

Методические приемы отработки техники стрельбы из пистолета с использованием лазерных стрелковых тренажеров.

Новосибирск, 2005г.

Б.М. Абрамкин, В.М. Коржов, В.А. Домбровский

В связи со значительным ростом преступности, в том числе и организованной, участившимися случаями террористических актов огневая подготовка сотрудников силовых и охранных структур в современных условиях выходит на первый план и является важнейшей составляющей профессионализма личного состава. Достичь высоких результатов можно только регулярными занятиями с использованием самых современных тренажерных технологий и выверенных практикой методик обучения. Проведение боевых стрельб в тире, даже раз в неделю, не может обеспечить эффективного обучения стрельбе и совершенствования приобретенных навыков.

Только регулярные самостоятельные занятия по отработке техники стрельбы с последующими боевыми стрельбами в тире могут обеспечить решение задачи эффективной и качественной огневой подготовки. Об этом свидетельствуют мнения авторитетных специалистов, многие годы профессионально занимающихся стрелковой подготовкой.

«Тренировка без патронов (техническая тренировка) – высокорезультативная форма подготовки, решающая свои собственные задачи. Она не может быть заменена другой формой работы, в том числе и практической стрельбой. Техническая тренировка проводится не в целях экономии патронов, хотя и это немаловажно. Техническая тренировка необходима стрелкам всех уровней подготовленности».

Л.М. Вайнштейн (Чемпион мира по стрельбе из пистолета, призер Олимпийских игр, заслуженный тренер СССР)

«Тренировка без патрона должна занимать большую часть времени на занятии. Именно при такой тренировке формируются временные нервные связи, которые в дальнейшем определяют наличие устойчивого условного рефлекса на внешние раздражители. На начальном этапе обучения тренировке без патрона следует уделять особое внимание с целью выработки правильных первичных навыков стрельбы. Однако, тренировка вхолостую не теряет своего значения с ростом мастерства. Как показывает практика, стрелки более высокой квалификации большую часть времени на тренировке уделяют именно работе без патрона. На занятиях без патронов отрабатываются как базовые составляющие производства выстрела (изготовка, прицеливание по белому экрану, спуск курка), так и приемы стрельбы в целом. Освоить приемы интуитивной стрельбы можно только без патрона, поскольку необходимо выработать чувство направления ствола. Такое чувство появляется только после многократных упражнений (вынос оружия с контролем за мушкой в прорези целика и наличия большого опыта обращения с конкретным образцом оружия, когда все движения и ощущения заложены в подсознание. Только в том случае, когда значительное количество холостых выстрелов перейдет в определенное качество, есть смысл переходить к стрельбе с патроном».

Е.Б. Ефимов, Ю.Н. Буряк

Е.Б. Ефимов (Руководитель Северо-западного регионального отделения Международной Конфедерации Практической Стрельбы (IPSC)).

Ю.Н. Буряк (Полковник милиции, заместитель начальника УППР МОБ ГУВД Санкт-Петербурга и Ленинградской области).

«Лазерный стрелковый тренажер удобен и эффективен при отработке техники стрельбы из пистолета по методике «Практической стрельбы» без использования боеприпасов. Это особенно важно, потому что стрельба «вхолостую» составляет в «Практической стрельбе» 50-80% времени всего тренировочного процесса. Тренажер не заменим для игр: «Стрельба навскидку», «Интуитивная стрельба» без использования прицельных приспособлений В.А. Крючин (Директор Международной Конфедерации Практической Стрельбы (IPSC) по России).

«Встаньте напротив стены или любого предмета светлого матового цвета. Примите правильную стойку и хватку оружия. Взведите курок вручную. Сосредоточьтесь на достижении правильной прицельной картинке, пока без привязки к конкретной мишени. Смотря на прицельные приспособления, постарайтесь как можно медленнее выжать спусковой крючок. Если в момент срыва курка с боевого взвода мушка не сдвинулась относительно целика - вы сделали это правильно. Попробуйте повторить это упражнение чуть быстрее. Для достижения устойчивого навыка вам придется проделать это упражнение не менее 5000 - 8000 раз. Это упражнение вырабатывает "мышечную память", что часто само по себе позволяет преодолеть страх стрельбы».

Боевая стрельба из пистолета – израильский стиль

Тренировку без патронов можно проводить на боевом, учебном оружии, пневматическом пистолете или с помощью лазерных стрелковых тренажеров.

Почему мы рекомендуем проводить тренировки с использованием лазерных тренажеров «Рубин»?

Лазерный тренажер – это простой, надежный и не дорогой прибор для индивидуальной тренировки. Дает возможность выполнять все основные элементы стрелкового упражнения: извлечь пистолет из кобуры, снять с предохранителя, взвести курок или передернуть затвор, провести прицеливание и спуск курка.

Обучаемый сам контролирует свои действия. Инструктор также может в любой момент проконтролировать выполнение упражнения и вовремя исправить допущенные ошибки.

Использование лазерного тренажера делает тренировку без патронов наглядной, понятной, интересной и результативной.

Начальная подготовка.

Отработка:

- **правильной стойки (Приложение 1):**
 - режим тренажера – непрерывный луч;
 - мишень грудная №4 (светоотражающая);
 - расстояние от огневого рубежа до мишени - 25 м;
 - стрелок принимает стойку для стрельбы и с закрытыми глазами выносит руку в сторону мишени;
 - затем взглядом фиксирует положение красной лазерной точки;
 - при правильной стойке красная точка должна быть в районе мишени.
 - время выполнения упражнения – 10 сек., перерыв – 5 сек.
 - количество упражнений на занятии – 5.
- **правильного хвата рукоятки пистолета (Приложение 2):**
 - режим тренажера – непрерывный луч;
 - мишень грудная №4 (светоотражающая);
 - расстояние от огневого рубежа до мишени - 25 м;
 - стрелок направляет пистолет в мишень;
 - сжимает рукоятку пистолета до тех пор, пока лазерная точка на мишени не начнет дрожать, затем немного ослабляет хват, чтобы устранить вибрации лазерной точки;
 - стрелок фиксирует силу хвата и, продолжая удерживать пистолет, контролирует поведение лазерной точки;
 - время выполнения упражнения – 60 сек., перерыв – 30 сек.
 - количество упражнений на занятии – 10.
- **удержания и управления пистолетом (Приложение 3):**
 - режим тренажера – непрерывный луч;
 - мишень грудная №4 (светоотражающая)
 - расстояние от огневого рубежа до мишени 25 м;
 - стрелок принимает стойку для стрельбы и направляет пистолет в центр мишени;
 - добивается правильной силы хвата рукоятки;
 - удерживает пистолет в центре мишени, стараясь, чтобы красная точка не выходила за пределы зоны десяти.
 - время выполнения упражнения – 60 сек., перерыв – 30 сек.
 - количество упражнений на занятии – 10.
- **правильного дыхания и плавного спуска курка (Приложение 4 и 5):**
 - режим тренажера – непрерывный луч;
 - мишень грудная №4 (светоотражающая);
 - расстояние от огневого рубежа до мишени - 25 м;
 - стрелок принимает правильную стойку, делает правильный хват;
 - взводит курок;
 - устанавливает правильное дыхание;
 - удерживая пистолет в одной точке, и застав дыхание, производит плавный спуск курка, контролируя движение лазерной точки на мишени.
 - при резком срыве курка с боевого взвода лазерный луч на мишени опишет кривую линию. Если спуск был плавным, то лазерная точка останется практически на месте;
 - время выполнения «выстрела» – 15 сек.,
 - количество «выстрелов» – 40.
- **удержания ровной мушки (Приложение 6):**
 - режим тренажера – непрерывный луч;
 - мишень - белый лист (стена);
 - расстояние до мишени 5 м;
 - стрелок принимает правильную стойку, осуществляет правильный хват;
 - наводит пистолет на белый лист и совмещает мушку с прорезью целика;
 - при правильном взятии ровной мушки красная лазерная точка должна находиться точно на мушке;
 - обучаемый удерживает пистолет, стараясь, чтобы лазерная точка была все время на мушке.
 - время выполнения упражнения – 60 сек., перерыв – 15 сек.
 - количество упражнений в занятии – 5.
- **удержания ровной мушки с плавным поворотом корпуса стрелка вправо-влево (Приложение 3 и 6):**
 - режим тренажера – непрерывный луч;
 - мишень - белый лист (стена);
 - расстояние до мишени 5 м;
 - стрелок принимает правильную стойку, осуществляет правильный хват;
 - наводит пистолет на белый лист и совмещает мушку с прорезью целика;

- при правильном взятии ровной мушки красная лазерная точка должна находиться точно на мушке;
- обучаемый делает плавные повороты корпусом вправо-влево, непрерывно контролируя ровную мушку;
- время выполнения упражнения – 60 сек., перерыв – 15 сек.
- количество упражнений в занятии – 5.
- **удержания ровной мушки, выполнения правильного дыхания и плавного спуска курка (Приложение 4,5 и 6):**
 - режим тренажера – импульсный луч;
 - мишень – белый лист (стена);
 - расстояние до мишени 5 м;
 - стрелок принимает стойку, осуществляет правильный хват;
 - взводит курок;
 - берет ровную мушку;
 - зажав дыхание и удерживая ровную мушку, производит плавный спуск курка, непрерывно контролируя положение мушки в прорези целика;
 - при плавном спуске курка лазерная точка должна быть на мушке; при резком нажатии на спусковой крючок лазерная точка сместится с мушки.
 - инструктор может контролировать правильность выполнения упражнения. Если лазерный луч на мишени в момент выстрела дал кривую линию, то было резкое нажатие на спуск. Если в момент выстрела на мишени появилась четкая красная точка, то спуск был плавным;
 - время выполнения «выстрела» – 30 сек.,
 - количество «выстрелов» – 20.
- **комплексное выполнение выстрела (Приложение 7):**
 - режим тренажера – импульсный луч;
 - мишень грудная №4 (светоотражающая);
 - расстояние до мишени 25 м;
 - стрелок принимает стойку, осуществляет правильный хват;
 - наводит пистолет на мишень;
 - берет ровную мушку;
 - совмещает мушку с зоной прицеливания;
 - зажав дыхание, производит плавный спуск курка, непрерывно контролируя ровную мушку и зону прицеливания;
 - при правильном выполнении выстрела стрелок должен увидеть лазерную точку на мушке и одновременно ее положение на мишени;
 - инструктор может визуально проконтролировать четкость лазерной точки и ее место на мишени в момент «выстрела»;
 - время выполнения «выстрела» – 30 сек.,
 - количество «выстрелов» – 20..

Приложение 1.

Изготовка для стрельбы (Стойка)

«Основой освоения техники меткого выстрела является выработка изготовки для выполнения медленной стрельбы с одной руки, которая позволит обеспечить минимальные колебания оружия в районе прицеливания.

Изготовка для стрельбы - это сугубо индивидуальное положение частей тела для каждого человека. Однако можно дать общие рекомендации для выработки оптимальной стойки, которую следует принимать (разучивать) в следующей последовательности:

- встать правым боком (левым для левши) или вполборота к мишени;
- ноги поставить на ширину плеч, пятки на одной линии, носки ступней слегка развести;
- вес тела равномерно распределить на две ноги;
- таз слегка подать вперед, левая рука без оружия свободно опущена вдоль тела (можно вложить ее в карман, зацепить большим пальцем за карман или за ремень спереди либо сзади);
- правую руку с оружием поднять в направлении цели при слегка сутулой спине и свободно опущенных плечах;
- голову повернуть в сторону цели без напряжения мышц шеи. Основное требование к изготовке состоит в том, чтобы не было излишнего напряжения отдельных групп мышц для устойчивого равновесия всей системы: стрелок-оружие.

После выполнения указанных рекомендаций, необходимо с закрытыми глазами выполнить легкие покачивания туловищем и стреляющей рукой в различных направлениях до занятия всеми группами мышц комфортного положения после остановки. В этом положении мышцы находятся в равно напряженном состоянии.

После этого надо открыть глаза и посмотреть на положение оружия, которое должно располагаться в районе прицеливания. Если прицельное приспособление оказалось где-то в стороне, то выведение оружия на мишень по

вертикали производится изменением наклона корпуса приблизительно в плоскости стрельбы, а по горизонтали - перестановкой ступней ног.

Если смещать оружие закручиванием тела и подъемом (опусканием) руки, то при спуске курка это приведет к практически незаметным для стрелка смещениям оружия в сторону менее напряженных групп мышц. А они, в свою очередь, будут стремиться занять равнонапряженное состояние и в результате появятся непонятные и трудно контролируемые отклонения пробойн.

Правильная стойка в значительной мере способствует повышению общей устойчивости стрелка и снижению его утомляемости, а также уменьшению параллельных колебаний оружия. Это возможно только при условии естественного положения тела без излишнего напряжения мышц в различных его частях».

Приложение 2.

Хватка (способ удержания пистолета в руке)

«От хватки во многом зависит как результат выстрела, так и стабильность стрельбы в целом, поскольку однообразное удержание оружия в совокупности с однообразным прицеливанием ведет к снижению рассеивания пуль и, следовательно, повышению общего результата.

Если от стойки зависит величина параллельных колебаний, то хватка определяет величину угловых отклонений оружия, которые примерно в шесть раз больше параллельных при одинаковой величине отклонения мушки. Поэтому выработка однообразной, правильной хватки в дальнейшем будет определять результаты стрельбы.

Как держать оружие, чтобы обеспечить хорошую устойчивость оружия в процессе прицеливания и, главное, в момент спуска курка и вылета пули?

Прежде всего, хватка должна быть максимально плотной, но в руке при этом не должно возникать тремора (тряски). Для определения своего усилия удержания необходимо сжать рукоятку до появления тремора и постепенно расслаблять кисть, пока не прекратится дрожь, и мушка будет устойчиво находиться в прорези целика. С таким усилием и надо удерживать оружие.

Необходимо обратить внимание на следующие моменты:

- оружие должно быть глубоко посажено в руку - так, чтобы тыльная часть рамки не отрывалась от кожной складки, образованной между большим и указательным пальцами руки;
- оси канала ствола и предплечья (по возможности) должны лежать в одной плоскости;
- рукоятку следует удерживать с одинаковым усилием трех пальцев (среднего, безымянного и мизинца) при доминирующем усилии среднего пальца;
- большой палец вытянут вдоль затвора и прижат к рамке средним усилием;
- основное усилие на рукоятку должно быть распределено в вертикальной плоскости;
- указательный палец накладывается на спусковой крючок серединой ногтевой фаланги или ближе к первому сгибу в зависимости от длины кисти, но обязательное условие - чтобы он не касался рамки оружия с правой стороны, а третий сустав пальца был параллелен каналу ствола.

После выполнения вышеуказанных элементов необходимо навести оружие на цель и закрепить лучезапястный сустав, в котором, как выяснено раньше, происходят угловые отклонения оружия. Для этого надо оттолкнуть оружие от себя давлением на тыльную часть рукоятки и прижать ее к трем пальцам, которые остаются как бы неподвижными. В таком положении необходимо зафиксировать мышцы кисти и запомнить это ощущение, при этом центр давления на рукоятку будет находиться в районе "звездочки" или под ногтевой фалангой среднего пальца.

Давление на тыльную поверхность рукоятки обеспечивает жесткое закрепление лучезапястного сустава, что в значительной мере способствует снижению угловых отклонений мушки при интенсивном нажатии указательного пальца, основной задачей которого является такое нажатие на спусковой крючок, при котором не сбивается наводка оружия.

Для хороших стабильных результатов стрельбы хватка должна быть однообразной, и контроль за ее выполнением должен осуществляться постоянно перед каждым спуском курка.

В процессе тренировок за счет мышечной памяти хватка уже рефлекторно выполняется однообразно при каждом выстреле, тем не менее, контроль за работой и фиксацией мышц кисти, должен быть обязательным независимо от квалификации стрелка».

Приложение 3

Удержание пистолета

«Стрелок должен развить координацию движения при удержании пистолета и научиться управлять пистолетом мышцами плеча. Локтевой и запястный суставы при удержании рукоятки пистолета должны быть зафиксированы. Управление пистолетом осуществляется при изготовке одной руки мышцами плечевого сустава правой (левой) руки, при двуручной изготовке - мышцами обоих плечевых суставов. Таким образом, можно научиться не только управлять пистолетом, но и приобрести навыки в согласованной работе групп мышц, задействованных в работе с оружием. При движении пистолета мышцами плеча, мышцы руки, закрепляющие локтевой и запястный суставы, должны оставаться в одном и том же напряжении. У стрелка должно создаться ощущение, что система рука-пистолет - это единое целое».

Б.М. Абрамкин

Дыхание

«Правильное дыхание способствует высоким результатам, особенно при большой серии выстрелов.

Легко видеть, как при дыхании из-за движения грудной клетки рука с наведенным в цель оружием испытывает колебания в вертикальной плоскости, амплитуда которых зависит от глубины вдохов и выдохов. Поэтому выстрел необходимо производить на задержке дыхания. При длительном прицеливании и нажмем на спусковой крючок на остановке дыхания может наступить легкое кислородное голодание, которое приводит к головокружению и снижению видимости прицельного приспособления.

Длительная обработка спуска является характерной ошибкой у малоквалифицированных стрелков, которые считают, что чем точнее он прицелится, тем будет лучше результат выстрела.

Весь цикл от подъема руки до удара бойка по капсюлю должен протекать не более 20-25 секунд, при этом дыхание лучше задерживать на полувыдохе, непосредственно перед началом нажатия на спусковой крючок. Если за это время курок не сорвался с боевого взвода, то выстрел следует отложить, и после небольшого отдыха и вентиляции легких возобновить обработку спуска.

Приблизительная схема дыхания, которую можно взять за основу начинающему стрелку, следующая. С подъемом оружия в район прицеливания начинается грубая наводка оружия с затухающей амплитудой дыхания. В пределах первых десяти секунд дыхание останавливается на полувыдохе, и в течение последующих 12-15 секунд происходит смелая обработка спуска с контролем положения мушки в прорези целика. Если в этом интервале курок не сорвался с боевого взвода, то выстрел следует отложить и опустить руку с оружием»

Спуск курка

«Спуск курка по своему удельному весу в производстве меткого выстрела занимает первостепенное значение и является определяющим показателем степени подготовленности стрелка. Все ошибки стрельбы возникают исключительно вследствие неправильной обработки спуска курка с боевого взвода. Ошибки прицеливания и колебания оружия позволяют показывать достаточно приличные результаты, но ошибки спуска неминуемо приводят к резкому увеличению рассеивания и даже к промахам.

Овладение техникой правильного спуска - это краеугольный камень искусства меткого выстрела из любого ручного оружия. Только тот, кто поймет это и сознательно овладеет техникой спуска курка, будет уверенно поражать любые цели, в любом состоянии сможет показывать высокие результаты и полностью реализовать боевые свойства личного оружия.

Спуск курка является самым сложным элементом для освоения, требующим длительной и самой кропотливой работы.

Можно выделить ряд характерных ошибок, которые свойственны стрелкам самой различной квалификации:

1. Неправильное направление усилия на спусковой крючок.
2. Неплавное нажатие на спусковой крючок.
3. Затягивание выстрела по времени.
4. Реакция организма на ожидаемый выстрел.
5. Поддавливание "десятки";
6. Поддавливание ровной мушки.

1. Неправильное направление усилия указательного пальца на спусковой крючок.

Нажатие должно выполняться таким образом, чтобы при движении спускового крючка мушка оставалась ровной в прорези целика, а при срыве курка с боевого взвода оружие не совершило угловых отклонений. Для этого надо исключить воздействие возмущающих моментов на оружие. Это возможно только при условии прохождения линии действия силы на спусковой крючок через центр удержания оружия, находящийся, в районе "звездочки" (или под ногтем среднего пальца). Это верно с точки зрения механики. Чтобы линия действия силы проходила через центр удержания, необходимо ощущать, как указательный палец развивает усилие, лежащее в вертикальной плоскости оружия, в направлении задней складки ладони.

Необходимо отметить, что каждый должен попробовать различные способы нажатия на спуск и определить для себя такое направление усилия, при котором мушка будет оставаться в прорези даже при интенсивной обработке рабочего хода.

Ошибка направления усилия устраняется путем длительной тренировки, когда вырабатывается навык нажатия на спуск с ощущением развития усилия в плоскости оружия через центр удержания. Но чтобы показывать стабильные высокие результаты при выполнении любых упражнений, контроль за нажатием и развитием усилия на спуск должен осуществляться при каждой обработке спуска, даже когда они доведены до уровня автоматического выполнения.

2. Неплавное нажатие на спусковой крючок.

Многие начинающие стрелки заблуждаются, отождествляя понятия плавного и медленного нажатия. Под плавным нажатием надо понимать такую обработку спуска, при которой оружие не меняет своего прицельного положения.

Каждый стрелок по-своему выполняет спуск. Он может быть быстрым или медленным, с быстрым нажатием в начале рабочего хода с замедлением в конце и наоборот, ступенчатым или пульсирующим (рис.15). Выбор варианта нажатия зависит от условий стрельбы, выполняемого упражнения, вида оружия и опыта стрелка

Стрелок знает, что выстрел произойдет в период, допустим, от 5 до 20 секунд, но не знает, на какой именно секунде. При равномерном нажатии на спусковой крючок без дожимов и подрывов время срыва курка для любой серии выстрелов будет иметь различные значения, но обязательно должно приходиться на указанный временной интервал.

Без целенаправленного дожима невозможно совершенно одинаково по времени (каждый раз в один и тот же момент от начала нажатия спуска) повторить спуск курка. А временная характеристика, для каждого срыва курка с боевого взвода на определенном интервале, является элементом неожиданности выстрела или другими словами - вероятностью появления события спуска курка. Т.е. момент спуска является случайным событием на временном интервале от 5 до 20 секунд.

При медленной стрельбе элемент неожиданности может доходить до нескольких секунд, а при скоростной - до сотых долей секунды. Но в любом случае выстрел должен быть неожиданным, что является необходимым условием недопущения грубых ошибок, являющихся следствием ожидания выстрела.

4. Реакция организма на ожидаемый выстрел.

Наиболее грубые ошибки, зачастую приводящие к далеким отрывам и промахам, вызваны реакцией организма на ожидаемый выстрел.

Отдача и громкий звук, которые сопровождают явление выстрела, вызывают определенный страх у стреляющего, в результате которого происходят судорожные сокращения различных групп мышц, приводящие к значительным угловым отклонениям оружия от прицельного положения до момента вылета пули из канала ствола. Зачастую отклонение оружия начинается до момента срыва курка с боевого взвода, либо приблизительно с началом его срыва.

При правильном выполнении выстрела оружие после отдачи и завершения цикла перезаряжания возвращается точно в прицельное положение за счет работы мышечной памяти. Визуально для стрелка мушка возвращается в прорезь целика, а прицел - на мишень. Это важно при освоении восприятия ощущений неожиданного выстрела, и особенно необходимо в работе над скоростными упражнениями с выполнением серии выстрелов.

Если после выстрела оружие не возвращается в прицельное положение, это говорит об изменении усилий мышц, удерживающих оружие, и необходимо выявить причины проявления этих ошибок. У тех стрелков, кто постоянно посылает пули под мишень, очень хорошо видно, как после выстрела ствол оружия отклонен вниз.

5. Подлавливание "десятки".

Самая грубая ошибка прицеливания всегда дает меньшее отклонение пробойны, чем малейшая ошибка спуска курка! Эту аксиому надо вспомнить перед каждым выстрелом. Лучше неправильно прицелиться и правильно нажать на спуск, чем выцелить "десятку" и дернуть за спусковой крючок. Стрелок с более высокой квалификацией отличается тем, что его стрельба может быть менее кучной, но она будет стабильной и не иметь отрывов. Для стабильных результатов каждый выстрел должен выполняться смело с уверенными и отточенными движениями стрелка. Боязнь плохого выстрела и его затягивание будут вызывать содрогание Руки с оружием, приведут к поспешности в производстве выстрела и как следствие - к дерганью за спуск. А в этом случае промах будет неминуемым».

6. Подлавливание ровной мушки.

Так же грубая ошибка в прицеливании, когда в погоне за результативным выстрелом стрелок уловив ровную мушку в прорези целика, сразу же стремиться произвести выстрел. При этом поспешное производство выстрела приводит к дерганью за спусковой крючок, т.е. к рывкообразному нажатию. И в этом случае промах также будет неминуемым.

Приложение 6

Прицеливание

«Под прицеливанием понимают совмещение на одной линии глаза стрелка, прорези прицела, мушки и зоны прицеливания. Понятие ровной мушки в прорези целика подразумевает положение их верхних срезов на одной линии и равенство просветов между боковыми гранями мушки и прорези целика, при этом линия прицеливания проходит через середину верхнего среза мушки.

Необходимо отметить, что идеальную картину прицеливания можно рассматривать лишь теоретически, когда видны четко и мушка в прорези и зоны прицеливания, а элементы прицельного приспособления не имеют колебаний. Реально дело обстоит далеко не так.

Стрелок наблюдает, как все оружие хаотически "гуляет" по мишени, а мушка при этом "скачет" в прорези целика. И все колебания увеличиваются с началом нажатия на спусковой крючок.

Главное, что должен для себя уяснить, стрелок: прицеливанием является грубая наводка оружия в нижнюю половину мишени (в район прицеливания), выравнивание мушки в прорези целика и последующее наблюдение за ее колебанием в прорези на фоне колебания всего оружия в районе прицеливания; при этом зрение должно быть четко сфокусировано на вершине мушки, а небольшие ошибки прицеливания особого влияния на рассеивание пуль не оказывают.

Часто возникает вопрос: каким глазом целиться и надо ли зажмуривать один глаз? В условиях реальной стрелковой ситуации необходимо контролировать всю обстановку, а это можно делать только двумя глазами. Поэтому даже на тренировках надо приучать себя смотреть двумя глазами, а целиться – ведущим глазом.

Для определения ведущего глаза надо двумя глазами посмотреть на любой предмет, расположенный на удалении 5-10 м, через кольцо, образованное большим и указательным пальцами на вытянутой руке, а затем поочередно поморгать глазами. Тот глаз, который будет наблюдать выбранный предмет через кольцо, и является ведущим.

У большинства людей ведущим является правый глаз, но нередко ведущим глазом может быть и левый. Для стрельбы с правой руки при левом ведущем глазе достаточно сместить оружие слегка влево и чуть наклонить голову вправо, чтобы мушка встала ровно в прорези целика. Прицеливание ведущим глазом определяет четкую видимость прицельного приспособления и значительно снижает утомляемость стрелка при выполнении большой серии выстрелов, что всегда в лучшую сторону будет сказываться на результате».

Приложение 7

Тренировка без патронов

«Тренировка без патрона должна занимать большую часть времени на занятии. Именно при такой тренировке формируются временные нервные связи, которые в дальнейшем определяют наличие устойчивого условного рефлекса на внешние раздражители. На начальном этапе обучения тренировке без патрона следует уделять особое внимание с целью выработки правильных первичных навыков стрельбы. Однако, тренировка вхолостую не теряет своего значения с ростом мастерства. Как показывает практика, стрелки более высокой квалификации большую часть времени на тренировке уделяют именно работе без патрона.

Такие занятия не обязательно проводить в тире, а, следовательно, получать навыки стрельбы можно и между практическими занятиями. В тире же следует лишь отработать с патроном те действия и движения, которые освоил стрелок на тренировке вхолостую. В этом случае эффективность практических занятий будет гораздо выше, а результаты стрельб растут значительно быстрее. Выходя на огневой рубеж, стрелок должен быть подготовленным к выполнению задания, а не разучивать все заново.

На занятиях без патронов отрабатываются как базовые составляющие производства выстрела (изготовка, прицеливание по белому экрану, спуск курка), так и приемы стрельбы в целом. Такие элементы, как: выхватывание оружия из кобуры, работа с предохранителем и затворной задержкой, смена магазина, принятие различных изготовок для стрельбы на месте и в движении, в основном могут отрабатываться за пределами тира.

Освоить приемы интуитивной стрельбы можно только без патрона, поскольку необходимо выработать чувство направления ствола. Такое чувство появляется только после многократных упражнений (вынос оружия с контролем за мушкой в прорези целика) и наличия большого опыта в обращении с конкретным образцом оружия, когда все движения и ощущения заложены в подсознание. На промежуточном подготовительном этапе большую помощь окажут **пневматический пистолет** и **лазерный тренажер**, которые дают возможность получить определенный первоначальный "настрел".

Только в том случае, когда значительное количество холостых «выстрелов» перейдет в определенное качество, есть смысл переходить к стрельбе с патроном. Если же приступить к стрельбе после короткого объяснения, как зачастую бывает при большой группе обучаемых и дефиците времени, то эффект от таких занятий будет минимальным, а затраты на обучение не будут оправданы. Тренировка без патрона призвана выработать "чувство оружия" и твердые навыки приведения в действие всех частей и механизмов.

Каждый стрелок должен помнить о том, что навыки не могут постоянно находиться на одном уровне. С течением времени они будут угасать и через какое-то время их можно вообще утратить. Поэтому работа с оружием без патрона поможет не растерять имеющиеся навыки и поддерживать себя в форме даже в том случае, когда занятия со стрельбой проводятся редко»

Приложения 1,2,4,5,6,7 - Е.Б. Ефимов, Ю.Н.Буряк. Огневая подготовка в охранным предприятии. Стрельба из служебных пистолетов и револьверов.

Приложение 3 – Б.М. Абрамкин. Материалы сборника 1-го Межрегионального форума «Лазерполитех -2003» - «Технологии и средства обеспечения огневой подготовки».

Никакая часть текстовой информации, представленной в данной статье, ни в каких целях не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами, если на это нет письменного разрешения организации.