

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ КАЗЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «ВОСТОЧНО-СИБИРСКИЙ ИНСТИТУТ
МИНИСТЕРСТВА ВНУТРЕННИХ ДЕЛ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ»



УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ КОМПЛЕКСНЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ОГНЕВОЙ И ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ

ИРКУТСК

Федеральное государственное казенное образовательное учреждение
высшего образования
«Восточно-Сибирский институт
Министерства внутренних дел Российской Федерации»

**УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ КОМПЛЕКСНЫХ ЗАНЯТИЙ
ПО ОГНЕВОЙ И ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ**

Учебно-методическое пособие

Иркутск
Восточно-Сибирский институт МВД России
2018

УДК 355.237.1
ББК 68я7

Печатается по решению редакционно-издательского совета
ФГКОУ ВО «Восточно-Сибирский институт МВД России»

Рецензенты:

А. В. Плешков, ст. преподаватель каф. огневой подготовки
Нижегородской академии МВД России;

А. Ф. Арсланов, начальник каф. тактико-специальной и огневой подготовки
Казанского юридического института МВД России, канд. пед. наук, доц.

Упражнения для комплексных занятий по огневой и физической подготовке:
учебно-методическое пособие / сост. В. Н. Константинов, Л. Н. Ненашев,
Д. В. Ошурков, Т. Д. Кельдасов. — Иркутск: ФГКОУ ВО ВСИ МВД России,
2018. — 48 с.

В настоящем учебно-методическом пособии рассмотрена методика проведения комплексных занятий по огневой и физической подготовке, проведен анализ нормативной, научной и учебной литературы по методике обучения, разработанной Федерацией практической стрельбы России. Представлены упражнения, самостоятельно разработанные и успешно применяемые преподавателями кафедры специальной подготовки Восточно-Сибирского института МВД России в ходе проведения учебных занятий со слушателями факультета профессиональной подготовки, переподготовки и повышения квалификации.

Предназначено для слушателей образовательных организаций МВД России, проходящих профессиональное обучение по должности служащего «Полицейский», а также для сотрудников органов внутренних дел, организующих занятия по огневой и физической подготовке

УДК 355.237.1
ББК 68я7

© ФГКОУ ВО «Восточно-Сибирский институт МВД России», 2018

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение.....	5
Глава 1. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ОБЩЕФИЗИЧЕСКИХ, СЛУЖЕБНО-ПРИКЛАДНЫХ И СТРЕЛКОВЫХ УПРАЖНЕНИЙ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ КОМПЛЕКСНЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ОГНЕВОЙ И ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ	
1.1. Использование общефизических и служебно-прикладных упражнений в комплексном практикуме по огневой и физической подготовке.....	6
1.2. Использование стрелковых упражнений в комплексном практикуме по огневой и физической подготовке	9
1.3. Построение стрелковых упражнений в практической стрельбе.....	13
Глава 2. УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ КОМПЛЕКСНЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ОГНЕВОЙ И ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ	
2.1. Защита другого лица либо себя от посягательства, если это посягательство сопряжено с насилием, опасным для жизни или здоровья.....	23
2.2. Обезвреживание животного, угрожающего жизни и здоровью граждан и (или) сотрудника полиции.....	31
2.3. Пресечение попытки завладения огнестрельным оружием, транспортным средством полиции, специальной и боевой техникой, состоящими на вооружении (обеспечении) полиции	33
2.4. Задержание лица, оказывающего вооруженное сопротивление, а также лица, отказывающегося выполнить законное требование о сдаче находящихся при нем оружия, боеприпасов, взрывчатых веществ, взрывных устройств, ядовитых или радиоактивных веществ.....	35
2.5. Отражение группового или вооруженного нападения на здания, помещения, сооружения и иные объекты государственных и муниципальных органов общественных объединений, организаций и граждан.....	37

2.6. Пресечение побега из мест содержания под стражей подозреваемых и обвиняемых в совершении преступлений или побега из-под конвоя лиц, задержанных по подозрению в совершении преступления, лиц, в отношении которых применена мера пресечения в виде заключения под стражу, лиц, осужденных к лишению свободы, а также для пресечения попытки насильственного освобождения указанных лиц.....	40
Заключение.....	43
Список рекомендуемой литературы.....	44

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность настоящего учебно-методического пособия определяется многообразием задач, решаемых сотрудниками органов внутренних дел в оперативно-служебных условиях. На сегодняшний день происходит большое количество преступлений, сохраняется напряженная оперативная обстановка, возрастают физические, моральные и психологические нагрузки сотрудников полиции, поэтому от их навыков владения оружием часто зависит жизнь самого сотрудника и граждан. В связи с этим особое значение приобретает качественное обучение владению оружием слушателей — будущих профессионалов органов внутренних дел.

Теоретические и экспериментальные исследования, обобщение опыта сотрудников ОВД показали, что недостаточная разработанность стрелковых упражнений с учетом требований Федерального закона «О полиции» является одной из проблем при построении учебного процесса по дисциплине «Практикум по огневой и физической подготовке». Это послужило основанием исследовать данный вопрос и предложить практические рекомендации для проведения учебного процесса по обучению сотрудников ОВД применению боевых приемов борьбы и табельного оружия в реальных условиях оперативно-служебной деятельности. Следовательно, особое значение приобретает разработка стрелковых упражнений с элементами физической нагрузки и боевыми приемами борьбы применительно к практической деятельности сотрудников ОВД.

Глава 1.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ОБЩЕФИЗИЧЕСКИХ, СЛУЖЕБНО-ПРИКЛАДНЫХ И СТРЕЛКОВЫХ УПРАЖНЕНИЙ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ КОМПЛЕКСНЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ОГНЕВОЙ И ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ

1.1. Использование общефизических и служебно-прикладных упражнений в комплексном практикуме по огневой и физической подготовке

Государство и общество предъявляют высокие требования к квалификации сотрудников полиции, в этой связи уделяется большое внимание и физической подготовке, процессу ее совершенствования.

Физическая подготовка представляет собой процесс, направленный на развитие физических качеств, способностей сотрудника с учетом вида его деятельности, целью которого является формирование физической и психологической готовности к успешному выполнению оперативно-служебных и служебно-боевых задач [8, 21].

Учебные занятия по физической подготовке в образовательных организациях МВД России в качестве одной из главных целей преследуют формирование и совершенствование навыков проведения боевых приемов борьбы, применения физической силы в экстремальных ситуациях [24].

Владение выпускниками боевыми приемами борьбы на уровне умений недостаточно и фактически бесполезно для их предстоящей практической деятельности. Количество учебных часов, отводимых на физическую подготовку (в среднем 2 занятия (4 часа) в неделю) недостаточно для эффективного усвоения обучаемыми программного материала по боевым приемам борьбы и совершенствование их до уровня навыков. Часто слушатели, недавно окончившие образовательные организации МВД России, уступают в бою по своей силе и подготовленности в применении физической силы, боевых приемов борьбы и огнестрельного оружия преступнику.

Для достижения цели в формировании у слушателей навыков проведения боевых приемов борьбы на данный момент необходимо разработать систему, которая смогла бы обеспечить высокий уровень подготовленности сотрудников [18].

Устранить эту проблему возможно путем создания и проведения комплексных занятий по специальным дисциплинам: «Огневая подготовка» и «Физическая подготовка», на которых будут отрабатываться стрелковые упражнения после физической нагрузки, выполнения боевых приемов борьбы, преодоления полосы препятствий, а также действий с использованием специальных средств.

При применении оружия в реальной обстановке после физических и психологических нагрузок у стрелков часто возникают:

— временная глухота и неполное восприятие окружающего — неспособность слышать предупреждения об опасности, полное отключение от всего окружающего, сужение внимания только до предполагаемой опасности;

— моторное торможение — оцепенение, уменьшение скорости реакций, дрожь в ногах и руках.

Таким образом, необходимо приучать слушателей к применению оружия в условиях физических и психологических перегрузок и успешно справляться с ними [21].

Во время комплексных занятий по огневой и физической подготовке могут использоваться различные общефизические упражнения, направленные на развитие силы, скорости, выносливости у слушателей. Необходимо отрабатывать задачи, связанные с применением физической силы, боевых приемов борьбы и специальных средств, которые целесообразно использовать непосредственно перед выполнением стрелкового упражнения. Для этого на комплексном занятии слушателям ставится задача о готовности продемонстрировать умения и навыки владения специально подобранными боевыми приемами борьбы, выполняемыми с максимальной быстротой и точностью.

В интересах этого необходимо отбирать из программного материала наиболее эффективные и часто применяемые боевые приемы борьбы, простые по выполнению для последующей их тренировки на быстроту, силу и точность выполнения. К ним относятся:

— упреждающие удары: кулаком: сверху, наотмашь, прямо, сбоку, снизу; основанием ладони: прямо, снизу, сбоку; ребром ладони: наотмашь, сверху, сбоку; локтем: прямо, сбоку, наотмашь, снизу, сверху; стопой: прямо, в сторону, назад, сбоку; коленом: прямо, сбоку;

— защита от ударов: шагом назад, назад в сторону; скачком (прыжком) назад, назад в сторону; поворотом туловища в сторону с ша-

гом назад, вперед; подставками предплечья (основанием ладони): вверх, вниз, сторону; подставками обоих предплечий: вниз скрестно, вверх скрестно, вперед; отбивами внутрь предплечьем (ладонью) приподнятой руки, опущенной руки; нырком вниз, уклоном в сторону;

— сочетание защиты и контратаки: ответные удары руками, ногами;

— проведение бросков: с захватом ног спереди, сзади; задняя подножка, задняя подножка с захватом ноги; передняя подножка; через бедро; через спину;

— приемы задержания и сопровождения: загиб руки за спину толчком, рывком, нырком, замком; дожим кисти; рычаг руки через предплечье, через плечи, внутрь, наружу;

— освобождения от захватов: за запястья спереди одной, двумя руками; за одежду на груди; за горло спереди; за шею сзади; за ноги спереди; за волосы спереди, сзади;

— освобождения от обхватов: спереди с обхватом и без обхвата рук; сзади с обхватом и без обхвата рук;

— защита от ударов ножом, палкой: прямо, снизу, сбоку, сверху, наотмашь;

— обезоруживание правонарушителя, вооруженного пистолетом: при угрозе оружием спереди, сзади; при попытке достать оружие из нагрудного кармана, из кармана брюк, при попытке поднять оружие; при попытке обезоружить сотрудника при подходе спереди, сзади;

— применение специальных средств: ограничение свободы передвижения, надев наручники в положении лежа, в положении стоя у стены, в положении стоя на коленях у стены; связав брючным ремнем, веревкой;

— проведение личного досмотра: в положении стоя у стены; под воздействием загиба руки за спину в положении стоя у стены, лежа; с использованием наручников стоя, лежа; под угрозой применения оружия стоя, лежа.

В настоящее время огневая и физическая подготовка может быть эффективной только при наличии хорошей учебно-материальной базы, позволяющей создавать мишенную обстановку и условия, максимально приближенные к реальным, разрабатывать упражнения и комплексы, учитывающие практические аспекты применения физической силы и боевых приемов борьбы сотрудниками полиции. Необходимо использовать такие

приемы и средства, которые намеренно вызывают у слушателей высокое внутреннее напряжение, волнение и страх, усталость, повышение частоты сердечнососудистых сокращений, заставляя тем самым мобилизовать все силы на успешное выполнение стрелкового упражнения [8].

1.2. Использование стрелковых упражнений в комплексном практикуме по огневой и физической подготовке

Сотрудники органов внутренних дел наделены государством правом при выполнении своих профессиональных обязанностей применять огнестрельное оружие. Задача преподавателей огневой подготовки — сформировать навыки у слушателей к готовности умело и эффективно применять табельное оружие при решении оперативно-служебных задач [1, 2, 3, 4 и др.].

Необходимо постоянно изыскивать такие формы и методы обучения, которые позволили бы с наименьшей затратой учебного времени научить слушателей быстро оценивать сложившуюся обстановку, принимать обоснованные и инициативные решения, поражать цели с первого выстрела на различных расстояниях и в различных условиях [3].

Если при обучении использовать только упражнения Курса стрельб 2012, 2017 гг., то можно подготовить неплохого стрелка, который будет в тире выполнять на положительную оценку контрольные упражнения. Но необходимо отметить, что одно дело поражать бумажные мишени в тире в благоприятных условиях, и другое — применять оружие в реальной обстановке, которая сильно отличается от тех условий, к которым привык слушатель в процессе обучения.

Как показывает практика, когда слушатели освоили четвёртое упражнение стрельбы из пистолета (согласно Курсу стрельб 2012, 2017 гг.) и приступили к выполнению пятого упражнения, сразу резко снижается результативность поражения мишеней, несмотря на минимальные изменения в условиях выполнения упражнения, а именно — смена положения для стрельбы с переносом огня по вертикали. В реальных условиях изменения условий стрельбы будут кардинальными. Это касается освещенности, температуры и влажности воздуха, окружающей обстановки, самих условий, в которых будет вестись огонь, психологического состояния и фи-

зического утомления сотрудника в момент применения оружия, а также в условиях встречного огня правонарушителя. В этих условиях выполнить свои профессиональные обязанности, защитить себя, своих товарищей, граждан сможет только подготовленный, хорошо обученный сотрудник [2, 3, 4, 12 и др.].

Министерство внутренних дел принимает определенные меры, направленные на повышение физической и огневой подготовленности сотрудников ОВД. Так, в Примерную программу профессионального обучения (профессиональной подготовки) лиц рядового и младшего начальствующего состава, впервые принимаемых на службу в органы внутренних дел, разработанную ДГСК МВД России (2013 г.), включена дисциплина «Комплексный практикум по огневой и физической подготовке».

Основная задача комплексного практикума — выработка у слушателей умений и навыков по пресечению противоправных действий при помощи боевых приемов борьбы и огнестрельного оружия. Примерная программа определяет вправо преподавателей создавать иную мишенную обстановку, равно как и изменять предложенные фабулы, условия и порядок выполнения упражнений или разрабатывать свои упражнения с учетом особенностей несения службы в регионе.

Для выполнения этой задачи необходимо разработать примерные упражнения комплексного практикума, моделирующие ситуации оперативно-служебной деятельности сотрудников ОВД, основанные на статье 23 главы 5 Федерального закона от 07.02.2011 № 3-ФЗ «О полиции», регламентирующей различные случаи применения физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия сотрудниками полиции [1].

По завершении отработки комплексного практикума слушатели должны знать основания и порядок, а также уметь применять физическую силу, специальные средства и огнестрельное оружие в различных ситуациях служебной деятельности. При этом обучающийся должен документировать обстоятельства применения физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия применительно к каждой конкретной ситуации.

Перед преподавателями огневой и физической подготовки стоит задача по проведению комплексного практикума не с формальной стороны, а исходя из состояния и возможностей имеющейся материально-технической базы. При этом необходимо создать такие условия выполнения упражнений и мишенную обстановку, чтобы практические занятия проходили с максимальной эффективностью для слушателей.

Комплексный практикум целесообразно проводиться тогда, когда слушатели приобрели навыки быстрого и точного поражения целей на различных дистанциях, изучили все боевые приемы борьбы и порядок личного досмотра задержанных, а также связывание (сковывание) и сопровождение их в дежурную часть ОВД. Также слушатели должны иметь необходимые знания для правовой оценки сложившейся обстановки и принятия правомерного решения на применение оружия, быть психологически готовыми произвести выстрел на поражение в человека. Это дает основание при разработке стрелковых упражнений комплексного практикума включать скоростную стрельбу на коротких и сверхкоротких дистанциях, из различных положений, вести огонь из-за укрытия, при удержании оружия как с двух, так и с одной руки, со сменой магазина, в средствах бронезащиты, в холодное время года в зимней форме одежды (рис. 1).

Кроме формирования навыков скоростной стрельбы слушатель должен уметь самостоятельно оценивать правомерность применения физической силы и огнестрельного оружия, быстро принимать решение на открытие огня или применения боевых приемов борьбы.

Важным моментом при проведении комплексного практикума является написание слушателями рапортов по факту применения физической силы или огнестрельного оружия. Преподаватели, проводящие занятия комплексного практикума, должны объективно оценить каждый рапорт, указать на имеющиеся ошибки, чтобы слушатели получили определенные знания и умения по написанию рапортов для конкретной ситуации.

При создании мишенной обстановки, моделирующей типовую ситуацию служебной деятельности, необходимо в первую очередь соблюдать меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами. Мишенное оборудование должно располагаться таким образом, чтобы исключить или свести к минимуму возможные ricochets пуль, либо ricochетирующие фрагменты должны направляться в сторону от стреляющего.



Рис. 1. Последовательность освоения основных учебно-тренировочных блоков комплексного практикума

При стрельбе на коротких и сверхкоротких дистанциях стрельба должна вестись в защитных очках. Стреляющий не должен касаться спускового крючка, кроме моментов прицеливания и ведения огня, при этом оружие должно быть направлено только в сторону мишеней. При выполнении упражнений, связанных с поворотами, разворотами, передвижениями, до момента открытия огня предохранитель оружия должен быть включенным. Создавая мишенную обстановку для проведения стрелковых упражнений практикума, необходимо учитывать, что практические занятия проводятся в стандартном стрелковом тире, где проводятся занятия с другими категориями слушателей, а также со слушателями, которые еще не приступили к выполнению упражнений практикума. Исходя из этого, мишенное оборудование и другие средства, применяемые при проведении занятий комплексного практикума, должны быть легко и быстро устанавливаемыми и демонтируемыми.

Правильно организованные и грамотно проводимые занятия комплексного практикума по огневой и физической подготовке вносят большой вклад в профессиональную подготовку сотрудника органов внутренних дел.

1.3. Построение стрелковых упражнений в практической стрельбе

Владеть умениями — значит, сознательно выполнять те или иные практические действия с оружием, пользуясь соответствующими знаниями, т. е. применять свои знания на практике. Поэтому обучаемый на основе полученных знаний должен уметь правильно применять их, сообразуясь с условиями реальной оперативно-служебной обстановки. Владеть навыками обращения с огнестрельным оружием — значит, довести умения скоростной стрельбы до такого совершенства, когда процесс выполнения практических действий автоматизируется, т. е. когда не требуется каждый раз припоминать знания, обосновывающие эти действия. При наличии твердых навыков обучаемые правильно и в кратчайшее время выполняют работу в любых условиях, по любым условиям упражнений. Этим требованиям, на наш взгляд, отвечает практическая стрельба, т. к. упражнения

заранее не известны стрелку и строятся таким образом, чтобы выявить мастерство спортсмена в усложненных условиях.

В учебно-тренировочный процесс ОВД не включены современные прогрессивные методики по совершенствованию скоростной стрельбы, несмотря на то, что в России созданы и успешно функционируют различные спортивные и тренинговые федерации, имеющие многолетний опыт подготовки стрелков из боевого оружия [15]. Предлагаемые стрелковые упражнения Примерной программы профессионального обучения (профессиональной подготовки) лиц рядового и младшего начальствующего состава, впервые принимаемых на службу в органы внутренних дел, разработанной ДГСК МВД России (2013 г.) имеют большую общность с порядком построения упражнений, применяемых федерацией практической стрельбы России. По методике международной конфедерации практической стрельбы (IPSC) тренируются правоохранные подразделения более чем в 70 странах мира. В 2000 г. в России было зарегистрировано общественное спортивное объединение «Федерация практической стрельбы России» (ФПСР), а в 2007 г. практическая стрельба была официально признана прикладным видом спорта. Председатель ЦС ОСОО ФПСР В. А. Крючин на совещании в МВД России 17 июня 2005 г. предложил включение методики практической стрельбы в огневую подготовку ОВД РФ. Он утверждает, что в тех подразделениях, где была внедрена эта методика, значительно возрос уровень общей огневой подготовленности сотрудников [15].

Анализ специальной литературы показал, что существующая и применяемая в практике подготовки стрелков из боевого оружия методика огневой подготовки не предусматривает применение комплексных упражнений, выполняемых на фоне сбивающих факторов (временного дефицита, физической нагрузки и утомления, стрессовых условий и др.), являющихся основополагающими в практической стрельбе и не обеспечивает готовности к эффективным действиям в условиях оперативно-служебной деятельности сотрудников ОВД [12, 13, 15]. Применяемые в настоящее время упражнения Курса стрельб (2012, 2017 гг.), на наш взгляд, не отвечают требованиям профессиональной деятельности сотрудников ОВД в условиях применения табельного оружия, т. к. в большинстве случаев по своей сути они являются статичными и неинформативными. В то же время, согласно правилам международной конфедерации практической стрельбы, упражнения должны быть динамичными, отвечать практической

направленности и разнообразными условиями выполнения (не повторяться).

В высших военизированных образовательных учреждениях основополагающей в обучении стрельбе из боевого оружия является так называемая «классическая» методика подготовки стрелков. Это обусловлено тем, что российская школа пулевой стрельбы спортивной направленности является наиболее изученной, в отличие от школы практической стрельбы (А. Я. Корх). Как показал анализ специальной литературы по огневой подготовке в ОВД и литературы по практической стрельбе, слабее всего разработан и описан завершающий этап подготовки, предусматривающий применение комплексных упражнений, выполняемых на фоне сбивающих факторов (дефицита времени, большой физической нагрузки, утомления, психологического напряжения и стресса и др.) которые являются основополагающими в практической стрельбе. Для упражнений практической стрельбы характерны высокая скорость стрельбы, быстрая смена положений и изготовок, смена магазинов и устранение возникающих задержек оружия. Это вполне естественная реакция стрелков в таких ситуациях, и в данном контексте особое значение приобретают факторы времени, точности, развития координационных способностей, физических качеств: быстроты, ловкости, выносливости [12, 15]. При выполнении упражнений стрелок вынужден поражать мишени на различных расстояниях, из неудобных положений, постоянно менять направление стрельбы, производить перезарядку оружия, перемещаться, контролируя при этом оружие и расход боеприпасов. Эти действия стрелок должен делать как можно быстрее, т. к. время выполнения идет в зачет, что является существенным отличием от стрельбы из боевого оружия. Побеждает тот, кто умеет не только метко стрелять, но имеет прочные навыки скоростной стрельбы, правильнее ориентируется в стрелковой ситуации, быстрее и ловчее.

В практической стрельбе, на наш взгляд, эффективно представлена методика выработки баланса между точностью и скоростью стрельбы, которые являются равноценными элементами. Не случаен девиз ФПСР: «Точность, скорость, мощность!». Правильно сбалансированный комплекс упражнений практической стрельбы выявляет огневую тренированность стрелка и дает возможность оценить все элементы подготовки (физической, технической, тактической, психологической) в равной мере [13].

Исследования А. А. Каримова показали, что двигательные действия в пулевой и практической стрельбе существенно отличаются [12]. В пуле-

вой стрельбе в первую очередь развиваются такие физические качества, как сила и общая выносливость. При отработке упражнений практической стрельбе развиваются другие физические качества и способности (по степени их значимости): координационные способности; силовые способности; быстрота; ловкость; гибкость [14].

Координационные способности в практической стрельбе необходимы для быстрого переключения внимания на разные мишени и для стрельбы из нестандартных изготовок. Упражнения практической стрельбы формируют у стрелка необходимые умения ориентироваться в пространстве и времени, динамическую точность движений с биомеханической рациональностью [20]. Координационные способности являются, по определению А. В. Крючина, своего рода физической интеллектуальностью стрелка [15]. Упражнения практической стрельбы в соответствии с правилами проведения соревнований не повторяются и не известны стрелкам до начала соревнования. Таким образом, учебно-тренировочный процесс с постоянным изменением стрелковой обстановки позволяет развивать ловкость. Следовательно, чем больше разнообразных новых действий (технических и тактических упражнений) усвоит стрелок, тем выше будут его координационные способности [13]. Анализ Курса стрельб для ОВД (2012, 2017 гг.) показал, что упражнения ограничены в количественном измерении и отрабатываются на протяжении длительного количества занятий [2, 4]. По данным В. М. Зациорского, по мере автоматизации двигательного навыка значения такого физического упражнения для воспитания ловкости уменьшается. Поэтому мы предполагаем, что упражнения действующего Курса стрельб для ОВД (2012, 2017 гг.) не способствует воспитанию ловкости, пространственной ориентации и двигательной координации у стрелков.

Скоростные способности обеспечивают двигательные действия в минимальный промежуток времени [14]. В практической стрельбе результаты выполнения упражнения напрямую зависят от скорости передвижения и скорости стрельбы. При этом, как показали исследования А. А. Каримова, стрелку необходимо наличие быстроты в действиях и быстроты двигательных реакций [14].

Упражнения практической стрельбы выявляют огневую тренированность стрелка и дает возможность оценить все элементы подготовки в равной мере [12]. Под тренированностью стрелка понимается комплексная переменная характеристика состояния стрелка, которая включает в себя:

физическую и психическую готовности к успешному выполнению стрелковых упражнений, умелому применению технических и тактических действий в быстром и точном поражении мишеней [9]. Используя методы и средства учебно-тренировочного процесса, применяемые в практической стрельбе, преподаватель огневой подготовки может совершенствовать психологическую, физическую, техническую, тактическую подготовленности обучаемых.

В практической стрельбе упражнения подразделяются на так называемые «короткие» (до 12 выстрелов) и «длинные» (от 12 до 32 выстрелов). При выполнении «длинных» упражнений с поражением большого количества мишеней и преодолением различных препятствий у спортсмена практической стрельбы формируется *специальная выносливость*, позволяющая вести эффективную стрельбу не только в начале, но и на завершающем этапе упражнения. Анализ рабочих учебных программ профессиональной подготовки по дисциплинам «Физическая подготовка» и «Огневая подготовка» показал, что их содержанием предусмотрено воспитание у слушателей только общей выносливости в результате выполнения упражнений преимущественно с умеренной и средней интенсивностью [16]. Таким образом, мы можем предположить, что специальную выносливость обучаемых можно сформировать упражнениями на фоне физического и психического утомления.

При построении упражнений по практической стрельбе средствами физической подготовки придерживаются следующих положений [14]:

- средства и методы физической подготовки должны быть адекватны режиму работы мышц в контрольном упражнении и соответствовать структуре движений;

- целесообразно акцентировать внимание на преимущественном развитии мышечных групп тела, обеспечивающих выполнение основных технических приемов;

- необходимо своевременно устранять индивидуальные недостатки в уровне развития физических качеств, мешающие формированию правильной техники движений.

В практической стрельбе особенно тесная взаимосвязь техники и тактики требует, чтобы в процессе подготовки технические навыки были представлены главным образом в форме единых структур технико-тактических действий [8]. Поэтому в стрелковых упражнениях техническая подготовка

в практической стрельбе не только на этапе начального обучения, но и на этапе совершенствования переходит в тактическую подготовку.

При построении упражнений в практической стрельбе обязательно учитываются методы усложнения условий выполнения, деятельность при различных состояниях организма, затрудняющих выполнение действий. Их применение способствует формированию совершенного, стабильного и вариативного технического мастерства стрелков, позволяющего эффективно действовать в экстремальных ситуациях. Мы определили следующие способы усложнения условий выполнения приемов и действий:

- ограничение времени по действиям;
- ограничение или расширение пространственных границ выполнения приемов и действий;
- усложнение условий ориентирования в пространстве и времени;
- усложнение и расширение вариантов исходных промежуточных и конечных положений, подготовительных действий;
- выполнение приемов и действий в непривычных условиях (покров стрельбища, форма, масса и детали снаряжения, время суток, климатические условия и др.).

Существуют некоторые особенности при выполнении упражнений в практической стрельбе, которые в значительной степени вынуждают менять технику скоростной стрельбы [5]:

- стрельба в ограниченное время с переносом огня;
- стрельба после физической нагрузки;
- ограничение видимости при стрельбе, из-за создаваемых препятствий;
- стрельба на различных дистанциях до целей;
- разнообразие изготовок при стрельбе;
- повышенная ответственность за результативность стрельбы, обусловленная тем, что при ведении огня не должны поражаться только специально обозначенные мишени;
- многократная перезарядка оружия.

Одним из основных признаков, отличающих практическую стрельбу от других стрелковых видов спорта, являются перемещения между стрелковыми позициями, которые присутствуют во многих упражнениях.

Другой отличительной особенностью практической стрельбы является обязательная смена магазинов (перезарядка) при выполнении «средних» и «длинных» упражнений. От стрелка требуются технические навыки

по быстрой перезарядке оружия, т. к. для улучшения результата делать это приходится в движении. В принятой системе обучения в ОВД технике смены магазинов уделяется мало внимания.

Исследованиями В. Н. Лаврова, В. Г. Коллюхова, А. Н. Щипина, А. А. Потапова, С. А. Морозова, В. А. Торопова доказано, что огневая тренированность может быть сформирована только при комплексном подходе к совершенствованию навыков скоростной стрельбы с физической нагрузкой. Это подтверждается последними исследованиями [8], которые показали, что с увеличением физической нагрузки (физического утомления), характерной для практической стрельбы, ухудшается результативность стрельбы. Так, при нагрузке силового характера, результативность снижается в среднем на 25—30 %, при нагрузке на вестибулярную устойчивость — на 15—20 %.

Комплексная форма построения тренировочного занятия по огневой и физической подготовке позволяет быстрее осуществить переход от двигательного умения к двигательному навыку, т. к. формирование и совершенствование нервно-мышечной координации происходит лишь на фоне оптимального состояния возбудимости центральной нервной системы [6]. Поэтому умение точно стрелять после физической нагрузки, направленной на развитие физических качеств (выносливости, силы, силовой выносливости) является, по нашему мнению, фундаментом в комплексной огневой подготовке. Способность стрелка к выполнению эффективных приемов и действий в сложных условиях многочисленных «сбивающих факторов» является основным показателем стабильности техники и во многом определяет уровень технической подготовленности в целом [7].

Основным методом тренировки в практической стрельбе являются комплексные учебно-тренировочные занятия с моделированием условий «длинных» упражнений, а также преодоление специальной полосы препятствий с учебными стрельбами. Проанализировав применяемые комплексные средства и методы совершенствования двигательных навыков скоростной стрельбы на фоне сбивающих факторов, мы выделили три основных комплекса упражнений [8, 9, 12]:

- упражнения локального характера;
- упражнения на вестибулярную устойчивость;
- упражнения, требующие проявления общей работоспособности.

Такие упражнения могут моделировать различные по характеру возникновения состояния физического утомления, характерные для практической стрельбы.

Проанализировав условия выполнения упражнений по практической стрельбе, мы сделали предположение о том, какие технические действия необходимо включить в упражнения комплексного практикума, а именно:

- стрельба в ограниченное время с переносом направления ведения огня по горизонтали и вертикали;
- стрельба на различных дистанциях на фоне сбивающих факторов;
- стрельба из различных положений, в том числе из неудобных;
- стрельба с разворотом на 90°;
- стрельба из-за укрытий и препятствий;
- стрельба по качающимся и падающим мишеням с различным темпом ведения огня;
- стрельба со сменой магазинов (перезарядкой);
- стрельба в движении с перемещениями между стрелковыми позициями;
- стрельба «сильной» и «слабой» рукой, стрельба с перехватом из руки в руку;
- стрельба по движущимся и качающимся мишеням;
- неприцельная (интуитивная) стрельба.

Выполнить поставленные цели и задачи практикума целесообразнее комплексными методами, многоплановыми фабулами упражнений и усложнениями заданий.

Заслуживает особого внимания оценивание технической подготовленности стрелка по методике МКПС, которую можно внедрить в огневую подготовку ОВД. В данной методике оценочные показатели находятся в прямой зависимости от времени выполнения упражнения и зон поражения мишеней. Для этого применяется формула:

$$\text{результат}(\text{"хит"} - \text{фактор}) = \frac{\sum o - Шo}{t} \quad (2)$$

где, o — общее количество очков; $Шo$ — количество штрафных очков; t — время выполнения упражнения.

Такая система подсчета результата стрельбы позволяет очень точно оценить индивидуальный уровень огневой подготовленности в сравнении с результатами других стрелков. «Хит-фактор» индивидуален для каждого упражнения и зависит от условий и сложности выполнения, количества мишеней, количества зачётных пробоин в мишени и др.

В связи с тем, что в реальных условиях применения огнестрельного оружия сотрудник может допустить промах или поразить постороннего человека, необходимо научить его интуитивно определять результат стрельбы по своим ощущениям. Этому навыку обучает практическая стрельба, т. к. по условиям упражнений за каждый промах или попадание в непоражаемую мишень начисляются штрафные очки.

В практической стрельбе техническое мастерство спортсмена вторично по отношению к требованиям тактики стрельбы, т. к. техническая подготовка обеспечивает эффективную реализацию тактических требований [14]. Тактику прохождения упражнений в практической стрельбе мы дифференцировали по следующим основным действиям: очередность поражения мишеней; количество необходимых патронов; места смены магазинов; положения для стрельбы на огневых рубежах; варианты прицеливания и темп стрельбы; мишени, которые можно поразить в движении.

В практической стрельбе, как и в других подвидах стрелкового спорта, психологическая подготовка играет важную роль в тренировочном и соревновательном процессе.

По мнению американских специалистов Билла Пуллема [31] и Жерара Графела [24, 25], результат в практической стрельбе на 50 % зависит от технической подготовки и на 50 % — от работы мозга, в дуэльной стрельбе — на 30 % от техники, а на 70 % — от работы сознания. Определяя условия выполнения стрелковых упражнений, мы ставили задачу по реализации умений и навыков скоростной стрельбы в условиях эмоциональной напряженности, что позволяет выявить основное условие успешности стрелка — воспитание воли, которая способствует противостоянию эмоциональным реакциям, препятствующим достижению высоких результатов.

По утверждению Л. М. Вайнштейна, преодоление трудностей увеличивает способность к волевым усилиям стрелка, поэтому очередность выполнения упражнений комплексного практикума должна соответствовать дидактическому принципу «от простого — к сложному», а преподавателю необходимо соразмерять задачи, которые ставит перед обучаемыми, с го-

товностью стрелка решить их [10]. Именно при выполнении упражнений комплексного практикума ярко проявляется эмоциональное (психологическое) состояние стрелка.

Специалист по практической стрельбе В. А. Крючин выявил, что при выполнении упражнений практической стрельбы у обучаемых воспитываются ведущие волевые качества — выдержка и самообладание, решительность и смелость [15]. Данные качества жизненно необходимы сотруднику ОВД в условиях реального применения огнестрельного оружия. Выдержка и самообладание обусловлены сдерживанием нежелательной активности психики в стрессовых ситуациях применения оружия. Смелость и решительность обеспечиваются мобилизацией нервной системы и психики сотрудника на преодоление сложностей, возникающих при огневом контакте с правонарушителем.

Глава 2.

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ КОМПЛЕКСНЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ОГНЕВОЙ И ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ

2.1. Защита другого лица либо себя от посягательства, если это посягательство сопряжено с насилием, опасным для жизни или здоровья

Упражнение «На линии огня»

Фабула для применения физической силы:

При попытке освободить гражданина Петрова на полицейского набросился мужчина с ударами кулаками, ногами в голову и туловище. Сотрудник выполняет эффективный боевой прием борьбы для самозащиты, ограничивает свободу передвижения, надев на него наручники, проводит личный досмотр и сопровождение правонарушителя.

После этого слушатель незамедлительно переходит к выполнению стрелкового упражнения.

Фабула для выполнения стрелкового упражнения:

В ДЧ ОВД города Приозерный поступило сообщение о том, что группа агрессивно настроенных людей, вооруженных охотничьим огнестрельным и холодным оружием, собирается проникнуть на дачный участок гражданина Петрова, чтобы совершить над ним самосуд. Получив сообщение о готовящемся вооруженном нападении, дежурный по ОВД направил на место происходящего наряд полиции.

Прибыв по адресу, полицейские увидели, что группа людей, состоящая из трёх мужчин, вооруженных охотничьими ружьями и ножами, окружили гражданина Петрова. Двое полицейских из состава наряда попытались освободить Петрова. Один из вооруженных мужчин захватил гражданина Петрова в заложники и крикнул, чтобы полицейские ушли с дороги, и пригрозил, что в противном случае будет стрелять. Полицейские извлекли пистолеты из кобуры, потребовали прекратить противоправные действия и положить оружие на землю. Один из нападавших выстрелил в полицейских и ранил одного из них.

После ознакомления с фабулой обучающийся самостоятельно принимает решение о возможности правомерного применения им оружия либо физической силы. Приняв решение на применение оружия, обучаемый должен иметь в виду то обстоятельство, что на линии огня находятся сотрудники полиции и заложник, которые могут пострадать в случае ведения неприцельной стрельбы.

Условия выполняемого упражнения (рис. 2.):

Цели: две специальные поясные мишени № 2, установленные на высоте 1 м от земли до нижнего края, неподвижные, одна поясная фигура преступника с заложником мишень № 2с.

Штрафные мишени: три метрические мишени, отмеченные крестами, установленные на высоте 1 м от земли до нижнего края, неподвижные.

Расстояние до цели: 10 м и 7 м.

Время для выполнения упражнения: 20 сек.

Количество патронов: 6 шт. (2 магазина по 3 патрона).

Положение для стрельбы: стоя, с колена.

Исходное положение: обучающийся находится на исходном рубеже 20 м. Оружие находится в кобуре, предохранитель включен, один магазин снаряженный тремя патронами вставлен в основании рукоятки, второй магазин в кармане для запасного магазина кобуры, патронник пуст.

Упражнение считается выполненным, если обучающийся поразил все мишени и не превысил время, отведенное на выполнение упражнения.

Оценка:

«удовлетворительно» — поразить все цели не менее чем четырьмя пулями;

«неудовлетворительно» — одна или более целей не поражены либо поражена хотя бы одна штрафная цель или поражен заложник.

Порядок выполнения упражнения: обучающийся на исходном рубеже докладывает о готовности к стрельбе. Проверив готовность обучаемого к стрельбе, руководитель подает команду «Вперед» и одновременно включает таймер. По этой команде обучаемый выдвигается на первый огневой рубеж 10 м, извлекает пистолет из кобуры, включает предохранитель, досылает патрон в патронник и производит три выстрела из положения стоя, далее, не снимая затвор с затворной за-

держки, перемещается на огневой рубеж 7 м, принимает положение для стрельбы с колена, производит смену магазина, убрав при этом пустой магазин либо в кобуру либо в карман форменного обмундирования. Снимает затвор с затворной задержки и производит еще три выстрела по мишеням.

Порядок обстрела мишеней обучаемый определяет самостоятельно, либо руководитель стрельб перед началом выполнения упражнения указывает обучающемуся порядок обстрела мишеней.

При выполнении стрелкового упражнения «На линии огня» большое внимание следует обратить на соблюдение мер безопасности при обращении с оружием и боеприпасами, на работу обучающихся по смене магазина.

Для создания более высокого психологического напряжения и повышения личной ответственности за каждый произведённый выстрел при выполнении стрелкового упражнения руководитель стрельб может индивидуально каждому обучаемому давать определенные задания при выполнении упражнения. Например: при выполнении упражнения у левой специальной поясной мишени № 2 зона поражения, только рука с оружием, а поясная фигура преступника с заложником мишень № 2с должна быть поражена не менее чем двумя пулями.

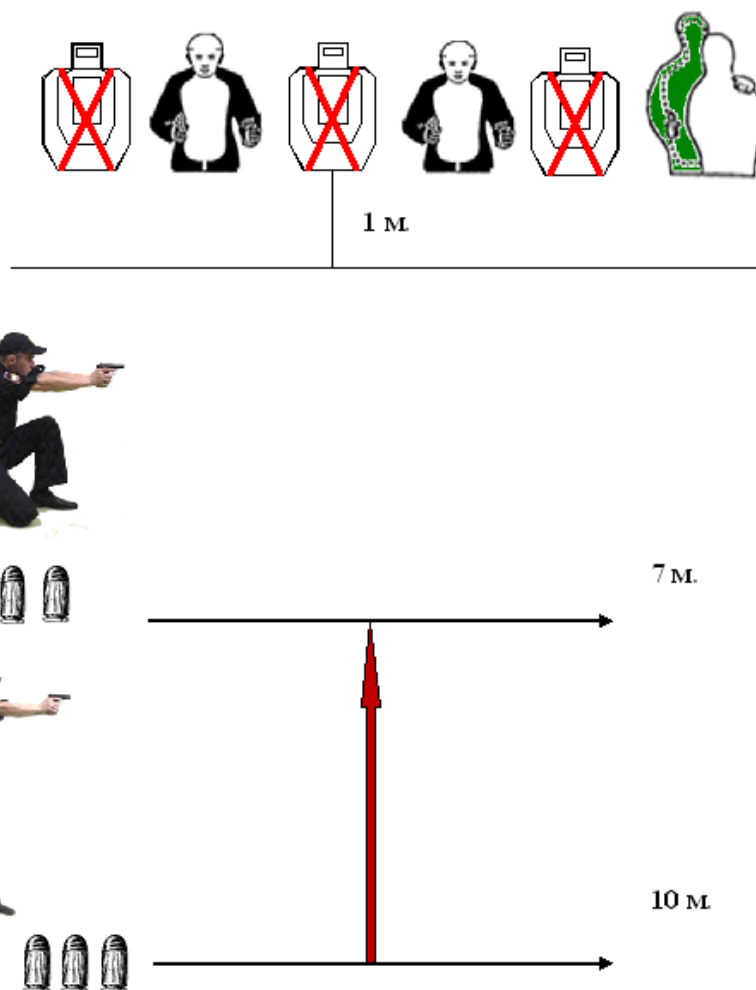


Рис. 2. Стрелковое упражнение «На линии огня»

Упражнение «Нападение»

Фабула для применения физической силы:

В дежурной части мужчина схватил пистолет и стал угрожать полицейскому спереди в упор. Сотрудник выполняет эффективный боевой прием борьбы для самозащиты, ограничивает свободу передвижения, надев на него наручники, проводит личный досмотр и сопровождение правонарушителя.

После этого слушатель незамедлительно переходит к выполнению стрелкового упражнения.

Фабула для выполнения стрелкового упражнения:

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

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

Условия выполняемого упражнения (рис. 3):

Цель: специальная поясная мишень № 2.

Штрафные мишени: две метрические мишени, установленные на высоте 0,5 м от земли, неподвижные с надписью «Полиция».

Расстояние до цели: 10 м.

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

Время на выполнение упражнения: 10 сек.

Положение для стрельбы: произвольное из-за укрытия.

Исходное положение: обучаемый стоит перед дверью, дверь закрыта (дверь открывается наружу), пистолет находится в кобуре, предохранитель включен, один магазин с одним патроном находится в кобуре в кармане для запасного магазина, второй магазин и один патрон находится в руке обучаемого.

Оценка:

«удовлетворительно» — поразить цель;

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

Порядок выполнения упражнения: по команде руководителя стрельб обучающийся выходит на исходный рубеж, снаряжает один магазин патроном и убирает его в кобуру, в карман для запасного магазина, принимает исходное положение и докладывает о готовности к стрельбе. Проверив готовность обучаемого к стрельбе, руководитель подает команду «Огонь» и одновременно включает таймер. По этой команде обучающийся снаряжает магазин вторым патроном. Вставляет магазин в основание рукоятки пистолета. Открывает дверь, выполняет выстрел, самостоятельно оценивает возможный результат и если считает, что он промахнулся, то меняет магазин и производит второй выстрел.

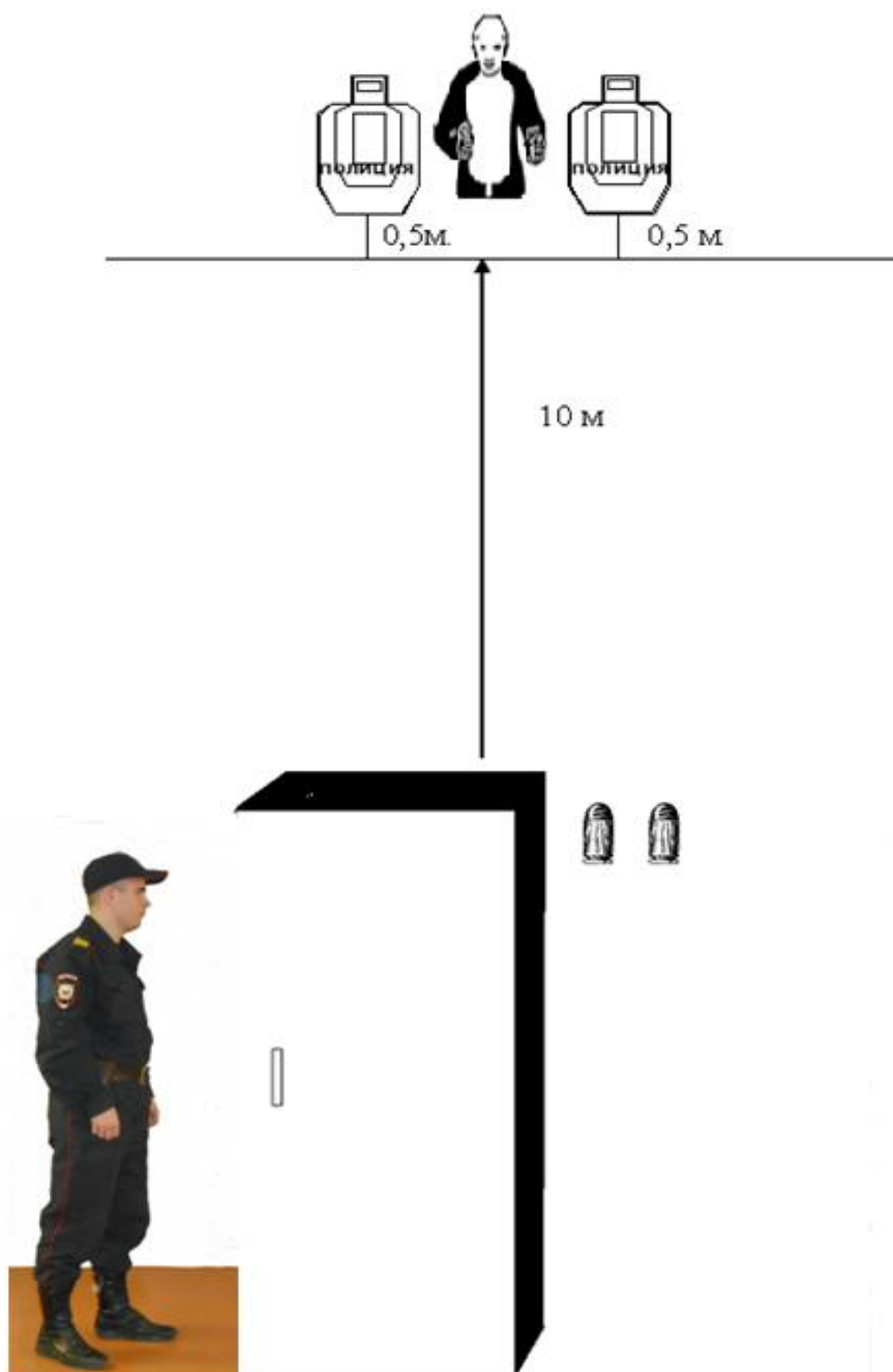


Рис. 3. Стрелковое упражнение «Нападение»

Упражнение «Проверка документов»

Фабула для применения физической силы:

В дежурной части мужчина схватил пистолет и стал угрожать полицейскому спереди в упор. Сотрудник выполняет эффективный боевой прием борьбы для самозащиты, ограничивает свободу передвижения, надев на него наручники, проводит личный досмотр и сопровождение правонарушителя.

После этого слушатель незамедлительно переходит к выполнению стрелкового упражнения.

Фабула для выполнения стрелкового упражнения:

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

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

Условия выполняемого упражнения (рис. 4.):

Цель: 1 зачетная качающаяся картонная мишень.

Штрафная мишень: метрическая мишень, отмеченная крестом, установленная на высоте 1 м от земли до нижнего края, неподвижная.

Исходный рубеж: 15 м.

Расстояние до цели: 7 м.

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

Время на выполнение упражнения: 12 секунд.

Положение для стрельбы: произвольное из-за укрытия.

Исходное положение: обучающийся стоит на исходном рубеже, удерживая в руке пистолет, патрон находится в патроннике, предохранитель включен.

Оценка:

«удовлетворительно» — поразить цель;

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

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

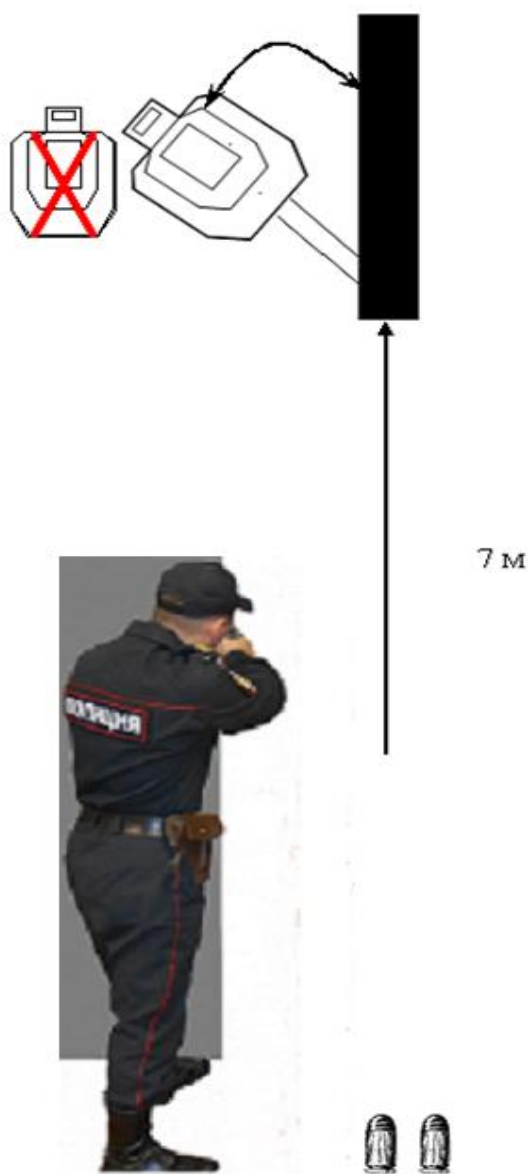


Рис. 4. Стрелковое упражнение «Проверка документов»

2.2. Обезвреживание животного, угрожающего жизни и здоровью граждан и (или) сотрудника полиции

Упражнение «Опасные животные»

Фабула для применения физической силы:

Стая собак бросилась на полицейского. Сотрудник убегает от собак по ересеченной местности, преодолевая полосу препятствий.

После этого слушатель незамедлительно переходит к выполнению стрелкового упражнения.

Фабула для выполнения стрелкового упражнения:

Находясь на маршруте патрулирования в парке, наряд полиции услышал собачий лай и крики о помощи. Выдвинувшись к месту происшествия, полицейские увидели, что стая собак окружила и кусает лежащего на земле пострадавшего.

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

Условия выполняемого упражнения (рис. 5):

Цели: 4 метрических мишени.

Штрафная мишень: мишень № 3 ростовая фигура заложника, имитирующая лежащего человека, установленная на высоте 0,5 м от земли, неподвижная.

Огневой рубеж: 10 м.

Исходный рубеж: 30 м.

Количество патронов: 4 шт.

Время на выполнение упражнения: 20 сек.

Положение для стрельбы: стоя.

Исходное положение: обучаемый стоит на исходном рубеже, пистолет в кобуре. Один снаряженный магазин вставлен в основание рукоятки пистолета, второй снаряженный магазин находится в кобуре, в кармане для запасного магазина. Патронник пуст, предохранитель включен.

Оценка:

«удовлетворительно» — поразить три и более цели;

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

Порядок выполнения упражнения: по команде руководителя стрельб обучаемый выходит на исходный рубеж, снаряжает магазины патронами в произвольной последовательности. Заряжает пистолет и докладывает о готовности к стрельбе. Проверив готовность обучаемого к стрельбе, руководитель подает команду «Вперед». По этой команде обучающийся бегом выдвигается на огневой рубеж, извлекает пистолет из кобуры, выключает предохранитель, досылает патрон в патронник и производит прицельные выстрелы, по окончании патронов в магазине производит смену магазинов, убрав пустой магазин либо в кобуру, либо в карман форменного обмундирования. По окончании стрельбы принимает исходное положение и докладывает об окончании стрельбы.

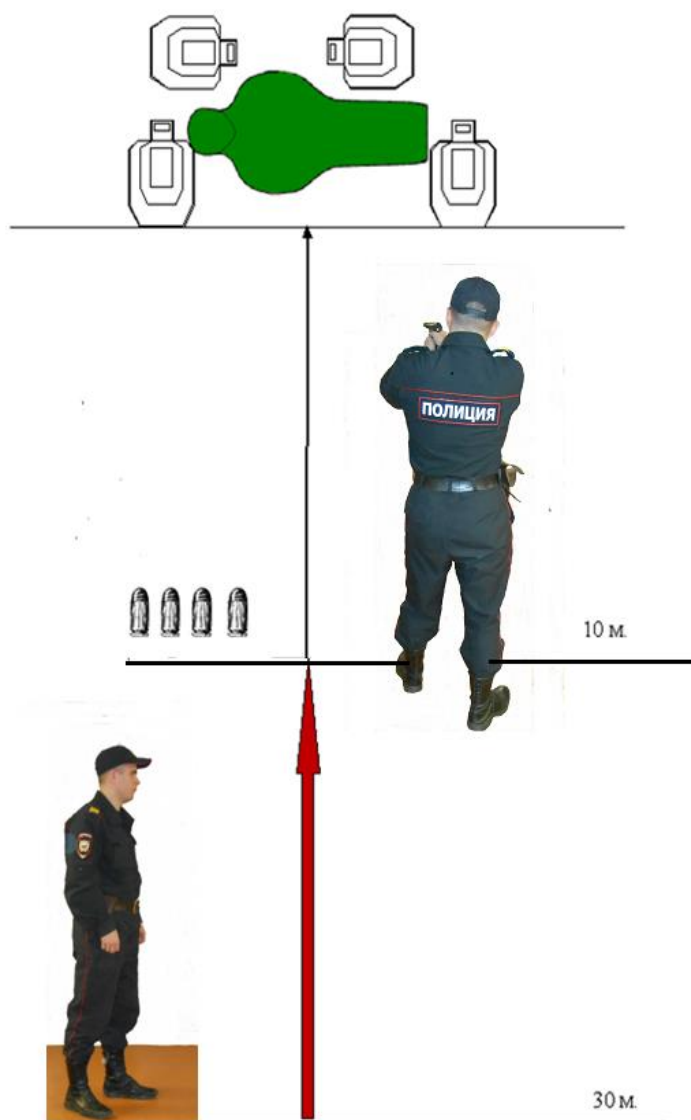


Рис. 5. Стрелковое упражнение «Опасные животные»

2.3. Пресечение попытки завладения огнестрельным оружием, транспортным средством полиции, специальной и боевой техникой, состоящими на вооружении (обеспечении) полиции.

Упражнение «Руки прочь»

Фабула для применения физической силы:

Преступник нападает на полицейского, нанося удары палкой сверху, прямо, сбоку, наотмашь. Сотрудник выполняет эффективный боевой прием борьбы для самозащиты, ограничивает свободу передвижения, надев на него наручники, проводит личный досмотр и сопровождение правонарушителя.

После этого слушатель незамедлительно переходит к выполнению стрелкового упражнения.

Фабула для выполнения стрелкового упражнения:

Патрулируя улицу в вечернее время, патрульные увидели трёх молодых людей, избивавших четвёртого. В руках у нападавших были палки, которыми они наносили удары. Полицейские немедленно приблизились к месту драки, потребовав от нападавших прекратить избиение, отойти от потерпевшего и бросить палки на землю. Увидев наряд, нападавшие оставили избитого лежать на земле и агрессивно двинулись к патрульным, выкрикивая угрозы. Полицейские расстегнули кобуры и начали извлекать оружие. В этот момент ближайший нападавший приблизился к одному из патрульных вплотную и схватил его за руку с пистолетом в кобуре, другие нападавшие из-под одежды извлекли предметы, похожие на пистолеты.

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

Условия выполняемого упражнения (рис. 6):

Цель: три специальных поясных (мишени № 2) неподвижные, одна мишень установлена на подставке и расположена впереди остальных мишеней на расстоянии 2 м.

Расстояние до целей: 5 м и 7 м.

Количество патронов: 3 шт.

Время на стрельбу: 8 сек.

Положение для стрельбы: стоя.

Исходное положение: обучающийся стоит напротив ближней мишени на расстоянии вытянутой руки. Пистолет в кобуре, кобура застёгнута, оружие заряжено, предохранитель включен, патронник пуст.

Оценка:

«удовлетворительно» — поразить все цели;

«неудовлетворительно» — одна или более целей не поражены.

Порядок выполнения упражнения: по команде руководителя стрельб обучаемый подходит к мишени на подставке. Принимает исходное положение и докладывает о готовности к стрельбе. Проверив готовность обучаемого к стрельбе, руководитель подает команду «Огонь» и одновременно включает таймер. По этой команде обучаемый увеличивая дистанцию между мишенью и собой до 5 м, извлекает пистолет из кобуры, выключает предохранитель, досылает патрон в патронник, производит выстрел в ближайшую мишень. Затем в произвольном порядке поражает две оставшиеся дальние мишени (по одному выстрелу в каждую мишень).

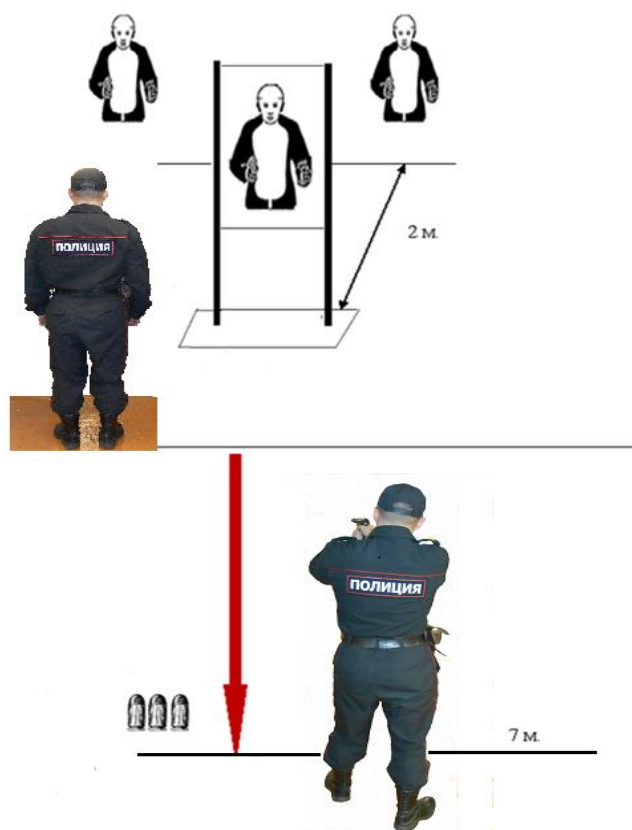


Рис. 6. Стрелковое упражнение «Руки прочь»

2.4. Задержание лица, оказывающего вооруженное сопротивление, а также лица, отказывающегося выполнить законное требование о сдаче находящихся при нем оружия, боеприпасов, взрывчатых веществ, взрывных устройств, ядовитых или радиоактивных веществ

Упражнение «Дуэль»

Фабула для применения физической силы:

Преступник неожиданно извлекает пистолет из внутреннего кармана куртки или из-за пояса. Сотрудник выполняет эффективный боевой прием борьбы для самозащиты, ограничивает свободу передвижения, надев на него наручники, проводит личный досмотр и сопровождение правонарушителя.

После этого слушатель незамедлительно переходит к выполнению стрелкового упражнения.

Фабула для выполнения стрелкового упражнения:

В ходе проведения оперативно-розыскных мероприятий по поиску и задержанию преступников, совершивших разбойное нападение на инкассаторов, наряд полиции проверял территорию частного сектора. Неожиданно из-за угла появился мужчина, который, увидев полицейских, извлек из кармана куртки пистолет и направил его на полицейских. После ознакомления с фабулой обучающийся самостоятельно принимает решение о возможности правомерного применения им оружия либо физической силы.

Условия выполняемого упражнения (рис. 7):

Цели: по четыре разноцветных воздушных шарика (контрольные шарики, выбираются красного и зеленого цвета)

Расстояние до цели: 10 м.

Количество патронов: 4 шт.

Время на стрельбу: не более 12 сек.

Положение для стрельбы: стоя.

Исходное положение: обучаемые на исходном рубеже снаряжают два магазина четырьмя патронами (количество патронов в каждом магазине обучающийся устанавливает самостоятельно). По команде руководителя стрельб вставляют один магазин в основание рукоятки пистолета,

убирают пистолет в кобуру, предохранитель включен, патронник пуст. Второй магазин убирают в карман для запасного магазина кобуры. Кобура застегивается.

Оценка:

«удовлетворительно» — поразить все мишени, не превысив время и опередив соперника;

«неудовлетворительно» — в остальных случаях.

Порядок выполнения упражнения: по команде руководителя стрельб обучаемые выдвигаются на огневой рубеж и докладывают о готовности к стрельбе. Проверив готовность обучаемых к стрельбе, руководитель подает команду «Огонь» и одновременно включает таймер. По этой команде обучаемые извлекают пистолеты из кобуры, выключают предохранитель, досылают патрон в патронник и производят прицельные выстрелы по целям, меняют магазины и последним патроном поражают контрольный шарик. После поражения контрольной цели время останавливается.

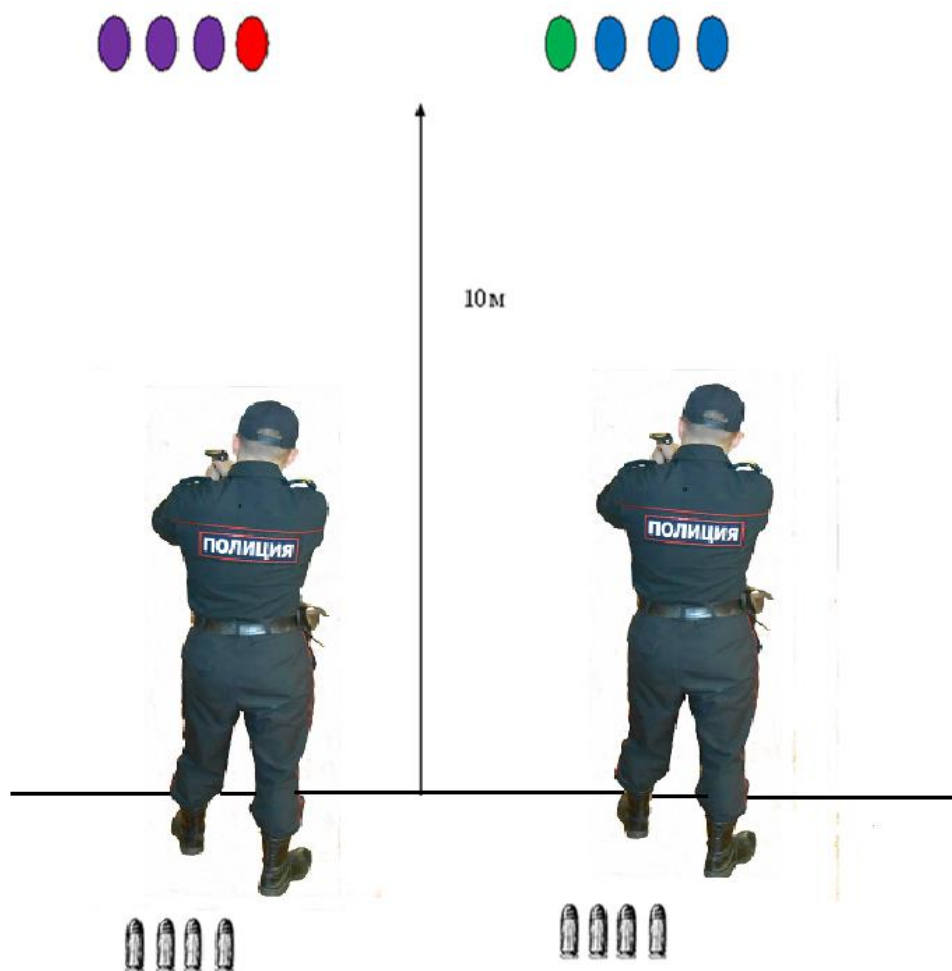


Рис. 7. Стрелковое упражнение «Дуэль»

2.5. Отражение группового или вооруженного нападения на здания, помещения, сооружения и иные объекты государственных и муниципальных органов, общественных объединений, организаций и граждан

Упражнение «Зачистка»

Фабула для применения физической силы:

Преступник обхватывает полицейского сзади с захватом или без захвата рук. Сотрудник выполняет эффективный боевой прием борьбы для самозащиты, ограничивает свободу передвижения, надев на него наручники, проводит личный досмотр и сопровождение правонарушителя.

После этого слушатель незамедлительно переходит к выполнению стрелкового упражнения.

Фабула для выполнения стрелкового упражнения:

Постовой наружного поста органа внутренних дел увидел нескольких человек, которые бегом направились к зданию органа внутренних дел. На бегу они расстегнули куртки, достали оружие. Один из нападавших, взяв в заложники случайного прохожего, стал им прикрываться. Постовой успел доложить в дежурную часть по радиостанции о нападении.

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

Условия выполняемого упражнения (рис. 8):

Цели: Одна ростовая фигура преступника (мишень № 3а), две специальных поясных фигуры (мишени № 2) и поясная фигура преступника с заложником (мишень № 1а), установленные на высоте уровня глаз стреляющего (с произвольным размещением относительно друг друга).

Исходный рубеж: 30 м.

Огневые рубежи: 20 м., 15 м. и 10 м.

Количество патронов: 4 шт.

Время на стрельбу: 25 сек.

Положение для стрельбы: стоя, стоя из-за укрытия, с колена.

Исходное положение: обучаемый на исходном рубеже 30 м снаряжает два магазина четырьмя патронами (количество патронов в каждом магазине обучаемый устанавливает самостоятельно). По команде руководителя стрельб вставляет один магазин в основание рукоятки пистолета, убирает пистолет в кобуру, предохранитель включен, патронник пуст. Второй магазин убирает в карман для запасного магазина кобуры. Кобура застегивается.

Оценка:

«удовлетворительно» — обучающийся не превысил время, отведенное на выполнение упражнения, поразил все мишени и не поразил часть мишени, обозначающую заложника;

«неудовлетворительно» — в остальных случаях.

Порядок выполнения упражнения: проверив готовность сотрудника к стрельбе, руководитель стрельб подает команду «Вперед» и одновременно включает секундомер. По этой команде сотрудник бегом выдвигается на первый огневой рубеж (20 м), принимает положение для стрельбы стоя, извлекает пистолет из кобуры, выключает предохранитель, досылает патрон в патронник и производит один выстрел по ростовой фигуре. Далее продолжает движение вперед, не убирая оружие в кобуру и не ставя его на предохранитель (указательный палец при передвижении от одного рубежа к другому должен находиться на спусковой скобе), добегаем до второго огневого рубежа 15 м с укрытием. Прячась за укрытием, производит по одному прицельному выстрелу в две специальных поясных фигуры, передвигается на третий огневой рубеж 10 м, принимает положение для стрельбы с колена и производит еще один прицельный выстрел в преступника с заложником. В процессе стрельбы перезаряжает пистолет вторым магазином (ствол оружия должен быть направлен в сторону мишеней).

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

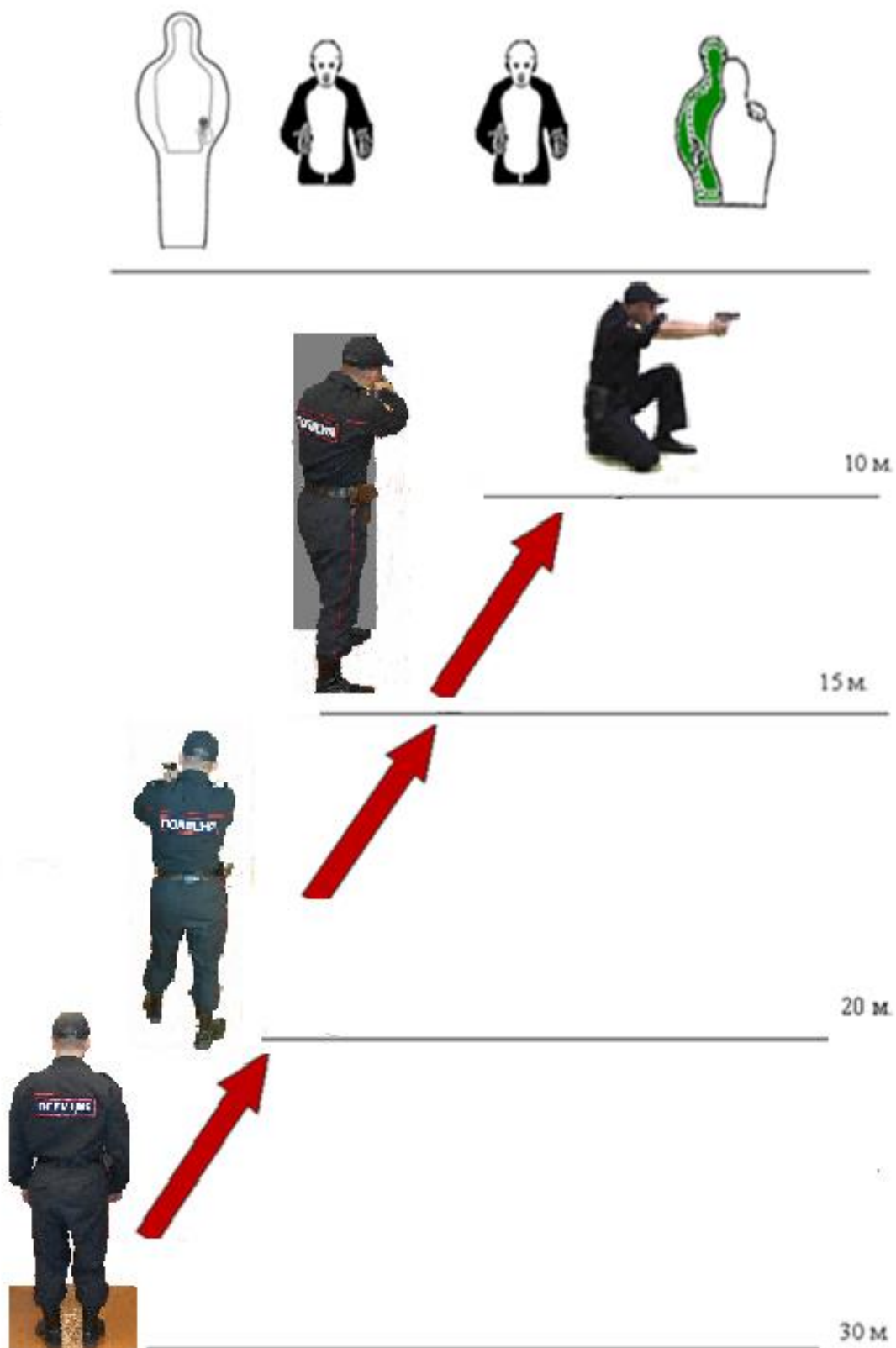


Рис. 8. Стрелковое упражнение «Зачистка»

2.6. Пресечение побега из мест содержания под стражей подозреваемых и обвиняемых в совершении преступлений или побега из-под конвоя лиц, задержанных по подозрению в совершении преступления, лиц, в отношении которых применена мера пресечения в виде заключения под стражу, лиц, осужденных к лишению свободы, а также для пресечения попытки насильственного освобождения указанных лиц

Упражнение «Побег из-под стражи»

Фабула для применения физической силы:

Преступник пытается обезоружить полицейского, захватывая пистолет в кобуре сзади или спереди. Сотрудник выполняет эффективный боевой прием борьбы для самозащиты, ограничивает свободу передвижения, надев на него наручники, проводит личный досмотр и сопровождение правонарушителя.

После этого слушатель незамедлительно переходит к выполнению стрелкового упражнения.

Фабула для выполнения стрелкового упражнения:

Во время проведения следственного эксперимента группа обвиняемых по уголовному делу, состоящая из трёх мужчин, воспользовалась ситуацией и, завладев оружием конвойных, отстреливаясь, попыталась бежать из-под стражи.

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

Условия выполняемого упражнения (рис. 9):

Цели: шесть мишеней (три мишени № 6, три мишени № 7)

Расстояние до цели: 10 м, 15 м.

Количество патронов: 6 шт.

Время на выполнение упражнения: определяется в комплексе (полоса препятствий + стрельба).

При расположении полосы в тире — 1 мин.

При расположении полосы на территории — 3 мин.

Положение для стрельбы: произвольное.

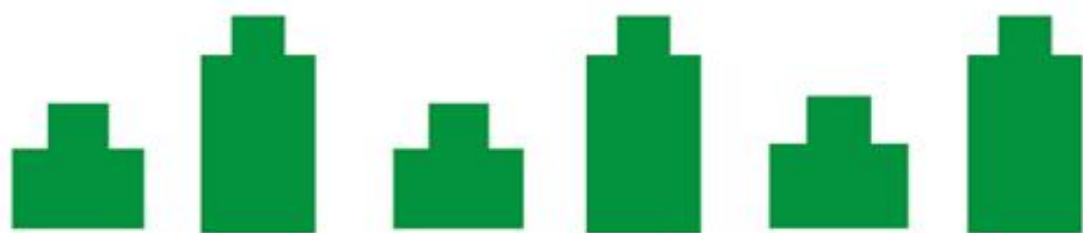
Исходное положение: обучающийся стоит на стартовой линии перед полосой препятствий. Кобура застёгнута, оружие заряжено, патронник пуст.

Оценка:

«удовлетворительно» — поразить все цели не менее пятью пулями;

«неудовлетворительно» — одна или более целей не поражены либо поражены цели другого вида.

Порядок выполнения упражнения: по команде руководителя стрельб обучающийся выходит на стартовую линию перед полосой препятствий и докладывает о готовности к стрельбе. Проверив готовность обучаемого к стрельбе, руководитель подает команду «Вперёд». По этой команде обучаемый преодолевает полосу препятствий, используя боевой прием борьбы отражает нападение ассистента, берёт одну из карточек со стола, определяет расстояние до целей и тип мишеней, которые необходимо поразить, достигнув огневого рубежа, извлекает пистолет из кобуры, выключает предохранитель, досылает патрон в патронник и производит шесть прицельных выстрелов.



10 м

15 м

Отражение нападения ассистента



Полоса препятствий



Рис. 8. Стрелковое упражнение «Побег из-под стражи»

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Анализ нормативной литературы показал, что учебно-тренировочный процесс комплексного практикума по огневой и физической подготовке описан не достаточно полно, а упражнения не учитывают категории обучаемых и материально-техническую базу образовательной организации МВД России. В предлагаемых упражнениях примерной программы совершенствование огневой подготовленности обучаемых достигается за счет учебно-тренировочных нагрузок скоростной стрельбы преимущественно на средних и больших дистанциях с прицельными выстрелами.

Мы выяснили, что не достаточно глубоко исследованы закономерности скоростной стрельбы на различных дистанциях при дефиците времени как основного условия повышения уровня подготовленности сотрудника ОВД к применению огнестрельного оружия в реальных условиях.

В результате анализа научно-методической литературы было установлено, что для повышения стрелкового мастерства обучаемых необходимо строить упражнения комплексного практикума с учетом развития специальных физических качеств, а также тактико-технической и психологической подготовки как единого комплекса учебно-тренировочного процесса.

Результаты исследования и проведенного педагогического эксперимента показали, что разработанные упражнения для комплексных занятий по огневой физической подготовке позволили значительно повысить уровень физической, тактико-технической и психологической подготовленности слушателей.

СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

Нормативные правовые акты:

1. О полиции Федеральный закон от 07.02.2011 № 3-ФЗ: «Классификация оружия. Перечень основных терминов». ГОСТ 28653—901: [Электронный ресурс] — электрон. данные. — Программа инф. Поддержки рос. науки и образования // справ. правовые системы КонсультантПлюс: Высш. шк. — 2017. — Режим доступа: <http://www.consultant.ru/>

2. Об утверждении Наставления по организации огневой подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации: приказ М-ва внутр. дел России от 13.11.2012 № 1030 «» [Электронный ресурс] — Режим доступа: <http://docs.cntd.ru/document/542612483> (дата обращения: 04.04.2018).

3. Об утверждении порядка организации подготовки кадров для замещения должностей в органах внутренних дел Российской Федерации: приказ М-ва внутр. дел России от 31.03.2015 № 385: [Электронный ресурс]. — электрон. данные. — Программа инф. поддержки рос. науки и образования // справ. правовые системы КонсультантПлюс: Высш. шк. — 2017. — Режим доступа: <http://www.consultant.ru/>

4. Об утверждении Наставления по организации огневой подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации: приказ М-ва внутр. дел России от 23.11.2017 № 880 [Электронный ресурс]. — Режим доступа: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_292172/ (дата обращения: 04.04.2018).

Основная литература:

5. Астафьев Н. В. Приёмы переноса направлений огня и перемещений с линии встречного огня при вооружении пистолетом: учеб. пособ. / Н. В. Астафьев, А. В. Афанасьев. — Красноярск: Сиб. юрид. ин-т М-ва внутр. дел России, 2006. — 76 с.

6. Астафьев Н. В. Изготовки к стрельбе и обращение с пистолетом при решении оперативно-служебных задач сотрудниками правоохранительных органов: учеб. пособ. / Н. В. Астафьев. — Красноярск: Сиб. юрид. ин-т М-ва внутр. дел России, 2002. — 72 с.

7. Белецкий А. А. Современные требования к огневой подготовке сотрудников ОВД / А. А. Белецкий // Проблемы совершенствования служебно-боевой подготовки сотрудников силовых ведомств: мат-лы Всерос. науч.-практ. конф. — Иркутск: Вост.-Сиб. ин-т М-ва внутр. дел России, 2007. — С. 10.

8. Блеер А. Н. Методические основы совершенствования устойчивости двигательных навыков стрельбы из табельного оружия: учеб. пособ. / А. Н. Блеер, А. И. Ушаков, В. В. Шиян, А. И. Щипин. — М.: ЦОКР МВД России, 2006. — 56 с.

9. Гавриленко М. М. Методика огневой подготовки сотрудников правоохранительных органов приемам и правилам стрельбы из различных видов оружия / М. М. Гавриленко, В. В. Семенов // Состояние и перспективы совершенствования методики огневой подготовки сотрудников силовых ведомств: материалы Всерос. науч.-практ. конф. — Красноярск: Сиб. юрид. ин-т М-ва внутр. дел России, 2006. — С. 38—41.

10. Дубовицкий А. А. Методика начального обучения стрельбе. Поэтапность в процессе обучения / А. А. Дубовицкий // Проблемы совершенствования служебно-боевой подготовки сотрудников силовых ведомств: материалы Всерос. науч.-практ. конф. — Иркутск: Вост.-Сиб. ин-т М-ва внутр. дел России, 2011. — С. 68—71.

11. Десятов М. С. Некоторые психологические аспекты использования игровой формы обучения в огневой подготовке / М. С. Десятов // Проблемы совершенствования служебно-боевой подготовки сотрудников силовых ведомств: материалы Всерос. науч.-практ. конф. — Иркутск: Вост.-Сиб. ин-т М-ва внутр. дел России, 2011. — С. 16.

12. Жуковский В. П. Пистолет в ближнем бою / В. П. Жуковский, С. А. Ковалёв, И. В. Петров. — М.: Изд-во АСТ, 2000. — 126 с.

13. Иванов-Катанский С. А. Шаг — маятник. Искусство уклонения от выстрелов, методы скоростной стрельбы и техника обезоруживания / С. А. Иванов-Катанский. — М.: Гранд-Фаир, 2009. — 157 с.

14. Карагедов И. Б. Организация учебного процесса при проведении занятий по огневой подготовке работников ведомственной охраны с использованием приёмов и навыков практической стрельбы / И. Б. Карагедов // Перспективы развития огневой подготовки в системе высшего профессионального образования МВД России на примере взаимодействия с ОСОО «Федерация практической стрельбы России»: материалы межведомствен. науч.-практ. конф. — Саратов: Саратов. юрид. ин-т М-ва внутр. дел России, 2006. — С. 4—6.

15. Карпун А. Б. Проблемы психологических аспектов при стрельбе в экстремальных условиях / А. Б. Карпун, В. А. Головкин // Проблемы совершенствования служебно-боевой подготовки сотрудников силовых ведомств: материалы Всерос. науч.-практ. конф. — Иркутск: Вост.-Сиб. ин-т М-ва внутр. дел России, 2011. — С. 12—13.

шенствования служебно-боевой подготовки сотрудников силовых ведомств: материалы Всерос. науч.-практ. конф. — Красноярск: Сиб. юрид. ин-т М-ва внутр. дел России, 2009. — С. 18—20.

16. Каримов А. А. Обучение стрельбе из пистолета с элементами тактико-специальной подготовки: учеб.-метод. пособ. / А. А. Каримов, А. В. Кожин. — Иркутск: Вост.-Сиб. ин-т М-ва внутр. дел России, 2007. — 85 с.

17. Каримов А. А. Организация и проведение тренировочного процесса спортсменов, специализирующихся в практической стрельбе: учеб.-метод. пособ. / А. А. Каримов, В. Н. Константинов. — Иркутск: Вост.-Сиб. ин-т М-ва внутр. дел России, 2008. — 90 с.

18. Каримов А. А. Внедрение методики практической стрельбы в учебно-тренировочный процесс огневой подготовки: учеб. пособ. / А. А. Каримов, В. Н. Константинов. — Иркутск: Вост.-Сиб. ин-т М-ва внутр. дел России, 2014. — 118 с.

19. Крючин В. А. Практическая стрельба / В. А. Крючин. — Челябинск: изд-во «Аркаим», 2006. — 247 с.

20. Ларин А. А. Стрелковая подготовка сотрудников спецподразделений: базовый курс / А. А. Ларин. — М.: Фаир-Пресс, 2010. — 139 с.

21. Мешков Ю. Н. Имитационное моделирование тактических ситуаций и его использование при изучении дисциплины «Огневая подготовка» / Ю. Н. Мешков // Перспективы развития огневой подготовки в системе высшего профессионального образования МВД России на примере взаимодействия с ОСОО «Федерация практической стрельбы России»: материалы межведомств. науч.-практ. конф. — Саратов: Сарат. Юрид. ин-т М-ва внутр. дел России, 2006. — С. 41—45.

22. Миленин В. М. Организация физической подготовки в ОВД: учеб.-метод. пособ. / В. М. Миленин, А. Н. Кустов. — М., 2000. — 93 с.

23. Мизафин Р. Р. Методика организации и проведения практических занятий по огневой подготовке / Р. Р. Мизафин // Проблемы совершенствования служебно-боевой подготовки сотрудников силовых ведомств: материалы Всерос. науч.-практ. конф. — Иркутск: Вост.-Сиб. ин-т М-ва внутр. дел России, 2007. — С. 7—9.

24. Потапов А. А. Приёмы стрельбы из пистолета: практика СМЕРШ / А. А. Потапов. — М.: Фаир-Пресс, 2002. — 199 с.

25. Титаренко Ю. А. Подготовка сотрудников ОВД к стрельбе из пистолета в экстремальных условиях: автореф. ...канд. пед. наук: 13.00.08/ Ю. А. Титаренко. — СПб., 1999. — 22 с.

26. Торопов В. А. Теория и практика эффективного обучения сотрудников ОВД стрельбе из личного оружия: автореф. ... дис. д-ра пед. наук: 13.00.08 / В. А. Торопов. — СПб, 2001. — 27 с.

27. Чмара С. А. Методика проведения комплексных занятий по огневой и физической подготовке: учеб.-метод. пособ. / С. А. Чмара. — Иркутск: Вост.-Сиб. ин-т М-ва внутр. дел России, 2005. — 89 с.

28. Conti M. E. In the Line of Fire. A Working Cop's Guide to Pistolcraft / M. E. Conti. — Paladin Press Boulder, Colorado, USA, 2001. 326 p.

29. Saul Kirsch. Perfect Practice, A Guide to Quality IPSC Training / Kirsch S. — Las Vegas, USA, 2004. pp. 58—63.

Учебное издание

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ КОМПЛЕКСНЫХ ЗАНЯТИЙ
ПО ОГНЕВОЙ И ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ

Составители:

Константинов Владимир Николаевич,
Ненашев Леонид Николаевич,
Ошурков Денис Владимирович,
Кельдасов Темир-хан Джумагулович

Редактор
А. В. Андреев

Подписано в печать 27.06.2018

Усл. печ. л. 3,0

Тираж 60 экз.

Формат 60 х 84/16

Заказ № 44

НИ и РИО ФГКОУ ВО «Восточно-Сибирский институт МВД России»,
ул. Лермонтова, 110