

Бордачев Александр Юрьевич, преподаватель кафедры

тактико-специальной подготовки,

Сибирский юридический институт МВД России

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СТОЙКИ СТРЕЛЬБЫ ИЗ ПИСТОЛЕТА У СОТРУДНИКОВ МВД РОССИИ

Аннотация: В статье говорится о технике стрельбы начиная со стойки в положении стоя и отработку упражнений по элементам. Применения статических видов упражнений для проверки правильной стойки для стрельбы стоя из пистолета. Использование физиологических особенностей стрелка для совершенствования стойки. Показаны типичные ошибки при неправильной изготовки стойки при стрельбе из пистолета стоя.

Ключевые слова: стойка, положения, пистолет, кисть, сотрудник.

Abstract: The article talks about the technique of shooting starting from the stand in the standing position and working out exercises on the elements. The use of static types of exercises to check the correct stance for shooting a standing pistol. Using the physiological characteristics of the shooter to improve the stance. Typical errors are shown in the case of incorrect manufacturing of the rack when shooting a pistol standing up.

Keywords: stand, position, gun, brush, employee.

В системе профессиональной подготовки сотрудников полиции МВД России, важное место занимает огневая подготовка. При выполнении контрольных упражнений сотрудниками полиции, согласно приказу МВД России, не могут поразить мишень. Возникает вопрос в применении

правильной техники стрельбы, куда включается правильный выбор стойки и процесс производства выстрела.

Мы в настоящей статье попытаемся помочь сотрудникам различных подразделений органов внутренних дел в совершенствовании методике начальной подготовки стрелка и её практическом применении с учётом психологических процессов, которые возникают в период тренировок и проведения стрельб.

Под техникой стрельбы подразумевают умение выполнять приёмы стрельбы и действия, координированные в единую систему производства меткого выстрела.

Упражнения учебных и контрольных стрельб из пистолета требует от стрелка определённого мастерства, а значит совершенства техники.

Путь к умению стрелять из пистолета на высоком уровне - это не только путь познания техники выполнения тех или иных действий, но и большая подготовительная работа, многократные тренировки, преодоление многих трудностей вызванных как тренировками, так и психологическими процессами, которые возникают в период ответственной стрельбы.

Умение хорошо стрелять из табельного оружия необходимо сотрудникам полиции не только в чрезвычайных ситуациях мирного времени, но и как показывает опыт Великой Отечественной войны, локальных войн и различных конфликтов.

Основной задачей нашего материала является помочь подготовить сотрудников полиции, умеющих быстро ориентироваться в сложной обстановке, принимать правильные решения, а при необходимости своевременно и умело примерять табельное оружие. Кроме того, в данной статье рассматриваются и рекомендуются различные способы техники стрельбы из пистолета.

Выполнение меткого выстрела требует от стрелка целого комплекса строго определённых действий. Все эти действия являются обязательными элементами и находятся в определённой, строго согласованной взаимосвязи.

Подготовка стрелка представляет собой процесс, направленный на овладение техникой стрельбы: принятием положения для стрельбы с правильным и удобным для себя расположением частей тела, положением туловища, постановкой рук, ног, захватом и удержанием оружия, общепринятыми способами управления спуском, дыханием, правильным прицеливанием.

Эти элементы и представляют собой цикл выстрела. Цель тренировок - доведение до автоматизма безусловно правильных и целесообразных действий по выполнению цикла выстрела.

Рассмотрим изготовку для стрельбы стоя.

Изготовка - положение, принимаемое стрелком для ведения огня. Она определяется постановкой ступней ног положением, туловища, головы, руки, кисти, удерживающей оружие.

Изготовку надо рассматривать как комплекс действий, выполняемый стрелком для принятия определённого положения, обеспечивающего наилучшую устойчивость системы «стрелок - оружие», при этом оружие наведено в район прицеливания. В основном положение для стрельбы определяется наставлениями, а в деталях может довольно сильно различаться в зависимости от индивидуальных особенностей стреляющего [1, с. 15-18].

Рассматривая изготовку сотрудника к стрельбе стоя необходимо учитывать взаимодействие двух взаимосвязанных частей корпуса: верхней и нижней. Верхняя часть корпуса располагается выше пояса, в неё входит и пистолет, удерживаемый в руке, нижняя часть корпуса располагается ниже пояса. Сфера действия верхней части корпуса должна образовывать одно неподвижное целое.

В идеальном случае, при вытянутой руке, пистолет должен стать, насколько это возможно, как бы частью самого тела. Подавляющая часть колебаний у пистолетчика возникает в плечевом поясе и кисти, удерживающей пистолет.

При изготовке, в контроле за колебаниями принимает участие и нижняя часть корпуса. При стрельбе стоя верхняя часть корпуса стремится исключить любые источники колебаний, которые могут возникнуть в процессе удержания пистолета.

Частично функцию физического контроля над колебаниями, присущими данной изготовке, осуществляет нижняя часть корпуса тела. При этом ноги играют динамическую роль, так как они противодействуют колебаниям при удержании пистолета или ограничивают их. Отдельные моменты при изготовке стоя должны отрабатываться с учётом верхней и нижней частей корпуса.

При рассмотрении изготовки при стрельбе можно начать с ног. Положение их фиксируется не так точно, как остальное в этой изготовке, но они также активно участвуют в контроле движений и колебаний корпуса во время стрельбы. Если ноги расставлены близко или наоборот, чересчур широко, то функция их контроля движений при удержании оружия снижается. Слишком широко расставленные ноги не всегда образуют хорошую опору, и, наоборот, не очень широко расставленные ноги могут обеспечить лучшее равновесие, в идеальном случае ноги должны находиться на ширине плеч.

Упор на носки ног может оказывать влияние на подвижность мышц ног. Очевидно, наилучшее положение достигается тогда, когда носки слегка развернуты наружу. Если носки слишком развернуты наружу, ноги теряют свою рычаговую способность при стремлении корпуса устранить колебания вперед или назад, что является одним из основных компонентов при стрельбе из пистолета.

Разворот ног относительно линии прицеливания не очень сильно влияет на активность ног, но это определяет степень поворота спины. Положение ног зависит также и от телосложения стрелка, т.е. худой, нормальный, плотный.

Мышцы ног в основном обеспечивают устойчивое положение, но они только тогда плодотворно участвуют в изготовке, когда мышцы обеих ног напряжены и полностью участвуют в контроле над колебаниями корпуса.

Но ноги могут осуществлять максимальный контроль только в случае, если колени, благодаря мышечному напряжению, выпрямлены.

Однако совет использовать мышечное напряжение ног для контроля удержания может ввести и в заблуждение, ибо для многих мышечное напряжение означает следующее: как можно интенсивнее напрягать мышцы, это было бы ошибочно, так как сильно напряженные мышцы утомляются значительно быстрее и не в состоянии в достаточной степени осуществлять контроль как это могли бы сделать расслабленные мышцы.

Напряжение мышц ног должно соответствовать их естественному состоянию. Это означает, что мышечное напряжение ног нужно использовать настолько, насколько это необходимо. Наиболее опытные стрелки, стреляя несколько серий, в целях однообразия принятия изготовки при стрельбе, что безусловно сказывается на результате, отмечают мелом расположение ступней ног. Является грубой ошибкой топтание на месте в процессе стрельбы, т.е. имеется ввиду изменение изготовки, т.к. после каждого такого даже весьма и незначительного перемещения, меняется и изготовка, что несколько снижает результаты стрельбы.

Верхняя часть корпуса начинается непосредственно над бедром. Правильная оценка этой части тела в изготовке является предпосылкой для того, чтобы рассматривать верхнюю часть корпуса и оружия, как единое целое. Ключом для достижения равновесия с оружием является изгиб верхней части корпуса для сбалансирования веса пистолета.

Туловище располагается под некоторым углом к направлению стрельбы, чтобы рука с оружием составляла угол стрельба 15° - 35° относительно линии плеч, и может несколько незначительно отклоняться назад. Это позволит проекции центра тяжести тела стрелка, сместившегося в результате вынесения руки с оружием, остаться в центральном районе площади опоры.

Кроме того, мышцы плеча, удерживающие руку с оружием, подводятся в положение выгодное для их работы. Также желательно рекомендовать вариант изготовки с несколько приподнятым правым плечом, что уменьшает

подбрасывание оружия при стрельбе, особенно это необходимо учитывать при скоростной стрельбе.

При стрельбе из пистолета рука с оружием должна быть вытянута и полностью распрямлена в локтевом суставе, только в таком положении может осуществляться максимальный контроль за устойчивостью самого пистолета, благодаря возникающему мышечному напряжению, а также такое положение даёт постоянное расстояние от глаза до прицельных приспособлений.

Одним из важнейших элементов изготовления является закрепление фиксации кисти, удерживающей пистолет. Значение этого элемента в технике стрельбы из пистолета переоценить трудно, поскольку он определяет устойчивость мушки в прорези целика. Эффективность закрепления кисти также зависит от умения, стреляющего сохранять определённый тонус мышц, удерживающих пистолет на всём протяжении производства меткого выстрела. Важно не забывать, что главное при этом не сила вообще, а точно дозированное и стабильное по времени усилие [2, с. 130-134].

Так обычно оружие удерживается с небольшим или средним усилием, но оно должно быть плотно уложено в руке, а при скоростной стрельбе усилие, с которым необходимо удерживать оружие должно быть почти максимальным или в 3/4 силы.

В изготовке важно и положение левой руки. Она является дополнительным весом к туловищу, смещенному назад и создающему противовес поднятой руке с оружием, что влияет на создание устойчивости в период прицеливания и производства спуска курка. Левая рука в расслабленном состоянии в удобном для стрелка положении.

С учётом особенностей нужно выбрать вариант её нахождения, при котором обеспечивалось бы равновесие тела. Но ни в коем случае она не должна висеть. Один из вариантов положения левой руки это - положить её в карман брюк (при спортивной стрельбе), на бедро или на поясницу, а при скоростной стрельбе целесообразно положить её на клапан кобуры (если кобура находится впереди справа, т.к. это наиболее оптимальное её

расположение) так, чтобы четыре пальца лежали на клапане кобуры, а большой палец за поясным ремнем.

Подобрав удобное для себя положение при стрельбе положение туловища, ног, рук и головы, на последующих тренировках стрелок должен стремиться точно занимать уже подобранное положение и все действия при выстреле выполнять однообразно и правильно - только это даст ему возможность выработать определённый нужный стереотип в работе.

При выборе изготровки критерием является её удобство, позволяющее стреляющему находиться в ней длительное время при минимальных энергетических затратах.

Проверка изготровки. Для проверки правильности изготровки необходимо, приняв положение для стрельбы, поставить голову прямо, руку с пистолетом вытянуть в сторону мишени, а затем повернуть голову в сторону мишени. Если прицельная линия оружия находится в вертикальной плоскости мишени, - изготровка правильная. При неправильной изготровке, перемещать надо весь корпус тела, а не одну руку, что достигается перестановкой левой ноги несколько вперёд - прицельная линия оружия переместится вправо, назад - прицельная линия оружия переместится влево. После поправки изготровки её ещё раз необходимо проверить и таким образом добиться правильной изготровки стрелка.

Таким образом, при выполнении практических стрельб необходимо технически правильно принимать стойку. Чтобы это сделать выше перечислены способы проверки стойки и ошибки при этом. Только регулярность и постоянство выполнения подготовительных упражнениях дадут желаемый результат.

Библиографический список:

1. Афанасьев А.В. Экспериментальное обоснование продолжительности первоначального этапа обучения огневой подготовке в вузах МВД России / А.В. Афанасьев, О.А. Овчинко // Состояние и перспективы совершенствования

методики огневой подготовки сотрудников правоохранительных органов: материалы и рекомендации Всероссийской научно-практической конференции / СибЮИ МВД России. – Красноярск, 2008. – С. 15-18.

2. Чудинова, О.А. Современные тенденции в обучении огневой подготовке сотрудников правоохранительных органов / О.А Чудинова, А.В. Афанасьев // Оптимизация учебно-воспитательного и тренировочного процесса в учебных заведениях высшего профессионального образования. Здоровый образ жизни как фактор профилактики наркомании: материалы Всероссийской научно-практической конференции (15 марта 2014 г.) / – Красноярск: СибЮИ ФСКН России, 2014. – С. 130-134.