противодействия подбросу ствола пистолета («проворачивания» пистолета вверх относительно центра массы оружия).



«Двойной» хват

Большое значение для меткости стрельбы имеет и правильное усилие удержания оружия (хватки), которое зависит от веса оружия, натяжения спуска курка, выполняемого вида стрельбы (медленная, скоростная), условий стрельбы, а также физической подготовки и психологического состояния стреляющего.

Хват в целом должен быть плотным; мышцы — сгибатели пальцев — должны быть достаточно напряжены, они укрепляют суставы кисти, повышенный тонус этих мышц создает условия, при которых отсутствуют неожиданные, конвульсивные вздрагивания и подергивания, что обычно резко смещает оружие.

Рабочее усилие всех мышц, как удерживающих рукоятку, так и сгибателей указательного пальца, нажимающих на спусковой крючок, не должны значительно отличаться друг от друга.

Плотный хват создает хорошие условия для работы указательного пальца при нажиме на спусковой крючок благодаря тому, что указательный палец имеет надежную опору из пальцев, плотно охватывающих рукоятку пистолета и прижимающих ее к ладони.

Правильный хват должен также предусматривать такое положение пистолета в кисти, при котором ствол оружия находится в одной вертикальной плоскости с предплечьем (т.е. предплечье является продолжением оси канала ствола оружия).

2.3. Прицеливание



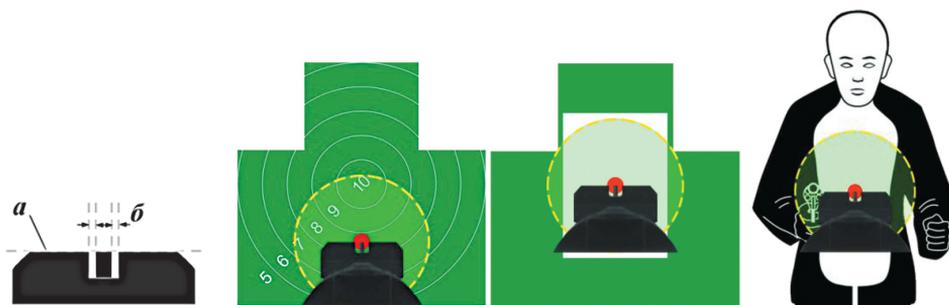
Прицеливание — это наведение оружия в цель с помощью визуального совмещения прицельных приспособлений

Точность прицеливания является одним из решающих факторов, определяющих качество стрельбы.



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

Отдельным фактором, влияющим на производство мягкого выстрела является правильное распределение внимания при прицеливании. Человеческий глаз не может одновременно четко видеть два или несколько предметов, находящихся на разном расстоянии. При прицеливании 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.



Ровная мушка

Видимое изображение мушки на мишени

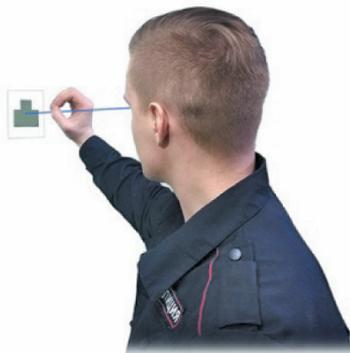
Эта относительная четкость должна сохраняться при стрельбе по любой цели. **Основное внимание при стрельбе с открытым прицелом следует сосредоточивать на ровной мушке в прорези целика**, несколько пренебрегая положением мушки относительно района прицеливания.

Изменение этой градации четкости — одна из основных ошибок в прицеливании. Навык удержания нужной четкости так же важен, как и удержание ровной мушки, независимо от колебаний пистолета. Предлагаемые степени четкости дают возможность лучше контролировать положение мушки и прорези целика.

Еще одна из особенностей человеческого глаза, имеющая большое значение при прицеливании, — монокулярное и бинокулярное зрение. Зрение одним глазом называется **монокулярным**, а двумя — **бинокулярным**.

Наличие двух глаз у человека не всегда означает, что у него бинокулярное зрение. Нередко глаз с недостаточной остротой зрения выключается из акта прицеливания, и человек фактически пользуется лишь одним глазом. Преобладание одного глаза над другим имеет место и тогда, когда оба глаза с одинаковой остротой зрения. Глаз, которым человек предпочитает пользоваться при прицеливании, называют **направляющим** или **доминирующим**.

Для определения направляющего глаза можно воспользоваться следующим способом: держа кисть руки на некотором удалении, сложить пальцы в виде кольца, и смотреть через него на какой-нибудь мелкий предмет так, чтобы видеть его двумя глазами. Затем, поочередно закрывая глаза, нужно следить, уходит предмет из кольца или остается в нем. Направляющим является тот глаз, которым стрелок видит предмет несмещенным, оставшимся в кольце. У большинства людей направляющий глаз правый¹.



Определение направляющего (доминирующего) глаза

Наиболее часто встречающиеся ошибки при прицеливании.

Первая и наиболее распространенная *ошибка* — сосредоточение взгляда на мишени.

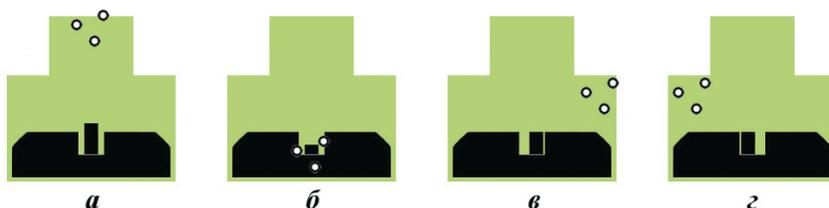
Второй ошибкой можно считать выбор точки, а не района прицеливания.



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».

¹ Юрьев А.А. Пулевая спортивная стрельба. 3-е изд. — М., 1973.



Ошибки при прицеливании:

а — крупная мушка; б — мелкая мушка; в, з — мушка придержана вправо или влево

Третьей ошибкой при прицеливании можно считать нарушение визуального контроля над положением «ровной мушки»:

- крупная мушка (рис. а) — вершина мушки расположена выше краев прорези целика, средняя точка попадания переместится вверх;
- мелкая мушка (рис. б) — вершина мушки расположена ниже краев прорези целика, средняя точка попадания переместится вниз;
- мушка придержана вправо или влево (рис. в, г) — вершина мушки, находясь на уровне с краями прорези целика, расположена ближе к правому или левому краю. Средняя точка попадания переместится соответственно вправо или влево.

2.4. Дыхание

Известно, что во время прицеливания стреляющий стремится придать туловищу и оружию наилучшую устойчивость, в связи с чем возникает необходимость временно задержать дыхание, так как оно сопровождается ритмичным движением грудной клетки, живота, плечевого пояса, что вызывает смещение и колебания оружия, при которых невозможно произвести точный выстрел.

От правильной постановки дыхания зависит не только результат каждого выстрела, но и успешное выполнение всего упражнения в целом. Наиболее продолжительную задержку дыхания необходимо производить на вдохе, а не на выдохе, так как суммарная задержка дыхания на вдохах менее отрицательно сказывается на общем состоянии организма, он испытывает меньшее кислородное голодание. Человек без особого труда, не связанного с неприятными ощущениями, может задержать дыхание на 12–15 секунд. Этого времени вполне достаточно для производства выстрела. Однако задержка дыхания на вдохе (полувдохе) более благоприятно сказывается на устойчивости и общем состоянии стреляющего, чем задержка дыхания на выдохе (полувыдохе).

При задержке дыхания на выдохе голосовая щель у человека остается открытой, в связи с чем, независимо от воли стреляющего, воздух постепенно выходит, дыхание может возобновиться, грудная клетка, рука с оружием начнут опускаться, вследствие чего трудно удержать его в нужном положении.

При задержке дыхания на вдохе (полувдохе) голосовая щель закрывается, чем достигается определенная устойчивость туловища, а значит, и оружия.

Наиболее целесообразным для применения является следующий вариант дыхания. При подъеме руки с оружием делается 1–2 вдоха немного глубже обычного, 2–3 затухающих вдоха и выдоха и плавно затаивается дыхание на дыхательной паузе, как бы продолжая его, причем остановка должна быть в момент чуть меньше полувдоха, одновременно с производством прицеливания («грубой наводки»). Затем, не возобновляя дыхания, уточняется наводка оружия с одновременным нажимом на спусковой крючок. Важным приемом при стрельбе является постепенная остановка дыхания вместе с плавной остановкой руки с оружием в районе прицеливания.

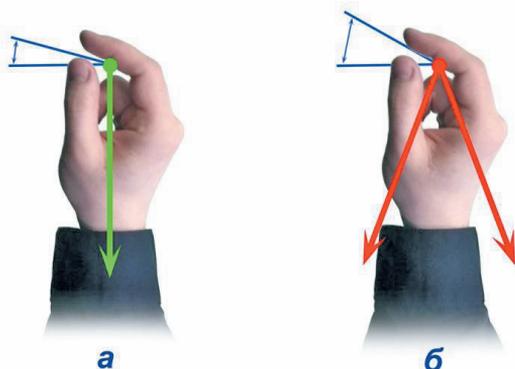
Чтобы при стрельбе нарушение ритма дыхания не сказывалось на общем состоянии организма, не следует надолго задерживать дыхание для производства выстрела: если выстрел не производится за 10–12 секунд с момента задержки дыхания, то нужно прекратить прицеливание и передохнуть, сделать несколько неглубоких вдохов и выдохов (так как при глубоких вдохах и выдохах — гипервентиляции легких — может закружиться голова) и начать снова обработку спуска курка. Если стрельба ведется скоростная, то задержка дыхания осуществляется на время производства нескольких выстрелов.

2.5. Спуск курка с боевого взвода

Для выполнения меткого выстрела нажим на спусковой крючок как элемент техники имеет решающее значение. Какими бы удачными ни были изготовка и прицеливание, стрельба не будет меткой, если прочно не освоить правильный нажим на спусковой крючок. Прежде всего, спуск курка не должен смещать наведенное в цель оружие, т.е. сбивать наводку. Для этого необходимо уметь плавно нажимать на спусковой крючок. Кроме того, спуск курка следует производить в полном соответствии со зрительным восприятием, т.е. приурочивать к определенному моменту, когда «ровная мушка» находится в районе прицеливания.

Таким образом, для выполнения меткого выстрела нужно производить плавное нажатие на спусковой крючок и прицеливание — не отдельно и изолированно одно от другого, а строго согласованно между собой. Управлять спуском было бы очень просто, если бы оружие в руках не совершало колебаний. Чем меньше опыт стреляющего, тем больше размах (амплитуда), частота и беспорядочность колебаний оружия. В результате «ровная мушка» в большей или меньшей мере отклоняется в сторону от района прицеливания, останавливаясь лишь на непродолжительное время, в течение которого необходимо завершить плавное нажатие на спусковой крючок и произвести выстрел. Поскольку колебания оружия носят произвольный беспорядочный характер, предугадать момент и продолжительность таких кратковременных остановок очень слож-

но. Эти трудности могут усугубляться еще и тем, что согласованное выполнение действий в таких условиях, с одной стороны, находится в противоречии с врожденными ответными реакциями организма и навыками, приобретенными в предшествующий период жизнедеятельности, а с другой — требует образования новых навыков, направленных на улучшение согласованности (координации) движений при зрительном контроле за их выполнением.



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



Чтобы не сбить наводку оружия при нажиме 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.*

Однако выполнение всех этих требований не обеспечит хорошей стрельбы без достаточного согласования правильного нажима на спусковой крючок с наводкой оружия (прицеливанием)

Способ управления спуском требует постоянного совершенствования мышечного чувства указательного пальца, которое вырабатывается тренировкой в «холостую» (без патрона). Необходимо приучить себя плавно наращивать усилие на спусковом крючке, так как это — главное условие для меткой стрельбы.

К основным причинам, мешающим вести меткую стрельбу, относятся:

- стремление к абсолютно точному расположению ровной мушки в точке, а не в районе прицеливания, нарушаемому значительными колебаниями пистолета;
- самооборонительный рефлекс на звук и отдачу оружия, проявляющийся в момент выполнения выстрела напряжением группы мышц, и, как следствие, приводящий к далеким отрывам;
- резкое сокращение или расслабление мышц, участвующих в удержании оружия, что приводит к большим угловым отклонениям ствола пистолета.

Наиболее распространенные ошибки, встречающиеся при спуске курка:

1. *«Ловля мишени».* При стремлении нажать на спусковой крючок в тот момент, когда «ровная» мушка совместится с районом прицеливания, резко усиливается нажим на спусковой крючок, что приводит к рывку, он как бы «поддавливает» район прицеливания на мишени. Угловое отклонение ствола при резком спуске (дергании) значительно усиливает разброс попаданий.

Эту ошибку легко обнаружить, работая в паре с другим обучающимся и наблюдая за дульной частью ствола оружия, которая непосредственно перед выстрелом резко отходит в сторону. Для этого необходимо зарядить оружие холостым (учебным) патроном. Резкое отклонение ствола оружия при спуске курка (без выстрела) при этом будет служить хорошей иллюстрацией неправильных действий. Для предупреждения и исправления ошибки необходимо, прежде всего, хорошо понять сущность плавного спуска курка и уяснить, что даже значительное отклонение «ровной» мушки от точки прицеливания при плавном спуске курка не даст сильного отрыва, тогда как малейший рывок спускового крючка из-за углового смещения ствола приводит к резкому отрыву попадания.

Следует уверенно и плавно нажимать на спусковой крючок, независимо от колебаний оружия, удерживать лишь «ровную» мушку в районе прицеливания, без стремления произвести выстрел в какой-то определенный момент.

2. *Слишком медленный спуск курка.* Затягивая спуск курка, вынуждено задерживается дыхание на более продолжительное время, а также напрягается зрение при прицеливании, из-за чего выстрел производится в менее благоприятных условиях. Положение к моменту выстрела становится напряженным, глаз устает и хуже различает положение мушки. Сокращаются перерывы для отдыха между выстрелами, а ведь оптимальное время, затрачиваемое от начала прицеливания (при уже затаенном дыхании) до выстрела, не должно быть более 5–10 сек.

3. *Ожидание выстрела.* При ожидании звука выстрела и отдачи оружия кажется, что сейчас грянет выстрел, что невольно ускоряет нажим на спусковой крючок, нарушая плавность спуска курка. Для предупреждения и исправления

ошибки следует делать отметку каждого выстрела. После выстрела на некоторое время (до 1 сек) необходимо оставаться неподвижным и продолжать прицеливаться.

2.6. Производство выстрела

Приняв соответствующую изготовку для стрельбы, необходимо 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 нужно не ждать момента наступления наилучшей устойчивости пистолета, а активно удерживать его, не давая оружию уйти из района прицеливания. Такой метод позволяет выполнить качественный выстрел в тот момент, когда это необходимо.

2.7. Приемы стрельбы в различных условиях

2.7.1. Скоростная стрельба с места по неподвижной цели

Способы ношения пистолета в кобуре. На вооружении большинства органов, организаций, подразделений МВД России находятся закрытые кобуры. Закрытая кобура с клапаном (крышкой) крепится на поясном ремне. Форма кобуры повторяет контуры пистолета.

Месторасположение кобуры на поясном ремне должно определяться наилучшими условиями для быстрого и безопасного извлечения из нее пистолета и досылания патрона в патронник.



Кобура

Существует несколько основных способов ношения пистолета в кобуре. На рис. а изображено расположение кобуры с пистолетом на пояском ремне с правой стороны, ближе к задней поверхности бедра. В этом случае при извлечении пистолета из кобуры и выведении его на линию прицеливания траектория движения дульной части ствола оружия будет располагаться в вертикальной плоскости «стреляющий — мишень», а возможно располагающиеся слева от сотрудника граждане будут находиться в полной безопасности от случайного выстрела.

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



а

Извлечение пистолета из кобуры, расположенной на пояском ремне с правой стороны



б

Извлечение пистолета из кобуры, расположенной на пояском ремне с левой стороны

До момента выполнения практических упражнений, связанных с извлечением пистолета из кобуры, необходимо заранее выбрать один, наиболее удобный способ ношения пистолета в кобуре и наработать навык быстрого извлечения из нее оружия.

Способы быстрого извлечения пистолета из кобуры и досылания патрона в патронник. Большое практическое значение при выполнении скоростной стрельбы из пистолета имеет быстрота его извлечения из кобуры и досылания патрона в патронник. При хорошей натренированности можно справиться с извлечением пистолета и досыланием патрона в патронник менее чем за 2 сек.

Существуют несколько способов досылания патрона в патронник при помощи свободной руки.

Первый способ (рис. а): правая рука удерживает пистолет в неподвижном положении, а левая зажимает между большим и согнутым указательным пальцами слабой руки заднюю часть затвора, удерживая затвор за насечки с торца, затвор отводится в заднее положение (на себя) до упора и отпускается, без сопровождения его рукой.



а

Досылание патрона в патронник, зажимая заднюю часть затвора между большим и согнутым указательным пальцами слабой руки



б

Досылание патрона в патронник, зажимая заднюю часть затвора ладонью и четырьмя пальцами слабой руки



Сопровождение затвора (движение рукой, удерживающее затвор) недопустимо, так как это может привести к возникновению задержки при стрельбе (недокрытию патрона затвором)

Этот способ универсальный и подходит для большинства моделей пистолетов.

Второй способ (рис. б): правая рука удерживает пистолет в неподвижном положении, а левая зажимает между ладонью и четырьмя пальцами слабой руки заднюю часть затвора (окно выбрасывателя при этом не закрываются ладонью), затвор отводится в заднее положение (на себя) до упора и отпускается, без сопровождения его рукой.

После досылания патрона пальцы слабой руки распрямляются и переходят на хват, не пересекая среза ствола.

При таком способе досылания патрона ствол пистолета не должен быть направлен в левую (правую) сторону от стрелка или в его предплечье, **оружие должно быть направлено в сторону мишени**, только в этом случае эти способы будут безопасны.



в

Недопустимое отведение затвора при устранении задержки при стрельбе

При досылании патрона в патронник или при устранении задержки нельзя закрывать окно затвора ладонью (рис. в). Это может помешать извлечению гильзы или патрона из патронника при устранении задержек при стрельбе.

Третий способ (спортивный) (рис. г): передняя часть затвора вставляется в вилку между большим и указательным пальцами слабой руки. Затвор зажимается между верхним ребром ладони и прямым указательным пальцем (окно выбрасывателя при этом не закрываются ладонью), отводится в заднее положение (на себя) до упора и отпускается, без сопровождения рукой. После досылания патрона кисть слабой руки соскальзывает вниз и переходит в хват.



г

Спортивный способ досылания патрона в патронник

Этот способ требует определенных усилий и является наиболее сложным, подходит для пистолетов со слабой возвратной пружиной и имеющих насечки с торца в передней части затвора.

Тренировка по быстрому извлечению пистолета из кобуры осуществляется в процессе тренировки без патрона. Пистолет находится в кобуре и закрепляется на поясном ремне справа или слева. Оружие должно быть проверено на

незаряженность, затем пистолет убирается в кобуру, магазин — в кармашек кобуры, которая застегивается.

Рекомендации при извлечении пистолета из кобуры и досылании патрона в патронник:

- извлечение пистолета из кобуры одной рукой, без поддержки кобуры снизу свободной рукой, значительно увеличивает время, затрачиваемое на извлечение оружия. Как следствие, истечение времени выполнения упражнения;
- досылая патрон в патронник с удержанием затвора за насечки с торца, необходимо обратить внимание на степень влажности руки, удерживающей затвор: при отведении затвора в крайнее заднее положение влажной рукой велика вероятность срыва пальцев руки с затвора, что, в свою очередь, делает невозможным досылание патрона в патронник;
- извлекая пистолет из кобуры, в целях безопасного обращения с оружием необходимо накладывать указательный палец правой руки на предохранительную скобу. На спусковой крючок палец накладывается после досылания патрона в патронник, чтобы снизить степень риска при случайном нажатии на спусковой крючок при досылании патрона в патронник;
- при досылании патрона затвор удерживается левой рукой сверху (рис. д). При таком способе досылания патрона ствол пистолета направлен в левую сторону от сотрудника или в его предплечье, что связано с нарушением мер безопасности при обращении с пистолетом. Следует также учитывать, что при устранении задержек при стрельбе окно затвора будет закрыто рукой, что помешает извлечению гильзы или патрона из патронника;
- если не отработать до автоматизма действия по извлечению оружия из кобуры и перевести взгляд на кобуру для того, чтобы извлечь пистолет, визуальнo теряется цель, а соответственно, можно не успеть выполнить упражнение.



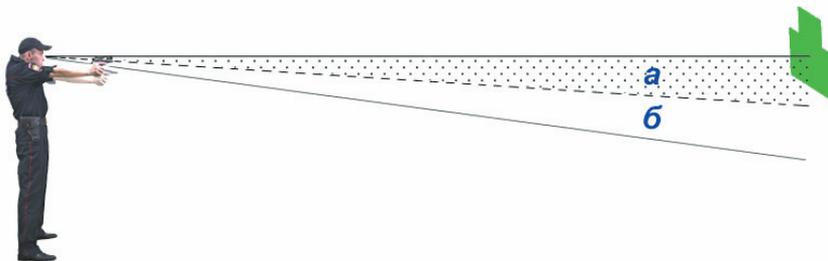
д

*Недопустимый способ досылания патрона в патронник
путем удержания затвора левой рукой сверху*

Прицеливание. Техника прицеливания при стрельбе с ограничением во времени заметно отличается от прицеливания в неограниченное время.

Рассмотрим два способа прицеливания и подъема рук с пистолетом на цель.

Первый вариант базируется на методике спортивной скоростной стрельбы по появляющейся мишени. Он предполагает подъем рук с пистолетом после извлечения из кобуры и досылания патрона в патронник снизу-вверх. Такой способ формирует надежные навыки поражения цели на дистанциях, требующих прицельной стрельбы (более 15 м) в ограниченное время, и исключает перекрытие пистолетом видимого изображения цели. Суть его заключается в том, что при выполнении упражнения сразу после подачи команды «Огонь» пистолет извлекается из кобуры, досылается патрон в патронник, выполняется поддержка и быстро, почти рывком, руки поднимаются с пистолетом. После преодоления двух третей всего пути движение рук постепенно замедляется. Зрительная «встреча» прицельных приспособлений должна состояться при их вхождении в нижнюю часть мишени или несколько ниже (рис. а). В последней трети пути подъема пистолета уточняется положение мушки в прорези целика и выполняется начальный нажим указательным пальцем на спусковой крючок (рис. б). Применительно к пистолету свободный ход должен быть заранее выбран. Вместе с остановкой пистолета в районе прицеливания усиливается нажим на спусковой крючок с таким расчетом, чтобы к моменту совмещения мушки и прорези прицела с центром цели произошел выстрел.



Техника прицеливания при подъеме рук снизу-вверх:
а — сектор зрительной «встречи» прицельных приспособлений;
б — сектор уточнения прицеливания

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

Второй способ предполагает вынос пистолета в район прицеливания по кратчайшей линии. После извлечения пистолета из кобуры, досылания патрона в патронник и выполнения поддержки руки выпрямляются, направляя пистолет в цель. Этот способ считается более быстрым, его можно с успехом использовать на практике, но он требует длительных тренировок, направленных

на совмещение прицельных приспособлений. Направление пистолета в цель по кратчайшей линии отрабатывается быстро, а вот совмещение ровной мушки в районе прицеливания вызывает сложность. Пытаясь быстро совместить мушку с целиком, можно визуальнo потерять ее, нарушить хват пистолета напряжением мышц кисти.

Самой распространенной ошибкой, встречающейся при направлении пистолета в цель и прицеливании является превышение района прицеливания при использовании первого способа подъема руки с пистолетом. Завершающая часть (последняя треть) подъема пистолета — один из наиболее сложных элементов техники скоростной стрельбы, который имеет решающее значение в успешном выполнении выстрела. Необходимо обратить внимание на плавный переход от быстрого, почти рывкового, движения рук с пистолетом вверх к замедленному, а затем — его полному затуханию при вхождении прицельных приспособлений в район прицеливания. Важно следить за тем, чтобы прицельные приспособления при подъеме пистолета не прошли выше района прицеливания, иначе придется заново его уточнять, а это связано с дополнительными затратами времени. Успех попадания в цель в полной мере связан с точностью выхода ровной мушки в центральную зону на мишени, для чего необходимо многократно выполнять и доводить до автоматизма все перечисленные выше технические действия с оружием.

Техника спуска курка с боевого взвода при стрельбе в ограниченное время. Управление спуском курка — самый трудный технический элемент при выполнении стрельбы в ограниченное время. Формирование навыка управления спуском курка с боевого взвода в скоростной стрельбе занимает особое место, ведь нажим на спусковой крючок является сложнейшим элементом техники, который завершает всю цепь действий выполнения выстрела.

Меткий выстрел при скоростной стрельбе возможен только в том случае, если нажим на спусковой крючок будет достаточно быстрым и обязательно равномерным. Если 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 самый ответственный момент выполнения выстрела. Поэтому, чтобы выиграть время, необходимое для спуска курка, начинать выбирать свободный ход спускового крючка следует одновременно с направлением рук с пистолетом в цель. Движение указательного пальца при нажиме на спусковой крючок по своему характеру должно походить на движение рук при подъеме пистолета (вначале быстрое и энергичное с последующим замедлением нажатия к моменту завершения подъема). Это необходимо для того, чтобы при остановке рук потребовалось незначительное дополнительное усилие указательного пальца для мягкого, плавного, окончательного

выжима боевого хода спускового крючка. В согласованном действии подъема (направления) рук и одновременного с ним движения указательного пальца при нажиме на спусковой крючок в основном и заключается искусство выполнения первого выстрела при скоростной стрельбе. Техника выполнения последующих выстрелов во многом сходна с рассмотренной выше. Разница лишь в том, что 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.

При выполнении скоростной стрельбы из пистолета могут возникнуть следующие ошибки при спуске курка с боевого взвода:

- в момент подъема (направления) пистолета в цель или чаще всего при выполнении очередного выстрела можно забыть заранее выбрать свободный ход спускового крючка. Импульс отдачи побуждает переключить внимание на совмещение прицельных приспособлений, и забывается необходимость выбирать свободный ход спускового крючка для выполнения очередного выстрела. Если одновременно выбрать свободный и боевой ход, то значительно увеличивается путь, проходимый указательным пальцем при нажиме на спусковой крючок, что, в свою очередь, напрягает большую часть мышц кисти, участвующих в удержании пистолета. Напряжение мышц кисти, участвующих в удержании оружия, приводит к большим угловым отклонениям ствола пистолета. Как правило, пуля уходит далеко вниз и влево от цели;
- самооборонительный рефлекс на звук и импульс отдачи пистолета в момент выстрела (ожидание выстрела). Как и в первом случае, эта ошибка проявляется напряжением группы мышц, участвующих в удержании пистолета, и приводит к неметкой стрельбе;
- касание второй фалангой указательного пальца рамки пистолета при удержании и нажиме на хвост спускового крючка либо касание поддерживающей рукой указательного пальца при стрельбе с поддержкой (рис. а). Это приводит к тому, что указательному пальцу при нажиме на спусковой крючок приходится преодолевать дополнительное усилие и изменять направление своего движения. Необходимо выполнять нажим на спусковой крючок строго вдоль осевой линии ствола пистолета, без боковых отклонений (рис. б);
- «подавливание» цели, т.е. резкий нажим на спусковой крючок в момент правильного расположения прицельных приспособлений на цели. Такой нажим на спусковой крючок — «дерганье» — приводит, как правило, к тому, что пробойны располагаются далеко от центра цели, чаще всего в ее левом нижнем углу, либо промахам. Нажимать на спусковой крючок следует достаточно быстро, равномерно увеличивая усилие, без рывка;



а

Касание указательного пальца правой руки рамки пистолета



б

Правильное положение указательного пальца при нажиме на спусковой крючок

- в момент выстрела ослабляется усилие хвата пистолета. Это ослабление хвата возникает в результате резкого отбрасывания указательного пальца от спускового крючка. Палец как будто «обжигается» о спусковой крючок. От такого движения рефлекторно ослабляется хват пистолета, выстрел происходит при большом угловом смещении ствола пистолета. Чтобы не допускать такой ошибки, достаточно не отрывать указательный палец от спускового крючка после выстрела, сохраняя легкое касание;
- нарушение темпа при выполнении скоростной стрельбы. «Ломаный» темп стрельбы и возможно возникающие задержки времени между выстрелами, негативно отражаются на ее результатах.



На первый выстрел следует уделять больше времени. Это связано с извлечением оружия из кобуры, досыланием патрона в патронник, направлением пистолета в цель. Выполнение первого выстрела определяет ритмичность последующих действий и успешность выполнения всей серии

2.7.2. Скоростная стрельба по неподвижным целям после передвижения

Перемещение на огневой рубеж. Перемещение, как правило, выполняется в условиях ограниченного пространства 25-метрового стрелкового тира поточным методом. Стреляющий стоит возле мишеней, оружие заряжено и находится в кобуре. По команде руководителя стрельб «Вперед» необходимо быстрым бегом, равномерно, без ускорений достигнуть огневой рубежа. Темп и способ преодоления расстояния подбирается через 10–15 повторений. В среднем на перемещение и разворот уходит 6–7 сек.

Ошибка при перемещении: при очень высокой скорости экономится 1–2 сек, но система «человек — оружие» после этого на 2–3 сек дольше приобретает устойчивое положение.

При выполнении 4а упражнения в 25-метровом стрелковом тире расстояние в 30 м, как правило, преодолевается по направлению от мишеней к первому огневому рубежу. Достигнув первого огневого рубежа 20 м, нужно выполнить разворот на 180° и изготавиться к стрельбе, стоя лицом к мишеням.

При выборе *универсальной изготавки* двигательные действия должны быть следующими:

- производится стопорящий шаг внешней стороной стопы левой ноги за огневым рубежом;
- правая нога по дуге уводится за левую ногу, туловище на месте разворачивается вправо, левым боком к мишени (разворот 180°);
- стопы ног располагаются параллельно, примерно на ширине плеч; возможен небольшой наклон туловища к левой ноге, отставленной вперед;
- одновременно с разворотом туловища в сторону мишеней извлекается оружие из кобуры и выносится в сторону мишеней по кратчайшему расстоянию.

Перечисленные двигательные действия необходимы для сокращения времени на подготовку к первому, наиболее важному выстрелу.

Ошибки при выполнении разворота:

- большое количество мелких шагов при выполнении разворота;
- отсутствие стопорящего шага при достижении огневого рубежа.

Для принятия *фронтальной изготавки*:

- при достижении рубежа открытия огня выполняется стопорящий шаг внешней стороной стопы правой ноги за огневым рубежом;
- левая нога по дуге наступает за линию огневого рубежа, разворачивая в сторону мишени туловище через правое плечо;
- стопы ног располагаются параллельно за огневым рубежом, возможен небольшой наклон туловища вперед. После разворота туловища в сторону целей оружие извлекается из кобуры и выносится в направлении района стрельбы.

Однообразие обработки первого и второго выстрелов. Управление спуском курка с боевого взвода в ограниченное время формируется при освоении 2а упражнения. Для выполнения 8 упражнения стрелку необходимо произвести шесть выстрелов: по два выстрела с огневых рубежей 20, 15, 10 м. Наиболее важны первые выстрелы с огневого рубежа 20 м, связанные со скоростным перемещением, извлечением пистолета из кобуры, выполнением элементов техники меткого выстрела в условиях ограничения времени. Неудовлетворительные результаты можно показать по причине некачественной обработки первого или второго выстрелов на огневом рубеже 20 м. Баллистические осо-

бенности полета пули 9-мм патрона при выполнении 8 упражнения следует учитывать только на первом огневом рубеже 20 м, выбирая район прицеливания под центром цели, на огневых рубежах 10 и 15 м рекомендуемый район прицеливания — центр мишени.

Ошибки в обработке первого и второго выстрелов:

- стремление выиграть время на обработке спуска курка приводит к рывку за спусковой крючок и смещению оси канала ствола пистолета. Выполнение первого выстрела задает примерный ритм и темп обработки последующего выстрела, и соответственно можно повторить ошибку в обработке второго выстрела;
- обработка второго выстрела некачественна со значительным отклонением пробойны вниз (влево вниз). Обычно разрыв между пробойнами составляет 30–40 см, а в некоторых случаях и более. Данная ошибка вызвана неоднобразной обработкой спуска курка при первом и втором выстрелах. Уверенно поразив мишень первым выстрелом, нельзя пренебрегать качественной обработкой спускового крючка при выполнении второго выстрела;
- плохое удержание импульса отдачи первого выстрела приводит к потере визуального контроля над прицельными приспособлениями после первого выстрела. В результате второй выстрел выполняется в спешке, с грубым прицеливанием и неправильной обработкой ударно-спускового механизма;
- резкое ослабление усилия хвата пистолета после первого выстрела возникает из-за отбрасывания указательного пальца от спускового крючка.

Нужно помнить, что руководитель занятия при отработке навыков стрельбы вхолостую подает громкий сигнал об отсчете времени на выполнение перемещения, изготовления, первого и второго выстрелов. Таким способом задается примерный ритм и темп стрельбы на каждом огневом рубеже.

После выполнения второго выстрела с огневого рубежа 20 м по условию выполняемого упражнения нужно бегом переместиться на огневой рубеж 15 м. При перемещении следует визуально удерживать линию прицеливания, не сгибая руки в локтевых суставах, выполнять быстрый и длинный (в зависимости от антропометрических данных) скользящий шаг.

При выполнении скользящего шага стопа движется поступательно вперед, от центра масс к периферии, по дуге примерно в 5–7 см от пола. Длина шага — 40–50 см. Направление движения — вперед, с небольшим смещением по фронту в сторону цели.

Ошибки при выполнении перемещений между огневыми рубежами:

- стреляющий бежит с оружием в руках, не выполняя требований к сохранению линии прицеливания и технике перемещения. Желая сократить время на преодоление расстояния между огневыми рубежами, можно не-

умышленно нарушить меры безопасности, так как ствол пистолета во время бега колеблется, направляясь в разные стороны;

- теряется визуальный контроль над оперативной обстановкой на мишенном поле. Возникает эффект «тоннельного зрения», когда видится только мишень;
- перемещение между огневыми рубежами слишком быстрое. Необходимо учитывать силу инерции тела, возникающую после быстрого перемещения, которая может помешать остановке на огневом рубеже и принятию необходимого положения для стрельбы.

Способ удержания и переноса оружия во время перемещения. В скоростной стрельбе большое значение имеет время возврата прицельных приспособлений после выстрела на линию прицеливания и четкое, стабильное удержание прицельной линии при перемещении на последующий огневой рубеж. Наиболее рационально и правильно при беге удерживать пистолет на уровне глаз в прямой удерживающей и немного согнутой поддерживающей руке. Только при усложнении условий перемещения между огневыми рубежами можно допускать небольшое сгибание рук в локтевых суставах.

Ошибки при перемещении с оружием:

- утрачивается визуальный контроль над прицельными приспособлениями из-за чрезмерно согнутых в локтевых суставах рук. К следующему огневому рубежу приходится снова принимать положение для стрельбы, выпрямлять руки, удерживающие оружие, уточнять линию прицеливания. Вследствие этого стреляющий, чувствуя нехватку времени, пренебрегает качеством обработки ударно-спускового механизма;
- большие колебания туловищем при перемещениях ведут к потере четкой прицельной линии.

2.7.3. 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, 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 и т.д.

Положение для стрельбы с колена. Принимая положение для стрельбы с колена по ходу движения (например, когда необходимо выдвинуться с исходного рубежа и произвести первые выстрелы с положения с колена), удобнее делать шаг левой ногой вперед. При намерении принять положение для стрельбы с колена без движения вперед (например, находясь за укрытием) или двигаясь назад (вперед спиной), целесообразно сделать шаг правой ногой назад.

В соответствии с условиями упражнения, принимая положение для стрельбы с колена, нужно 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 (рис. а, б). При стрельбе с правой руки используется левый нижний угол, при стрельбе с левой руки — правый нижний угол. Принимается положение для стрельбы с колена, кисти рук, удерживающие оружие, кладутся в проем окна (в один из нижних углов). Необходимо следить за тем, чтобы пистолет не касался основанием рукоятки или затвором твердых частей укрытия.



а

Использование укрытия при стрельбе из положения с колена (вид спереди)



б

Положение для стрельбы с колена при стрельбе из-за укрытия

Перемещения в ходе выполнения упражнения. Основной задачей перемещений в процессе выполнения упражнения выступает смена положений для стрельбы с максимальным использованием защитных свойств укрытия. И в изготовках, и при перемещениях следует избегать появления незащищенного силуэта в проеме окна и с боковых сторон укрытия. При перемещениях необходимо соблюдать требования безопасности при обращении с оружием, они должны характеризоваться естественностью, простотой и экономностью движений.

Условия упражнения дают возможность принимать положение для стрельбы в любой удобной последовательности. Самый простой вариант выполнения упражнения, когда производятся первые два выстрела из **положения для стрельбы стоя**. После команды руководителя стрельб «Вперед» нужно выдвинуться на огневой рубеж (к укрытию), извлечь пистолет из кобуры, принять положение для стрельбы. Передвигаться от исходного до огневого рубежа следует быстрым шагом. После начала передвижения можно расстегнуть кобуру и, не извлекая оружие, взять пистолет за рукоятку. Одновременно с принятием положения для стрельбы стоя необходимо извлечь оружие, выключить предохранитель, дослат патрон в патронник. Если находиться с левой стороны укрытия, то необходимо переложить пистолет в левую руку, далее — изготовиться к стрельбе и произвести два прицельных выстрела.

Данные действия следует выполнять рациональными и размеренными движениями, без суеты, однако и без промедления. Расстояние в 5 м (от исходного до огневого рубежа) преодолевается быстрым шагом за 2–3 сек. Оружие приводится в боевую готовность за 1,5–2 сек. Если начинать процесс подготовки к стрельбе (расчехлить и взять пистолет за рукоятку) после команды «Вперед», а не после принятия положения для стрельбы стоя, то от команды до первого выстрела проходит 5–6 сек, причем этого времени достаточно для качественного прицеливания.



В целях соблюдения мер безопасности запрещается извлекать оружие до принятия положения для стрельбы стоя.

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 (рис. а). При этом действии указательный палец убирается со спускового крючка, а оружие удерживается в безопасном направлении.

2. Необходимо сделать шаг левой ногой влево вдоль стены, одновременно сгибая ноги в коленных суставах (приседая) и перенося общий центр массы тела на левую ногу (рис. б). 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 опереть в пол, сесть на пятку (т.е. принять положение для стрельбы с колена — рис. в), установить руки в проеме окна, изготовиться и произвести выстрелы.



Переход из положения для стрельбы стоя в положение с колена:
 а — скрестный шаг сзади стоящей ногой; б — шаг левой ногой вдоль стены;
 в — подтянуть правую ногу, принять положение для стрельбы с колена

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

2.7.4. Скоростная стрельба после передвижения со сменой магазина

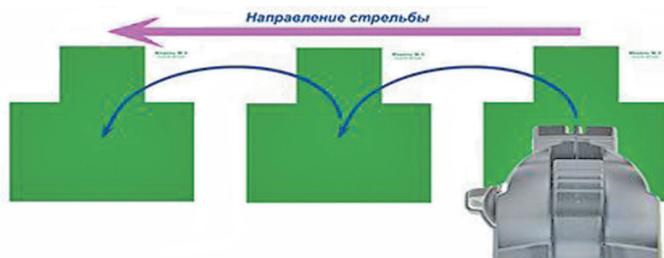
Перенос огня по фронту. При выполнении упражнения 7а появляется такой технический элемент, как перенос огня по фронту.

Необходимость быстро вести огонь, перенося его с одной цели на другую, возникает в условиях огневого контакта, при отражении внезапного нападения с нескольких направлений. Практика показывает — удобнее всего вести огонь справа налево. Это объясняется следующим обстоятельством: при отдаче оружие отклоняется влево и вверх, что позволяет быстрее навести пистолет на цель, расположенную левее предыдущей. Кроме того, в данном случае все цели будут находиться в поле зрения стреляющего.

В связи с тем, что стрельба выполняется по нескольким целям, следует обратить внимание на технику переноса огня. Она связана с перемещением оружия после выстрела на другую мишень, быстрым движением указательного пальца для подготовки очередного нажатия на спусковой крючок, поиском района прицеливания и направлением прицельных приспособлений в этот район.

Перенос огня с одной цели на другую должен выполняться не изолированным движением рук с пистолетом, а быстрым, плавным, скручивающим движением туловища с руками, жестко закрепленными в плечевых суставах. Преимущество такого способа переноса огня заключается в сохранении однообразия во взаиморасположении пистолета, рук и головы при движении, остановке и изготовке для последующего выстрела. Важно, чтобы изготовка обладала такой степенью жесткости закрепления подвижных звеньев верхней части тела, при которой обеспечивается неизменное взаиморасположение рук, туловища и головы.

В положении для стрельбы стоя, чтобы перенос огня с первой цели на следующие совершался быстрым и достаточно плавным движением, поворот верхней части тела (туловище, голова и руки с пистолетом) осуществляется в основном за счет работы мышц ног.



Перенос огня по фронту

В положении для стрельбы с колена бедра «выключены» и скручивающее движение на необходимый угол производится в целом корпусом, при неподвижном положении плечевого пояса.

Распространенные ошибки, возникающие при переносе огня по фронту:

- перенос оружия с одной цели на другую не всем корпусом, а только руками. В таком случае изменяется положение рук с оружием по отношению к телу, а равно и кистей по отношению к пистолету, к его направляющей силе отдачи. При этом создаются условия разнообразных углов вылета пули, а это, в свою очередь, вынуждает удерживать рукоятку пистолета с разным усилием. Такие действия приводят к дополнительным колебаниям оружия и снижают результативность стрельбы;
- «пронос» оружия левее района прицеливания при переносе огня с одной цели на другую (при стрельбе справа налево). Это приведет к тому, что пробоины будут располагаться в левой части мишени, а возможно, и за ее пределами. Поэтому необходимо постоянно контролировать прицельные приспособления и амплитуду их перемещения;
- «недонос» оружия до района прицеливания при переносе огня с одной цели на другую. Прицельные приспособления после переноса оружия с одной цели на другую будут находиться на мишени несколько правее, чем это необходимо (при стрельбе справа налево). Соответственно, пробоины будут располагаться в правой части мишени. В этом случае, равно как и при «проносе» оружия, необходимо уточнять расположение прицельных приспособлений на цели и только после этого производить выстрел;
- производство выстрела в момент, когда пистолет находится в движении. Стремясь быстро выполнить упражнение и уложиться в отведенное для этого время, производится выстрел, когда оружие еще не остановилось в районе прицеливания и находится в движении. Как правило, такой выстрел заканчивается промахом, так как техника стрельбы в движении значительно отличается от техники стрельбы с места. Поэтому следует останавливать оружие на мишени и только после этого производить выстрел.

Смена магазина. При необходимости поразить несколько целей оружие перезаряжается. Поэтому важным элементом успешности результата выполненного упражнения является навык смены магазина.

Смену магазина необходимо выполнять максимально быстро, однако без излишней суеты. Для этого до начала практического выполнения упражнения с патронами следует отработать данный технический элемент с учебным оружием до уровня автоматизма. При извлечении магазина из кармана кобуры допускается поддерживать кобуру предплечьем правой руки, однако нужно контролировать, чтобы оружие было всегда направлено в сторону мишеней.

В случае если по окончании патронов затвор не остановился на затворной задержке (чаще всего из-за «поддерживания» кнопки затворной задержки), в целях обеспечения безопасности выполнения упражнения, следует принудительно ставить затвор на затворную задержку и только после этого осуществлять смену магазина. В этом случае будет виден пустой патронник пистолета.



Для смены магазина необходимо:

- *убрать палец правой руки со спускового крючка и поместить на спусковую скобу;*
- *принять положение для стрельбы «стоя». В момент смены положений для стрельбы необходимо, удерживая пистолет за рукоятку правой рукой, большим пальцем левой руки отвести защелку магазина назад до отказа, одновременно оттягивая указательным пальцем левой руки выступающую часть крышки магазина, извлечь магазин из основания рукоятки и убрать в карман одежды, кобуру либо положить на пол;*
- *левой рукой извлечь запасной магазин из кармана кобуры и большим и указательным пальцами вставить магазин в основание рукоятки;*
- *снять затвор с затворной задержки и продолжить стрельбу*

Следует отметить, что пустой магазин в условиях ведения реального боя в целях экономии времени необходимо отбросить. Однако, во избежание поломок и загрязнения магазинов, на занятиях следует убирать пустой магазин в карман одежды, кобуру или класть на пол (поставку).



Смена магазина



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

2.8. Выполнение нормативов по огневой подготовке для пистолета

Нормативы по огневой подготовке отрабатываются в целях закрепления и проверки знаний материальной части оружия, мер безопасности, приемов стрельбы и умелого владения оружием. .

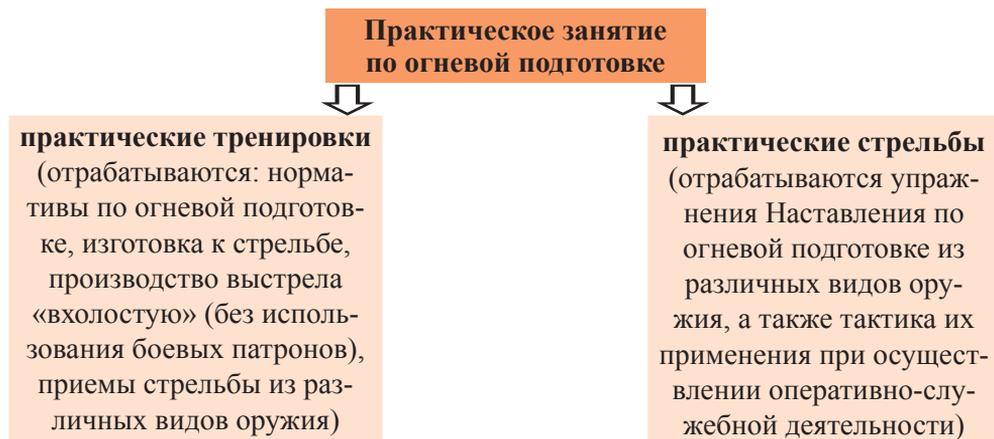
Норматив по огневой подготовке считается выполненным, если соблюдены условия его выполнения и не допущено нарушений требований Порядка организации подготовки кадров. При допущении в ходе отработки норматива по огневой подготовке ошибки, которая может привести к травме, поломке оружия, выполнение норматива прекращается и выставляется оценка «неудовлетворительно».



Время выполнения норматива по огневой подготовке отсчитывается от подачи команды «К выполнению норматива — приступить» до доклада «Норматив выполнен» «Готов», который осуществляется после выполнения последнего действия норматива

§ 3. Учебные и контрольные стрельбы из 9-мм пистолета Макарова

Основным видом учебных занятий по учебной дисциплине «Огневая подготовка» являются практические занятия.



Занятие по огневой подготовке организуется и проводится на 2–3 учебных местах. На 1-м учебном месте (тренажерный класс) используются учебные пистолеты, отрабатываются элементы техники, а также техника выполнения меткого выстрела (без патрона), устраняются ошибки, которые были выявлены в ходе стрельбы. На 2-ом учебном месте отрабатывается техника быстрого извлечения оружия из кобуры и приведение его к стрельбе. На 3-м учебном месте (стрелковая галерея) отрабатывается техника выполнения меткого выстрела с патронами.

3.1. Стрельба из пистолета в неограниченное время

Упражнение А. Стрельба с места по неподвижной цели.

Цель: грудная фигура с кругами (мишень № 4), неподвижная.

Огневой рубеж: 10, 15, 20 м.

Количество патронов: 3 шт.

Время на выполнение упражнения: не ограничено.

Положение для стрельбы: стоя.

Порядок выполнения упражнения. По команде руководителя (помощника руководителя) стрельб необходимо выйти на огневой рубеж (10, 15 или 20 м), выполнить действия команды «Заряжай», принять положение для стрельбы и доложить о готовности к стрельбе. Проверив готовность к стрельбе, руководитель (помощник руководителя) подает команду «Огонь». По этой команде извлекается пистолет из кобуры, выключается предохранитель, досылается патрон в патронник, производится три прицельных выстрела в мишень.

Упражнение 1а. Стрельба с места по неподвижной цели.

Цель: грудная фигура с кругами (мишень № 4), неподвижная.

Огневой рубеж: 25 м.

Количество патронов: 3 шт.

Время на выполнение упражнения: не ограничено.

Положение для стрельбы: стоя.

Порядок выполнения упражнения. По команде руководителя (помощника руководителя) стрельб необходимо выйти на огневой рубеж, выполнить действия команды «Заряжай», доложить о готовности к стрельбе. Проверив готовность к стрельбе, руководитель (помощник руководителя) стрельб подает команду «Огонь». По этой команде извлекается пистолет из кобуры, принимается положение для стрельбы, выключается предохранитель, досылается патрон в патронник, производится три прицельных выстрела в мишень.

3.2. Скоростная стрельба из пистолета

Для освоения техники скоростной стрельбы необходимо последовательно и многократно отработать следующие элементы:

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

Для обучения быстрому извлечению пистолета из кобуры рекомендуется выполнение следующих упражнений. На выработку навыков быстрого извлечения пистолета из кобуры направлены следующие упражнения.

Упражнение Б. Стрельба с места по неподвижной цели с заданной зоной поражения.

Цель: грудная фигура (мишень № 6в), неподвижная, зона поражения — прямоугольник белого цвета размером 21,0×29,7 см, расположенный в центре мишени вертикально, при этом его верхний край расположен на 10,5 см ниже верхнего среза мишени.

Огневой рубеж: 10 м.

Количество патронов: 5 шт.

Время на производство одного выстрела: не более 6 сек.

Положение для стрельбы: стоя.

Порядок выполнения упражнения. По команде руководителя (помощника руководителя) стрельб необходимо выйти на огневой рубеж, выполнить действия команды «Заряжай» (при этом магазин снаряжен одним патроном), принять положение для стрельбы и доложить о готовности к стрельбе. Проверив

готовность к стрельбе, руководитель (помощника руководителя) стрельб подает команду «Огонь» и одновременно включает секундомер. По этой команде извлекается пистолет из кобуры, выключается предохранитель, досылается патрон в патронник, производится один прицельный выстрел в зону поражения. После каждого выстрела включается предохранитель, принимается исходное положение и делается доклад о выполнении упражнения. После осуществления руководителем (помощником руководителя) стрельб проверки оружия по окончании стрельбы выполняется еще четыре повтора.

Упражнение 2а. Скоростная стрельба с места по неподвижной цели с заданной зоной поражения.

Цель: грудная фигура (мишень № 6в) или грудная фигура с кругами (мишень № 4с), неподвижная, зона поражения — прямоугольник размером 21,0×29,7 см, расположенный в центре мишени вертикально, при этом его верхний край расположен на 10,5 см ниже верхнего среза мишени (для мишени № 6в — прямоугольник белого цвета, для мишени № 4с — прямоугольник, обозначенный белой либо черной пунктирной линией).

Огневой рубеж: 10 м.

Количество патронов: 4 шт.

Время на выполнение упражнения: не более 10 сек.

Положение для стрельбы: стоя

Порядок выполнения упражнения. По команде руководителя (помощника руководителя) стрельб необходимо выйти на огневой рубеж, выполнить действия команды «Заряжай», доложить о готовности к стрельбе. Проверив готовность к стрельбе, руководитель (помощник руководителя) стрельб подает команду «Огонь» и одновременно включает секундомер. По этой команде извлекается пистолет из кобуры, принимается положение для стрельбы, выключается предохранитель, досылается патрон в патронник и производится прицельные выстрелы в зону поражения. По истечении времени, отведенного на выполнение упражнения, руководитель (помощник руководителя) стрельб подает команду «Стой, прекратить огонь».

Упражнение 3а. Скоростная стрельба с места по неподвижной цели с заданными областями поражения со сменой позиции для стрельбы.

Цель: поясная фигура (мишень № 7б), неподвижная, зоны поражения — четыре прямоугольника белого цвета: первый — размером 14,8×21,0 см, расположенный в центре малого прямоугольника мишени вертикально, при этом его верхний край расположен по верхнему срезу мишени; оставшиеся три — размером 21,0×29,7 см, которые располагаются горизонтально, начиная от нижнего среза мишени, один над другим на расстоянии 5,3 см друг от друга.

Огневой рубеж: 10 м.

Количество патронов: 4 шт.

Время на выполнение упражнения: не более 12 сек.

Положение для стрельбы: стоя, с колена.

Порядок выполнения упражнения. По команде руководителя (помощника руководителя) стрельб необходимо выйти на огневой рубеж, выполнить действия команды «Заряжай», доложить о готовности к стрельбе. Проверив готовность к стрельбе, руководитель (помощник руководителя) стрельб подает команду «Огонь» и одновременно включает секундомер. По этой команде извлекается пистолет из кобуры, принимается положение для стрельбы стоя, выключается предохранитель, досылается патрон в патронник и из положения для стрельбы стоя производятся два прицельных выстрела в зоны поражения в любой последовательности, затем принимается положение для стрельбы с колена и производятся прицельные выстрелы в оставшиеся зоны поражения. По истечении времени, отведенного на выполнение упражнения, руководитель (помощник руководителя) стрельб подает команду «Стой, прекратить огонь».

Упражнение 4. Скоростная стрельба с места по неподвижной цели с заданной зоной поражения.

Цель: грудная фигура (мишень № 6в) или грудная фигура с кругами (мишень № 4с), неподвижная, зона поражения — прямоугольник размером 21,0×29,7 см, расположенный в центре мишени вертикально, при этом его верхний край расположен на 10,5 см ниже верхнего среза мишени (для мишени № 6в — прямоугольник белого цвета, для мишени № 4с — прямоугольник, обозначенный белой либо черной пунктирной линией).

Огневой рубеж: 10 м.

Количество патронов: 4 шт.

Время на выполнение упражнения: не более 10 сек.

Положение для стрельбы: стоя.

Порядок выполнения упражнения. По команде руководителя (помощника руководителя) стрельб необходимо выйти на огневой рубеж, выполнить действия команды «Заряжай», доложить о готовности к стрельбе. Проверив готовность к стрельбе, руководитель (помощник руководителя) стрельб подает команду «Огонь» и одновременно включает секундомер. По этой команде извлекается пистолет из кобуры, принимается положение для стрельбы, выключается предохранитель, досылается патрон в патронник и производятся прицельные выстрелы в зону поражения. По истечении времени, отведенного на выполнение упражнения, руководитель (помощник руководителя) стрельб подает команду «Стой, прекратить огонь».

Упражнение 7. Скоростная стрельба с места по неподвижной цели со сменой позиции для стрельбы и сменой магазина в ограниченное время.

Цель: специальная поясная (мишень № 2в), неподвижная.

Огневой рубеж: 10 м.

Количество патронов: 4 шт.

Время на выполнение упражнения: не более 15 сек.

Положение для стрельбы: стоя, с колена.

Порядок выполнения упражнения. По команде руководителя (помощника руководителя) стрельб необходимо выйти на огневой рубеж, выполнить действия команды «Заряжай» (при этом оба магазина снаряжены 2 патронами, один магазин находится в рукоятке пистолета, а второй — в кармане кобуры для запасного магазина (сумке для магазинов), доложить о готовности к стрельбе. Проверив готовность к стрельбе, руководитель (помощник руководителя) стрельб подает команду «Огонь» и одновременно включает секундомер. По этой команде извлекается пистолет из кобуры, принимается положение для стрельбы, выключается предохранитель, досылается патрон в патронник и производится два прицельных выстрела в мишень, затем, не снимая затвор с затворной задержки, принимается положение для стрельбы с колена, перезаряжается пистолет вторым магазином (ствол оружия должен быть направлен в сторону мишеней), снимается затвор с затворной задержки и производится еще два прицельных выстрела в мишень. По истечении времени, отведенного на выполнение упражнения, руководитель (помощник руководителя) стрельб подает команду «Стой, прекратить огонь».

Упражнение 8. Скоростная стрельба по неподвижным целям после передвижения.

Цели: поясная фигура (мишень № 7), две грудные фигуры (мишени № 6) или две специальные поясные (мишени № 2, зона поражения — темный фон).

Интервалы между мишенями: не менее 1 м.

Расстояние до целей: 50 м;

Огневые рубежи: 20, 15, 10 м.

Количество патронов: 6 шт.

Время на выполнение упражнения: не более 25 сек.

Положение для стрельбы: стоя.

Порядок выполнения упражнения. По команде руководителя (помощника руководителя) стрельб необходимо выйти на исходный рубеж в 50 м от целей и, выполнив действия команды «Заряжай», доложить о готовности к стрельбе. Проверив готовность к стрельбе, руководитель (помощник руководителя) стрельб подает команду «Вперед» и одновременно включает секундомер. По этой команде нужно бегом выдвинуться на первый огневой рубеж (20 м), извлечь пистолет из кобуры, принять положение для стрельбы, выключить предохранитель, дослать патрон в патронник и произвести два выстрела по поясной фигуре. Далее включить предохранитель и продолжить движение вперед, не убирая оружие в кобуру, вести последовательно огонь на рубежах 15 и 10 м по грудным фигурам (специальным поясным). По истечении времени, отведенного на выполнение упражнения, руководитель (помощник руководителя) стрельб подает команду «Стой, прекратить огонь».

Упражнение 9. Скоростная стрельба с разворотом и переносом огня по фронту.

Цели: преступник с заложником (мишень № 7а), специальная поясная (мишень № 2б).

Рекомендованный интервал между мишенями: 4 – 8 м.

Огневой рубеж: 15 м.

Количество патронов: 4 шт.

Время на выполнение упражнения: не более 15 сек.

Положение для стрельбы: стоя.

Порядок выполнения упражнения. По команде руководителя (помощника руководителя) стрельб необходимо выйти на огневой рубеж, выполнить действия команды «Заряжай», встать спиной к мишеням и доложить о готовности к стрельбе. Проверив готовность к стрельбе, руководитель (помощник руководителя стрельб) подает команду «Огонь» и одновременно включает секундомер. По этой команде нужно повернуться лицом к мишеням, извлечь пистолет из кобуры, принять положение для стрельбы, выключить предохранитель, дослать патрон в патронник и произвести по два прицельных выстрела в каждую мишень. По истечении времени, отведенного на выполнение упражнения, руководитель (помощник руководителя) стрельб подает команду «Стой, прекратить огонь».

Упражнение 10. Скоростная выборочная стрельба из-за укрытия с выбором цели.

Цели: две ростовые фигуры преступников (мишени № 3а) и одна ростовая фигура заложника (мишень № 3) расположены по фронту на расстоянии 10 см одна от другой (фигура заложника в центре).

Огневой рубеж: 15 м.

Количество патронов: 4 шт.

Время на выполнение упражнения: не более 10 сек.

Положение для стрельбы: стоя, из-за укрытия.

Порядок выполнения упражнения. По команде руководителя (помощника руководителя) стрельб необходимо выйти на огневой рубеж (за укрытием), выполнить действия команды «Заряжай», доложить о готовности к стрельбе. Проверив готовность к стрельбе, руководитель (помощник руководителя) стрельб подает команду «Огонь» и одновременно включает секундомер. По этой команде принимается положение для стрельбы из-за укрытия, извлекается пистолет из кобуры, досылается патрон в патронник и производятся по два прицельных выстрела в каждую ростовую фигуру преступника. Руководитель (помощник руководителя) стрельб по истечении установленного времени подает команду «Стой, прекратить огонь».

3.3. Учебные стрельбы из пистолета в усложненных условиях

Для совершенствования огневой выучки рекомендуются следующие методы:

- повторный метод с отработкой отдельных движений;
- целостный метод в вариативных условиях (многократное выполнение упражнений в вариативных условиях);
- соревновательный метод — выполнение заданий на точность и быстроту (дуэльная стрельба).



Дуэль — это один из вариантов скоростной стрельбы по неподвижной цели в ограниченное время, выполняемой двумя стрелками одновременно

Задача стреляющего — поразить цель раньше своего соперника. В отличие от простого выполнения упражнения на время, здесь добавляется психологический фактор — соперник, который может стрелять лучше и быстрее. Осознание данного факта заставляет мобилизоваться, сконцентрироваться на выполнении упражнения. С помощью дуэльной стрельбы могут совершенствоваться большинство элементов индивидуальной техники стрельбы.

1. Для совершенствования производства первого выстрела используется упражнение «**Стрельба по одиночной неподвижной цели без переноса огня**».

Цель: специальная мишень (мишень срочной информации, принимающая горизонтальное положение при попадании в нее), расположенная напротив каждого стреляющего.

Задача: поразить цель раньше своего противника.

Количество патронов: 2 шт.

Расстояние до цели: 20 м.

Порядок и условия выполнения упражнения. Два стреляющих находятся на огневом рубеже на одинаковом расстоянии от мишеней. Оружие находится в кобуре и закреплено на пояском ремне, снаряженный магазин — в основании рукоятки пистолета. Перед началом состязания каждый докладывает о готовности. По команде руководителя стрельб извлекается пистолет из кобуры, досылается патрон в патронник и ведется прицельный огонь по цели. Определение победителя возможно по двум критериям: скорость ведения огня и точность попадания.

Если результат обоих одинаков, например оба поразили мишень с первого выстрела, то преимущество отдается тому, кто выстрелил раньше. Однако если один закончил стрельбу раньше своего соперника, но мишень не поразил, в то время как противник оказался более метким, победитель определяется по второму критерию, т.е. по точности попадания.

Для отработки быстрого принятия положения для стрельбы может быть введено обязательное условие для стрельбы из определенного положения (с колена, лежа).

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

Цели: специальные мишени (мишень срочной информации, принимающая горизонтальное положение при попадании в нее), расположенные напротив каждого стреляющего (их может быть от двух до пяти).

Задача: поразить все цели раньше своего противника.

Количество патронов: на один больше количества целей (например, если цели две, то патронов — 3).

Расстояние до целей: 20 м.

Расположение мишеней: по фронту.

Порядок и условия выполнения упражнения. Два стреляющих находятся на огневом рубеже на одинаковом расстоянии от мишеней. Оружие находится в кобуре и закреплено на поясном ремне, снаряженный магазин — в основании рукоятки пистолета. Перед началом состязания каждый докладывает о готовности. По команде руководителя стрельб извлекается пистолет из кобуры, досылается патрон в патронник и ведется прицельный огонь по целям с переносом огня по фронту. Определение победителя возможно по двум критериям: скорости ведения огня и точности попадания. В первую очередь преимущество отдается тому, кто первый поразил все мишени.

Однако если один из стрелявших закончил стрельбу раньше своего соперника, но мишень не поразил, в то время как противник оказался более метким, победитель определяется по второму критерию, т.е. по точности попадания.

Если в это упражнение вводится обязательное условие — смена магазина, в таком случае отрабатывается и такой элемент техники стрельбы.

3. Для отработки стрельбы с переносом огня в глубину используется следующее упражнение.

Задача: поразить мишени (две и более), расположенные на расстоянии от 15 до 20 м.

Количество патронов: на один больше количества целей.

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

С помощью дуэльной стрельбы отрабатываются использование упоров и укрытий, а также совмещается отработка нескольких элементов. Для этого может быть использовано следующее комплексное упражнение (рис. а), при проведении которого устанавливаются две мишенные обстановки.

Цели: металлические тарелки (диаметром 30 см) или классический мини-поппер (диаметром 20 см) и картонные мишени, расположенные над уровнем земли от 0,1 м до 1,5 м.

Расстояние до целей: 10–20 м для металлических мишеней.

Количество поражаемых целей: 8 шт.

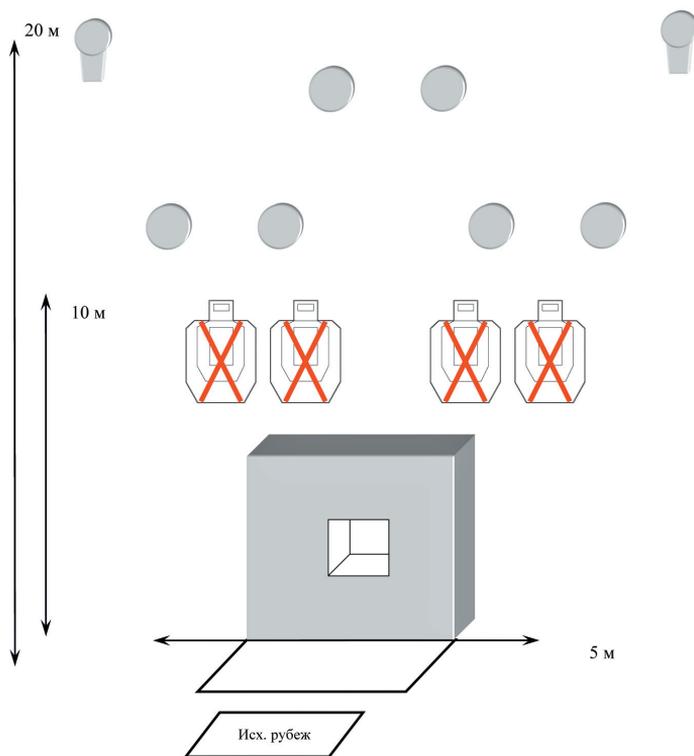
Количество непоражаемых целей: до 5 шт.

Количество патронов: 8 шт., снаряженных в два магазина по 4 патрона в каждом.

Огневой рубеж: прямоугольник 2×1 м, расположенный перед укрытием.

Укрытие: макет стены с окном; высота — 180 см, ширина — 200 см, глубина 30 см, окно размером 50×50 см расположено по центру стены на уровне 80 см от земли.

Порядок и условия выполнения упражнения. Два стреляющих находятся на исходном рубеже, один снаряженный магазин находится в кармашке кобуры для запасного магазина, второй — в руках. По команде руководителя стрельб стреляющие перемещаются на огневой рубеж. На огневом рубеже извлекается оружие из кобуры, вставляется магазин в основание рукоятки пистолета, досылается патрон в патронник и, выбирается огневая позиция, обстреливаются цели, стреляющие перемещаясь по фронту, меняя огневые позиции и ведя стрельбу с одной или двух рук из любого удобного положения, производят смену магазина и продолжают стрельбу. Пустой магазин убирается в карман форменной одежды.



Мишенная обстановка комплексного упражнения

Допускается использование укрытия в качестве опоры частями тела и упора руками. Победитель в этом виде дуэли определяется по тем же критериям, что и при стрельбе с переносом огня по фронту.

В целях выявления абсолютного победителя проводится дуэль по олимпийской системе, т.е. на выбывание (победители из каждой пары соревнуются друг с другом до тех пор, пока не выявится сильнейший). Для распределения остальных мест составляется турнирная таблица.

§ 4. Приемы и правила стрельбы из 5,45 мм автомата Калашникова и пистолета-пулемета ПП-91 «Кедр»

Длинноствольное оружие появилось несколько столетий назад. Тогда же стали подмечать, что при принятии определенных положений тела, рук, ног, постановки головы стрельба получается лучше. В связи с этим довольно скоро обрисовались основные принципы стрельбы из длинноствольного оружия, сформировались проверенные практикой изготочки (стойки), требования к управлению дыханием, спуском, прицеливанием. Выработался классический шаблон техники точной и меткой стрельбы, одинаковый для всех стреляющих.

В процессе обучения вырабатываются правильная изготочки, 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.

4.1. Положения для стрельбы из автомата и пистолета-пулемета (изготочки)

Стрельба может вестись из различных положений и с любого места, откуда видна цель или участок местности, на котором ожидается появление противника.

При ведении огня с места принимается положение для стрельбы стоя, с колена и лежа в зависимости от условий местности и огня противника.

В движении может вестись огонь на ходу без остановки и с короткой остановкой.

Для стрельбы необходимо выбирать такое место, которое обеспечивает наилучший обзор и обстрел, укрывает от наблюдения и огня противника и позволяет удобно выполнять приемы стрельбы. В зависимости от обстановки место для стрельбы выбирается в траншее, окопе, канаве, за камнем, пнем. В населенном пункте место для стрельбы может быть выбрано в окне здания, на чердаке, в фундаменте строения и т.п.

Не следует выбирать место для стрельбы вблизи выделяющихся отдельных местных предметов, а также на гребнях возвышенностей.

Для успешного выполнения огневых задач необходимо в совершенстве владеть приемами стрельбы из автомата и пистолета-пулемета.

Стреляющий, руководствуясь общими правилами выполнения приемов стрельбы и учитывая свои индивидуальные особенности, должен выработать и применять наиболее выгодное и устойчивое положение для стрельбы, добиваясь однообразного положения головы, корпуса, рук и ног.

В зависимости от физических особенностей разрешается производить стрельбу с левого плеча, прицеливаться двумя глазами.

Стрельба складывается из изготовления к стрельбе, производства стрельбы (выстрела) и прекращения стрельбы.

Изготовка к стрельбе по команде или самостоятельно. На учебных занятиях команда для изготовления к стрельбе может подаваться отдельно, например: «На огневой рубеж шагом марш», затем: «Заряжай». Если нужно, перед командой «Заряжай» указывается положение для стрельбы.

Изготовка к стрельбе включает принятие положения для стрельбы и заряжание автомата и пистолета-пулемета.

Принятие положения для стрельбы лежа с упора

При стрельбе из положения лежа с упора достигается максимальная неподвижность оружия в пространстве и, как следствие, высокое качество прицеливания. Стрельба с упора является основным видом ведения огня из автомата и пистолета-пулемета при обучении, потому что при данной изготовке быстрее приобретаются навыки правильного прицеливания и обработки спуска курка с боевого взвода. Даже хорошо подготовленные стреляющие в случаях, когда необходимо произвести особо точный выстрел, например при освобождении заложника, используют стрельбу с упора.

Место расположения оружия на упоре и плотность упора могут оказывать существенное влияние на результаты стрельбы, особенно при ведении автоматического огня. Это связано с тем, что при выстреле импульс отдачи подбрасывает автомат и пистолет-пулемет на упоре и пули могут уйти далеко выше цели. Поэтому нужно научиться правильно использовать упор: чем жестче поверхность упора, на котором находится автомат и пистолет-пулемет, тем сильнее подбрасывает оружие и увеличивается разброс пуль по вертикали, а ведение прицельного автоматического огня становится практически невозможным. Рекомендуется использовать упор, имеющий постоянную жесткость, близкую к жесткости руки. Жесткий упор необходимо прикрывать, например, головным убором, дерном или чем-нибудь мягким, что оказалось под рукой.

Существуют разные положения для стрельбы с упора, рассмотрим некоторые из них. Для принятия положения необходимо в первую очередь положить автомат и пистолет-пулемет цевьем на упор, при этом магазин не должен касаться упора (размещать оружие стволом на упор не рекомендуется потому, что при таком положении оружия резко увеличивается вертикальный и боковой разброс пуль).

После чего необходимо принять положение для стрельбы (изготовку). Для принятия изготовления 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 упирается в плечо. Необходимо плотно упирать приклад в плечо — тогда сила импульса отдачи оружия при выстреле будет восприниматься массой тела, что уменьшит ее силу после выстрела, а это имеет немаловажное значение при стрельбе в ограниченное время по групповым целям. Если приклад неплотно прижат к плечу, то при стрельбе автомат и пистолет-пулемет довольно ощутимо ударит 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 однообразным, необходимо щеку положить на гребень приклада. Левая рука поддерживает автомат и пистолет-пулемет снизу за приклад, за магазин или за цевье.



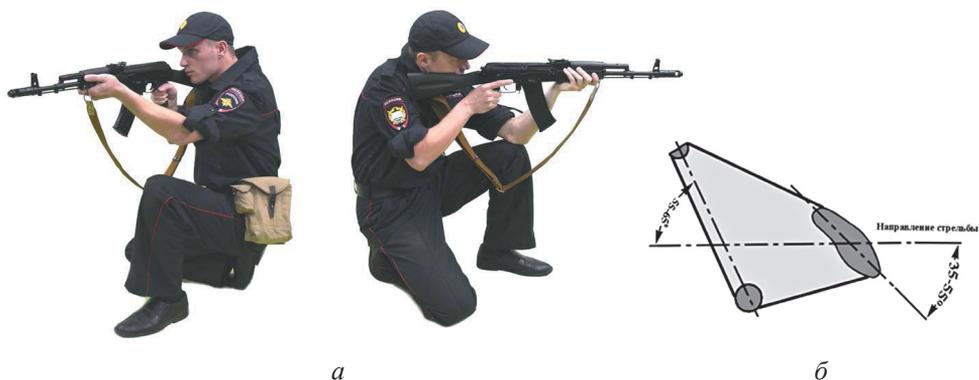
Положение для стрельбы лежа с упора

Принятие положения для стрельбы с колена

Данный вид изготовления 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 общий центр массы тела располагается значительно выше, чем при стрельбе лежа, и, соответственно, колебания при стрельбе увеличиваются.

Положение для стрельбы с колена очень непривычно, требуется большое терпение, чтобы освоить этот вид ведения огня. Большая нагрузка на голень правой ноги вызывает неприятные болевые ощущения, затекает левая рука, мышцы спины напряжены. Все эти последствия можно свести к минимуму, если научиться принимать правильную, рациональную изготовку.

Устойчивость изготовления зависит, прежде всего, от правильного взаиморасположения опорных поверхностей (стопы левой ноги, колена и носка правой ноги). Наиболее устойчива изготовка, когда опорные поверхности создают площадь опоры в виде треугольника, при котором правая нога с плоскостью стрельбы составляет 55–65°.



Положение для стрельбы с колена:
 а — без опоры на колено; б — с опорой на колено

Способ стрельбы с колена заключается в том, что необходимо сесть на каблук правого ботинка, носок правой ноги упереть в грунт и, как правило, не его подворачивать. 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 можно сдвинуть вперед или назад от коленной чашечки настолько, насколько это удобно. Левая рука удерживает автомат. На левое плечо ремень одевается таким же способом, как и при стрельбе лежа, мышцы левой руки и плечевого пояса должны находиться в рабочем тоне без излишнего напряжения. Стрельбу с колена можно вести и без использования ремня, но в этом случае колебания оружия несколько увеличиваются.

Стрельба с колена считается технически сложной, в реальных ситуациях часто попадаются места, где негде лечь, не на что положить оружие, нельзя встать в полный рост, а стрелять надо. Стрельба с колена при определенной натренированности мало отличается по меткости от стрельбы лежа. Поэтому освоивший навыки стрельбы с колена значительно повышает свою мобильность при ведении огня из автомата и пистолета-пулемета.

При стрельбе из положения с колена *площадь поражения собственного силуэта* несколько больше, чем при стрельбе лежа, туловище «прикрыто» ногой, согнутой в коленном суставе.

Сектор стрельбы в вертикальной плоскости ограничен упором локтя левой руки в левое колено и составляет $55\text{--}60^\circ$, при сохранении условий для уточнения прицеливания (без искажения зрительного восприятия). В горизонтальной плоскости сектор стрельбы значительно ограничен и составляет $45\text{--}55^\circ$, при сохранении условий для уточнения прицеливания (без искажения зрительного восприятия), увеличить который можно только перемещением всей системы «стрелок — оружие».

Уход с линии встречного огня вправо возможен за счет диагонального кувырка через правое плечо; влево — за счет кувырка назад через спину. Имеются хорошие возможности для принятия положения для стрельбы с более высоким расположением центра тяжести — стоя.

Принятие положения для стрельбы стоя

Положение стоя является самым неустойчивым при стрельбе из автомата и пистолета-пулемета. Необходимо прилагать значительные статические усилия при удержании оружия 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.

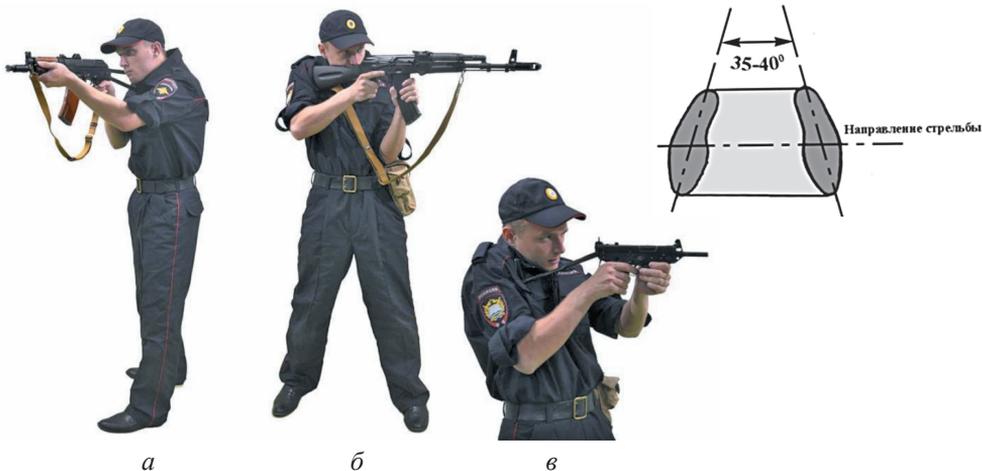
Меньшая устойчивость изготовления обусловлена тем, что общий центр массы тела находится значительно выше над площадью опоры, а сама площадь опоры меньше, так как она ограничивается только стопами обеих ног и площадью, заключенной между ними. Наиболее устойчива и удобна изготовка, при которой стопы ног находятся на ширине плеч и создают площадь опоры в виде трапеции.

При стрельбе стоя больше напряжен мышечный аппарат, что необходимо для закрепления подвижных звеньев тела и удержания его в вертикальном положении. Чтобы изготовка была устойчивой, вес своего тела с оружием необходимо равномерно распределить на обе ноги.

В отличие от изготовления лежа и с колена затыльник приклада оружия гораздо более приподнят относительно плечевой выемки. Голову надо держать прямо, без наклона, так, чтобы щека без особого усилия опиралась на гребень приклада. Тяжесть оружия тянет 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 левой руки при ведении огня из автомата и пистолета-пулемета возможно в нескольких вариантах.

В положении, при котором левая рука удерживает оружие за цевье, никакой дополнительной опоры левой руки нет, стреляющий развернут примерно на четверть оборота в сторону цели. Прикладка должна быть плотной. Это положение имеет ряд положительных моментов, а также недостатков. Такое удержание используют при стрельбе на ходу, навскидку с короткой остановки, при ведении огня в помещениях и т.д. Недостаток данной изготовления заключается в невозможности ведения особо точной стрельбы. При удержании оружия, когда левая рука находится на весу, его колебания, и без того значительные, становятся еще более сильными.



Положение для стрельбы стоя:

а — удержание автомата левой рукой за цевье; б — удержание автомата левой рукой за магазин; в — удержание пистолета-пулемета

Существует другая изготовка для ведения огня из положения стоя, когда левая рука удерживает оружие за магазин. При принятии такой изготовки 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. Особенно удобна такая изготовка для тех, у кого длинные руки. При определенной подготовке это положение выгодно отличается от других положений параметрами устойчивости оружия при ведении огня. Недостатком является невозможность ведения огня при передвижении.

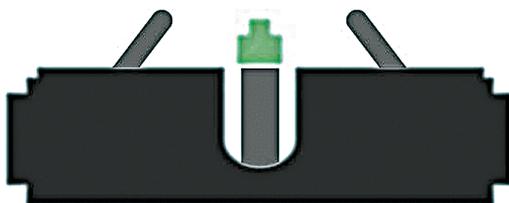
Площадь поражения собственного силуэта из положения стоя максимальная.

Сектор стрельбы — передняя полусфера. Имеется хорошая возможность для быстрого изменения направления огня, сектор стрельбы в горизонтальной плоскости ограничен амплитудой поворота туловища без перестановки стоп и при сохранении условий для уточнения прицеливания (без искажения зрительного восприятия). Сектор стрельбы в вертикальной плоскости ограничен максимально возможной амплитудой поднимания и опускания левой руки, удерживающей оружие, при сохранении условий для уточнения прицеливания (без искажения зрительного восприятия). Имеется хорошая возможность для ухода с линии встречного огня, общий центр масс тела находится на максимальной высоте, и это существенно облегчает смену данного положения в положение с меньшей площадью поражения.

4.2. Прицеливание

Прицеливание с помощью открытых прицельных приспособлений заключается в удержании «ровной мушки» в районе прицеливания. При прицелива-

нии оружие удерживается таким образом, чтобы мушка располагалась точно посередине прорези целика, а верхний край мушки был на одном уровне с верхним срезом целика.



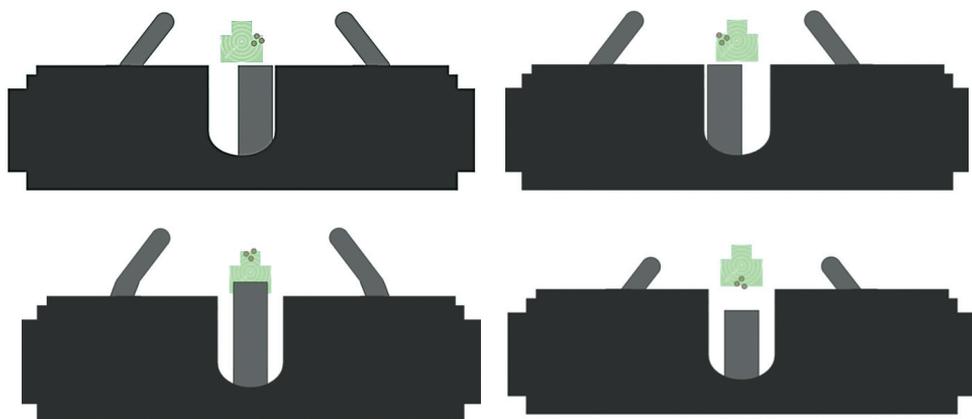
Ровная мушка

При прицеливании внимание 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 так же важен, как и удержание ровной мушки, независимо от колебаний оружия.



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

Наиболее распространенные ошибки в прицеливании — это смещение мушки в прорези целика вправо, влево, вверх, вниз или комбинированное смещение.



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

При наводке в цель с использованием прицельных приспособлений, особенно из таких неустойчивых положений для стрельбы, как стоя и с колена, оружие в пространстве совершает значительные колебания. Тем не менее возможны высокие результаты, если соблюдать основное условие: обрабатывая спусковой крючок с замедлением к моменту срыва курка с боевого взвода, удерживать «ровную» мушку в районе прицеливания.

При прицеливании рекомендуется смотреть на прицельные приспособления открытыми глазами, используя бинокулярное зрение, так легче удержать фокусировку на прицеле или любом другом предмете, сохраняя панорамный обзор местности. Прицеливание данным способом не снижает остроты зрения, в отличие от прицеливания с помощью одного глаза. Кроме того, прицеливаясь, необходимо следить за «свалом» оружия, т.е. наклоном его влево или вправо. При сваливании средняя точка попадания отклоняется в сторону сваливания оружия и вниз.

Огонь из автомата ведется на более дальних расстояниях, чем при стрельбе из короткоствольного оружия (пистолеты, пистолеты-пулеметы), поэтому следует научиться определять расстояние до цели и устанавливать соответствующим образом прицел. Для выбора прицела и района (точки) прицеливания необходимо определить расстояние до цели и учитывать внешние условия, которые могут оказать влияние на дальность и направление полета пули. При стрельбе на расстояния до 300 м огонь следует вести с прицелом «З» или «П», прицеливаясь в нижний край цели или в ее середину, если цель высокая (ростовая фигура, бегущие фигуры и т.д.). При стрельбе на расстояния, превышающие 300 м, прицел устанавливается соответственно расстоянию до цели, округленному до целых сотен метров. За район прицеливания принимается середина цели. Если условия обстановки не позволяют изменять установку прицела в зависимости от расстояния до цели, то в пределах дальности прямого выстрела огонь следует вести с прицелом, соответствующим дальности прямого выстрела, прицеливаясь в нижний край цели.

Расстояние до цели можно определить, используя глазомер: представляя отрезки, которые ранее закрепились в зрительной памяти, например отрезок 100, 200 или 300 м, и мысленно откладывать их от себя до цели.

При определении расстояний по кажущейся величине целей необходимо сравнить видимую величину цели с запечатлевшимися в памяти размерами данной цели на определенных удалениях. При определении расстояния глазомером необходимо учитывать следующее:

- кажущаяся величина одного и того же отрезка местности с удалением (в перспективе) постепенно сокращается;
- овраги, лощины, речки и т.д., пересекающие направление на цель, уменьшают видимое расстояние;

- мелкие предметы (кусты, камни, отдельные фигуры) кажутся дальше, чем находящиеся на том же расстоянии крупные предметы (лес, гора);
- предметы яркого цвета кажутся ближе, чем предметы темного цвета;
- одноцветный, однообразный фон местности (луг, снег, пашня) выделяет и как бы приближает находящиеся на нем предметы, если они иначе окрашены, а пестрый фон местности, наоборот, маскирует и зрительно удаляет находящиеся на нем предметы;
- в пасмурный день, дождь, сумерки, туман расстояния кажутся увеличенными, а в светлый, солнечный день, наоборот, — уменьшенными;
- в горной местности видимые предметы как бы приближаются.

Для определения расстояний по степени видимости предметов можно использовать следующую схему, составленную для стреляющего с нормальным зрением при благоприятных условиях погоды и освещения.

Определение расстояния по степени видимости

Расстояние, м	Видимость
⇓	⇓
1000–900	<ul style="list-style-type: none"> ■ очертания фигуры (человека и животного) расплываются и трудно различимы; ■ на строениях заметны пятна окон; ■ видны общий контур дерева и очертания его ствола
800–700	<ul style="list-style-type: none"> ■ определяется общий контур фигуры человека, заметны движения ног и головы бегущего или идущего человека; ■ на строении выделяются печные трубы, можно разглядеть чердачное окно
600–500	<ul style="list-style-type: none"> ■ четко выделяются контуры человека, различимы движения рук и ног; ■ можно разглядеть крупные детали строения: крыльцо, окна, двери, забор; ■ на деревьях четко видны крупные ветви
400	<ul style="list-style-type: none"> ■ на фигуре человека различаются в общих чертах головной убор, одежда, обувь; ■ на окнах строения заметны переплеты рам; ■ на деревьях заметны ветви

Расстояние, м	Видимость
<p style="text-align: center;">⇩</p> <p style="text-align: center;">300</p>	<p style="text-align: center;">⇩</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ различается овал лица человека и цветные оттенки одежды; ■ заметны мелкие детали строения: карниз, водосточные трубы; ■ можно различить породу дерева: ель, сосна, береза, липа; ■ различается оружие
<p style="text-align: center;">200</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ можно разглядеть в общих чертах лицо человека и детали одежды и снаряжения: поясной ремень, форму головного убора; ■ на строении можно разглядеть отдельные бревна и доски, разбитые окна; ■ на деревьях заметны листья
<p style="text-align: center;">100</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ можно различить черты лица человека: глаза, нос, рот, видны кисти рук, детали снаряжения и вооружения; ■ на строении можно разглядеть отдельные кирпичи, резные и лепные украшения; ■ на деревьях можно разглядеть форму и цвет листьев, кору ствола; ■ видны выступающие детали оружия

При определении расстояний по степени видимости предметов необходимо иметь в виду, что точность определения расстояний зависит от индивидуальных особенностей остроты зрения, освещения предметов и прозрачности воздуха. Отклонение температуры воздуха от табличной (+15°C) вызывает изменение дальности полета пули, увеличивая ее при стрельбе в летних условиях и уменьшая в зимних. Дальность полета пули при стрельбе в летних условиях увеличивается незначительно, поэтому вносить поправку в прицел не следует. Дальность полета пули при стрельбе зимой (в условиях низких температур) на расстояния свыше 400 м уменьшается на значительную величину (50–100 м), поэтому необходимо при температуре воздуха ниже –25°C увеличивать прицел на одно деление.

Боковой ветер оказывает значительное влияние на полет пули, отклоняя ее в сторону. Поправка на боковой ветер учитывается выносом точки прицеливания в фигурах цели или в метрах, при этом отсчет выноса точки прицеливания производится от середины цели в ту сторону, откуда дует ветер. Величины поправок на боковой умеренный ветер (скорость 4 м/с) в метрах и фигурах человека приводятся в таблице.

Величины поправок на боковой умеренный ветер

Дальность стрельбы, м	Боковой умеренный ветер (4 м/с) под углом 90° к направлению стрельбы					
	Поправки (округленно)					
	АКМ, АКМС		АК74, АКС74, АК74Н, АКС74Н		АКС74У, АКС74УН	
	в метрах	в фигурах человека	в метрах	в фигурах человека	в метрах	в фигурах человека
100	—	—	0,03	—	0,04	—
200	0,2	0,5	0,11	—	0,15	—
300	0,4	1,0	0,23	0,5	0,35	1,0
400	0,8	1,5	0,52	1,0	0,70	1,5
500	1,4	3,0	0,87	1,5	1,20	2,5
600	2,0	4,0	1,34	2,5	—	—
700	—	—	2,03	4,0	—	—
800	—	—	2,86	5,5	—	—
900	—	—	3,77	7,5	—	—
1000	—	—	4,92	10,0	—	—

Табличные поправки при сильном ветре (скорость 8 м/с), дующем под прямым углом к направлению стрельбы, необходимо увеличивать в два раза, а при слабом ветре (скорость 2 м/с) или при умеренном ветре, дующем под острым углом к направлению стрельбы, — уменьшать в два раза.

4.3. Спуск курка с боевого взвода

Спуск курка при стрельбе имеет решающее значение как завершающий элемент техники выполнения качественного выстрела. Как бы тщательно и скрупулезно стреляющий 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.

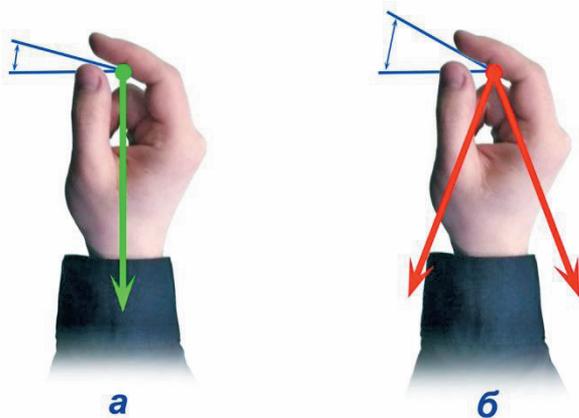
Необходимо научиться нажимать на хвост спускового крючка во время удержания «ровной мушки» в районе прицеливания, при этом стремиться держать оружие, наведенное в цель, неподвижно. При стрельбе лежа с упора техника спуска курка несложна, так как оружие в момент прицеливания почти неподвижно. Совсем иначе выглядит обработка спуска из менее устойчивых положений для стрельбы, таких как стоя и с колена.

Частота и амплитуда колебаний оружия в руках мешает нажать на спуск в момент наилучшей устойчивости оружия, мушка в районе прицеливания

останавливается лишь на непродолжительное время, предугадать время и продолжительность таких кратковременных остановок очень сложно. Возникает необходимость приурочить момент срыва курка с боевого взвода к моменту наименьшей амплитуды колебаний системы «стрелок-оружие», что на практике выполнить совсем не просто.

Необходимо больше времени проводить в изготовке для стрельбы без патрона, тем самым добиваясь уменьшения колебаний системы «стрелок-оружие» в прострелке.

Кроме того, нужно научиться производить плавное нажатие на спусковой крючок и прицеливание — не отдельно, 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.



*Нажим указательным пальцем на спусковой крючок:
а — правильный нажим (вид сверху); б — неправильный нажим*

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 стреляющего 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 удерживается оружие в районе прицеливания, тем больше амплитуда колебаний руки и короче по времени промежутки относительной устойчивости оружия.



Необходимо стремиться всегда производить точный выстрел с соблюдением всех правил техники стрельбы. Если замечаются какие-либо отклонения от существующих правил в изготовке или прицеливании, не следует производить выстрел, а, отложив его, выполнить все заново. Небрежность, отсутствие самоконтроля часто являются причинами низкого результата в стрельбе

4.4. Производство выстрела

Производство выстрела состоит из следующих действий



прицеливание



затаивание дыхания



спуск курка

Однако стрельбу следует рассматривать не как простую сумму этих действий, а как единый акт, в котором все элементы взаимосвязаны и взаимобусловлены. Выполнять все действия нужно одновременно. Это требует определенных навыков. Для того, чтобы все эти действия при объединении их во время производства выстрела выполнялись легко, нужно предварительно каждое из них изучить как самостоятельное. Овладение отдельными действиями, например прицеливанием или спуском курка, должно быть доведено до автоматизма. Только при этом условии образуется прочный навык в производстве меткого выстрела.

При прицеливании устанавливается ровная мушка и совмещается ее вершина с точкой прицеливания. Эти действия требуют развития как зрительной, так и мышечной чувствительности. Если зрение дает возможность контролировать положение оружия относительно точки прицеливания, то мышцы позволяют удерживать оружие и при его отклонениях восстанавливать положение, обеспечивающее точную наводку.

При стрельбе 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 и пистолете-пулемете не имеет свободного хода, поэтому необходимо научиться

изначально плавно, равномерно (без рывков, с одним усилием) нажимать на спусковой крючок.

При стрельбе необходимо исключить воздействие мышц кисти правой руки на процесс и результаты спуска курка. Кисть правой руки находится на pistolетной рукоятке и охватывает ее с усилием, обеспечивающим автономную, независимую работу указательного пальца по нажиму на спусковой крючок. Нужно стараться, чтобы при нажипе на спусковой крючок работа указательного пальца не вызывала изменений усилий всей кисти. Довольно часто неуверенный нажим на спусковой крючок приводит к незаметному включению в работу кисти правой руки и, что хуже, мышц правого плеча, которое при выстреле или незадолго до него начинает незаметно подталкивать приклад автомата и pistolета-пулемета. В этих условиях плохой выстрел неизбежен.

Спуск курка с боевого взвода на боевых системах очень неудобен. На разном оружии 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.

4.5. Подготовка к стрельбе

1. Осмотр оружия. Для проверки исправности оружия, его чистоты, смазки и подготовки к стрельбе необходимо произвести визуальный осмотр, в т.ч. принадлежности и магазинов. Обнаруженные неисправности устраняются немедленно. К основным из них, нарушающим нормальный бой относятся:

- мушка сбита или погнута;
- прицельная планка погнута или перекошена;
- погнут ствол;
- забоины на дульном срезе ствола;
- растертость канала ствола (особенно в дульной части);
- изношенность и округление углов полей нарезков, раковины, качание прицельной планки, мушки, приклада.

При обнаружении данных неисправностей и при невозможности их самостоятельного устранения необходимо оружие, магазины и принадлежность отправить в ремонтную мастерскую.

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



Для подготовки к стрельбе необходимо:

- произвести чистку, осмотреть оружие в разобранном виде;
- осмотреть оружие в собранном виде;
- осмотреть магазины;
- непосредственно перед стрельбой прочистить насухо канал ствола и патронник;
- осмотреть патроны и снарядить ими магазины

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

2. 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. Получив боеприпасы, необходимо их осмотреть и доложить раздатчику об их получении и осмотре, например: «Сержант Иванов три боевых патрона получил и осмотрел».

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

3. Назначение целей. На исходном рубеже руководитель стрельб в соответствии с условиями выполнения упражнения определяет каждому 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», «Заряжай», «Вперед», «На огневой рубеж шагом (бегом) марш». По команде руководителя стрельб стреляющие выдвигаются на огневой рубеж и принимают исходное положение (лицом к мишеням).

4. Снаряжение магазина. Если перед заряданием оружия магазин не был снаряжен патронами или патроны были израсходованы при стрельбе, то необходимо его снарядить.

Для снаряжения магазина 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 указательными пальцами. Удерживая магазин нажимом большого пальца, вкладывать патроны по одному под загибы боковых стенок дном гильзы к задней стенке магазина.

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.



Снаряжение магазина патронами



Снаряжение магазина патронами из обоймы

Обойму можно снаряжать патронами и без переходника; для этого необходимо взять обойму в левую руку, а в правую — патрон; нажав на зацеп пружины, вставить пулю между обоймой и пружиной (утопить зацеп); вставить патроны в пазы обоймы; извлечь пулю патрона из под пружины 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.

Держа магазин в левой руке, правой вставить обойму с патронами в переходник, при этом патроны должны быть направлены пулями вверх. Нажимая указательным пальцем правой руки на корпус гильзы, утопить патроны в магазин. Вынуть из переходника пустую обойму, вставить новую обойму с патронами и доснарядить магазин, снять с него переходник. Применение обоймы значительно ускоряет снаряжение магазина патронами.

5. Заряжание оружия:

- присоединить к оружию снаряженный магазин, если он не был к нему ранее присоединен;
- поставить переводчик на необходимый вид огня;
- энергично отвести затворную раму до отказа назад и отпустить ее, не сопровождая рукой;
- поставить переводчик огня в крайнее верхнее положение (включить предохранитель), если не предстоит немедленное открытие огня или не последовало команды на открытие огня.

6. Разряжание оружия:

- отделить магазин;
- опустить переводчик огня в любое нижнее положение;
- отвести затворную раму назад, извлечь патрон из патронника и отпустить затворную раму;
- нажать на спусковой крючок (спустить курок с боевого взвода);

- поставить переводчик огня в крайнее верхнее положение (включить предохранитель);
- извлечь патроны из магазина и присоединить его к оружию;
- подобрать патрон, извлеченный из патронника.

Для извлечения патронов из магазина нужно взять магазин в левую руку горловиной вверх, опорным выступом к себе, правой рукой, сдвигая по одному от себя, вынуть их из магазина.

Для смены магазина необходимо отделить магазин от оружия и присоединить снаряженный магазин.

4.6. Выполнение подготовительных упражнений стрельбы

Упражнение 1. Обучение изготовке для ведения огня из автомата и пистолета-пулемета из различных положений.

Обучение принятию положения для стрельбы лежа:

- удерживая ствол оружия направленным в сторону мишени, сделать поворот направо и шаг левой ногой вперед, опуститься на правое колено и, опираясь на кисть, а затем на локоть левой руки, лечь на левый бок;
- взять оружие в левую руку, правой рукой присоединить магазин, снять его с предохранителя и дослать патрон в патронник;
- лечь на живот, упереть приклад в правое плечо, локоть левой руки упереть в землю, ладонью взяться за цевье, правой рукой взяться за пистолетную рукоятку, магазин можно упереть в землю;
- правой щекой прижаться к прикладу;
- прямая правая нога является продолжением оси канала ствола оружия, левую ногу отвести в сторону.

Обучение принятию положения для стрельбы с колена:

- удерживая ствол оружия направленным в сторону мишени, сделать шаг назад правой ногой;
- сгибая ноги, поставить правое колено на землю и сесть на пятку правой ноги, так чтобы получились три точки опоры;
- присоединить магазин, снять оружие с предохранителя и дослать патрон в патронник;
- левая рука поддерживает оружие под цевье, локоть левой руки можно упереть в колено;
- правая рука удерживает оружие за пистолетную рукоятку, приклад плотно упереть в плечо;
- встать левым боком к мишени, ноги на ширине плеч, стопы параллельны (носки могут быть немного разведены наружу);
- удерживая ствол в сторону мишени, снять оружие с предохранителя и дослать патрон в патронник;

- правой рукой удерживать оружие за пистолетную рукоятку, левой рукой поддерживать оружие под магазин (за магазин);
- локоть левой руки прижать к туловищу;
- приклад плотно упереть в плечо;
- правой щекой прижаться к прикладу.

Обучение принятию положения для стрельбы стоя с поддержкой снизу за цевье:

- встать левым боком к мишени, ноги на ширине плеч, стопы параллельны (носки могут быть немного разведены наружу);
- удерживая ствол в сторону мишени, снять оружие с предохранителя и дослать патрон в патронник;
- правой рукой удерживать оружие за пистолетную рукоятку, левой рукой поддерживать оружие за цевье;
- локоть левой руки прижать к туловищу;
- приклад оружия плотно упереть в плечо;
- правой щекой прижаться к прикладу.

Упражнение 2. Совершенствование навыков изготовления для ведения огня из автомата и пистолета-пулемета из различных положений.

Порядок выполнения упражнения такой же, как в подготовительном упражнении 1, с ограничением времени до 10 сек.

4.7. Выполнение нормативов по огневой подготовке для автомата и пистолета-пулемета

Нормативы способствуют совершенствованию приемов и способов действий при выполнении поставленной задачи, быстрейшему овладению вооружением, сокращению сроков приведения его в боевую готовность и предназначены для выработки прочных навыков обращения с оружием.

Отработке нормативов должно предшествовать изучение устройства оружия, правил обращения с ним, требований безопасности и необходимых положений, наставлений, инструкций и руководств.



При отработке и сдаче нормативов оружие должно быть исправным, полностью укомплектованным

Тренировка по выполнению нормативов, связанных с разборкой, сборкой оружия, производится только с учебным оружием и учебными боеприпасами на отдельном учебном месте.



Отработка и сдача нормативов на боевом оружии запрещена!

При разборке оружия части и механизмы следует размещать в порядке разборки, обращаться с ними осторожно, не допускать излишних усилий и

резких ударов, предотвращать падение и исключать замену с частями другого оружия.

Норматив по огневой подготовке считается выполненным, если соблюдены условия его выполнения и не допущено нарушений требований Порядка организации подготовки кадров. При допущении в ходе отработки норматива ошибки, которая может привести к травме, поломке оружия, выполнение норматива прекращается и выставляется оценка «неудовлетворительно».



Повторение контрольного норматива в целях повышения оценки запрещается!

Время выполнения норматива отсчитывается от подачи команды «К выполнению норматива приступить» до доклада «Норматив выполнен» «Готов», который осуществляется после выполнения последнего действия норматива.

§ 5. Учебные и контрольные стрельбы из автомата 5,45 мм Калашникова и пистолета-пулемета ПП-91 «Кедр»

Практические стрельбы из оружия являются основной формой проведения занятия по огневой подготовке, направленной на формирование и совершенствование умений и навыков ведения прицельной стрельбы из оружия в различных условиях оперативной обстановки. Они проводятся на открытых стрельбищах (полигонах) либо в закрытых тирах, конструктивно приспособленных для стрельбы из автомата и пистолета-пулемета.

Проведение занятия предусматривает выполнение упражнений в стрельбе, предусмотренных Наставлением по огневой подготовке, а также рабочей программой учебной дисциплины «Огневая подготовка».

Контрольные стрельбы проводятся для проверки и оценки уровня владения умениями в стрельбе из автомата и пистолета-пулемета, посредством выполнения контрольных упражнений стрельб.



Контрольные стрельбы в органах, организациях, подразделениях МВД России проводятся не реже одного раза в год

5.1. Упражнения стрельб из автомата

Упражнение 1. Стрельба с места по неподвижной цели.

Цель: грудная фигура с кругами (мишень № 4), установленная на уровне поверхности земли, неподвижная.

Огневой рубеж: 100 м (для короткоствольных автоматов – 50 м).

Количество патронов: 3 шт.

Время на выполнение упражнения: не ограничено.

Положение для стрельбы: лежа с упора.

Вид огня: одиночный.

Порядок выполнения упражнения. По команде руководителя (помощника руководителя) стрельб необходимо выйти на огневой рубеж, выполнить действия команды «Заряжай», принять положение для стрельбы и доложить о готовности к стрельбе. Проверив готовность к стрельбе, руководитель (помощник руководителя) стрельб подает команду «Одиночными-огонь». Оружие снимается с предохранителя, устанавливается необходимый режим огня, досылается патрон в патронник, производится три прицельных выстрела в мишень.

Упражнение 2. Стрельба с места по неподвижным целям с переносом огня по фронту в ограниченное время.

Цели: грудная фигура (мишень № 6), поясная фигура (мишень № 7), установленные на уровне поверхности земли.

Рекомендованный интервал между мишенями по фронту: 4 — 6 метров.

Расстояние до целей: грудная фигура — 50 м (для короткоствольных автоматов — 30 м), поясная фигура — 100 м (для короткоствольных — 50 м).

Количество патронов: 8 шт.

Время на выполнение упражнения: днем — не более 30 сек, ночью — не более 35 сек.

Положение для стрельбы: лежа с упора.

Вид огня: одиночный.

Порядок выполнения упражнения. По команде руководителя (помощника руководителя) стрельб необходимо выйти на огневой рубеж, выполнить действия команды «Заряжай», принять положение для стрельбы и доложить о готовности к стрельбе. Проверив готовность руководитель (помощник руководителя) стрельб подает команду «Одиночными — огонь» и одновременно включает секундомер. Оружие снимается с предохранителя, устанавливается необходимый режим огня, досылается патрон в патронник и производятся восемь прицельных выстрелов в мишени (последовательность поражения мишеней определяется руководителем (помощником руководителя) стрельб). По истечении времени, отведенного на выполнение упражнения, руководитель (помощник руководителя) стрельб подает команду «Стой, прекратить огонь».

5.2. Упражнения стрельб из пистолета-пулемета

Упражнение 1. Стрельба с места по неподвижной цели.

Цель: грудная фигура с кругами (мишень № 4), неподвижная.

Огневой рубеж: 25 м.

Количество патронов: 3 шт.

Время на выполнение упражнения: не ограничено.

Положение для стрельбы: стоя, с откинутым прикладом.

Вид огня: одиночный.

Порядок выполнения упражнения. По команде руководителя (помощника руководителя) стрельб необходимо выйти на огневой рубеж, выполнить действия команды «Заряжай», принять положение для стрельбы и доложить о готовности к стрельбе. Проверив готовность к стрельбе, руководитель (помощник руководителя) подает команду «Огонь». По этой команде оружие снимается с предохранителя, устанавливается необходимый режим огня, досылается патрон в патронник и производятся три прицельных выстрела в мишень.

Упражнение 2. Стрельба с места по неподвижным целям в ограниченное время с переносом огня по фронту после передвижения.

Цель: две грудные фигуры (мишени № 6), неподвижные.

Рекомендованный интервал между мишенями: 2 — 4 метра.

Расстояние до цели: 50 м.

Огневой рубеж: 25 м.

Количество патронов: 4 шт.

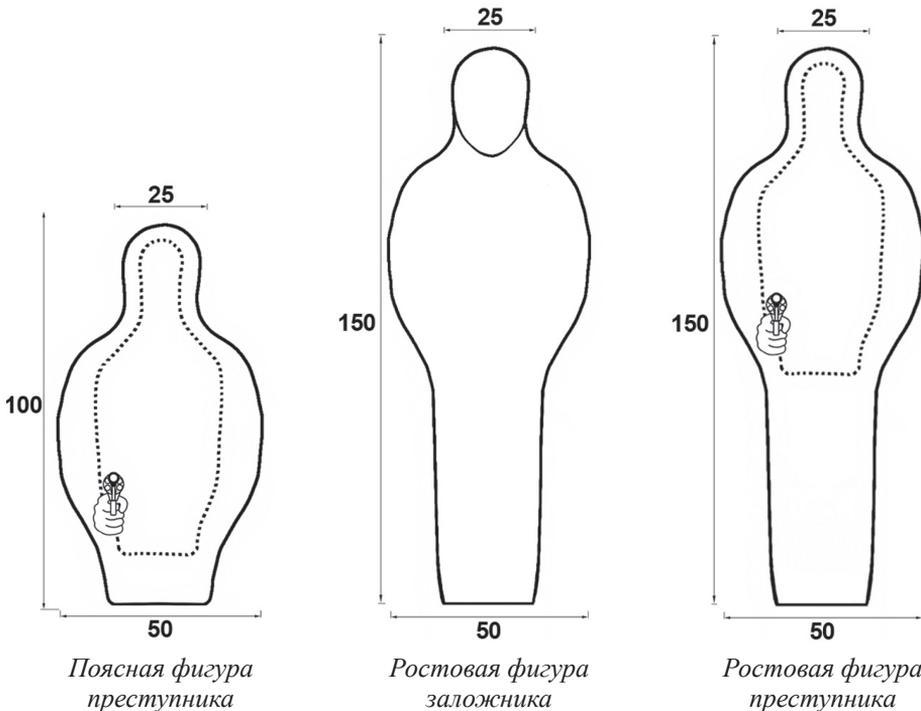
Время на выполнение упражнения: не более 25 сек.

Положение для стрельбы: стоя, с откинутым прикладом.

Вид огня: одиночный.

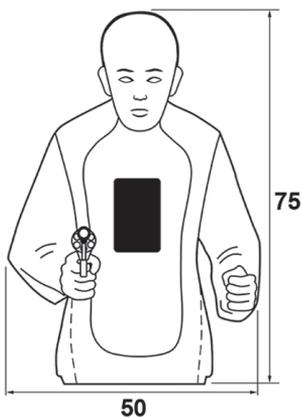
Порядок выполнения упражнения. По команде руководителя (помощника руководителя) стрельб необходимо выйти на исходный рубеж, выполнить действия команды «Заряжай», принять положение для стрельбы и доложить о готовности к стрельбе (при этом пистолет-пулемет удерживается за ствольную коробку). Проверив готовность к стрельбе, руководитель (помощник руководителя) подает команду «Вперед» и одновременно включает секундомер. По этой команде следует бегом выдвинуться на огневой рубеж, снять оружие с предохранителя, установить необходимый режим огня, дослат патрон в патронник и произвести по два прицельных выстрела в каждую мишень. По истечении времени, отведенного на выполнение упражнения, руководитель (помощник руководителя) стрельб подает команду «Стой, прекратить огонь».

Образцы мишеней





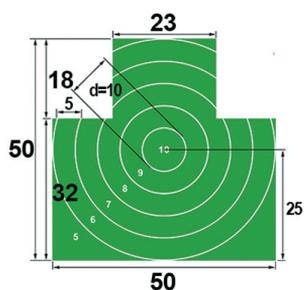
Специальная поясная



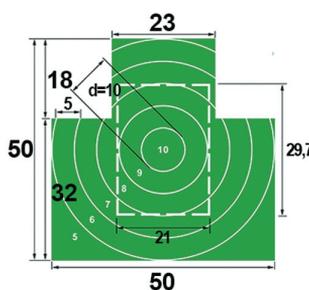
Специальная поясная



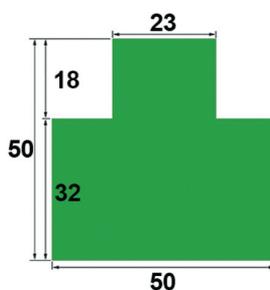
Специальная поясная



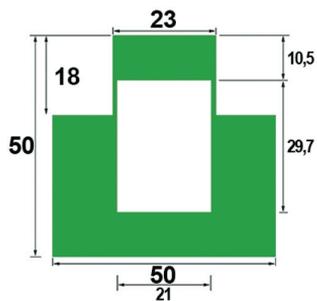
Грудная фигура с кругами



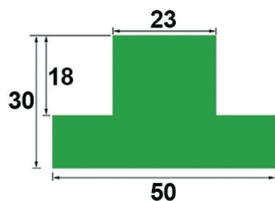
Грудная фигура с кругами



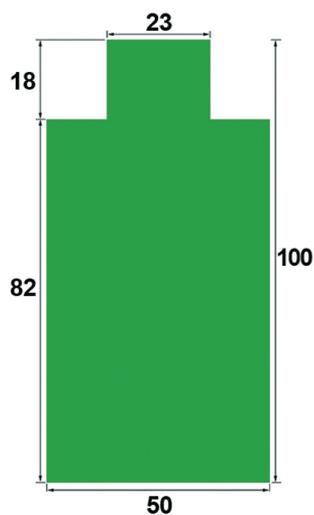
Грудная фигура



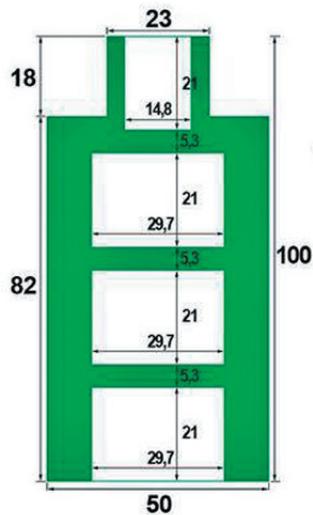
Грудная фигура



Головная фигура



Поясная фигура



Поясная фигура

Раздел II.

Физическая подготовка

Глава 3. Теоретические основы организации физической подготовки сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации

§ 1. Организационные основы физической подготовки сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации

1. Цель и задачи физической подготовки сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации

Физическая подготовка способствует повышению профессионального мастерства, формированию системы практических умений и навыков, развитию уровня организационных способностей сотрудников органов внутренних дел в соответствии с требованиями новых общественных и экономических отношений в России, будущей профессии и условий профессиональной служебной деятельности.



Целью физической подготовки является формирование физической готовности к успешному выполнению служебных обязанностей, умелому применению физической силы, в том числе боевых приемов борьбы, а также обеспечение высокой работоспособности в процессе профессиональной служебной деятельности

Задачи физической подготовки сотрудников органов внутренних дел



развитие и поддержание профессионально важных физических качеств на уровне, необходимом для успешного выполнения служебных обязанностей

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 профессиональной служебной деятельности

2. Основные понятия теории и методики физической подготовки сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации



***Обучение движениям** — это системное освоение рациональных способов управления своими движениями, приобретение таким путем необходимого в жизни фонда двигательных умений, навыков и связанных с ними знаний*

Образовательная сторона физического воспитания имеет первостепенное значение для рационального использования человеком своих двигательных возможностей в жизненной практике. Другая не менее существенная сторона физического воспитания — целенаправленное воздействие на комплекс естественных свойств организма, относящихся к физическим качествам человека: стимулирование и регулирование их развития посредством нормированных функциональных нагрузок, связанных с двигательной деятельностью (физическими упражнениями), а также путем оптимизации индивидуального режима жизни и рационального использования природных условий внешней среды. Эту сторону физического воспитания называют **воспитанием физических качеств** (или физическим воспитанием в узком смысле).

Обучение движениям и воспитание физических качеств тесно взаимосвязаны. В целостно отлаженной системе воспитания специфическое содержание физического воспитания органически связывается с интеллектуальным, нравственным и эстетическим воспитанием. При этом физическое воспитание приобретает значение одного из главных факторов становления и всестороннего развития личности.



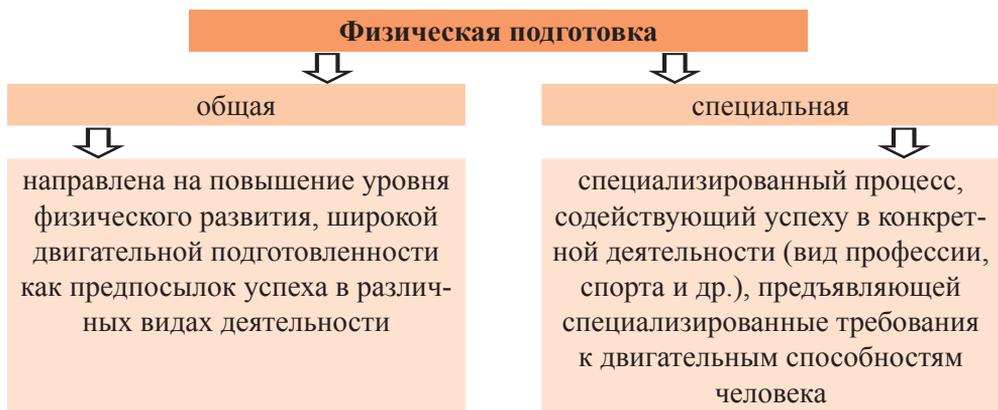
***Физическое воспитание** — это процесс, направленный на воспитание личности, развитие физических возможностей человека, приобретение им умений и знаний в области физической культуры и спорта в целях формирования всесторонне развитого и физически здорового человека с высоким уровнем физической культуры*



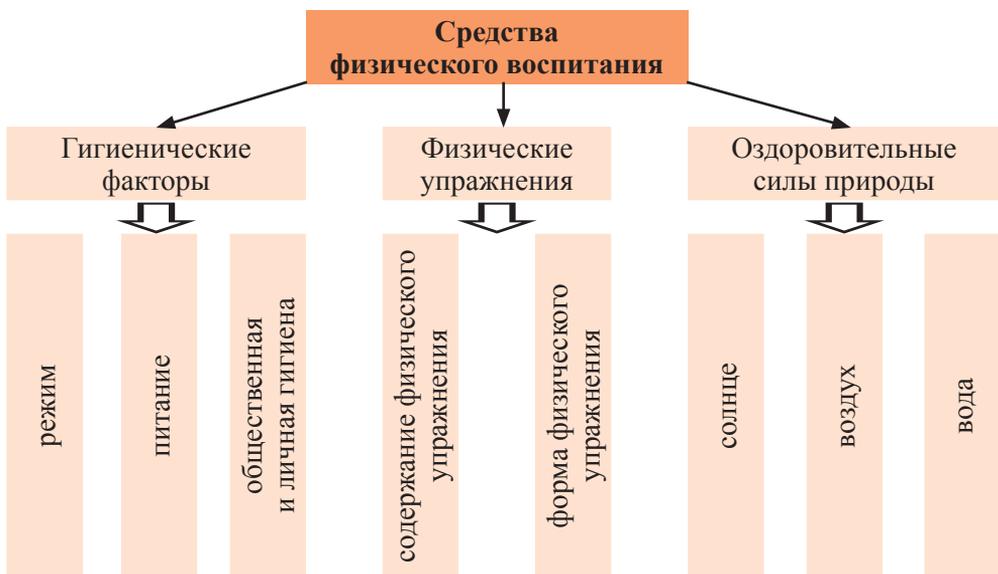
***Физическая подготовка** — это процесс физического воспитания, имеющий выраженную прикладную ориентацию по отношению к тем или иным видам деятельности, предстоящим в жизненной практике*

Термином «физическая подготовка» пользуются тогда, когда хотят подчеркнуть прикладную направленность физического воспитания по отношению к трудовой или иной деятельности, требующей физической подготовленности.

Физическая подготовленность есть результат физической подготовки, воплощенный в достигнутой работоспособности и в сформированных двигательных навыках, необходимых в определенной деятельности либо способствующих ее освоению.

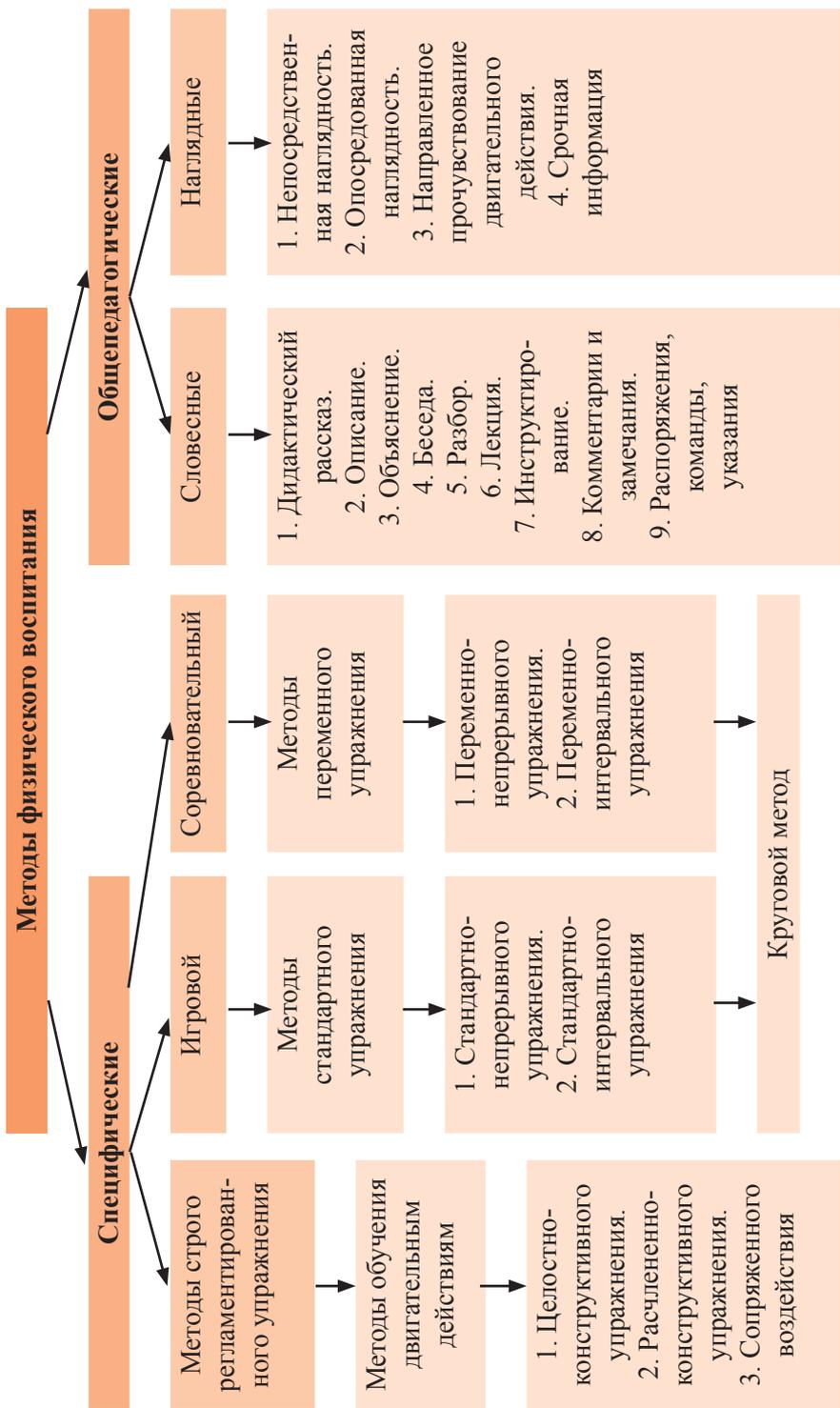


В практике физического воспитания используется комплекс разнообразных средств, обеспечивающий всестороннее гармоничное развитие человека и удовлетворяющий его потребность в двигательной активности.



Методы физического воспитания — это способы использования средств физического воспитания для решения его задач

Методы основаны на использовании либо непосредственно чувственного восприятия (наглядности), либо слова, либо практической деятельности. В связи с этим в физическом воспитании применяются две группы методов: специфические (характерные только для процесса физического воспитания) и общепедагогические (применяемые во всех случаях обучения и воспитания)



3. Классификация физических качеств человека, средства и методы их воспитания

Физическими или двигательными качествами принято называть отдельные качественные стороны двигательных возможностей человека. Выделяют следующие основные физические качества: сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость.

Сила как физическое качество

механическая характеристика движения

свойство, качество человека



Сила — это способность преодолевать внешнее сопротивление посредством мышечных усилий

Задачи силовой подготовки

формирование и совершенствование способностей осуществлять основные виды усилий — статические и динамические, собственно силовые и скоростно-силовые, преодолевающие и уступающие

развитие способностей рационально использовать силу в разнообразных условиях

Средствами развития силы являются упражнения с внешним сопротивлением и весом собственного тела.

В качестве внешнего сопротивления могут использоваться: вес предметов, противодействие партнера, сопротивление упругих предметов, сопротивление внешней среды (бег по глубокому снегу, упражнения в воде и т.д.). Работа с собственным весом тела может быть дополнена весом внешних предметов.

Основные методы развития силы

Максимальное силовое напряжение в мышцах может быть создано различными путями

предельное увеличение внешнего сопротивления (в динамическом или статическом режиме) — **метод максимальных усилий**

преодоление максимального напряжения в мышцах сравнительно длительное время — **метод изометрических усилий**

преодоление непределных отягощений (сопротивлений) с предельным числом повторений — **метод повторных усилий**

преодоление сопротивлений с предельной скоростью — **метод динамических усилий**

При развитии силы величину отягощений следует дозировать по критериям:

- 1) в процентах к максимальному весу;
- 2) по разности от максимального веса (например, на 10 кг меньше предельного веса);
- 3) по числу возможных повторений упражнения в одном подходе (вес, который можно поднять максимум 10 раз).

Развитие быстроты



Быстрота — это комплекс функциональных свойств человека, по преимуществу определяющих скоростные характеристики движений, а также время двигательной реакции



Элементарные формы проявления быстроты относительно независимы друг от друга. Скорость целостного движения лишь косвенно характеризует быстроту человека, а при детальном анализе наиболее показательны именно элементарные формы проявления быстроты.

Методика развития быстроты движения

В качестве средств развития быстроты используют упражнения, которые можно выполнять с максимальной скоростью. Они должны удовлетворять следующим требованиям:

техника движений должна быть такой, чтобы их можно было выполнять на предельных скоростях (поэтому малопригодны многие гимнастические упражнения);

должны быть настолько хорошо освоены занимающимися, чтобы во время движения основные волевые усилия были направлены не на способ, а на скорость выполнения;

продолжительность должна быть такой, чтобы к концу выполнения скорость не снижалась вследствие утомления (15–20 сек)

В числе методов развития быстроты необходимо применять метод повторного упражнения, причем занимающийся в каждой попытке стремится показать лучший результат. Интервалы отдыха нужно делать настолько большими, чтобы обеспечить относительно полное восстановление. В интервалах между упражнениями используется активный отдых.

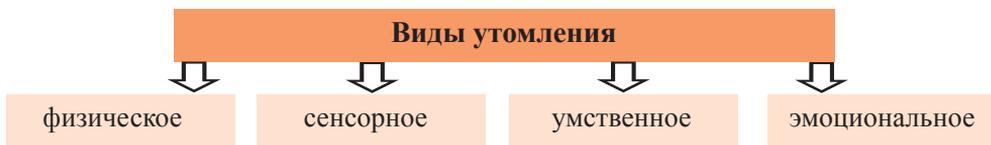
Рекомендуется использовать соревновательный метод (различные эстафеты и т.п.).

Тренировкой скоростных качеств следует заниматься на фоне полностью восстановленного функционального состояния организма, т.е. в начале основной части тренировки; в микроцикле; в начале его, после дня отдыха.

Развитие выносливости



Выносливость — это способность противостоять утомлению в какой-либо деятельности



Основным мерилom выносливости является время, в течение которого человек способен выдерживать заданную интенсивность деятельности.



Общая выносливость — это выносливость в продолжительных работах умеренной интенсивности, включающих функционирование всего мышечного аппарата.

Специальная выносливость — это выносливость по отношению к определенной деятельности, избранной как предмет специализации

Основы методики развития выносливости

Развитие выносливости немислимо без объемной, довольно однообразной и тяжелой работы.



Выносливость развивается лишь тогда, когда в процессе тренировки испытывается утомление (в той или иной степени).

Развитие ловкости



Ловкость — это сложное, комплексное и довольно специфическое качество



Основы методики развития ловкости

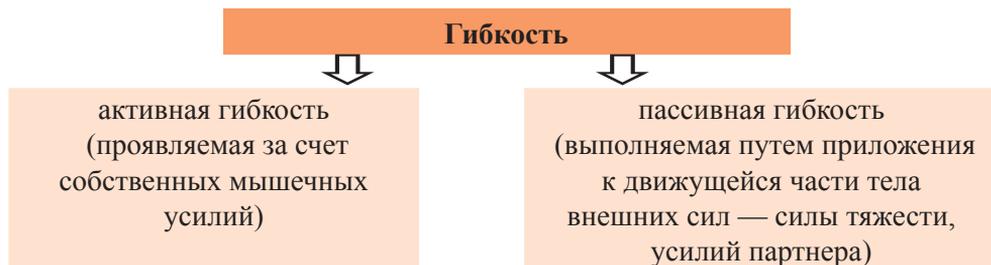
Основной путь в развитии ловкости — это овладение новыми разнообразными двигательными навыками и умениями. Тренировочные задания, направленные на развитие ловкости, должны включать достаточно координационно-трудные упражнения.



Развитие гибкости

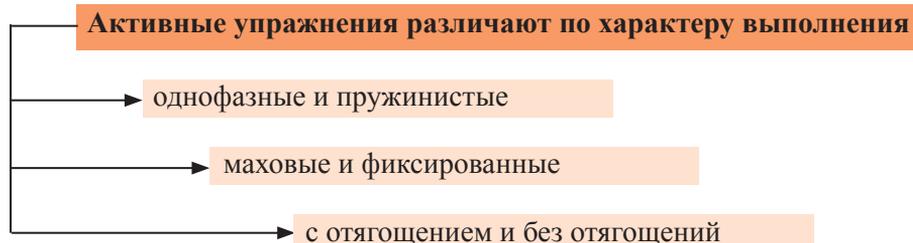


Гибкость — это морфофункциональные свойства опорно-двигательного аппарата, определяющие степень подвижности его звеньев. Измерителем гибкости служит максимальная амплитуда движений



Основы методики развития гибкости

Для развития гибкости используются упражнения с увеличенной амплитудой движений (упражнения на растяжение).



Упражнения на растягивание выполняют до появления легкой болезненности, что является сигналом к прекращению работы. Они дают наибольший эффект, если их выполнять ежедневно или даже два раза в день. При тренировках их необходимо включить в конце основной части, кроме того, в подготовительной части во время разминки и в интервалах между другими упражнениями, особенно силовыми и скоростными. К началу упражнений на гибкость необходимо хорошо разогреть мышцы.

4. Закономерности формирования двигательных навыков

Разнообразные двигательные действия формируются в течение жизни человека под влиянием многих факторов, и процесс их формирования может приобретать различный характер. Оптимизация этого процесса достигается в условиях рационально построенной тренировки. Внутреннюю логику процесса образования и совершенствования двигательного действия в таких условиях принято схематически представлять как последовательный переход **от знаний** и представлений о действии **к умению** выполнить его, а затем — **от умения к навыку**.

В результате формирования двигательного действия возникает *первоначальное двигательное умение*. Понятие «двигательное умение», как и понятие

«двигательный навык», относится преимущественно к технической стороне способности совершать двигательные действия и вместе с тем отражает определенную степень их сформированности, освоенности.



Двигательное умение — это типичная форма реализации двигательных возможностей человека, которая выражается в способности осуществлять двигательное действие на основе неавтоматизированных (или не доведенных до значительной степени автоматизации) целенаправленных операций

Отличительные признаки первоначального двигательного умения



постоянная концентрация внимания в процессе действия на составляющих его частных операциях, минимальная или относительно невысокая степень участия двигательных автоматизмов в управлении движениями;

относительная нестандартность параметров и результата действия при его воспроизведении, избыточная (не заданная программой действия) изменчивость техники движений (вплоть до ее нарушений), особенно под влиянием сбивающих факторов;

расчлененность или маловыраженная слитность операций, обусловленная этим избыточная растянутость действия во времени

Автоматизация движений и есть основной отличительный признак двигательного навыка.



Двигательный навык — это форма реализации двигательных возможностей, которая возникает на основе автоматизации двигательного умения

Признаки навыка



повышенная степень участия двигательных автоматизмов в осуществлении частных операций, составляющих действие, и связей между ними; направленность сознания по ходу действия не столько на его детали, сколько на реализацию общей цели;

выраженная стереотипность частных операций и параметров действия (если не возникает объективных условий, требующих варьирования их), повышенная устойчивость техники движений по отношению к сбивающим факторам;

выраженная слитность операций и сокращение времени выполнения действия

5. Организация занятий по физической подготовке

Поддержание и совершенствование физических качеств, а также двигательных навыков и умений осуществляется на занятиях по физической подготовке.

Занятия по физической подготовке в рамках профессиональной служебной и физической подготовки проводят руководители учебных групп. Для проведения занятий могут привлекаться сотрудники, имеющие образование в области физической культуры и спорта либо спортивные звания, спортивные разряды и прошедшие обучение на учебно-методических сборах по физической подготовке. В организациях, осуществляющих образовательную деятельность — сотрудники из числа профессорско-преподавательского (преподавательского) состава соответствующих кафедр (циклов).

Физическая подготовка обеспечивает дифференцированный подход к обучению сотрудников органов внутренних дел в зависимости от содержания их профессиональной служебной деятельности. Она предусматривает три уровня физической подготовленности рядового состава и начальствующего состава органов внутренних дел:

1-й уровень — специальная физическая подготовка (для сотрудников отрядов специального назначения подразделений по контролю за оборотом наркотиков, отделов (отделений, групп) физической защиты подразделений по обеспечению безопасности лиц, подлежащих государственной защите);

2-й уровень — усиленная физическая подготовка (предназначена для сотрудников полиции, за исключением сотрудников, относящихся к первому уровню);

3-й уровень — базовая физическая подготовка (предназначена для сотрудников, не являющихся сотрудниками полиции).

В соответствии с Порядком организации подготовки кадров сотрудники распределяются на следующие возрастные группы:

Мужчины / Женщины

1-я до 25 лет / до 25 лет;

2-я от 25 до 30 лет / от 25 до 30 лет;

3-я от 30 до 35 лет / от 30 до 35 лет;

4-я от 35 до 40 лет / от 35 до 40 лет;

5-я от 40 до 45 лет / от 40 до 45 лет;

6-я от 45 до 50 лет / 45 лет и старше;

7-я от 50 до 55 лет;

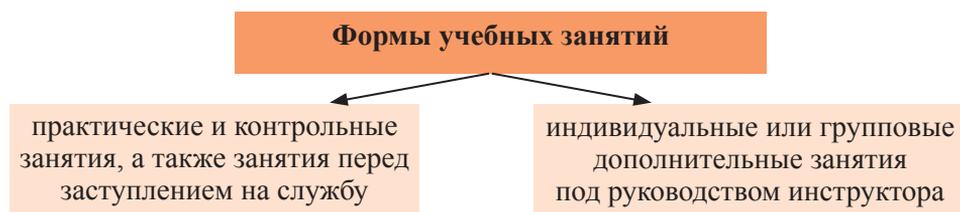
8-я от 55 лет и старше.

Физическая подготовка организуется и проводится в учебных группах по месту службы в служебное время из расчёта не менее 100 часов в год.

В зависимости от уровней физической подготовки, условий материальной базы занятия по физической подготовке проводятся не менее 1–2 раза в неделю

общей продолжительностью 2 часа (продолжительность занятия может определяться также в академических часах).

Физическая подготовка осуществляется с использованием разнообразных форм учебных и внеучебных занятий на протяжении всего периода службы в органах внутренних дел.



На *практических занятиях* осваивается учебный материал, определённый программой, и осуществляется собственно физическая подготовка. Эти занятия организуются в приспособленных для их проведения местах.

Контрольные занятия проводятся с целью проверки состояния физической подготовленности сотрудников, получения текущей и итоговой информации об уровне их пригодности к действиям в условиях, связанных с применением физической силы и специальных средств.

Для нарядов патрульно-постовой службы полиции, дорожно-патрульной службы *перед заступлением на службу организуются занятия* продолжительностью по 10–15 минут в приспособленных для этого местах под руководством инспекторов. Цель занятий — закрепление навыков выполнения боевых приёмов борьбы, в том числе с помощью резиновой палки, а также отработка двигательных навыков быстрой изготки к стрельбе.

Индивидуальные или групповые дополнительные занятия проводятся для сотрудников, не выполняющих нормативы по физической подготовке и слабо владеющих боевыми приёмами борьбы.



6. Структура учебного (практического) занятия

Структура практического занятия



подготовительная часть

основная часть

заключительная часть

Подготовительная и заключительная части должны способствовать решению задач основной части занятия.

В зависимости от типа практических занятий (учебные, тренировочные) возможно некоторое перераспределение учебного времени между выделенными частями, при этом оно должно укладываться в следующие интервалы: *подготовительная* — 10–25 %, *основная* — 60–80 %, *заключительная* — 5–10 % занятия.

Подготовительная часть занятия предназначена для организации занимающихся, создания рабочей обстановки, сообщения целей и задач, а также подготовки организма сотрудников к выполнению задач основной его части, и состоит из общей и специальной разминки.

Общая разминка включает в себя упражнения на месте и в движении, без партнера или с партнером (строевые упражнения, упражнения на внимание, ходьба, бег, прыжки, вращения, различные общеразвивающие упражнения, в том числе с отягощением).

Специальная разминка способствует развитию координации движений, подготавливает основу для изучения и совершенствования техники двигательных действий и других прикладных навыков.

По мере улучшения физической подготовленности занимающихся время на общую часть разминки уменьшается, а на специальную — увеличивается.

Объективным критерием достаточности разминки может служить интенсивность потоотделения и частота сердечных сокращений 130–150 уд/мин.

В ходе *основной части* занятия решаются следующие задачи:

1. Изучение и совершенствование двигательных действий.
2. Воспитание физических качеств.

Учитывая различную направленность практических занятий, целесообразно на всем их протяжении поддерживать необходимую интенсивность учебного процесса, для чего в ходе занятия периодически измеряется частота сердечных сокращений за 10 секунд и делается соответствующая коррекция задаваемой нагрузки с целью обеспечения работы в оптимальных пульсовых режимах.

Рекомендуются следующие значения частоты сердечных сокращений на практических занятиях:

- низкая – до 130 уд/мин (при проведении учебных занятий);
- средняя – 130–150 уд/мин (при проведении учебных занятий);
- высокая — 150–170 уд/мин (при проведении тренировочных занятий);
- максимальная — свыше 170 уд/мин (при проведении тренировочных и комплексных занятий).

В *заключительной части* занятия любого типа организм занимающихся приводится в относительно спокойное состояние. Для этого используется легкий бег, ходьба с дыхательными упражнениями на расслабление мышц рук, ног, туловища, выпрямление и вытяжение позвоночника и другие.

7. Меры безопасности на занятиях по физической подготовке

В практике проведения занятий по физическому воспитанию и спорту, в том числе и занятий по физической подготовке, встречаются случаи травматизма. Спортивный травматизм представляет собой несчастные случаи, возникшие при занятиях спортом (плановых, групповых или индивидуальных, на стадионе, на спортивной площадке). Спортивные травмы составляют 2–3 % всех травм. Наиболее часто они возникают при занятиях боксом, футболом, хоккеем, борьбой, мотоспортом, гимнастикой.



Травма — это нарушение анатомической целостности или физиологических функций тканей и органов тела человека, вызванное каким-либо фактором внешней среды

Основные причины получения травм на занятиях по физической подготовке



недочеты и ошибки в организации тренировок и занятий, методике их проведения;

нарушение требований врачебного контроля;

неблагоприятные метеорологические и санитарные условия при проведении тренировок и занятий;

недостатки в материально-техническом обеспечении тренировок, занятий и соревнований;

недисциплинированность занимающихся

Необходимые меры по предупреждению травматизма включают:

1) тщательную подгонку обмундирования, спортивной одежды и обуви, проверку исправности и безопасности спортивных сооружений, мест выполнения упражнений, инвентаря и оборудования;

2) правильную организацию и методику проведения тренировок и занятий, поддержание самодисциплинированности и дисциплины при их проведении;

3) заблаговременную подготовку и применение средств страховки и оказания помощи при выполнении упражнений (приемов), связанных с риском и опасностью, особенно при выполнении заданий по боевым приемам борьбы и плаванию;

4) учет состояния здоровья и уровня физической подготовленности занимающихся, особенно имеющих отклонения в состоянии здоровья или перенесших заболевания;

5) постоянное наблюдение за внешними признаками утомления занимающихся;

6) разъяснительную работу по предупреждению травматизма;

7) соблюдение мер, исключающих возможность теплового и солнечного ударов и других обморочных состояний, а также обморожений (практические тренировки и занятия по физической подготовке на открытом воздухе проводятся при температуре воздуха не выше $+30^{\circ}$ и не ниже -20° градусов при скорости ветра до 10 м/с, а в плохо вентилируемых и неотапливаемых помещениях — при температуре воздуха в них не выше $+25^{\circ}$ и не ниже $+15^{\circ}$);

8) присутствие на контрольных занятиях медицинского работника медицинской организации системы МВД России.

Глава 4. Упражнения общей физической подготовки

§ 1. Прикладная гимнастика и атлетическая подготовка

Тренировки и занятия по прикладной гимнастике и атлетической подготовке проводятся с целью развития ловкости, силы и силовой выносливости, воспитания смелости и решительности, формирования правильной осанки и выработки привычки к строевой подтянутости. Основными упражнениями прикладной гимнастики и атлетической подготовки являются: подтягивание на перекладине, сгибание и разгибание рук в упоре лежа, наклоны вперед из положения лежа на спине, жим гири, силовые комплексные упражнения.

1. Подтягивание на перекладине

Подтягивание представляет собой последовательное сгибание и разгибание рук из исходного положения вися на перекладине.

принять исходное положение вися на перекладине на прямых руках хватом сверху, с выпрямленным туловищем и ногами



сгибая руки, подтянуться, подняв подбородок выше грифа перекладины



разгибая руки, вернуться в исходное положение вися, зафиксировав его на 0,5 сек



а



б



в

Подтягивание на перекладине



Запрещается касаться пола (земли) ногами, сгибать ноги в коленях, раскачиваться, выполнять маховые и рывковые движения

2. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа

Сгибание и разгибание рук в упоре лежа — отжимание от пола — выполняется из исходного положения упора лежа.

принять исходное положение упора лежа, руки на ширине плеч, туловище прямое



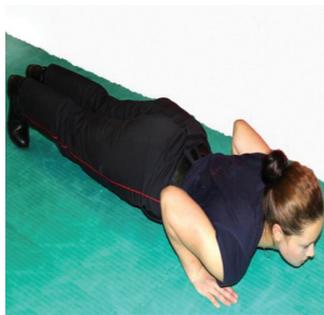
сгибая руки, коснуться грудью пола



разгибая руки, вернуться в исходное положение, зафиксировав его на 0,5 сек



а



б



в

Сгибание и разгибание рук в упоре лежа



Запрещается касаться пола коленом (коленями), бедрами, животом, прогибаться в пояснице, поднимать таз вверх

3. Жим гири

Жим гири выполняется поочередно правой и левой рукой из исходного положения стоя ноги врозь, гиря поднята на грудь и лежит на плече и предплечье.

принять исходное положение стоя ноги врозь, поднять гирю на грудь, положить ее на плечо и предплечье, руку прижать к туловищу



разгибая руку, выжать гирю вверх и зафиксировать на прямой руке на 0,5 сек



сгибая руку, вернуться в исходное положение, зафиксировав его на 0,5 сек



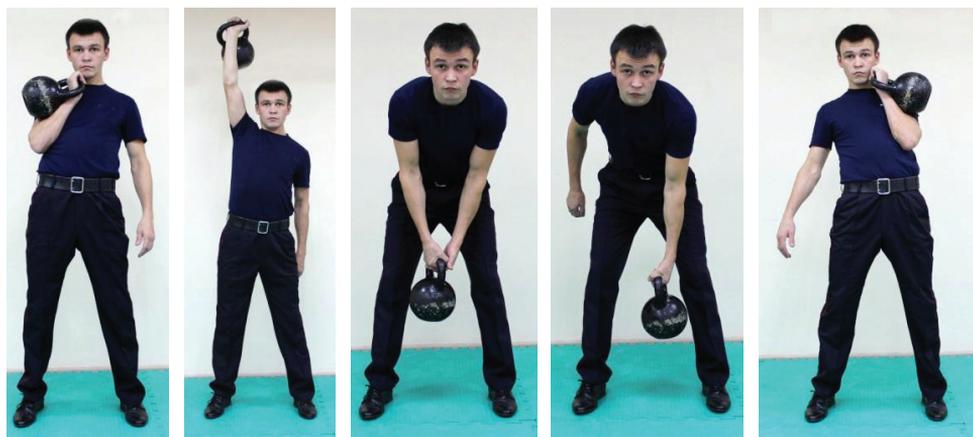
Запрещаются толчковые движения ногами.

При смене рук гиря не должна касаться пола.

Выполняющий жим не должен находиться в положении без движения более 5 сек.

После подъема гири, в момент фиксации ее над головой, туловище, ноги и руки должны быть выпрямлены.

Разрешено одно переключивание гири из руки в руку. Выполненные каждой рукой жимы суммируются



а

б

в

г

д

Жим гири

4. Наклоны вперед из положения лежа на спине

Наклоны вперед выполняются из исходного положения лежа на спине в течение одной минуты.

принять исходное положение лежа на спине, руки за головой, ноги не зафиксированы, пятки касаются пола



наклонить туловище вперед, коснуться локтями коленей



вернуться в исходное положение, коснуться пола лопатками



а



б



в

Наклоны вперед из положения лежа на спине



Запрещается значительно сгибать ноги в коленях, отрывать руки от головы, отрывать пятки от пола перед началом наклона туловища вперед

5. Силовое комплексное упражнение для мужчин

Силовое комплексное упражнение для мужчин заключается в последовательном выполнении четырех различных упражнений по 10 повторений каждое: сгибание и разгибание рук в упоре лежа, прыжки из упора лежа в упор присев, наклоны вперед из положения лежа на спине, выпрыгивания вверх.

принять исходное положение упор лежа, выполнить сгибания и разгибания рук



выполнить прыжки из упора лежа в упор присев, колени между рук



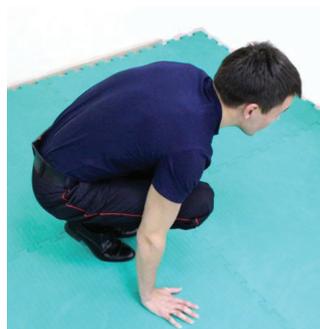
принять исходное положение лежа на спине, руки на поясе, наклониться вперед, руками коснуться пальцев ног



выполнить выпрыгивания из полуприседа, руки за головой, до полного выпрямления ног



а



б



в



г



д



е



ж



з

Силовое комплексное упражнение для мужчин



Запрещается при выполнении упражнений отдыхать более 2 сек

6. Поднос ног к перекладине

Поднос ног к перекладине выполняется из исходного положения вися на перекладине.

принять исходное положение вися на перекладине хватом сверху, с выпрямленными туловищем и ногами



поднять прямые ноги к перекладине до касания грифа подъемом стопы



вернуться в исходное положение, зафиксировать неподвижное положение вися на 0,5 с



а



б



в

Поднос ног к перекладине



Запрещается касаться пола (земли) ногами, сгибать ноги в коленях, раскачиваться, выполнять маховые движения

7. Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях

Сгибание и разгибание рук на брусьях выполняется из исходного положения упора на прямых руках.

принять исходное положение упора на брусьях на прямых руках, туловище и ноги прямые



согнуть руки, опуститься в упор на полностью согнутых руках



разогнуть руки, вернуться в исходное положение, зафиксировать неподвижное положение на 0,5 сек



а



б



в



г

Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях



Запрещается сгибать ноги в коленях, прогибаться в пояснице, раскачиваться, выполнять маховые движения

§ 2. Легкая атлетика и ускоренное передвижение

Тренировки и занятия по легкой атлетике и ускоренному передвижению направлены на развитие быстроты, скоростно-силовых качеств и выносливости. В их содержание включаются челночный бег 10×10 м, 4×20 м, бег (кросс) на 1 км и 5 км.

Челночный бег

Челночный бег 10×10 м (4×20 м) выполняется в спортивном зале, на стадионе или ровной площадке с размеченными линиями старта и поворота.

Принять исходное положение высокого или низкого старта



Пробежать отрезок 10 (20) м, коснуться любой частью тела поверхности за линией



Повернуться кругом, пробежать 10 (20) м в обратном направлении



а



б



в

Челночный бег



Запрещается использовать в качестве опоры при повороте какие-либо естественные или искусственные предметы, неровности, выступающие над поверхностью пола

§ 3. Методические основы подготовки к выполнению контрольных упражнений общей физической подготовки

1. Подтягивание на перекладине

Для увеличения результата в подтягивании на перекладине необходимо применять физические упражнения с отягощением, развивающие силу мышц плечевого пояса и плеча. В качестве отягощения используется либо вес собственного тела, либо внешнее сопротивление.

Основной метод тренировки заключается в многократном повторении упражнений с постепенным усложнением условий его выполнения и повышением интенсивности физической нагрузки.

Базовые упражнения.

1. *Вис на перекладине на прямых руках.*
2. *Вис на перекладине на согнутых руках.*
3. *Подтягивания с помощью партнера.*
4. *Самостоятельные подтягивания различными хватами перекладины: прямой, обратный, узкий, широкий, разновысокий, перекрестный.*
5. *Подтягивания с изменением усилия:* медленно подтянуться и быстро опуститься в исходное положение, и наоборот — быстро подтянуться и медленно опуститься.
6. *Подтягивания несколькими подходами с равномерным увеличением (уменьшением) количества повторений («лесенка»).* Можно начинать с 1 подтягивания, затем каждый подход увеличивать число подтягиваний на 1 до тех пор, пока можно заставить себя подтянуться на 1 раз больше, чем в предыдущий подход. После того, как «предел» достигнут, число подтягиваний уменьшается на 1 в каждом подходе. Второй вариант — начинать с максимального количества повторений, убавлять до 1 и снова до максимума. Интервал отдыха между подходами 10–20 сек.
7. *Подтягивания с отягощением.* Используются утяжелители на пояс или на ноги. Цель такой тренировки состоит в увеличении максимальной силы мышц.

Вспомогательные упражнения.

1. *Стоя сгибание рук со штангой.* Исходное положение стоя, гриф штанги держать возле бедер на ширине плеч, хватом снизу. Согнуть руки, поднять штангу до уровня плеч. Для дополнительного сокращения бицепсов в конце сгибания слегка приподнять локти вверх.
2. *Сидя в тренажере тяга верхнего блока.* Исходное положение сидя в тренажере, слегка отклониться назад, взять гриф широким хватом сверху. Потянуть гриф к груди, заводя локти назад, вернуться в исходное положение.

3. *Стоя в наклоне тяга штанги.* Исходное положение стойка ноги врозь, туловище наклонить вперед под углом 45°, поясницу прогнуть и зафиксировать. Штангу держать хватом сверху немного шире плеч. Сгибая руки, подтянуть штангу к животу, сделать паузу, вернуться в исходное положение.

2. Сгибание разгибание рук в упоре лежа

Основным средством, направленным на увеличение результата в сгибании и разгибании рук в упоре лежа (отжиманиях), являются физические упражнения, направленные на развитие мышц плеча, плечевого пояса, спины и живота. Специфической особенностью этого упражнения является то, что руки работают в динамическом (сократительном) режиме, а мышцы туловища в статическом (удерживающем).



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

Базовые упражнения.

1. *Отжимания в упоре от стены.*
2. *Отжимания в упоре от стула (скамьи).*
3. *Удержание тела в положении упора:* упор лежа на предплечьях («планка»), упор лежа, упор лежа на одной руке.
4. *Отжимания в упоре лежа с изменением усилия:* медленно согнуть руки — быстро вернуться в исходное положение и наоборот.
5. *Отжимания в упоре лежа, ноги опираются на скамью.*
6. *Отжимания в упоре лежа с различным расположением рук* — руки шире плеч, руки вместе и т.п.

Вспомогательные упражнения.

1. *В упоре сидя сзади на гимнастической скамье* сгибания и разгибания рук.
2. *Лежа на горизонтальной скамье жим штанги.* Исходное положение лежа на горизонтальной скамье, хват грифа несколько шире плеч. Опустить штангу до уровня груди, вернуться в исходное положение.
3. *Лежа на горизонтальной скамье жим узким хватом.* Исходное положение лежа на горизонтальной скамье, штанга сверху в вытянутых руках, ширина хвата 20–25 см. Согнуть руки в локтевых суставах, опустить гриф на нижнюю часть груди. Из этого положения выжать штангу вверх до распрямления рук. Опуская штангу вниз, необходимо держать локти ближе к туловищу.
4. *Стоя разгибание рук с рукояткой верхнего блока тренажера.* Исходное положение стоя лицом к тренажеру. Взять рукоятку хватом сверху, локти прижать к бокам, слегка наклониться вперед. Разогнуть руки, привести рукоятку к бедрам, вернуться в исходное положение.
5. *Сидя разгибание рук с гантелью из-за головы.* Исходное положение сидя на скамье, гантель удерживать двумя руками над головой. Согнуть руки в лок-

тях, опустить гантель, пока она не окажется за головой. Вернуться в исходное положение.

3. Жим гири

Основным средством, направленным на увеличение результата в жиме гири, служат упражнения с внешним отягощением, развивающие силу мышц плечевого пояса, плеча.

Базовые упражнения.

1. *Круговые движения гири вокруг туловища с перехватом из руки в руку.*

2. *Маховые движения гири.* Исходное положение стоя, гиря удерживается внизу. Согнуть ноги и слегка наклониться вперед. Маховым движением за счет разгибания ног и туловища поднять гирю до уровня головы, вернуться в исходное положение.

3. *Подъем гири на грудь.* Исходное положение гиря в правой руке опущена вниз. Поднять гирю на грудь, рука прижата к туловищу, гиря лежит на плече и предплечье. Вернуться в исходное положение. Повторить на левую руку необходимое количество раз.

4. *Подъем 2-х гирь на грудь.* Исходное положение гири в руках опущены вниз. Поднять гири на грудь, руки прижаты к туловищу. Вернуться в исходное положение.

5. *Жим гири сидя.* Исходное положение сидя на скамье, гиря лежит на плече и предплечье правой руки. Силой руки выжать гирю вверх над головой, зафиксировать положение на вытянутой вверх руке на 0,5 сек, опустить гирю на грудь. Повторить на левую руку необходимое количество раз.

6. *Толчок гири одной рукой.* Исходное положение стоя, гиря в правой руке опущена вниз. Поднять гирю на грудь, положить на плечо и предплечье. Толчковым движением ногами поднять гирю над головой, зафиксировать положение на вытянутой вверх руке на 0,5 сек, опустить гирю на грудь. Повторить на левую руку необходимое количество раз.

7. *Жим гири стоя.* Исходное положение гиря в правой руке опущена вниз. Поднять гирю на грудь, рука прижата к туловищу, гиря лежит на плече и предплечье. Не допуская толчковых движений ногами, силой выжать гирю вверх над головой, зафиксировать положение на вытянутой вверх руке на 0,5 сек, опустить гирю на грудь. Повторить на левую руку необходимое количество раз.

Вспомогательные упражнения.

1. *Рывок гири.* Исходное положение гиря внизу на вытянутой руке. Рывковым движением руки вверх поднять прямую руку над головой и зафиксировать на 0,5 сек. Вернуться в исходное положение. Повторить на левую руку необходимое количество раз.

2. *Сидя жим штанги от груди.* Исходное положение сидя на скамье, штанга на груди, хват шире плеч. Разогнуть руки, выжав штангу над головой, вернуться в исходное положение.

3. *Стоя разведение гантелей в стороны.* Исходное положение стоя, гантели в опущенных руках вдоль туловища. Слегка согнуть в локтях руки, поднять гантели до уровня плеч, разворачивая мизинец вверх. Движение не маховое, плавное по всей траектории.

4. *Стоя тяга штанги к подбородку.* Исходное положение стоя, штанга в опущенных руках, хват чуть шире плеч, спина прямая. Поднять штангу вдоль туловища до касания грифа подбородком, поднимая локти как можно выше.

5. *Толчок гири одной рукой по длинному циклу.* Исходное положение гиря в правой руке опущена вниз. Поднять гирю на грудь, рука прижата к туловищу, гиря лежит на плече и предплечье. Толчковым движением ногами поднять гирю над головой, зафиксировать положение на вытянутой вверх руке на 0,5 сек, опустить гирю вниз. Повторить на левую руку необходимое количество раз.

4. Наклоны вперед из положения лежа на спине

Средством для увеличения результата в упражнении наклоны вперед из положения лежа на спине являются физические упражнения, направленные на развитие мышц брюшного пресса. Эта группа мышц участвует в большинстве движений. Мышцы брюшного пресса создают хороший «мышечный корсет», охватывающий брюшную полость, и способствует нормальному функционированию внутренних органов, что положительно влияет на состояние здоровья.

Основной метод тренировки заключается в повторном выполнении упражнений с постепенным усложнением условий и повышением физической нагрузки в динамическом и статическом режиме. Упражнения выполняются как с собственным весом, так и с использованием внешних отягощений.

Базовые упражнения.

1. *Наклоны туловища из положения лежа.* Руки вытянуты вдоль туловища (ладони вниз), ноги в коленях прямые. Поднимая туловище, коснуться пальцами рук пальцев ног и вернуться в исходное положение.

2. *Наклоны туловища из положения лежа.* Руки скрещены на груди, ноги в коленях прямые. Сгибаясь, коснуться пальцами рук пальцев ног и вернуться в исходное положение.

3. *Наклоны туловища из положения лежа.* Руки сцеплены за головой, ноги в коленях прямые. Сгибаясь, коснуться локтями коленей и вернуться в исходное положение.

Вспомогательные упражнения.

1. *Подъемы туловища у гимнастической стенки.* Исходное положение лежа на полу, ноги согнуть, ступни поместить за перекладину гимнастической стенки. Поднять туловище как можно выше, вернуться в исходное положение.

2. *Наклоны туловища на наклонной скамье.* Исходное положение сидя на наклонной скамье, ступни расположить под валиками, руки за головой. Опуститься назад, округляя спину, вернуться в исходное положение.

3. *Лежа на наклонной скамье подъем ног.* Исходное положение лежа на наклонной скамье, взявшись за специальную перекладину за головой. Поднять ноги до вертикального положения, приподнимая таз, затем вернуться в исходное положение.

4. *Поднос согнутых или прямых ног к перекладине.* Из виса на перекладине хватом сверху поднять ноги до касания грифа перекладины и вернуться в исходное положение.

5. Челночный бег

Основным средством для увеличения результата в упражнении челночный бег являются упражнения, направленные на развитие взрывной силы ног, координацию и ловкость.

Первый этап — обучение.

Улучшение результата в челночном беге подразумевает поэтапное совершенствование его пяти фаз: старт, стартовое ускорение, бег по дистанции, поворот, финиширование.

Техника старта. В основном это положение высокого старта и его разновидность — положение старта с опорой на одну руку. Отсутствие стартовых колодок в челночном беге не снижает возможности обучения выходу со старта, выполнению первого шага стоящей сзади маховой ногой. Необходимо оптимально загрузить толчковую ногу и принимать стартовое положение с небольшим наклоном туловища вперед и постановкой маховой ноги на носок.

Отрабатывая старт, можно выполнить такие подводящие упражнения, как прыжок в длину с места махом одной и толчком другой ногой; различные многоскоки.

Стартовое ускорение. Из исходного стартового положения выполнить резкое ускорение с энергичным выносом бедра вперед. Повторить стартовое ускорение необходимо 8 раз.

Бег по дистанции. Увеличению частоты шагов способствуют различные виды прыжков со скакалкой в быстром темпе.

Поворот. На отрезке дистанции в 10 м выполнить бег в среднем темпе, резко останавливаясь в конце отрезка и поворачиваясь на 180°. Во время остановки идет наклон туловища, вес переносится на опорную ногу, свободная — выставляется за линию. Повторить упражнение необходимо 10 раз.

Подготовительные упражнения по освоению стопорящего шага: передвижение приставными шагами, прыжками в приседе прямо и боком; многоскоки из глубокого приседа с полным разгибанием ног и максимальным продвижением вперед.

Для выполнения упражнения можно использовать дистанцию разной длины — 10, 20 м. Необходимо пробежать на высокой скорости два отрезка дистанции, туда и обратно, с резким торможением в конце первого. Важно обратить

внимание на точность шага — не должно быть лишних движений, все делается одновременно: остановка, вынос ноги, наклон туловища. Чтобы качественней отработать стопорящий шаг, необходимо выполнять бег по дистанции на максимально возможной скорости. Повторить упражнение необходимо 10 раз.

Финиширование. Максимальную скорость нужно стараться поддерживать до конца дистанции, однако на последних метрах дистанции скорость обычно снижается на 3–8 %. Бег заканчивается в момент, когда бегун пересекает туловищем вертикальную плоскость, проходящую через линию финиша, обозначающую конец дистанции. Чтобы быстрее ее пересечь, надо на последнем шаге сделать резкий наклон грудью вперед, отбрасывая руки назад. Этот способ называется «бросок грудью».

Для выполнения упражнения можно использовать дистанцию разной длины — 10, 20, 50 или 100 м. Старайтесь пробежать на высокой скорости дистанцию и финишировать вышеуказанным способом. Необходимо повторить 6–8 раз.

Второй этап — совершенствование.

Результативность в этом упражнении определяется тремя факторами: скоростно-силовыми качествами мышц ног, эффективностью анаэробного образования энергии, техникой бега по дистанции и техникой поворота, на совершенствование которых и направлена подготовка.

Тренировка скоростно-силовых качеств. Теория тренировки свидетельствует, что скоростно-силовые качества развиваются на основе максимальной силы участвующих в нужном движении мышц. В целях скорейшего роста скоростно-силового потенциала предлагается выполнять беговые и прыжковые упражнения с максимальной скоростью, на отрезках 20–30 м по 5–8 раз, а именно:

1) гладкий (то есть без поворотов) бег 20–40 м с высокого старта по сигналу, стремясь максимально быстро выполнить стартовый разгон и бег, 3–5 раз;

2) прыжки с ноги на ногу, 5 шагов 3–5 раз;

3) прыжки с ноги на ногу, 10 шагов 3–4 раза;

4) прыжки вверх из приседа, 10–15 прыжков 3 раза;

5) прыжки через гимнастическую скамейку одновременным отталкиванием двумя ногами, 6–8 прыжков 3 раза;

6) бег на месте в упоре с максимальной частотой шагов, 3–5 подходов по 5–10 сек;

7) быстрые движения руками на месте, как в беге, 3–5 подходов по 5–10 сек;

8) бег на месте без упора с максимальной частотой, 3–5 подходов по 5–10 сек;

9) бег с максимальной частотой, укороченными шагами, по меткам, 2 по 10 м, 3–4 подхода, отдых между пробежками — 2 мин;

10) бег с максимальной частотой через низкие препятствия (например, набивные мячи), 12–15 мячей по 6–8 раз, паузы отдыха — 1,5–2 мин;

11) продвижение вперед с высоким подниманием бедра, с максимальной частотой, 3 подхода по 10–15 м, паузы отдыха — 1,5–2 мин;

12) бег по лестнице с максимальной частотой, 4–6 подходов по 20–30 ступенек, отдых — 2–3 мин;

13) повторное ускорение, 8–10 м максимального ускорения, 30 м легкого бега (2–3 раза по 8–10 м), 2–3 серии, между сериями отдых 3 мин;

14) разнообразные эстафеты с элементами быстрого бега, прыжков, пауза отдыха между пробежками — 3 мин.



Тренировочные действия должны выполняться с максимально возможной скоростью. При снижении скорости бега более чем на 5 % упражнения становятся малоэффективными

Тренировка бега по дистанции предполагает выполнение повторной беговой работы на отрезках, близких к 10 м, скоростях, близких к скорости преодоления дистанции, продолжительностью, близкой к продолжительности выполнения норматива, а также беговых и прыжковых упражнений, выполняемых на рельефной местности.

Основной метод — повторный, т.е. выполнение беговых упражнений по 3–6 раз с промежутками для отдыха, позволяющими выполнить следующее повторение с заданными параметрами. Например:

1) челночный бег 6х6 м, 3–4 раза с максимальной скоростью;

2) челночный бег 10×10 м, 3 раза со скоростью 85–90 % от максимальной;

3) челночный бег 16х6 м, 2–3 раза со скоростью 85–90 % от максимальной;

4) челночный бег 8×15 м, 3 раза со скоростью 85–90 % от максимальной;

5) бег в подъем 15–20°, 6×10 м с максимальной скоростью;

6) бег в подъем 15–20°, 2–4 × 25–30 м со скоростью 85–90 % от максимальной;

7) прыжки с ноги на ногу в подъем 15–20°, 5 прыжков по 6 раз; 10 прыжков по 3 раза;

8) спринтерский бег 2 раза по 200 м.

Глава 5. Боевые приемы борьбы

§ 1. Приемы страховки и само страховки

Приемы страховки и само страховки включаются в специальную разминку в подготовительной части тренировки и занятия. Изучение приемов страховки и само страховки осуществляется на первых этапах подготовки, в дальнейшем они постоянно совершенствуются.

1. Кувырок вперед

Из исходного положения упор присев (рис. а), разгибая ноги, перенести вес тела на руки, наклонить голову вперед; сгибая руки, оттолкнуться ногами и, сгруппировавшись, перевернуться через голову (рис. б, в). Выполнить пережат в упор присев, встать.



а

б

в

г

Кувырок вперед

2. Кувырок назад

Из исходного положения упор присев (см. рис. а), сгруппироваться; наклонить голову вперед, отталкиваясь руками, быстро перекатиться на лопатки (см. рис. б, в) и, опираясь руками за плечами, перевернуться через голову (см. рис. г–е).



а

б

в



г



д



е

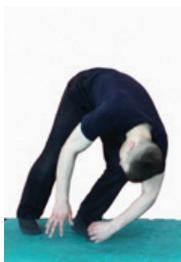
Кувырок назад

3. Кувырок через плечо

Из исходного положения стоя ноги врозь присесть, приняв положение стоя на левом колене, прижать подбородок к груди, сгруппироваться (рис. а). Оттолкнуться ногами и перекатиться через правое плечо в направлении левого бедра (см. рис. б–д). Вернуться в исходное положение стоя ноги врозь.



а



б



в



г



д

Кувырок через плечо

4. Полет-кувырок

Из исходного положения стойка ноги врозь оттолкнуться ногами, выполнить прыжок вперед, вытянув руки (рис. а–в). Приземлиться на руки, амортизируя приземление, прижав подбородок к груди и сгруппировавшись, выполнить кувырок вперед (рис. г, д).



а



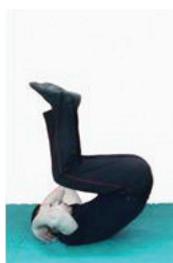
б



в



г



д

Полет-кувырок

5. Самостраховка при падении назад

Из исходного положения стоя ноги врозь (рис. а) выполнить присед, пере-
катиться назад в группировке (рис. б) и, опережая касание лопатками, произ-
вести удар по ковру вытянутыми в стороны руками ладонями вниз (рис. в).



а



б



в

Самостраховка при падении назад

6. Самостраховка при падении вперед

Из исходного положения стоя ноги врозь упасть вперед, опираясь на кисти, амортизировать падение сгибанием рук, при этом повернуть голову в сторону.



Самостраховка при падении вперед

7. Самостраховка при падении на бок

Из исходного положения стоя ноги врозь присесть, перекатиться на правый бок, вытянув в сторону прямую правую руку ладонью вниз, произвести удар по ковру (см. рис. а, б). Левая рука при этом вытянута вверх, подбородок прижат к груди, колени разведены. Положение самостраховки, лежа на левом боку, выполняется зеркально (см. рис. в).



Самостраховка при падении на бок

8. Кувырок с самостраховкой

Из исходного положения стоя ноги врозь выполнить кувырок через плечо, приняв положение самостраховки при падении на бок (рис. а–в).

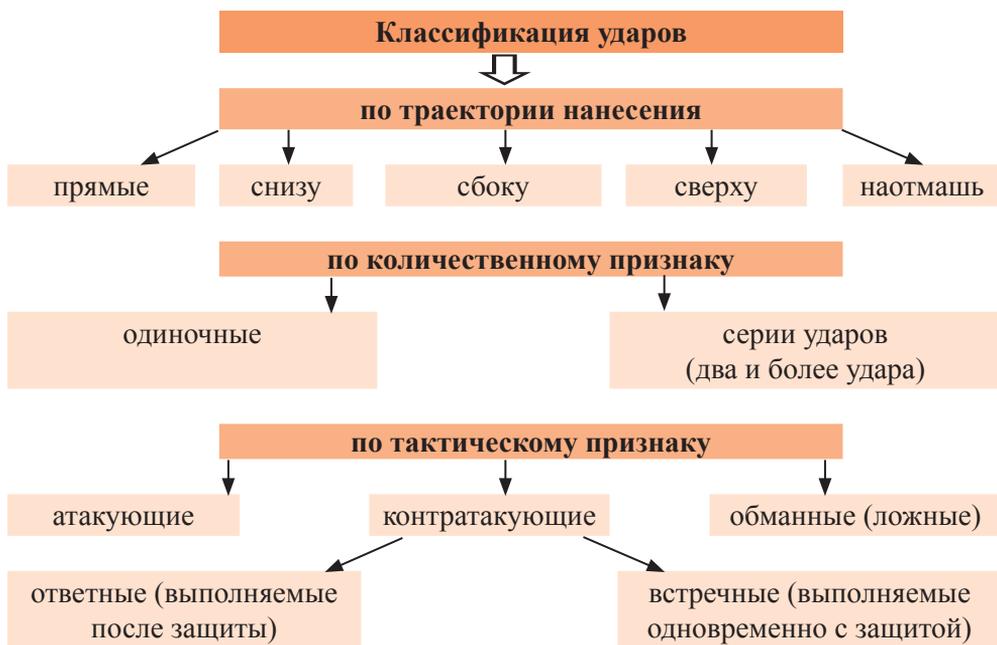


Кувырок с самостраховкой

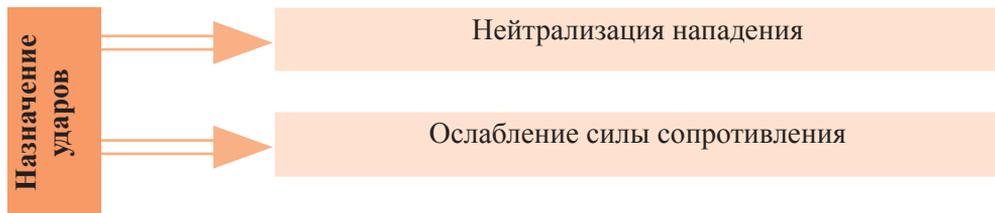
§ 2. Удары и защита от ударов

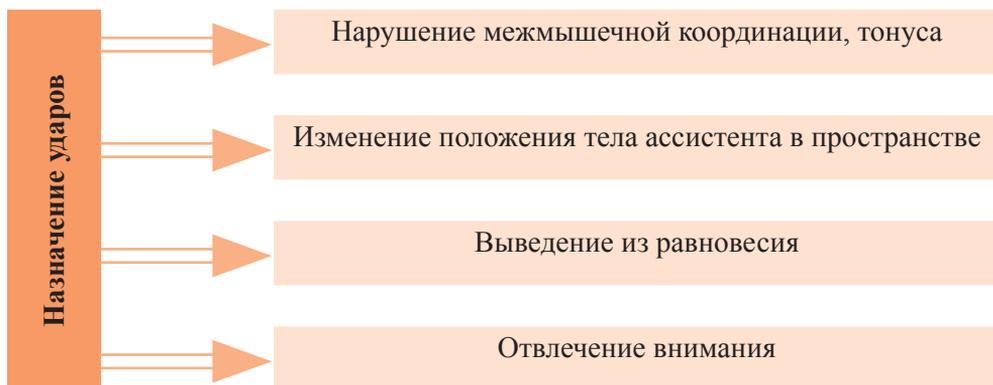
1. Удары руками и ногами

Удар как форма физического воздействия на человека представляет собой сильный и резкий толчок какой-либо частью тела (как правило, рукой или ногой) либо специальным средством, подручным предметом, оружием. Применение ударов сотрудниками полиции может быть связано с негативными последствиями. Во-первых, есть вероятность получения травмы самим сотрудником полиции, особенно при нанесении ударов незащищенной рукой. Во-вторых, дозировать удары по силе представляется непростой задачей, соответственно, эффект от их применения может быть больший (или меньший), чем предполагалось.

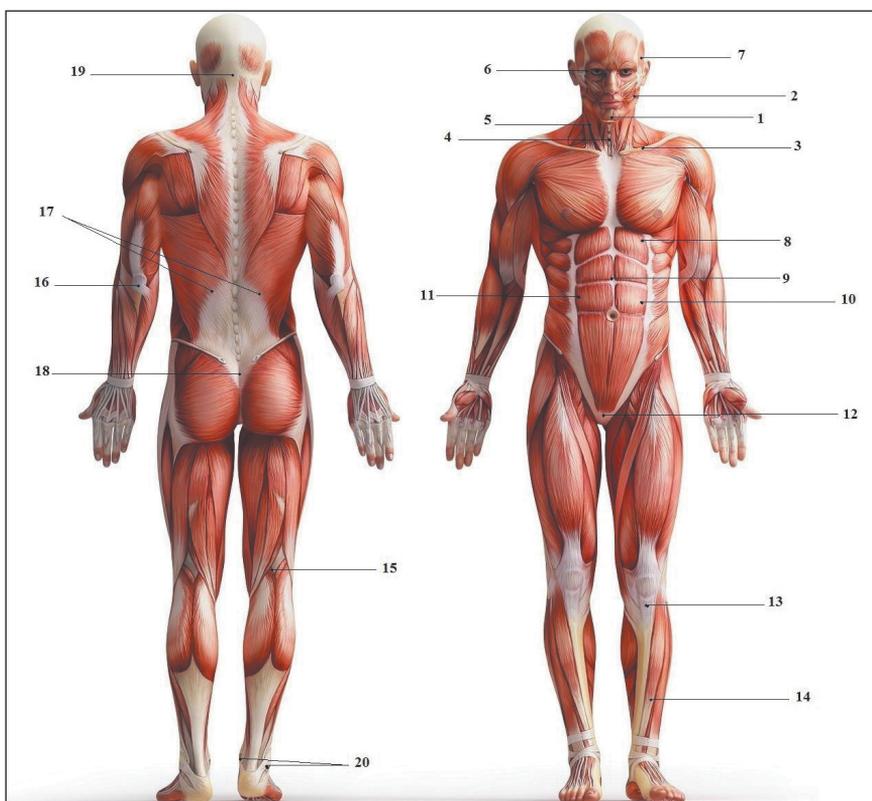


Для сотрудника полиции важно различать удары по целевому назначению





Удары наносятся в уязвимые места на теле человека. Нанесение удара следует сопровождать выдохом, что способствует быстрой и силе его выполнения.



Наиболее уязвимые места тела человека:

1 — подбородок; 2 — челюсть; 3 — ключица; 4 — гортань; 5 — сонная артерия; 6 — глаза; 7 — височная область; 8 — область сердца; 9 — солнечное сплетение; 10 — селезенка; 11 — печень; 12 — область паха; 13 — колени; 14 — голень; 15 — подколенная ямка; 16 — локоть; 17 — почки; 18 — копчик; 19 — основание черепа; 20 — лодыжка

Удары могут наноситься из боевой стойки либо из естественного положения.



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

Стойка должна обеспечивать как статическую, так и маневренную устойчивость, что определяется оптимальным расстоянием между стопами: слишком узкая стойка не придает достаточной устойчивости, слишком широкая затрудняет маневр.



а



б

Фронтальная стойка

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.



а



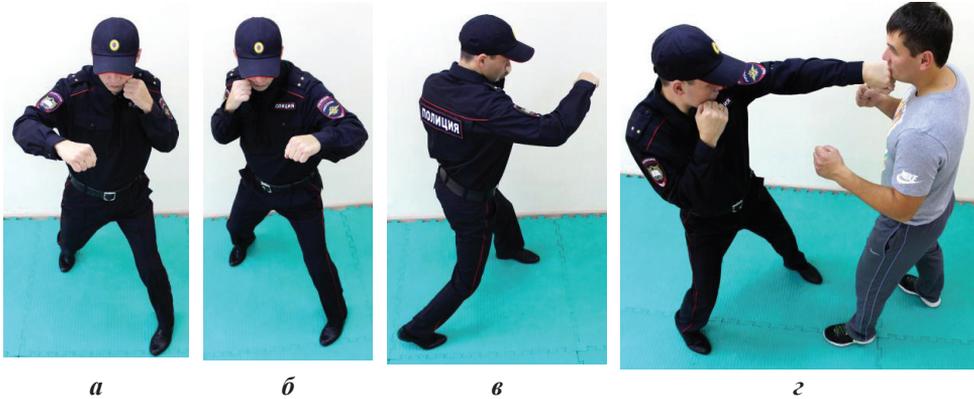
б



в

Левосторонняя боевая стойка

Прямой удар кулаком преимущественно наносится в голову, «солнечное сплетение», в область печени и селезенки передней поверхностью кулака. За счет разгибания в коленном суставе сзади стоящей ноги происходит отталкивание от опоры и создается усилие, придающее вращательно-поступательное движение таза атакующего по направлению к ассистенту. При этом вес тела переносится на впереди стоящую ногу. В развитие вращательного движения таза происходит скручивание позвоночника и вращение плечевой оси в сторону ближней к ассистенту руки.



Прямой удар кулаком

Удар кулаком сбоку преимущественно наносится по боковой поверхности головы или шеи, в область печени и селезенки. Удар выполняется полусогнутой в локтевом суставе рукой из правосторонней (левосторонней) стойки с поворотом туловища внутрь и переносом веса тела на впереди стоящую ногу.



Удар кулаком сбоку



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

Удар кулаком сбоку левой рукой¹ имеет свои особенности: если необходимо выполнить удар более мощно, то предварительно делается небольшой замах, для чего вес тела переносится на левую ногу, туловище поворачивается в сторону левого плеча вокруг вертикальной оси. В конце ударного движения атакующий опирается на впереди стоящую ногу.

Удар кулаком снизу преимущественно наносится в подбородок либо в живот. Удар выполняется посредством предварительного наклона туловища вперед с небольшим сгибанием ног в коленных суставах, последующего резкого разгибания ног, выпрямления и поворота туловища внутрь до центральной оси тела с завершающим ударным движением руки снизу вверх.



Удар кулаком снизу



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 преимущественно наносится по ключице, в подбородок или по переносице. 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.

¹ Дальнейшее описание приемов предполагает, что сотрудник находится в левосторонней боевой стойке.



а



б

Удар кулаком (ребром ладони) сверху



а



б

Удар кулаком (ребром ладони) наотмашь

Удар основанием ладони снизу-прямо преимущественно наносится в голову и выполняется путем резкого разгибания руки по направлению снизу-прямо.

Удар (кулаком, ребром ладони) наотмашь преимущественно наносится по боковой поверхности головы или шеи и выполняется с резким поворотом (вращением) туловища наружу и одновременным разгибанием руки в локтевом суставе.



Удар основанием ладони снизу-прямо



При нанесении ударов основанием ладони необходимо согнуть пальцы в фаланговых суставах и разогнуть кисть в лучезапястном суставе.

При нанесении ударов ребром ладони необходимо согнуть пальцы в фаланговых суставах и плотно прижать пальцы друг к другу

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 наружу преимущественно наносится по боковой поверхности головы или шеи и выполняется согнутой в локтевом суставе рукой с резким поворотом (вращением) туловища наружу.



а



б



в



г



д

Удары локтем

(а — сбоку; б — наружу; в — снизу; г — сверху; д — назад)

Удар локтем снизу преимущественно наносится в живот либо подбородок и выполняется согнутой в локтевом суставе рукой ударным движением снизу вверх.

Удар локтем сверху преимущественно наносится по спине и выполняется согнутой в локтевом суставе рукой с резким наклоном туловища вперед.

Удар локтем назад преимущественно наносится в живот и выполняется за счет резкого сгибания и отведения руки назад.



При нанесении ударов локтем кулак плотно сжимается

Удар носком (подъемом стопы) снизу преимущественно наносится в живот, промежность или голень и выполняется за счет последовательного активного сгибания ноги в тазобедренном и разгибания в коленном суставах.

Удар коленом снизу преимущественно наносится в живот, промежность, бедро и 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



а



б



в

Удары ногами

(а — носком (подъемом стопы) снизу; б — удар коленом снизу; в — прямой удар подошвенной частью стопы)

Прямой удар подошвенной частью стопы преимущественно наносится в живот, «солнечное сплетение», область печени и выполняется после предварительного сгибания и последующего резкого разгибания ноги в тазобедренном и коленном суставах.

Удар подъемом стопы сбоку преимущественно наносится по туловищу или бедру, выполняется за счет последовательного активного сгибания ноги в тазобедренном (вынос бедра в сторону) и разгибания в коленном суставе («выхлест» голени).



а

б

в

Удары ногами

(а — удар подъемом стопы сбоку по туловищу; б — удар подъемом стопы сбоку по бедру; в — удар пяткой сверху)

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

2. Защита от ударов

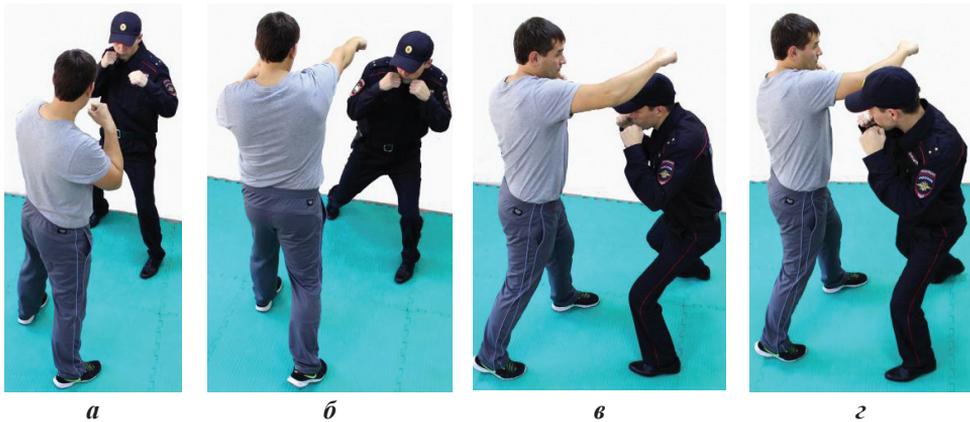
Защитные действия от ударов руками, ногами, ножом или предметом могут выполняться с помощью перемещений, уклонов, нырков, подставок, отбивов. При проведении защитных действий необходимо сохранять устойчивое и удобное для контратаки положение. Основные критерии оценки защитных действий — они должны выполняться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

Защита перемещением применяется от любых ударов руками и ногами. Защита перемещением основана на скорости и подвижности ног и требует точного расчета времени и дистанции, она успешно сочетается с другими видами защиты. Защита перемещением различается по направлению движения: 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.



а

б

в

г

Защита от ударов:

защита уклоном

защита нырком

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.



*от удара сбоку
в голову*



*Защита подставкой
от удара сбоку
в туловище*



*от удара наотмашь
в голову*

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.



*от удара наотмашь
в туловище*



*Защита подставкой
от удара сверху в голову*



*от удара снизу
в туловище*



*от удара ногой сбоку
в голову (туловище)*



*Защита подставкой
от удара ногой сбоку
по бедру*



*от удара ногой снизу
в промежность*

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



*от удара рукой прямо в
голову*



*Защита отбивом
от удара рукой прямо
в туловище*



*от удара ногой прямо
в туловище*

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)

Возможные варианты ограничения свободы передвижения ассистента после выполнения защитных действий.

Ограничение свободы передвижения ассистента, атакующего ударом рукой: эффективно защититься (рис. а), нанести ответный удар рукой (рис. б), незамедлительно схватить руку ассистента (рис. в), сковать болевым приемом на руку (рис. г).



а б в г
Сковывание болевым приемом после защиты от удара рукой

Ограничение свободы передвижения ассистента, атакующего ударом подъемом стопы сбоку в туловище. Перемещаясь в стороны с пути атакующей конечности, защититься подставкой предплечьями (рис. д), после чего захватить руку ассистента (рис. е), нанести расслабляющий удар ногой (рис. ж) и выполнить болевой прием одним из удобных способов (рис. з).



д е ж з
Сковывание болевым приемом после защиты от удара ногой

Защита от ударов ножом имеет свою специфику. В отличие от невооруженного нападения диапазон ответных действий в таких ситуациях ограничен и обусловлен необходимостью снижения вероятности ранения в процессе выполнения приема. Наиболее эффективными считаются болевые приемы скручивание (рычаг) руки внутрь или скручивание (рычаг) руки наружу.



Защита от ударов ножом выполняется по схеме: уход перемещением с направления движения атакующей конечности в сторону с подставкой или отбивом ее предплечьем — захват вооруженной руки ассистента, исключающий возможность свободного движения кисти с оружием, — обозначение расслабляющего удара ногой — обезоруживание — ограничение свободы передвижения ассистента

Ограничение свободы передвижения ассистента, атакующего ударом ножом сбоку в туловище. Уйти в сторону от удара с подставкой предплечья (рис. а), незамедлительно захватить руку ассистента (рис. б), нанести (обозначить) расслабляющий удар ногой по левому или правому бедру ассистента (рис. в, г), выполнить болевой прием скручивание (рычаг) руки внутрь или скручивание (рычаг) руки наружу.



а

б

в

г

Защита от удара ножом сбоку в туловище

Обезоруживание после скручивания руки внутрь осуществляется дожимом кисти.



д

е

ж

Обезоруживание после скручивания руки внутрь

После скручивания руки внутрь и обезоруживания ограничить свободу передвижения ассистента, выполнив загиб руки за спину толчком, зафиксиро-

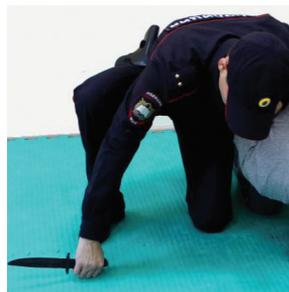
вать нож стопой (рис. а), вынудить ассистента встать на колени, прижать своим туловищем его туловище к опоре (рис. б), подобрать нож за рукоятку, лезвием вниз (рис. в). Подняв ассистента, перейти на сопровождение загибом руки за спину.



а



б



в

Подбор ножа после скручивания руки внутрь

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



з



д



е

Обезоруживание после скручивания руки наружу

После обезоруживания отшвырнуть нож ногой, забегая за голову перевести ассистента на живот, выполнить загиб руки за спину рывком либо толчком. Сковывая подвижность загибом руки за спину, вынудить ассистента встать. Подобрать нож за рукоятку, лезвием вниз.



а



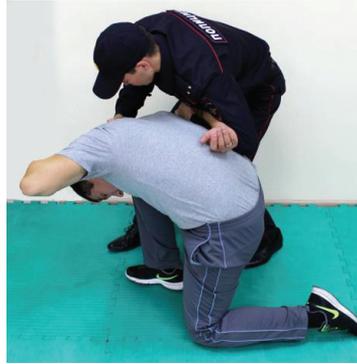
б



в



г



д

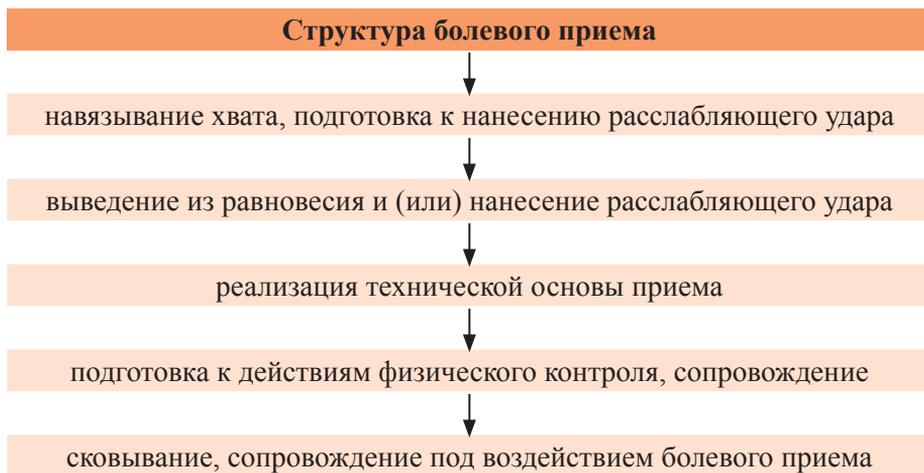


е

Перевод ассистента на живот и переход на сопровождение

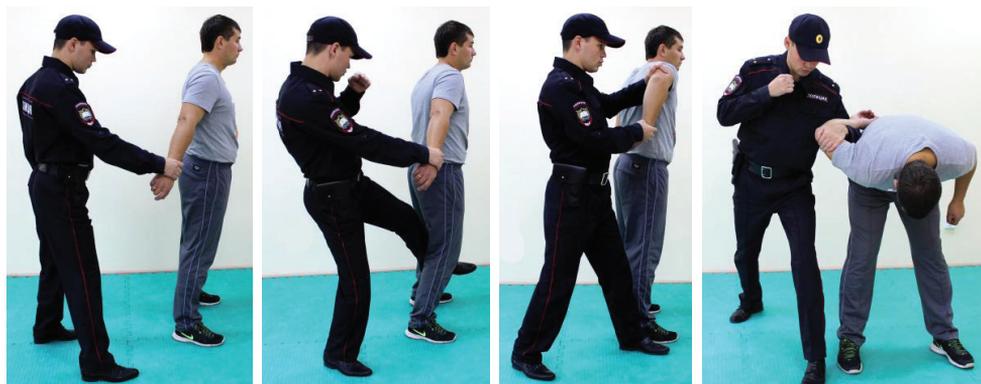
§ 3. Болевые приемы

Болевые приемы применяются с целью ограничения свободы передвижения лиц как мера принуждения повиноваться, подчиниться требованиям сотрудника органов внутренних дел.



1. Ограничение свободы передвижения загибом руки за спину «толчком»

Находясь сзади, захватить правой рукой правое предплечье ассистента¹ (большой палец обращен к локтю) и отвести назад-вправо (рис. а).



а

б

в

г

Загиб руки за спину «толчком»

¹ В дальнейшем описание техники выполнения болевых приемов приводится относительно правой руки ассистента, в противоположную сторону приемы выполняются зеркально.

Шагая левой ногой вперед-влево, нанести левой голенью расслабляющий удар в подколенный сгиб его правой ноги или левым локтем в спину (рис. б). Толкнуть ладонью левой руки плечо ассистента ближе к локтю вперед-вверх и быстро завести его предплечье над своим предплечьем, захватить ладонью локоть (рис. в, г). 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.

2. Ограничение свободы передвижения загибом руки за спину «нырком»

Захватить двумя руками (правая рука снизу) правое предплечье ассистента (рис. д, е) и нанести расслабляющий удар правой голенью или коленом по внутренней стороне его правого бедра (рис. ж).



д



е



ж

Загиб руки за спину «нырком»

Поднимая руку ассистента вперед-вверх, согнуть ее в локте и, скручивая предплечье внутрь, повернуться под захваченной рукой кругом (рис. а, б, в). Отпуская левой рукой его предплечье, толкнуть ладонью плечо ближе к локтю вперед-вверх и быстро завести предплечье ассистента над своим предплечьем, захватить ладонью локоть (рис. г).



а

б

в

г

Загиб руки за спину «нырком»

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.

3. Ограничение свободы передвижения загибом руки за спину «рывком»

Захватить левой рукой правое предплечье ассистента сверху, развернув большой палец в сторону кисти (рис. д). Нанести расслабляющий удар правой голенью по внутренней стороне правого бедра (рис. е) или локтем правой руки в грудь.



д

е

ж

Загиб руки за спину «рывком»

Правой рукой захватить его руку за плечо ближе к локтю сверху (рис. в) или снизу (рис. а) и резко потянуть к себе (рис. б). Отпуская предплечье, быстро переместить левую руку под него и, загибая руку ассистента за спину, захватить ладонью локоть (рис. в).



а

б

в

Загиб руки за спину «рывком»

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.

4. 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 (рис. г, д).



г

д

е

ж

Загиб руки за спину «замком»

Нанести расслабляющий удар правой ногой (стопой) в голень или коленом в низ живота (рис. е). Соединить руки (левая — снизу под локтем ассистента, правая сверху) хватом пальцев «в замок» (рис. ж, з). Поворачиваясь направо-назад, резко рвануть руку ассистента под локоть из кармана вверх (рис. и). Далее действовать аналогично загибу руки за спину рывком (рис. к).



з



и



к

Загиб руки за спину «замком»

5. Сопровождение, сковывающая подвижность загибом руки за спину

Выполнить загиб руки за спину одним из способов. Командой заставить ассистента положить свободную руку за голову.



Сопровождение, сковывающая подвижность загибом руки за спину

Перемещая вес его тела на одноименную захваченной руке ногу, прижимая ассистента к себе, вести, вынуждая болевым воздействием двигаться.

6. Ограничение свободы передвижения рычагом руки через предплечье

Захватить правую руку ассистента левой рукой за плечо, правой рукой за предплечье (см. рис. а). Нанести расслабляющий удар основанием ладони ле-

вой руки в его лицо (см. рис. б). Обхватывая правую руку ассистента сверху, быстро завести свое левое предплечье под его плечо снизу (см. рис. в), захватить ей свое правое предплечье (см. рис. г) либо одежду на груди.



а

б

в

г

Рычаг руки через предплечье

Одновременно перегибая руку ассистента через предплечье и скручивая предплечье наружу, вынудить его встать, а затем и двигаться на носках.

7. Ограничение свободы передвижения дожимом кисти («под ручку»)

Находясь сзади, захватить правой рукой правое запястье ассистента (большой палец сверху) и отвести его немного назад-вправо (рис. д). Шагая вперед-влево, нанести левой голенью расслабляющий удар в подколенный сгиб его правой ноги (рис. е) или левым локтем в спину. Захватить левой рукой плечо ассистента изнутри ближе к локтю (рис. ж).



д

е

ж

з

Дожим кисти («под ручку»)

Рывком назад согнуть эту руку в локтевом суставе и быстро захватить (левой рукой изнутри, правой — снаружи) его кисть двумя руками. Дожимая кисть и

ограничивая движение согнутой руки назад упором в плечо (рис. 3), вынудить ассистента встать, а затем двигаться на носках.

8. Ограничение свободы передвижения скручиванием руки наружу («рычаг руки наружу»)

Захватить правую кисть ассистента двумя руками, большими пальцами надавить на запястье (рис. а, б) и нанести расслабляющий удар правой ногой по внутренней стороне его бедра (рис. в). Выкручивая руку наружу-вниз, бросить ассистента на спину (рис. г, д).



Скручивание (рычаг) руки наружу

Перешагивая правой ногой через туловище ассистента, загибом руки за спину толчком перевернуть его в положение лежа на животе (рис. е). Незамедлительно, встав на правое колено, подставить свое бедро под плечо захваченной руки ассистента (рис. ж).



Скручивание (рычаг) руки наружу

Сковывая подвижность загибом руки за спину, вынудить ассистента повернуться на бок и прижать колени к груди (см. рис. 3).



з



и

Скручивание (рычаг) руки наружу

Удерживая правой рукой под подбородок снизу, поднять его на колени, а затем вынудить ассистента встать (рис. и). Сопроводить, сковывая подвижность загибом руки за спину.

9. Ограничение свободы передвижения скручиванием руки внутри («рычаг руки внутрь»)

Захватить правое предплечье ассистента левой рукой сверху, развернув большой палец к кисти ассистента (рис. а).



а



б



в

Скручивание (рычаг) руки внутрь



2



д



е

Скручивание (рычаг) руки внутрь (окончание)

Нанести расслабляющий удар левой голенью по левому бедру ассистента изнутри и захватить предплечье двумя руками, правой рукой снизу (см. рис. б, г). Скручивая предплечье внутрь, завести захваченную руку себе под плечо (см. рис. в). Приседая и наклоняясь вперед, прижать плечо ассистента туловищем к левому бедру сверху. Перегибая руку в локтевом суставе вверх и надавливая на запястье, дожать и скрутить кисть внутрь (см. рис. д). Не отпуская хват, толкнуть ладонью левой руки плечо ассистента ближе к локтю вперед-вверх (см. рис. е) 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.

§ 4. Освобождение от захватов

Освобождение от захватов (обхватов)

Ослабить силу захвата расслабляющим ударом



Освободиться от захвата (обхвата)



Ограничить свободу передвижения болевым приемом на руку



Сопроводить, сковывая подвижность болевым приемом

Освобождение от захвата предплечий (рукавов) спереди целесообразно выполнять рывком захваченных рук в сторону больших пальцев ассистента. Ослабить хват расслабляющим ударом (рис. б), освободить руки (рис. в), далее действовать исходя из положения по отношению к ассистенту (рис. г).



Освобождение от захвата предплечий

На представленных ниже рисунках показаны способ захвата (обхвата) (рис. а) и рекомендуемый способ освобождения от захвата (обхвата) (рис. б). Дальнейшие действия (а именно способ ограничения свободы передвижения ассистента) необходимо определять исходя из взаимного положения, возникшего после освобождения от захвата (обхвата).

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



а

б

в

Освобождение от захвата предплечья

Освобождение от захвата шеи (одежды на груди) спереди целесообразно выполнять при помощи скручивания руки внутрь. Захватить руку ассистента двумя руками (рис. г), нанести расслабляющий удар голенью по внутренней поверхности бедра (рис. д), выполнить болевой прием скручивание руки внутрь (рис. е).



г

д

е

Освобождение от захвата шеи (одежды на груди) спереди

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. Захватить руку ассистента (см. рис. а, б, в), нанести расслабляющий удар (рис. г). Приседая и наклоняясь вперед, сорвать захват, нырнуть под захваченную руку (рис. д, е, ж), выполнить болевой прием на руку.



а



б



в



г



д



е



ж



з

Освобождение от обхвата шеи плечом и предплечьем сзади



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

§ 5. Пресечение действий с оружием

Защита при угрозе короткоствольным оружием

Уйти с линии направления ствола оружия со сближением



Захватить вооруженную руку, исключив возможность свободного движения кисти с оружием, и отвести ее от себя



Подавить противодействие расслабляющим ударом



Обезоружить скручиванием руки внутрь или наружу



Ограничить свободу передвижения загибом руки за спину, подобрать оружие, сопроводить

Защита при угрозе пистолетом спереди в упор выполняется уходом с линии направления ствола оружия наружу и проведением скручивания руки наружу или внутрь. Поворачиваясь направо, переместиться с направления ствола оружия, одновременно сближаясь с ассистентом (рис. а, б).



а



б

Уход с линии направления ствола



в



з

Захват вооруженной руки

Отводя от себя вооруженную руку (рис. в), захватить ее, исключая возможность свободного движения кисти с оружием (рис. г).

Нанести расслабляющий удар (рис. д), выполнить болевой прием скручивание руки наружу (рис. е). Обезоруживание после скручивания руки наружу осуществляется дожимом кисти, прижимая плечо вооруженной руки сверху голенью к опоре (рис. ж).



д



е



ж

Обезоруживание после скручивания руки наружу

После обезоруживания ограничить свободу передвижения загибом руки за спину: забегая за голову ассистента — толчком или рывком.



а



б



в



г



д



е

Перевод ассистента на живот и переход на сопровождение

На загибе руки за спину, зафиксировав пистолет стопой, вынудить ассистента встать на колени, прижать своим туловищем его туловище к опоре, подобрать пистолет. Подняв ассистента, перейти на сопровождение загибом руки за спину.

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



ж

з

и

к

Защита при угрозе пистолетом сзади в упор

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



а

б

в

г

Действия при попытке достать оружие из нагрудного кармана

Пресечение действий ассистента при попытке обезоружить (изъять оружие из кобуры) при подходе сзади целесообразно выполнять скручиванием руки внутрь либо загибом руки за спину рывком. Зафиксировать (захватить) атакующую руку (руки) ассистента (рис. е), нанести расслабляющий удар (рис. ж), ограничить свободу передвижения ассистента болевым приемом (рис. з).



д

е

ж

з

Действия при попытке обезоружить

§ 6. Броски

Задняя подножка. Захватить левой рукой правую руку ассистента (рис. а), а правой — обозначить расслабляющий удар (рис. б), после чего захватить его шею либо одежду в области шеи или груди (рис. в), шагнуть левой ногой вперед-влево и поставить левую стопу снаружи правой стопы ассистента, одновременно рванув его назад-на себя. Завести слегка согнутую правую ногу за его опорную ногу и поставить ее сзади его правой ноги так, чтобы подколенные сгибы ног соприкасались (рис. в). Выпрямляя свою правую ногу, наклоняясь и разворачивая туловище влево, подбить ближнюю ногу ассистента, одновременно рванув его влево-вниз, бросить к своему левому носку (рис. г).



Задняя подножка

Задняя подножка с захватом ноги. Нанести (обозначить) расслабляющий удар ассистенту (рис. д). Выполнить захват правой рукой за его шею либо одежду в области шеи или груди, а левой рукой — за подколенный сгиб правой ноги ассистента снаружи, одновременно шагая левой ногой вперед-влево (рис. е). Приподнять его захваченную ногу вверх и вправо, прижать к своему левому боку. Завести слегка согнутую правую ногу за опорную ногу ассистента и поставить ее сзади его левой ноги так, чтобы подколенные сгибы ног соприкасались (рис. ж). Выпрямляя свою правую ногу, наклоняясь и разворачивая туловище влево, подбить левую ногу ассистента, одновременно рванув его влево-вниз, бросить к своему левому носку (рис. з).



Задняя подножка с захватом ноги

Передняя подножка. Захватить левой рукой правую руку ассистента, а правой — его шею либо одежду в области шеи или груди (рис. а), одновременно обозначить расслабляющий удар ногой по ноге или в нижнюю часть туловища (рис. б). Двумя руками потянуть ассистента на себя-вверх-влево так, чтобы он встал на носки (рис. в). С поворотом туловища налево-кругом отвести левую ногу по дуге назад-вправо и поставить левую стопу возле левой стопы ассистента (рис. г). Правую ногу, сгибая ее в колене, завести влево-вверх и поставить так, чтобы ее подколенный сгиб упирался в его правое колено, а носок был в одном направлении с его правым носком (рис. д). Вес тела перенести на согнутую в колене левую ногу. Рвануть руками ассистента влево-вниз, одновременно выпрямляя правую ногу, бросить его к своему левому носку (рис. е, ж).





д



е



ж

Передняя подножка

Бросок через бедро. Захватить левой рукой правую руку ассистента, а правой — обозначить расслабляющий удар в туловище (см. рис. а), после чего выполнить захват на его поясице (см. рис. б). 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 (см. рис. в). Одновременно с окончанием поворота приставить свою левую ногу к правой и, разводя колени, присесть на обеих ногах. Резким движением подбить внутреннюю часть его правого бедра назад и немного вверх, одновременно сделать сильный рывок руками на себя-вверх (рис. г), а чуть позже влево-вниз и бросить ассистента к своему левому носку (рис. д).



а



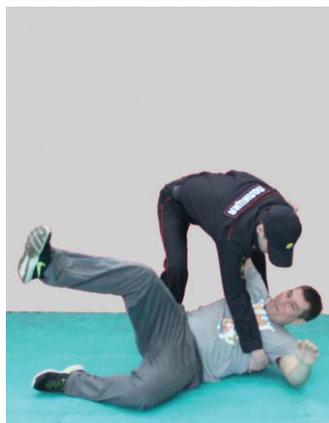
б



в



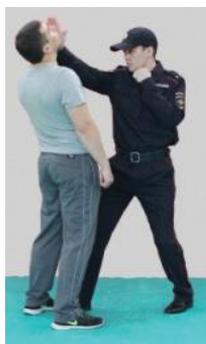
2



4

Бросок через бедро

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



е



ж



з



и

Бросок захватом ног спереди

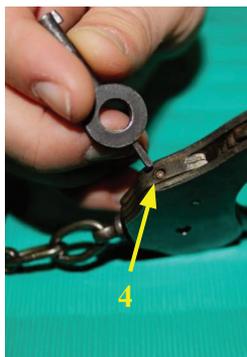
§ 7. Сковывание наручниками, связывание брючным ремнем

В соответствии со ст. 21 Закон 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.



- 1 — неподвижный сектор с замковым устройством;
2 — подвижный зубчатый сектор;
3 — замочные скважины;
4 — фиксатор;
5 — соединение браслетов;
6 — ключ с хвостовиком

Устройство наручников

Браслеты наручников могут быть зеркально симметричными. В этом случае у каждого браслета, сориентированного неподвижной дугой вверх, замочные скважины находятся на одной стороне наручников.



«Зеркальные» и «незеркальные» наручники



Ношение наручников

Наручники носятся 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).

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 (см. рис. а). Захватить левой рукой большой палец левой руки ассистента и завести ее за спину, правой — достать наручники (см. рис. б, в).



а



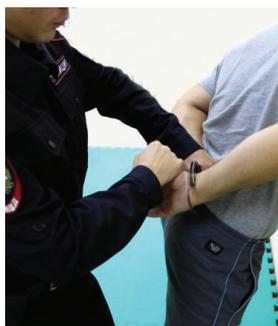
б



в



г



д



е

Сковывание наручниками в положении стоя у стены

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 (рис. г). 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 (рис. д, е). Заблокировать замок каждого браслета.



В том случае, если наручники «незеркальные», один из браслетов надевается на запястье снизу

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 (см. рис. а). Поставить свою левую ногу к нему между ног сзади, упереться коленом в спину.

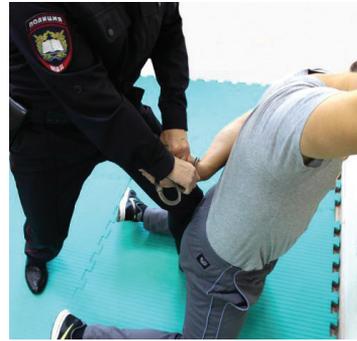
Захватить левой рукой большой палец левой руки ассистента и завести ее за спину, правой — достать наручники (рис. б).



а



б



в

Сковывание наручниками в положении стоя на коленях у стены



г

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 (рис. в). Выполнить захват левой рукой за свободный браслет. Завести правой рукой правую руку ассистента за спину и захватить большой палец сверху (рис. г). Приложить наручник подвижной дужкой к лучезапястному суставу захваченной руки со стороны запястья сверху и плотно надеть на нее наручник. Заблокировать замок каждого браслета.

Связывание брючным ремнем в положении лежа. Ограничить свободу передвижения ассистента загибом руки за спину. Перевести его сначала в стойку на коленях (рис. д), затем в положение лежа. Сесть на его спину верхом и, приподнимаясь на коленях, выкрутить бедрами плечи назад (рис. е). Взять ремень и согнуть третью его часть от свободного конца внутренней стороной вверх (рис. ж).



д



е



ж

Подготовка к связыванию брючным ремнем

Пропустить перегиб в отверстие пряжки сверху (рис. а) и расширить образовавшуюся двойную петлю. Пропустить кисти рук в петлю и затянуть ее на запястьях, потянув за конец ремня (рис. б, в). Для снятия ремня плотно сжать руки ассистента и пропустить ремень в отверстие пряжки в обратном направлении, ослабить петлю.



а



б



в

Связывание брючным ремнем

§ 8. Наружный досмотр



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 (пресекая) 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).

Наружный досмотр 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 (рис. а).



Наружный досмотр в положении стоя у стены

Поставить свою правую ногу к ассистенту между ног сзади к левой ноге (стопа к стопе) так, чтобы при необходимости можно было выполнить выбива-

ние ее наружу, правой рукой упереться ему в спину (рис. б). Досмотреть одежду ассистента, включая рукава, головной убор, брюки, обувь, с левой стороны. Повернуться к нему другим боком, поменяв положение рук и ног, повернуть голову ассистента в противоположную сторону (рис. в). Аналогичным способом досмотреть одежду ассистента с другой стороны.

Наружный досмотр под воздействием загиба руки за спину в положении стоя у стены. Ограничить свободу передвижения ассистента загибом правой руки за спину и подвести его к стене, остановить в шаге от нее. Поставить свою левую стопу вплотную к его правой стопе изнутри и прижать ассистента к стене бедром. Командами заставить положить левую руку на стену, развернуть кисть ладонью наружу и развести пальцы, голову повернуть влево (рис. г).



г

д

е

Наружный досмотр под воздействием загиба руки за спину

При необходимости повернуть правой рукой голову ассистента влево и, отведя ее назад, вынудить его прогнуться. Досмотреть головной убор, волосы, одежду на груди, живот, спину, брючные карманы, ноги, обувь со стороны захваченной руки сверху-вниз (рис. д). Командой заставить ассистента завести левую руку за спину и захватить своей правой рукой его большой палец (рис. е).



а

б

в

Наружный досмотр под воздействием загиба руки за спину

Не отпуская хвата, повернуться к нему другим боком, поменяв положение ног (рис. а). Освободить левую руку из загиба руки и перехватить большой палец левой руки ассистента, правой рукой взять эту руку на загиб (рис. б). Действуя подобным (правой стороне) образом, привести ассистента в положение для досмотра и досмотреть с левой стороны (рис. в). Сопроводить, сковывая подвижность загибом руки за спину.

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».



а

б

Перевод в подконтрольное положение

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 ассистенту с левой стороны. Поставить свою левую ногу рядом с его тазом, правой ногой надавить на верхнюю ногу (пятка упирается в землю, а стопа давит на ногу).



а

б

в

Положение сотрудника полиции при проведении наружного досмотра

Левой рукой досмотреть головной убор, волосы, одежду с одной стороны (рис. г).



з



д

Проведение наружного досмотра

Надавить правой стопой на левую пятку (рис. д) и осмотреть брючные карманы, ноги, обувь. Отойти на безопасное расстояние (3-5 м) назад. Действуя подобным (левой стороне) образом, привести ассистента в положение для досмотра и досмотреть с правой стороны. Отойти на безопасное расстояние назад.

§ 9. Действия с применением палки специальной

1. Основные хваты палки специальной



Одной рукой — петля держателя охватывает запястье руки



Двумя руками — захватываются оба конца палки специальной прямым хватом

2. Основные стойки с палкой специальной



Правосторонняя



Фронтальная



Левосторонняя



3. Основные удары палкой 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 палкой специальной по голове, шее, ключичной области, животу, половым органам, в область проекции сердца



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



а



б



в

Удар палкой специальной сверху



а



б

Удар палкой специальной сбоку

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



а

б

Удар палкой специальной наотмашь



а

б

Удар палкой специальной вперед

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.

4. Защитные действия палкой специальной от ударов

Защита подставкой средней части палки специальной вверх выполняется с шагом вперед от удара сверху рукой, ножом, предметом.



а

б

Защита подставкой средней части палки специальной вверх

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



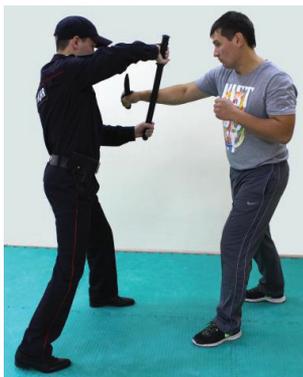
а



б

Защита подставкой средней части палки специальной вниз

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.



а



б

Защита подставкой средней части палки специальной в сторону

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.



Защита отбивом средней частью палки специальной внутрь



После защитных действий обозначается ответный удар палкой специальной

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.



а

б

в

Удушающий прием прямым хватом палки специальной

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



а

б

в

Удушающий прием скрестным хватом палки специальной

6. Ограничение свободы передвижения с применением палки специальной

Загиб руки за спину с применением палки специальной. Удерживая палку специальную одной рукой, вставить ее между рукой и туловищем ассистента (рис. г), направляя свободный конец вверх, захватить его второй рукой, одновременно обозначить ему расслабляющий удар ногой (рис. д). Выполнить загиб руки за спину рывком, используя палку специальную в качестве рычага (рис. е, ж).



2



4



5



6

Загиб руки за спину с применением палки специальной

Заключение

Одним из приоритетов в сфере ведомственной подготовки кадров сегодня является кардинальное повышение качества профессиональной подготовленности сотрудников органов внутренних дел.

Повышенные требования российского общества к профессиональным качествам сотрудника, в том числе к огневой и физической подготовленности, содержание Закона о службе и Закона о полиции, а также ведомственных нормативных правовых актов, регламентирующих организацию огневой и физической подготовки в органах внутренних дел, создали предпосылки для разработки разделов «Огневая подготовка» и «Физическая подготовка» для 3 части учебника «Профессиональная подготовка полицейских», содержание которых отражает особенности формирования у обучаемых соответствующих профессиональных компетенций в области профессиональной служебной деятельности.

Новая модель органов правопорядка, возросшие требования к уровню квалификации сотрудника органов внутренних дел обусловили модернизацию системы профессиональной и, в частности, огневой и физической подготовки.

Содержание разделов учебника соответствует требованиям примерной программы профессионального обучения (профессиональной подготовки) по должности служащего «Полицейский».

I. Нормативные правовые акты.

Об оружии: федеральный закон от 13 декабря 1996 г. № 150-ФЗ (ред. от 07.03.2018) [Электронный ресурс] // Доступ из справочно-правовой системы «КонсультантПлюс».

О полиции: федеральный закон от 7 февраля 2011 г. № 3-ФЗ (ред. от 07.03.2018) [Электронный ресурс] // Доступ из справочно-правовой системы «КонсультантПлюс».

Об утверждении Инструкции о порядке выдачи табельного боевого ручного стрелкового оружия, боеприпасов и специальных средств сотрудникам органов внутренних дел Российской Федерации на постоянное хранение и ношение: приказ МВД России от 17 ноября 1999 г. № 938 [Электронный ресурс] // Доступ из справочно-правовой системы «КонсультантПлюс».

Об организации снабжения, хранения, учета, выдачи (приема) и обеспечения сохранности вооружения и боеприпасов в органах внутренних дел Российской Федерации: приказ МВД России от 12 января 2009 г. № 13 в ред. приказ МВД России от 12.01.2009 №13 (ред. от 20.02.2018) «Об организации снабжения, хранения, учета, выдачи (приема) и обеспечения сохранности вооружения и боеприпасов в органах внутренних дел Российской Федерации» [Электронный ресурс] // Документ опубликован не был. Доступ из справочно-правовой системы СТРАС «Юрист».

Об утверждении Наставления по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации: приказ МВД России от 1 июля 2017 г. № 450 [Электронный ресурс] // Доступ из справочно-правовой системы «КонсультантПлюс».

Об утверждении Наставления по организации огневой подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации: приказ МВД России от 23 ноября 2017 г. № 880 [Электронный ресурс] // Доступ из справочно-правовой системы СТРАС «Юрист».

Об утверждении Порядка организации подготовки кадров для замещения должностей в органах внутренних дел Российской Федерации: приказ МВД России от 5 мая 2018 г. № 275 [Электронный ресурс] // Доступ из справочно-правовой системы «КонсультантПлюс».

ГОСТ 28653-90. Оружие стрелковое. Термины и определения. [Электронный ресурс] // Доступ из справочно-правовой системы «ГАРАНТ».

II. Основная литература.

Огневая подготовка в органах внутренних дел: учебное пособие / А.И. Щипин [и др.]. — 2-е изд., испр. и доп. — М., 2005.

Огневая подготовка: учебник / В.Г. Лупырь [и др.]. — Омск, 2014.

Огневая подготовка: учебник / под общ. ред. канд. пед. наук В.Л. Кубышко. — М., 2016.

Кузнецов С.В., Волков А.Н., Воронов А.И. Теоретические и методические основы организации физической подготовки сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации: учебник / под ред. С.В. Кузнецова. — М.: ДГСК МВД России, 2016.

III. Дополнительная литература.

Дворяк И.А. Огневая (стрелковая) подготовка работников органов внутренних дел: учебник. — М., 2005.

Вайнштейн Л.М. Основы стрелкового мастерства. — М., 1960.

Выштикалюк В.Ф., Осипов О.О. Методика обучения технике медленной стрельбы из пистолета Макарова: учебно-методическое пособие. — Омск, 2004.

Германов Г.Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры: учебное пособие для бакалавриата и магистратуры. — 2-е изд., перераб. и доп. — М.: изд-во Юрайт, 2017.

Дик В.Н. Взрывчатые вещества, пороха и боеприпасы отечественного производства: справочные материалы: в 2 ч. — Минск, 2009. — Ч. 1.

Ефимов Е.Б., Буряк Ю.Н. Огневая подготовка в охранном предприятии. Стрельба из служебных пистолетов и револьверов. — СПб, 2001.

Иванов Б.В. Игровые методы обучения стрельбе: учебно-методическое пособие. — М., 2010.

Кириллов В.М. Основа устройства и проектирования стрелкового оружия. Свойства, баллистические решения, патроны, стволы. — Пенза, 1963.

Ковальчук А.Н., Чудинова О.А., Афанасьев А.В. Организация и методика проведения занятий по огневой подготовке: учебное пособие. — Красноярск, 2009.

Крючин В.А. Практическая стрельба. — Челябинск, 2006.

Лупырь В.Г., Литвин Д.В., Филиппов О.Ю. Подготовка сотрудников к действиям с табельным оружием при задержании лиц, совершивших преступление: учебно-методическое пособие. — Омск, 2015.

Мальшев В.А. Основы стрельбы из боевого пистолета: пособие. — СПб., 1993.

Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания; теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры): учебник для ин-тов физ. культуры. — М.: Физкультура и спорт, 1991.

Наставление по стрелковому делу. 9-мм Пистолет Макарова (ПМ). — 4-е изд., испр. и доп. — М., 1968.

Наставления по стрелковому делу. — М., 1985.

Обучение стрельбе из стрелкового оружия: учебно-методическое пособие. — М., 2009.

Осипов О.О., Выштикалюк В.Ф., Пивоваров Д.В. Использование технических средств обучения в процессе совершенствования навыков скоростной стрельбы из пистолета: методические рекомендации. — Омск, 2010.

Основы методики проведения занятий по огневой подготовке: учебно-методическое пособие / И.В. Пенькова [и др.]. — Омск, 2014.

Огневая подготовка: учебник / под общ. ред. канд. юрид. наук Н.В. Румянцева. — М., 2009.

Пенькова И.В., Литвин Д.В. Анализ и самоанализ деятельности курсантов в процессе огневой подготовки: учебно-методическое пособие. — Омск, 2008.

Федосеев С.Л. Боевое стрелковое оружие России. — М., 2004.

Хвастунов А.А. Обучение стрельбе из оружия в экстремальных условиях: учебно-методическое пособие. — М., 1995.

Ушаков А.И., Симаков С.Е., Суменко О.Б. Вооружение органов внутренних дел: учебное пособие: в 2 ч. — М., 2006.

Физическая культура и физическая подготовка: учебник для студентов вузов, курсантов и слушателей образовательных учреждений высшего профессионального образования МВД России / И.С. Барчуков [и др.]. — М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2015.

Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебное пособие для студ. высш. учеб. заведений. — 4-е изд., стер. — М.: изд. центр «Академия», 2006.

Физическая подготовка: курс лекций / А.В. Дружинин [и др.]. — Екатеринбург: Уральский юрид. ин-т МВД России, 2013.

Сведения об авторском коллективе

Омская академия МВД России

Лупырь Валерий Григорьевич, начальник кафедры огневой подготовки, кандидат педагогических наук, доцент, полковник полиции;

Осипов Олег Олегович, заместитель начальника кафедры огневой подготовки, полковник полиции.

Уральский юридический институт МВД России

Дружинин Андрей Валерьевич, начальник кафедры физической подготовки, кандидат педагогических наук, доцент, полковник полиции;

Семикин Дмитрий Сергеевич, доцент кафедры физической подготовки, кандидат биологических наук, доцент, подполковник полиции;

Рямова Ксения Александровна, доцент кафедры физической подготовки, кандидат педагогических наук, старший лейтенант полиции.

Учебное издание

ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА ПОЛИЦЕЙСКИХ

Учебник

**В 3 частях
Часть 3**

*Под общей редакцией начальника Департамента государственной службы
и кадров МВД России кандидата педагогических наук
генерал-лейтенанта внутренней службы В.Л. Кубышко*

Редакторы: *Л.Р. Гильдеева, А.В. Николаева*
Технические редакторы: *О.Я. Селиверстова, У.С. Попова*

Оригинал-макет подготовлен ДГСК МВД России и ВИПК МВД России

Подписано в печать 28.07.2018
Формат 70×100¹/₁₆. Бумага офсетная.
Усл. печ. л. 20,0. Тираж 7028 экз. Заказ № 9206.

Макет подготовлен и отпечатан при участии ООО ИПК «Медиа-Принт»
143200, г. Можайск, ул. Мира, 93.

Для заметок

Для заметок

Для заметок

Для заметок