

**Петров А. И.**

# **СКОРОСТНАЯ СТРЕЛЬБА ИЗ ИНДИВИДУАЛЬНОГО ОРУЖИЯ**

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ ПО СКОРОСТНОЙ  
СТРЕЛЬБЕ ИЗ ПИСТОЛЕТА И АВТОМАТА КАЛАШНИКОВА**



**г. Челябинск  
2009 г.**

**СОДЕРЖАНИЕ**

|  |    |
|--|----|
| ВВЕДЕНИЕ.  | 4  |
| Глава 1. МЕТОДИКА УДЕРЖАНИЯ ПИСТОЛЕТА ПРИ СКОРОСТНОЙ СТРЕЛЬБЕ.   | 7  |
| Глава 2. ПРОГРАММА ОБУЧЕНИЯ СКОРОСТНОЙ СТРЕЛЬБЕ ИЗ ПИСТОЛЕТА НА ОСНОВЕ МЕТОДИКИ УДЕРЖАНИЯ ПИСТОЛЕТА ПРИ СКОРОСТНОЙ СТРЕЛЬБЕ. | 19 |
| 1. Кодекс практической стрельбы.   | 19 |
| 2. Практические занятия в учебном классе, в спортивном зале (без патронов).  | 19 |
| 2.1 Материальная часть штатного пистолета.   | 19 |
| 2.2 Обучение безопасному обращению с пистолетом.   | 19 |
| 2.3 Удержание пистолета хватом правой (левой) руки, двуручным хватом.  | 21 |
| 2.4 Наводка оружия на мишень (двуручным хватом).   | 25 |
| 2.5 Досылание патрона в патронник.   | 25 |
| 2.6 Выхватывание пистолета – первый выстрел.   | 26 |
| 2.7 Перезарядка пистолета.   | 30 |
| 2.8 Стрельба при перемещении.  | 32 |
| 2.9 Стрельба в движении.   | 33 |
| 3. Практические занятия в тире и на стрельбище.  | 36 |
| 3.1 Организационная часть.   | 36 |
| 3.1.1 Организация занятия в тире.  | 36 |
| 3.1.2 Обеспечение оружием.   | 36 |
| 3.1.3 Техническое обеспечение.   | 36 |
| 3.2 Практическое обучение безопасному обращению с пистолетом.  | 36 |
| 3.3 Удержание пистолета хватом правой и левой руки, двуручным хватом.  | 38 |
| 3.4 Стрельба двуручным хватом сдвоенными выстрелами.   | 41 |
| 3.5 Наводка оружия на мишень (двуручным хватом).   | 43 |
| 3.6 Досылание патрона в патронник.   | 44 |
| 3.7 Выхватывание пистолета – первый выстрел.   | 45 |
| 3.8 Перезарядка пистолета.   | 49 |
| 3.9 Перенос огня (стрельба по групповым целям).  | 51 |
| 3.10 Шаг – выстрел.  | 53 |
| 3.11 Стрельба при перемещении.   | 53 |
| 3.12 Стрельба в движении.  | 55 |
| 3.13 Стрельба в низкой стойке.   | 57 |
| 3.14 Билл Дрилл.   | 58 |
| 3.15 Эль-Президент.  | 60 |
| Глава 3. МЕТОДИКА УДЕРЖАНИЯ АВТОМАТА КАЛАШНИКОВА ПРИ ВЕДЕНИИ СКОРОСТНОЙ СТРЕЛЬБЫ.  | 62 |
| Глава 4. ПРОГРАММА ОБУЧЕНИЯ СКОРОСТНОЙ СТРЕЛЬБЕ  |    |

|   |            |
|---|------------|
| ОДИНОЧНЫМ И АВТОМАТИЧЕСКИМ ОГНЕМ ИЗ АВТОМАТА КАЛАШНИКОВА НА ОСНОВЕ МЕТОДИКИ УДЕРЖАНИЯ АВТОМАТА КАЛАШНИКОВА. | 74         |
| 1. Кодекс практической стрельбы.  | 74         |
| 2. Теоретические и практические занятия в учебном классе, в спортивном зале (без патронов).                 | 74         |
| 2.1 Материальная часть штатного автомата Калашникова.   | 74         |
| 2.2 Обучение безопасному обращению с автоматом Калашникова.   | 74         |
| 2.3 Удержание автомата Калашникова, стойка при стрельбе стоя.   | 76         |
| 2.4 Вскидывание автомата Калашникова, первый выстрел.   | 78         |
| 2.5 Перезарядка автомата Калашникова и досылание патрона в патронник.                                       | 80         |
| 2.6 Стрельба при перемещении.   | 82         |
| 2.7 Стрельба в движении.  | 83         |
| 3. Практические занятия в тире и на стрельбище.   | 86         |
| 3.1 Организационная часть.  | 86         |
| 3.1.1 Организация занятия в тире.   | 86         |
| 3.1.2 Обеспечение оружием.  | 86         |
| 3.1.3 Техническое обеспечение.  | 86         |
| 3.2 Обучение безопасному обращению с автоматом Калашникова.   | 87         |
| 3.3 Удержание автомата Калашникова, стойка при стрельбе стоя.   | 89         |
| 3.4 Вскидывание автомата Калашникова, первый выстрел.   | 91         |
| 3.5 Вскидывание автомата Калашникова, сдвоенный выстрел.  | 93         |
| 3.6 Перезарядка автомата Калашникова и досылание патрона в патронник.                                       | 95         |
| 3.7 Перенос огня (стрельба по групповым целям).   | 96         |
| 3.8 Стрельба при перемещении.   | 98         |
| 3.9 Стрельба в движении.  | 99         |
| 3.10 Стрельба в низкой стойке.  | 102        |
| 3.11 Экс-Президент  | 103        |
| <b>ЗАКЛЮЧЕНИЕ.</b>  | <b>106</b> |
| Приложение 1.   | 108        |
| Приложение 2.   | 110        |
| Приложение 3.   | 112        |

## ВВЕДЕНИЕ

Развитие индивидуального стрелкового вооружения и его роль в широкомасштабных боевых действиях и локальных военных конфликтах XX и XXI веков можно условно разделить на несколько этапов:

- Период I Мировой войны, когда на долю стрелкового оружия приходилось до 80% потерь армий – участниц тех событий, при этом основное внимание уделялось пулеметам, а технологии того времени не позволяли создавать совершенные образцы короткоствольного и длинноствольного самозарядного полуавтоматического и автоматического оружия.

- Период до II Мировой войны и во время, когда была сделана ставка на создание и производство танков, авиации и артиллерии, а вооружение пехоты составляли пистолеты, револьверы и винтовки I Мировой войны и незначительное к началу войны количество пистолетов – пулеметов под пистолетный патрон с относительно небольшой дистанцией эффективной стрельбы.

- В период после II Мировой войны вся система стрелкового вооружения армий основных стран мира создавалась с учетом ведения широкомасштабных боевых действий во фронтовых и армейских наступательных и оборонительных операциях. В таких боевых действиях основная роль в поражении противника принадлежит авиации, ракетным войскам и артиллерии, танкам и другим бронированным машинам, а на долю стрелкового оружия должно было приходиться не более 20-30% живых целей, уцелевших после мощнейших огневых ударов.

Однако опыт войн и локальных военных конфликтов 1970-80-х гг. показал, что они часто велись не в форме широкомасштабных боевых действий, а как боевые столкновения подразделений пехоты (роты, батальона), поддерживаемых огнем артиллерии и танков. В этих условиях на долю стрелкового оружия порой приходилось до 70% поражаемых живых целей противника.

- Период с 80-ых г. и по настоящее время, с его бурным развитием высокоточного и высокотехнологичного оружия окончательно доказал, что каким бы суперсовременным оружием ни начинались боевые действия, продолжаются и заканчиваются они бойцом с обычным стрелковым оружием. Это объективно привело к возрастанию в последние десятилетия роли огня индивидуального автоматического оружия под промежуточный (по мощности между пистолетным и пулеметным) патрон и определенной переоценке роли пистолета как боевого оружия.

Все эти периоды в равной степени прослеживаются и в развитии стрелкового оружия в Советских, а затем и Российских силовых структурах.

Однако при этом сложилась весьма интересная ситуация – как с вместимостью магазинов к оружию (с увеличением боевых возможностей индивидуального стрелкового оружия, и при этом, с уменьшением дистанций огневых контактов, где магазины повышенной емкости играют решающую роль как-то забыто, что с 1943 г. имели место более 190 обращений с Восточного фронта к командованию вермахта следующего содержания: «ППШ-41 превосходит МП-38 (40) по вместимости магазина, поэтому части вермахта терпят поражения в боях на ближних дистанциях в окопах и в населенных

пунктах, просим дать действующей армии автоматическое оружие с магазинами повышенной емкости»), так и с методиками обучения стрельбе из него, которые остались на уровне требований к ведению огня в годы I Мировой войны – все та же стрельба из пистолета и автомата на выбивание очков за неограниченное время, при весьма высокой динамике реальных боестолкновений. Не менее странным в имеющихся на сегодняшний день учебных пособиях по стрельбе является тот факт, что **безопасному и квалифицированному обращению с оружием в них практически не уделяется внимание, следствием чего являются замалчиваемые необоснованно большие потери от «дружественного» огня.**

Пришедшая в Россию в 1999г. Практическая стрельба в корне изменила все представления о возможностях индивидуального стрелкового оружия и изменила взгляды на огневую подготовку в целом. Как все прогрессивное – Практическая стрельба достаточно быстро была взята за основу огневой подготовки подразделениями специального назначения различных силовых ведомств России, что привело к количественному и качественному изменению действующих курсов стрельб, но все эти курсы стрельб фактически являются сборниками контрольных упражнений, при этом нормативы, в которые должен укладываться сотрудник подразделения при отработке упражнений этих курсов стрельб – достаточно жесткие. Отсутствие учебно-методических пособий, обучающих правильно стрелять каждое из этих упражнений, привело к тому, что в подразделениях уровень огневой подготовки пополз вниз, так как стрелять из пистолета 25 метровые упражнения из статической стойки сотрудники уже не хотят, а новые, созданные на основе Практической стрельбы – не могут, натолкнувшись на проблему: начинают аккуратно обстреливать мишени – не укладываются в отведенное нормативом время, стараются уложиться в норматив по времени – куда-то исчезают пробоины в мишенях, а почему – непонятно, и как следствие, теряется интерес к занятиям. Поэтому и было разработано данное учебно-методическое пособие, обобщающее и систематизирующее опыт более 200 проведенных занятий и семинаров с сотрудниками силовых структур, в своей основе имеющее 6-летний опыт тренировок и участия в соревнованиях по Практической стрельбе, в том числе, международного уровня.

Основой данного учебно-методического пособия являются методики удержания пистолета и автомата при скоростной стрельбе, дающие обучаемому понимание паразитных сил, возникающих при стрельбе из пистолета и автомата, и осознанное противодействие этим силам закрепощением оружия в определенных точках при скоростной стрельбе одиночным огнем, беглым одиночным огнем, сдвоенными выстрелами и автоматическим огнем, короткими и длинными очередями с высокой точностью и кучностью, в том числе, при перемещениях, в движении и из неудобных стрелковых положений даже после длительных физических нагрузок. Изменена сама концепция стрельбы: если по ранее известным методикам главной задачей при производстве точного выстрела было удержание мушки с целиком на точке прицеливания без колебаний на ней до выстрела, и отсюда – задержка дыхания (особенно, когда грудь разрывается от недостатка воздуха после большой физической нагрузки) и плавное нажатие на спусковой крючок первой фалангой указательного пальца сильной руки вдоль оси

ствола пистолета, чтобы его не увело влево или вправо с линии прицеливания при срыве курка (особенно, когда стрелок носит перчатки 12-го размера, а в служебной деятельности использует пистолет Макарова), то по методикам, на которых основано данное учебно-методическое пособие, выстрел производится быстрым нажатием на спусковой крючок любой фалангой указательного пальца под любым углом к оси ствола оружия в момент совмещения его прицельных приспособлений с точкой прицеливания, даже на предельные для данного оружия дистанции, в том числе, после длительной физической нагрузки.

В одном «околооружейном» журнале в 2008 году очередное «светило», чьи научные звания и должности заняли четверть журнальной полосы, после шести страниц обобщений, графиков и диаграмм, обоснований психологических и физиологических особенностей управления спуском, в конце статьи делает вывод: «И если после всего этого у вас не идет стрельба, сделайте для себя вывод – Вы относитесь к тем 70 % населения, которым просто не дано стрелять». На самом же деле, если у человека на месте две руки, две ноги и оба глаза, и он очень хочет научиться хорошо стрелять, он должен помнить главное – на самом деле он уже великолепный стрелок, просто пока еще чего-то не знает.

## Глава 1.

# МЕТОДИКА УДЕРЖАНИЯ ПИСТОЛЕТА ПРИ СКОРОСТНОЙ СТРЕЛЬБЕ

Максимальное расстояние, на котором возникает дуэльное противоборство с вооруженным противником, как правило, в большинстве случаев, не превышает 3-7 метров. Для гарантированного поражения противника необходимо попадание в цель двух пуль. При поражении одной пулей существует возможность ответного выстрела, поэтому вторая пуля, попадающая в цель, оказывает опрокидывающее воздействие и исключает ответную прицельную стрельбу.

В основе разработанной методики лежит хват пистолета, принятый в Практической стрельбе, где у стрелка вырабатываются устойчивые навыки стрельбы с минимальной изготковкой, выбора наиболее важных целей, производства первого прицельного, упреждающего по времени, выстрела, контролирование складывающейся обстановки, поэтому скоростная стрельба, основанная на принципах Практической стрельбы, является наиболее перспективной.

Данная методика дает объяснения процессам, происходящим при производстве выстрела из пистолета, и обучает управлению оружием **посредством противодействия паразитным силам**, возникающим при одиночной и скоростной стрельбе.

Для производства эффективного выстрела **по существующим методикам** необходимо соблюдать **3 основных правила**:

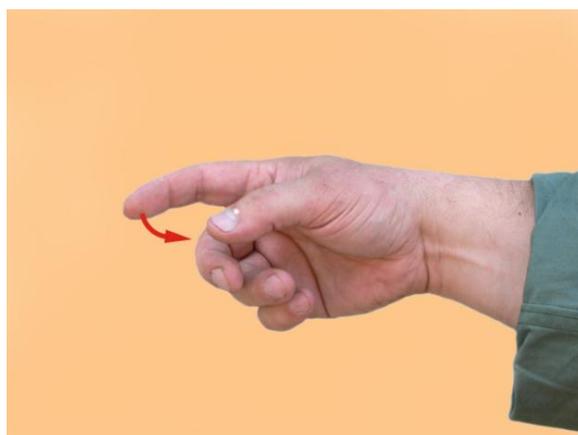
1. Удержание оружия.
2. Тщательное совмещение до выстрела мушки и целика на точке прицеливания.
3. Задержка дыхания и плавное нажатие ногтевой фалангой указательного пальца на рычаг спускового крючка.

**Предлагаемая методика** удержания пистолета при скоростной стрельбе позволяет не придерживаться 3-го правила, и на коротких (3-7 м) дистанциях – 2-го правила, что существенно снижает время на производство прицельного выстрела (рассмотрим далее).

Разберемся с задержкой дыхания и плавным нажатием ногтевой фалангой указательного пальца на рычаг спускового крючка.

Строение кисти руки, сухожилий, мышц пальцев рук и ладоней таково, что если не сжимать пальцы в кулак и указательный палец держать полусогнутым, то, имитируя выстрел (без оружия), можно понять процессы, происходящие с оружием, находящимся в расслабленной ладони.

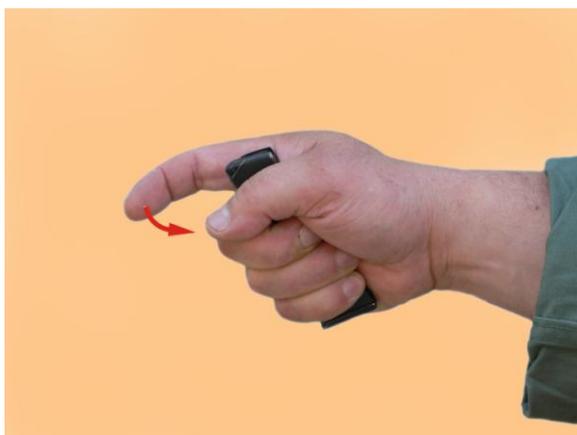
Рис. 1



Дернув указательным пальцем в направлении движения воображаемого рычага спускового крючка, мы видим, что дергаются при этом и остальные пальцы, а в большинстве случаев и сама кисть, т. к. все мышцы и сухожилия кисти руки взаимосвязаны между собой (Рис. 1). Отсюда справедливо утверждение – при производстве выстрела из пистолета расслабленным хватом необходимо сдерживать дыхание и плавно выжимать ногтевой фалангой указательного пальца рычаг спускового крючка вдоль продольной оси пистолета, во избежание его ухода с линии прицеливания.

Если же в ладонь вложить и жестко обжать пальцами продолговатый предмет – шариковую ручку, пустой магазин от пистолета и др., сосредоточив основное усилие на обжатии предмета мизинцем и безымянным пальцем внизу, а в верхней части сдавить его встречно основаниями большого и указательного пальца, то, дернув указательным пальцем в направлении воображаемого рычага спускового крючка, пальцы и кисть руки стрелка будут неподвижны, поскольку усилие, произведенное мышцами и сухожилием указательного пальца значительно уступает усилию, которым сжаты остальные пальцы кисти руки (Рис. 2). Поэтому в данной методике удержания пистолета плавный спуск не играет роли, т. к. на кисть руки, удерживающей рукоятку пистолета, не влияют действия указательного пальца.

Рис. 2



Тщательное совмещение до выстрела мушки и целика на точке прицеливания заменяется в данной методике наработкой выхватывания пистолета, и выносом его на ось: глаз – целик – мушка – точка прицеливания. Осуществляется это по следующей методике: стрелок выбирает точку на стене на уровне глаз (или уменьшенную копию мишени), далее, **закрыв оба глаза**, медленно вынимает из кобуры пистолет и выносит его на линию – глаз-мишень, интуитивно зафиксировав пистолет в точке прицеливания. Когда возникает уверенность, что пистолет наведен на цель, обучаемый открывает глаза: если мушка относительно целика смещена влево (вправо), то **рукоятка** пистолета поправляется в ладони вправо (влево), **запоминается** положение рукоятки пистолета в кисти руки (кистях рук). Далее – пистолет вкладывается в кобуру, обучаемый накладывает ладонь на рукоятку пистолета для вынимания его из кобуры, тщательно следя, чтобы ладонь легла на рукоятку с **уже** введенными поправками.

Обучаемый с закрытыми глазами вновь выносит пистолет на ось: глаз – целик – мушка – мишень, глаза открываются, и при необходимости вновь вводятся поправки; задача: найти такое положение рукоятки пистолета в кисти руки (кистях рук при двойном хвате), при котором пистолет, вынутый из кобуры и направленный в центр макета мишени с закрытыми глазами, при открытии глаз не требовал более поправок.

Стрелок должен периодически повторять это упражнение в медленном темпе, каждый раз добиваясь требуемого результата, и каждый раз с силой кратковременно сжимать рукоятку пистолета, чтобы мышцы кисти руки (кистях рук) запоминали оптимальное положение рукоятки пистолета в ладони. Следует заметить, что при смене типа оружия (с другой эргономикой рукоятки), обучаемый производит те же манипуляции, тренируя мышечную память применительно к другому пистолету. И так каждый раз при смене типа пистолета. Таким образом, на коротких дистанциях (3-7 м) быстрое прицеливание осуществляется мышечной памятью кисти (кистей) рук.

Основой предлагаемой методики удержания пистолета при скоростной стрельбе является **ЖЕСТКОЕ ЗАКРЕПОЩЕНИЕ ОРУЖИЯ В КИСТИ РУКИ (КИСТЯХ РУК) В ЧЕТЫРЕХ ТОЧКАХ.**

Известно, что в процессе производства выстрела на пистолет действуют две силы (третья сила, возникающая при экстракции гильзы и уводящая ствол пистолета вправо-вверх, в данной методике не рассматривается, т. к. при противодействии двум основным – ее значением можно пренебречь):

1. **Сила отдачи (импульс)** – толкающая пистолет прямолинейно назад по оси канала ствола (Рис. 3).

Рис. 3



2. **Сила проворачивания** пистолета вокруг центра его масс, возникающая из-за того, что задний упор рукоятки пистолета расположен ниже оси ствола, а также из-за встречидвигающегося кожуха-затвора с ограничительным упором (Рис. 4).

**Рис. 4**



Таким образом, задача стрелка состоит в противодействии этим двум силам: в двух точках в вертикальной плоскости и удержании пистолета в горизонтальной плоскости дополнительно в двух точках (Рис. 5).

**Рис. 5**



Противодействие проворачиванию (подбросу ствола вверх) достигается жестким упором в рукоятку мизинца и безымянного пальца правой руки.

Противодействие прямолинейной силе отдачи достигается «вбиванием» перепонки между большим и указательным пальцами в задний упор основания рукоятки пистолета. Чем жестче вдавить перепонку в основание рукоятки (для исключения амортизирующих свойств перепонки), тем меньше движение пистолета назад внутри кисти (Рис. 6).

**Рис. 6**



В горизонтальной плоскости пистолет запирается следующими 2-мя точками: суставом основания указательного пальца, суставом основания большого пальца и вторым суставом большого пальца, плотно прижатыми к рамке пистолета (Рис. 7).

Рис. 7



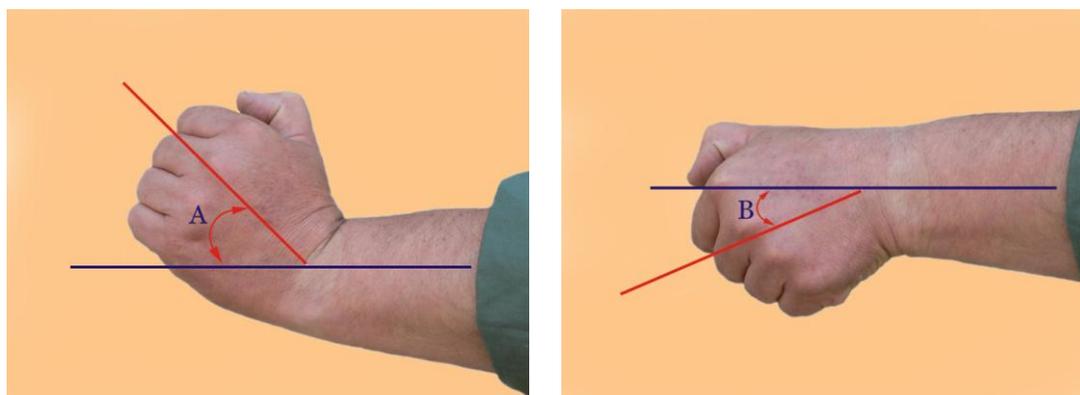
При стрельбе с левой руки силы противодействия отдаче и подбросу пистолета прикладываются зеркально.

Данная методика 4-х точек имеет важное значение при стрельбе двойным хватом (удержание пистолета двумя руками).

Известно, что скорость стрельбы – это сумма времен между каждым предыдущим и последующим выстрелами в серии выстрелов. Чем меньше время между двумя выстрелами, тем скорость стрельбы выше, и тем важнее сокращение времени на возвращение пистолета на линию прицеливания после воздействия отдачи и подброса. Поэтому дополнительный хват пальцами левой руки пальцев правой руки, удерживающей пистолет, на 40%-60% увеличивает силы противодействия отдаче и подбросу оружия. **Для достижения этой цели большой палец правой руки убирается с рукоятки пистолета в сторону, а на его место укладывается подушка основания большого пальца левой руки** (значительно увеличивается усилие прижима за счет увеличения площади опоры). Не задействованный большой палец правой руки произвольно укладывается на основание большого пальца левой руки (для ПМ – отводится далеко влево во избежание травмирования его при откате затвора). Мизинец и безымянный пальцы левой руки укладываются на мизинец и безымянный палец правой руки для увеличения силы противодействия подбросу ствола пистолета (поворачивания пистолета вверх вокруг центра масс).

При этом необходимо использовать особенности сустава кисти руки человека. Движение кисти левой (правой) руки относительно предплечья имеет ограничение хода в кистевом суставе (Рис.8).

Рис. 8



Это и необходимо использовать в данной методике.

Кисть левой руки опускается относительно предплечья вниз до упора в суставе и в таком положении накладывается (Рис. 9) хватом пальцев правой руки на рукоятку пистолета. Важно помнить, что мягкое основание большого пальца левой руки жестко прижимает рамку пистолета к суставу указательного пальца правой руки, давящего на рамку в противоположную сторону (встречно) (Рис. 10).

**Рис. 9**



**Рис. 10**



При этом мизинец и безымянный палец левой руки с силой давят на мизинец и безымянный палец правой руки, жестко охватывающие основание рукоятки пистолета, третья (вторая) фаланга указательного пальца левой руки (зависит от размеров ладони и пальцев) служит максимально жестким упором для предохранительной скобы спускового крючка, создавая тем самым дополнительный упор для всего пистолета (большой палец правой руки без усилия располагаем сверху на основании большого пальца левой руки в любом удобном положении).

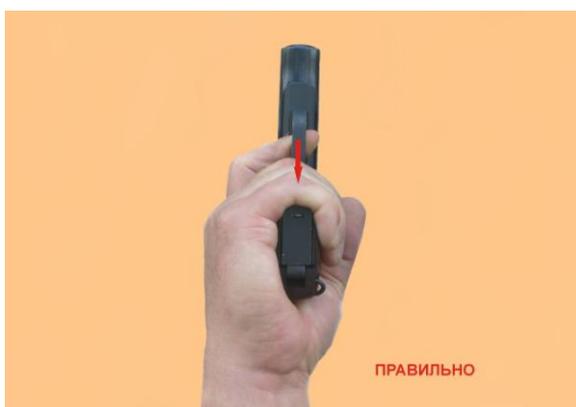
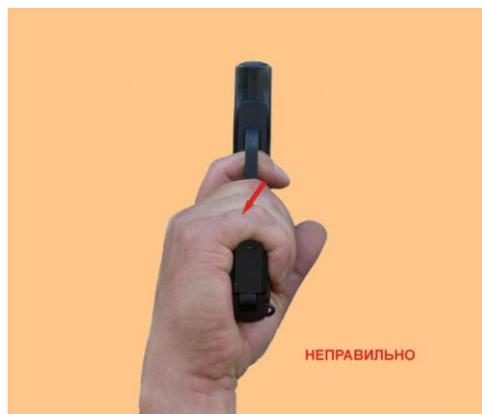
Рис. 11



Это очень важно, так как кожух затвора пистолета, возвращаясь под воздействием возвратной пружины после отката, с силой ударяется в передние упоры, что приводит к «клевку» ствола пистолета вниз. Жесткий упор предохранительной скобой в 3-й (2-й) сустав указательного пальца левой руки (средний палец правой руки – при удержании одной рукой) значительно уменьшает провал ствола вниз (Рис. 11).

Теперь рассмотрим требование **известных методик** по стрельбе из пистолета по нажатию на рычаг спускового крючка пистолета ногтевой фалангой указательного пальца. Согласно требованиям всех методик ногтевая фаланга должна давить на рычаг спускового крючка строго вдоль оси пистолета, иначе он уйдет с линии прицеливания (особенно при расслабленном удержании пистолета).

Рис. 12



Применение данной методики, запирающей пистолет от движения в горизонтальной плоскости основанием указательного пальца правой руки и всем мягким основанием большого пальца левой руки при двойном хвате, либо основаниями большого пальца и указательного пальца правой руки (встречное сжатие пистолета) при стрельбе с одной руки (все сказанное – зеркально для левши) позволяет произвести один или серию точных выстрелов **любой удобной точкой** ногтевой фаланги, суставом или второй фалангой указательного пальца правой руки без увода пистолета с прицельной линии (Рис. 12).

Таким образом, данная методика позволяет предельно минимизировать подброс ствола после выстрела и с максимальной скоростью производить серии выстрелов, не контролируя на близких дистанциях мушку и целик, так как мушка пистолета не может сильно подскакивать вверх из-за противодействия мизинца (мизинцев при двойном хвате) и безымянного пальца (пальцев при двойном хвате) основанию рукоятки и после выстрела не проваливается вниз из-за шарнира левой кисти, находящейся уже в нижней точке возможного наклона.

Данная методика удержания пистолета при скоростной стрельбе имеет преимущества и в высокоточной, «медленной» спортивной стрельбе, так как кисть руки закреплена не вся, а только на 60-70% благодаря распределению усилий по удержанию пистолета в 4-х точках. Жесткое удержание оружия по данной методике позволяет производить точные выстрелы на **предельные** для пистолета дистанции.

Методика 4-х точек позволяет с **одинаковой** эффективностью и скоростью стрелять из пистолетов от калибра 5,6 мм до калибра .45, включая высокоимпульсные патроны типа 9 x 21 («Вектор»). При стрельбе по данной методике из АПС в режиме автоматического огня на расстоянии 10 м все пули укладываются в мишень.

### **Стойка при скоростной стрельбе.**

В пулевой (медленной) стрельбе у стрелка после производства выстрела достаточно времени на возвращение пистолета на линию прицеливания, поэтому подброс ствола пистолета, как и отдача оружия, толкающая корпус тела стрелка назад, для него не имеет особого значения. В скоростной стрельбе из крупнокалиберного пистолета при совершении нескольких выстрелов с высокой скоростью, сила отдачи, возникающая при производстве каждого выстрела, отклоняет корпус тела стрелка назад, уводя точку попадания выше от выстрела к выстрелу. Поэтому в **данной методике** применяется агрессивная стойка, с наклоном корпуса тела вперед, при этом, левая нога, слегка полусогнутая, без напряжения (для максимально быстрой смены стрелковой позиции) выступает чуть вперед, правая отставлена назад и закреплена с целью создания угла противодействия отдаче, оставшейся после ее гашения в кистях и амортизирующих руках. Локти разведены в сторону, полусогнуты, закреплены в локтевых суставах. Причем, **чем шире разведены локти, тем жестче пистолет запирается в двух горизонтальных точках.**

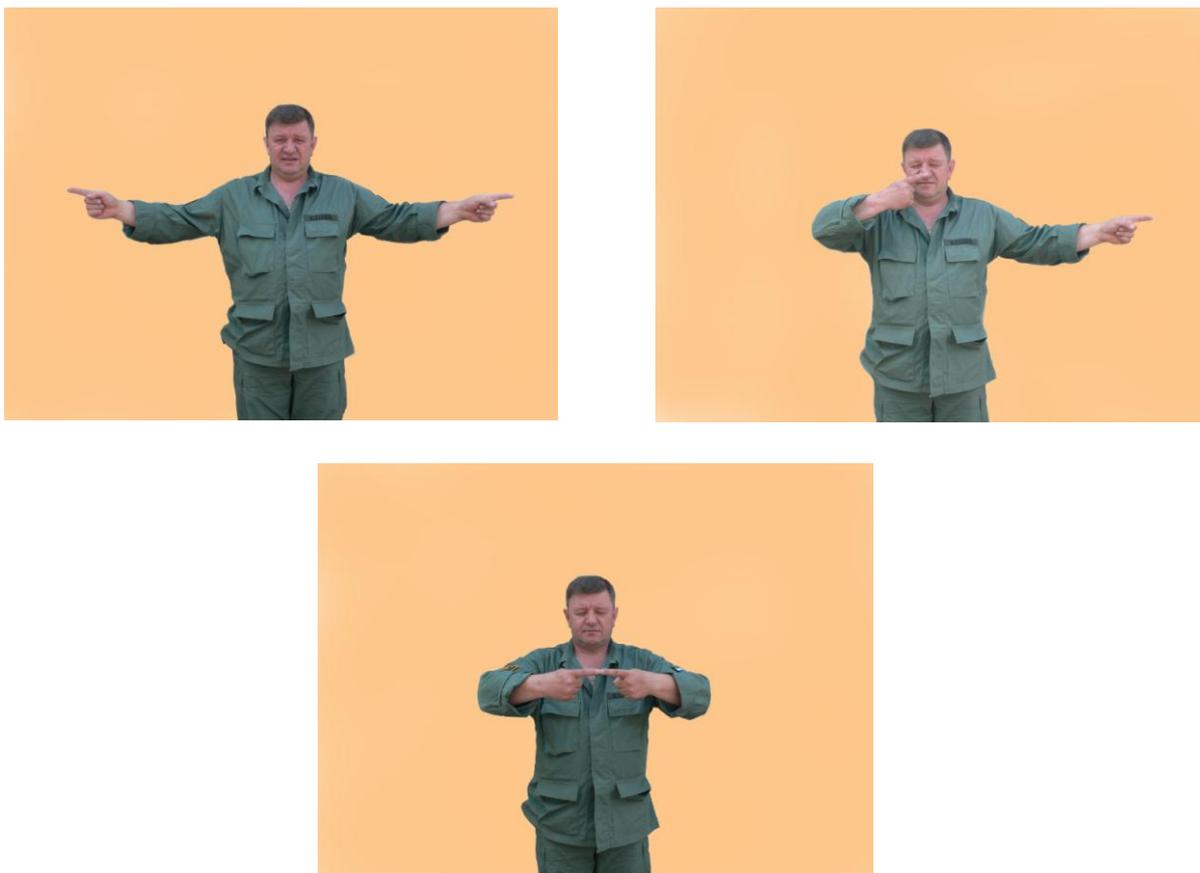
**Важное замечание:** чем меньше собственный вес стрелка, тем наклон корпуса вперед больше, и, соответственно, чем больше собственная масса стрелка, тем наклон корпуса вперед (агрессивность стойки) меньше.

### **Перезарядка (смена магазина).**

Общая скорость стрельбы при производстве количества выстрелов большего, чем патронов в магазине, напрямую зависит от скорости перезарядки оружия, (скоростью перезарядки является время между крайним выстрелом из предыдущего магазина и первым выстрелом после перезарядки).

**ВАЖНО:** Для осуществления эффективной скорости перезарядки запасные магазины должны крепиться на пояском ремне слева от пряжки ремня для правши, и справа – для левши. Расположение их на ремне в подсумках должно обеспечивать быстрое нахождение очередного магазина левой рукой. Основой методики перезарядки пистолета служит использование природной человеческой координации движений.

**Рис. 13**



Человек с закрытыми глазами находит указательным пальцем перед грудью другой указательный палец и с закрытыми глазами легко находит указательным пальцем свой кончик носа (Рис. 13).

Этот природный дар и лежит в основе методики перезарядки пистолета. Стрелок опускает предплечье левой руки (для правши), уперев в середину ладони

донце магазина так, что указательный палец располагается вдоль переднего торца магазина, а большой и средний пальцы охватывают магазин с двух других сторон (Рис. 14).

Рис. 14



При этом локоть левой руки не опускается вслед за кистью. Затем вращательным движением предплечья относительно локтя снизу вверх магазин подается горловиной вверх. Пистолет, находящийся на линии прицеливания, развернут влево относительно окна выброса гильз и чуть наклонен стволом вниз так, чтобы ось рукоятки пистолета совпала с вертикальной осью подаваемого магазина (**важно: не магазин ориентируется относительно рукоятки пистолета, а пистолет рукояткой ориентируется относительно оси магазина, подаваемого естественным движением предплечья**).

Указательный палец левой руки, лежащий вдоль передней стенки магазина, сам легко находит середину мизинца правой руки, охватывающий окно приема магазина в рукоятке пистолета (Рис. 15). Резким ударным движением, с одновременным раскрытием ладони, магазин загоняется в рукоятку до щелчка фиксатора магазина (до упора). (Для стрелков с крупной ладонью рекомендуется убирать мизинец, охватывающий приемное окно рукоятки пистолета, когда магазин частично находится в рукоятке пистолета, во избежание недосыла магазина.)

Рис. 15



При данной методике перезарядки магазина пистолет не убирается с линии прицеливания, создавая ось: глаз – окно выброса гильз с левой стороны (для правши) – мишень, что по завершению перезарядки позволяет за минимальное время вернуть пистолет на линию прицеливания. Использованием

данной методики достигается максимальная скорость перезарядки, **в том числе и в стрессовых ситуациях, и в полной темноте.**

### **Досылание патрона в патронник.**

В стрельбе из пистолета используются различные варианты досылания патрона в патронник после выхватывания пистолета из кобуры, после смены магазина (если патроны из предыдущего магазина были расстреляны до конца), а также при устранении задержек в процессе стрельбы.

Одни из этих вариантов применимы только к пистолетам со слабой возвратной пружиной, другие используются для пистолетов с хорошей (спортивной) эргономикой кожуха затвора. Большинство из них подразумевают после выхватывания пистолета из кобуры заваливание его влево – в сторону слабой руки (вправо – для левши) и затем, после досылания патрона – возвращение на линию прицеливания.

Предлагаемая методика досылания патрона в патронник отличается **жестким выносом** пистолета из кобуры по Г-образной дуге на линию прицеливания **без сваливания его в сторону слабой руки.** Данная методика досылания патрона в патронник является универсальной для пистолетов с любым усилием возвратной пружины, с любым размером кожуха затвора (от ПМ до Кольт М1911), **влажной (скользящей) поверхностью затвора или руки, а также в стрессовых ситуациях.**

**Основой предлагаемой методики досылания патрона в патронник является следующее:** пистолет, рукоятка которого жестко охвачена пальцами сильной руки, выхватывается из кобуры и по Г-образной дуге рукой, закрепощенной в кистевом, локтевом и плечевом суставах, выносится в точку прицеливания. При этом, как только дульный срез ствола пистолета выходит из кобуры и разворачивается мушкой в сторону цели, сверху на заднюю часть кожуха затвора накладывается кисть слабой руки. Большой палец кисти слабой руки мягким основанием и второй фалангой придавливается к левой (для правши) стенке кожуха затвора так, что его первая фаланга полностью выступает за задний торец кожуха затвора. Три плотно сжатых пальца слабой руки, наклоненные средними суставами к целику, охватывают заднюю часть кожуха затвора сверху так, что третья фаланга указательного пальца слабой руки цепляется за выступающий целик пистолета, а подушки первых фаланг трех пальцев слабой руки с силой вдавливаются в правую заднюю часть кожуха затвора. **При этом согнутый мизинец слабой руки отводится максимально вверх, чтобы не перекрывать окно для экстракции гильз,** т. к. при устранении задержки, мизинец, перекрывший окно, усугубит ситуацию, не дав экстрагироваться осеченному патрону, что, в свою очередь, приведет к утыканию очередного патрона, подаваемого затвором из магазина.

Пистолет продолжает движение вперед относительно жестко удерживаемого слабой рукой кожуха затвора. При встрече упора рамки пистолета с упором удерживаемого слабой рукой кожуха затвора основание большого пальца слабой руки встречается со вторым суставом большого пальца сильной руки, с силой прижимается к нему, пальцы слабой руки отпускают правую

заднюю часть затвора и распрямляются. Кисть слабой руки совершает вращательное движение относительно второго сустава большого пальца правой руки и жестко укладывается в двуручный хват (либо отводится в сторону, если стрельба будет производиться только сильной рукой).

## **ЗАКЛЮЧЕНИЕ.**

**Пистолет, зажатый рамкой в тиски, прикрученные к столу, неподвижно прикрепленному к полу, и прицеленный в центр мишени, даст точность попадания в точку прицеливания любым количеством выстрелов в пределах своей технической кучности, как бы силы отдачи и подброса на него не воздействовали, как бы стрелок не дергал рычаг спускового крючка или даже ударял по нему. Поэтому, если пистолет максимально жестко закрепить в рассмотренных точках, и стойкой стрелка относительно пола создать угол противодействия отдаче, соответствующий мощности применяемого патрона, то паразитные последствия работы движущихся частей пистолета и внутренней баллистики при выстреле (выстрелах) можно предельно минимизировать, при этом нажатие на рычаг спускового крючка с любой силой и скоростью не повлияет на точность стрельбы.**

В зависимости от анатомии рук стрелка и эргономики пистолета стрелок сам для себя выбирает степень усилий в каждой точке противодействия отдаче и подбросу оружия, добиваясь максимальной скорости и кучности стрельбы, так как **попадание в цель двух (или нескольких) пуль с минимальным рассеиванием и минимальным разрывом по времени удваивает (увеличивает в несколько раз) кинетический удар.**

После совершения выстрела или серии выстрелов стрелок ослабляет хват.

При достаточных тренировках вхолостую излишнее напряжение в хвате исчезает.

Усвоение данной методики позволяет вести эффективную стрельбу даже после длительного отсутствия тренировок.

## **ПРОГРАММА ОБУЧЕНИЯ СКОРОСТНОЙ СТРЕЛЬБЕ ИЗ ПИСТОЛЕТА НА ОСНОВЕ МЕТОДИКИ УДЕРЖАНИЯ ПИСТОЛЕТА ПРИ СКОРОСТНОЙ СТРЕЛЬБЕ**

### **1. КОДЕКС ПРАКТИЧЕСКОЙ СТРЕЛЬБЫ:**

- *Я буду всегда обращаться с оружием как с заряженным.*
- *Я никогда не направлю оружие туда, куда я не хочу стрелять.*
- *Перед тем как выстрелить, я всегда проверю, что перед целью и за ней.*
- *Я никогда не коснусь пальцем спускового крючка, пока оружие не будет направлено на цель.*

### **2. ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ В УЧЕБНОМ КЛАССЕ, В СПОРТИВНОМ ЗАЛЕ (БЕЗ ПАТРОНОВ).**

#### **2.1 МАТЕРИАЛЬНАЯ ЧАСТЬ ШТАТНОГО ПИСТОЛЕТА.**

Тактико-технические характеристики пистолета.

Устройство и принцип работы пистолета.

Техническое обслуживание пистолета.

#### **2.2 ОБУЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОМУ ОБРАЩЕНИЮ С ПИСТОЛОТОМ.**

**Необходимость изучения темы занятия:** большой процент гибнущих от своего огня при ведении боевых действий и небезопасного и неквалифицированного обращения с оружием вне боевых действий.

#### **Цель занятия:**

1. Изучение положения указательного пальца в зоне спускового крючка при направлении пистолета на мишень и возвращении его в исходное положение.
2. Изучение безопасного положения оружия при смене стрелковых позиций (при перемещении стрелка).
3. Изучение положения указательного пальца в зоне спускового крючка при перезарядке пистолета.

**Обеспечение:** штатное снаряжение, пистолет с двумя магазинами, средство подачи сигнала (таймер МКПС, свисток), мишень на стойке на каждого обучаемого.

**Упражнение № 1:** Исходное положение (далее **И. П.**) – пистолет с вставленным магазином, не снаряженным патронами, удерживается у груди стволом в сторону мишени одной или двумя руками. Указательный палец находится вне спусковой скобы. По сигналу (один свисток) обучаемый наводит оружие на цель, указательный палец накладывает на спусковой крючок, производит нажим и

убирает палец со спускового крючка. По следующему сигналу (два свистка) рука (руки) с оружием и выпрямленным указательным пальцем возвращается к груди.

**Методические рекомендации:** указательный палец накладывать на спусковой крючок в процессе наведения пистолета на мишень и убирать сразу после окончания стрельбы (палец должен быть выпрямлен, но не напряжен. Не рекомендуется опирать указательный палец сильной руки о скобу спускового крючка, так как мышцы пальца напрягаются и становятся менее подвижными). Выполнять медленно, по достижении определенной четкости действий – ускорять подачу сигналов. Внимание обучаемых заострять на том, что при выносе пистолета на цель положение указательного пальца на спусковом крючке или вне его на скорость открытия огня не влияет, а для безопасности применения оружия в условиях стресса имеет огромное значение. Инструктор находится справа от обучаемых и в процессе выполнения упражнения делает замечания.

**Дозировка:** не менее 10-15 раз при удержании правой, левой руками и двуручным хватом.

**Упражнение № 2: И. П.** – пистолет с вставленным магазином, не снаряженным патронами, удерживается двумя руками у груди, стволом в сторону мишени. По фронту, с интервалом 3-4 м на стойках устанавливаются три мишени, выставленные вглубь огневого рубежа от исходной линии на следующие дистанции: центральная мишень – 3 метра, крайние мишени – 7-10 метров, каждая со своим исходным рубежом для стрельбы – 3 метра.

По сигналу обучаемый делает в центральную мишень два выстрела вхолостую, убирает палец со спускового крючка, удерживая пистолет в одной руке стволом в сторону правой мишени на уровне подбородка, быстро перемещается к ней, останавливается в трех метрах напротив нее, накладывается палец на спусковой крючок и делает два выстрела вхолостую, убирает палец со спускового крючка, разворачивается и быстро перемещается на исходный рубеж у центральной мишени, при этом пистолет остается направленным на отстрелянную мишень. Достигнув исходного рубежа центральной мишени, обучаемый разворачивается к ней лицом (пистолет уже направлен на нее), делает два прицельных выстрела вхолостую и, убрав палец со спускового крючка, быстро перемещается к левой мишени, держа пистолет на уровне подбородка стволом в сторону этой мишени. Остановившись в трех метрах от нее, прицеливается в нее, и, наложив палец на спусковой крючок, делает два выстрела вхолостую. Убрав палец со спускового крючка и удерживая пистолет стволом в сторону обстрелянной мишени, быстро перемещается на исходный рубеж центральной мишени. После остановки разворачивается к ней лицом (пистолет уже направлен на нее), накладывается палец на спусковой крючок и делает в мишень два прицельных выстрела вхолостую.

**Методические рекомендации:** инструктор должен находиться справа, упражнение может выполняться группой, но перед подачей очередного сигнала – визуальным образом контролировать индивидуальный результат.

**Дозировка:** Упражнение заканчивается **только** после того, как обучаемый перестает делать ошибки.

**Упражнение № 3: И. П.** – пистолет с вставленным магазином, не снаряженным патронами, удерживается одной или двумя руками у груди, стволом в сторону мишени. Указательный палец находится вне спусковой скобы. Обучаемые находятся на одной линии с интервалом не менее 1,5 м. Напротив каждого на дистанции 7 м установлена мишень. По сигналу обучаемый наводит оружие на цель, указательный палец накладывает на спусковой крючок, производит нажим и убирает палец со спускового крючка, в зависимости от конструкции фиксатора магазина правой или левой рукой сбрасывает магазин, вставляет следующий, прицеливается в мишень, наложив указательный палец на спусковой крючок, производит выстрел вхолостую и убирает палец со спускового крючка. По следующему сигналу (два свистка) рука (руки) с оружием и выпрямленным указательным пальцем возвращается к груди.

**Методические рекомендации:** инструктор должен находиться справа, упражнение может выполняться группой, но перед подачей очередного сигнала – визуально контролировать индивидуальный результат.

**Дозировка:** выполняется не менее 10-15 раз, или до полного исчезновения ошибок.

**Характерные ошибки при отработке темы занятия:** невнимательность обучаемых – устраняется только высокой интенсивностью проведения занятия и личной энергетикой инструктора (инструкторов).

## **2.3 УДЕРЖАНИЕ ПИСТОЛЕТА ХВАТОМ ПРАВОЙ (ЛЕВОЙ) РУКИ, ДВУРУЧНЫМ ХВАТОМ.**

**Необходимость изучения темы занятия:** данная тема является **ГЛАВНОЙ, ПРЕДЕЛЬНО ВАЖНОЙ И ОСНОВОПОЛАГАЮЩЕЙ** при обучении как скоростной стрельбе одиночными и сдвоенными выстрелами, беглым одиночным огнем, стрельбе длинной и прерывистой очередью (для АПС), так и точной стрельбе на предельные для пистолета дистанции, включая высокоточную спортивную стрельбу. Данная тема является **БАЗОЙ** для всего дальнейшего обучения и использования оружия в служебной деятельности.

### **Цель занятия:**

- 1.Изучение хвата пистолета сильной рукой и стойки стрелка для противодействия паразитным силам, возникающим при производстве выстрела.
- 2.Изучение хвата пистолета слабой рукой и стойки стрелка для противодействия паразитным силам, возникающим при производстве выстрела.
- 3.Изучение способа передачи пистолета от сильной руки к слабой руке.

4. Изучение хвата пистолета двумя руками (двуручным хватом) и стойки стрелка для противодействия паразитным силам, возникающим при производстве выстрела.

**Обеспечение:** штатное снаряжение, пистолет с двумя магазинами, мишень на стойке на каждого обучаемого, средство подачи сигнала (таймер МКПС, свисток).

**Упражнение № 1: И. П.** – обучаемые стоят на одной линии с интервалом не менее 1,5 м. Напротив каждого на дистанции 7 м установлена мишень. Инструктор **тщательно** объясняет процессы, происходящие с пистолетом в момент выстрела, паразитные силы, возникающие при этом, и способ противодействия этим паразитным силам (глава 1, «Методика удержания пистолета при скоростной стрельбе»). По мере полного усвоения обучаемыми закрепощения рукоятки пистолета в четырех точках сильной рукой объясняется важность создания угла противодействия отдаче за счет стойки стрелка. Осуществляется показ правильной (оптимальной) стойки. **При хвате пистолета одной рукой, слабая рука с силой прижимается к своей стороне груди и сжимается в кулак с усилием, равным усилию сжатия рукоятки пистолета сильной рукой.**

**Методические рекомендации:** после объяснения и постановки хвата и агрессивной (с целью создания угла противодействия отдаче) стойки проверять степень закрепощения рукоятки пистолета мизинцем и безымянным пальцем сильной руки обучаемого выламыванием дульной части ствола пистолета обучаемого вверх, имитируя подброс ствола, а также (обхватив ладонью ствол пистолета) по оси ствола – по часовой стрелке и против нее (для проверки степени усилия встречного сжатия рамки пистолета большим пальцем и основанием указательного пальца сильной руки). Правильность и жесткость стойки обучаемого проверяется серией сильных толчков ладонью инструктора в дульный срез его пистолета. Для исключения при стрельбе боевыми патронами кивка пистолета в момент выстрела объяснять, что созданная жесткая система: пистолет – стрелок – пол – неподвижна, движется только указательный палец, после чего произвести большое количество выстрелов вхолостую, **при этом основное внимание уделять неподвижному положению мушки пистолета относительно целика и точки прицеливания в момент срыва курка.**

**Дозировка:** выполнять не менее 15 раз (одним разом считать проверку хвата и стойки после извлечения пистолета из кобуры).

**Упражнение № 2:** делать то же самое, что и в упражнении № 1, только для слабой руки.

**Методические рекомендации:** см. упражнение № 1.

**Дозировка:** см. упражнение № 1.

**Упражнение № 3: И. П.** –пистолет с вставленным магазином, не снаряженным патронами, в сильной руке, направлен на мишень. **Слабая рука с силой прижата к своей стороне груди и сжата в кулак с усилием, равным усилию сжатия рукоятки пистолета сильной рукой.** По сигналу пистолет передается в кисть слабой руки следующим образом: на уровне глаз пистолет, без увода его с линии прицеливания, освобождается от большого пальца сильной руки, оставаясь зажатым только мизинцем, безымянным и средним пальцами, и в освободившееся место (упор для перепонки между большим и указательным пальцами) укладывается перепонка между большим и указательным пальцами слабой руки, тремя пальцами сильной руки упор задней части рукоятки пистолета вдавливаются в перепонку между большим и указательным пальцами слабой руки, верхняя часть рамки пистолета зажимается между большим пальцем и основанием указательного пальца слабой руки, пальцы сильной руки уходят с рукоятки пистолета, и она зажимается пальцами слабой руки, пистолет распирается в четырех точках. **Сильная рука с силой прижимается к своей стороне груди и сжимается в кулак с усилием, равным усилию сжатия рукоятки пистолета слабой рукой.**

**Методические рекомендации:** постоянно акцентировать внимание обучаемых, что передача пистолета от одной руки к другой на **уровне глаз** снижает время на прицеливание и, соответственно, существенно ускоряет открытие огня.

**Дозировка:** выполнять не менее трех серий по 10-15 раз.

**Упражнение № 4: И. П.** – обучаемые располагаются на одной линии с интервалом 1,5 м. Пистолет с вставленным магазином, не снаряженным патронами, в сильной руке, на уровне груди, стволом в сторону мишени. Обучаемые находятся на одной линии с интервалом не менее 1,5 м. Напротив каждого на дистанции 7 м установлена мишень. Инструктор тщательно объясняет, в каких случаях применяется двуручный хват пистолета (глава 1, «Методика удержания пистолета при скоростной стрельбе»). По мере полного усвоения обучаемыми закрепощения рукоятки пистолета в четырех точках двуручным хватом объясняется важность создания угла противодействия отдаче за счет стойки стрелка. Осуществляется показ правильной (оптимальной) стойки с акцентированием внимания, что данная стойка является **БАЗОВОЙ И ЕДИНОЙ** для всех видов индивидуального стрелкового оружия, включая длинноствольное автоматическое. Обучаемый запирает пистолет в четырех точках хватом двух рук, принимает правильную стойку, производит многократные выстрелы вхолостую в мишень. Все действия производятся под индивидуальным контролем инструктора.

**Методические рекомендации:** после объяснения и постановки хвата и агрессивной (с целью создания угла противодействия отдаче) стойки, проверять степень закрепощения рукоятки пистолета мизинцами и безымянными пальцами двух рук, а также жестким встречным сдавливанием рамки пистолета мягким основанием большого пальца слабой руки и основанием указательного пальца

сильной руки обучаемого выламыванием дульной части ствола пистолета обучаемого вверх, имитируя подброс ствола, а также (обхватив ладонью ствол пистолета) по оси ствола – по часовой стрелке и против нее (для проверки степени усилия встречного сжатия рамки пистолета кистями двух рук). Внимание обучаемых акцентировать на положении локтей, которые должны быть максимально поднятыми вверх (но не закрывать фронтальный обзор). При этом командой опускать и поднимать локти дается почувствовать, что пистолет жестко встречно запирается именно подниманием локтей. Правильность и жесткость стойки обучаемого проверяется серией сильных толчков ладонью инструктора в дульный срез его пистолета. Для исключения при стрельбе боевыми патронами кивка пистолета в момент выстрела, дается объяснение, что созданная жесткая система: пистолет – стрелок – пол – неподвижна, движется только указательный палец, после чего производится большое количество выстрелов вхолостую, **при этом основное внимание уделяется неподвижному положению мушки пистолета относительно целика и точки прицеливания в момент срыва курка.** Особое внимание при контроле хвата перед стрельбой вхолостую обращать на то, что четыре пальца слабой руки плотно, без зазора, охватывают три пальца сильной руки, кисть слабой руки отогнута до упора кистевого шарнира вниз, а нижняя часть предохранительной скобы спускового крючка с силой упирается в третью (вторую) фалангу указательного пальца слабой руки.

**Дозировка:** выполнять не менее десяти серий по 10-15 раз.

**Характерные ошибки при отработке темы занятия:** частой ошибкой является нежесткое вбивание перепонки между большим и указательным пальцами в задний упор рукоятки пистолета, что при стрельбе боевыми патронами приводит к движению пистолета внутри кисти сильной руки и, как следствие, низкой кучности стрельбы сдвоенными выстрелами и беглым одиночным огнем. Серьезной ошибкой является сжатие рамки пистолета не строго по одной оси, а со сдвигом. Необходимо понимать, что при скоростной стрельбе эта несоосность сжатия в свою очередь приводит к «взбрыкиванию» пистолета и, соответственно, ухудшению кучности попаданий, особенно на дистанциях 7-15 м. Еще одной большой ошибкой является слабое закрепощение кистевых суставов, что ведет к большому ходу (подпрыгиванию) мушки пистолета вверх, так как требует большего времени на возвращение ее на точку прицеливания, и при стремлении стрелка быстрее стрелять, точность стрельбы и кучность резко падают. Необоснованно широкий разнос ног, но при этом корпус тела при совершении серии быстрых выстрелов, не имеющий наклона вперед, приводит к большому вертикальному разбросу попаданий. Другие ошибки выявляются при стрельбе боевыми патронами и устраняются строгим соблюдением требований «Методики удержания пистолета при скоростной стрельбе» (глава 1).

## **2.4 НАВОДКА ОРУЖИЯ НА МИШЕНЬ (ДВУРУЧНЫМ ХВАТОМ).**

**Необходимость изучения темы занятия:** умение правильно и быстро наводить оружие на цель является одним из главных элементов любой стрельбы, а в скоростной стрельбе из пистолета это – 50% результата.

**Цель занятия:** изучить правильные действия при наведении пистолета на мишень.

**Обеспечение:** штатное снаряжение, пистолет, средство подачи сигнала (таймер МКПС, свисток), мишени по количеству обучаемых.

**Упражнение: И. П.** – пистолет с вставленным магазином, не снаряженным патронами, в кобуре. Обучаемые находятся на одной линии с интервалом не менее 1,5 м. Мишень в 7 м напротив каждого обучаемого. По сигналу сильной рукой извлекают пистолет из кобуры, выносят его двуручным хватом на мишень, делают выстрел вхолостую самовзводом на скорость и помещают пистолет в кобуру.

**Методические рекомендации:** после выбора положения рукоятки пистолета в руке закрыть глаза и прицелить пистолет в мишень. После 3-5 секунд удержания открыть глаза и проверить положение мушки в целике пистолета. В случае, если мушка «не на месте», за счет перехватывания рукоятки пистолета в кисти сильной руки довести ее положение до желаемого. Если же во время удержания оружия мушка находится на месте, то необходимо запомнить это положение оружия в руке и почувствовать углы рамки пистолета каждой мышцей ладони сильной руки, участвующей в удержании пистолета.

**Дозировка:** не менее 10-15 раз.

**Характерные ошибки при отработке темы занятия:** не выход на правильный хват, невнимательность.

## **2.5 ДОСЫЛАНИЕ ПАТРОНА В ПАТРОННИК.**

**Необходимость изучения темы занятия:** безопасное ношение пистолета без патрона в патроннике подразумевает досылание патрона при извлечении его из кобуры, и от этого действия зависит скорость первого, упреждающего по времени, выстрела. Изучаемая методика досылания патрона в патронник является универсальной для пистолетов с любым усилием возвратной пружины, с любым размером кожуха затвора, влажной (скользкой) поверхностью затвора или руки, и позволяет гарантированно досылать патрон или устранять задержки в условиях отсутствия видимости и в стрессовых ситуациях, а при необходимости – производить досылание без шума.

**Цель занятия:** изучить досылание патрона в патронник после извлечения пистолета из кобуры и при устранении задержек в процессе стрельбы.

**Обеспечение:** штатное снаряжение, пистолет с двумя магазинами, средство подачи сигнала (таймер МКПС, свисток).

**Упражнение № 1: И. П.** – пистолет без магазина, в кобуре. Обучаемые находятся на одной линии с интервалом не менее 1,5 м. Мишень в 7 м напротив каждого обучаемого. По сигналу сильной рукой извлекают пистолет из кобуры, имитируют досылание патрона в патронник, выносят пистолет на линию прицеливания, накладывая вторую руку на рукоятку пистолета, и производят выстрел вхолостую в мишень, убирают палец со спускового крючка. По следующему сигналу убирают пистолет в кобуру.

**Методические рекомендации:** следить за правильностью наложения кисти слабой руки на кожух затвора, за обязательным зацеплением целика за фалангу указательного пальца и за правильным отпусканием кожуха затвора. Следить, чтобы к кобуре за пистолетом одновременно начинали движение обе руки.

**Дозировка:** не менее 10-15 раз.

**Упражнение № 2: И. П.** – пистолет без магазина, в кобуре. Обучаемые находятся на одной линии с интервалом не менее 1,5 м. Мишень в 7 м напротив каждого обучаемого. По сигналу сильной рукой извлекают пистолет из кобуры, выносят его двуручным хватом на мишень, делают выстрел вхолостую, имитируя задержку, устраняют ее, производят второй выстрел вхолостую, убирают пистолет в кобуру.

**Методические рекомендации:** следить за правильностью наложения кисти слабой руки на кожух затвора, за обязательным зацеплением целика за фалангу указательного пальца и за правильным отпусканием кожуха затвора.

**Дозировка:** не менее 10-15 раз.

**Характерные ошибки при отработке темы занятия:** кисть слабой руки накладывается на кожух затвора не при выходе ствола пистолета из кобуры, а при его выносе на мишень, переворот кисти слабой руки для укладки ее в двуручный хват производится с отрывом от основания большого пальца сильной руки.

## **2.6 ВЫХВАТЫВАНИЕ ПИСТОЛЕТА – ПЕРВЫЙ ВЫСТРЕЛ.**

**Необходимость изучения темы занятия:** первый выстрел не всегда все решает, но случаются ситуации, когда от этого зависит исход событий.

**Цель занятия:** изучить быстрое выхватывание пистолета из кобуры и производство первого выстрела с досыланием патрона в патронник и самовзводом.

**Обеспечение:** штатное снаряжение, пистолет с двумя магазинами, мишень на стойке на каждого обучаемого, средство подачи сигнала (таймер МКПС, свисток).

**Упражнение № 1а: И. П.** – пистолет без магазина, в кобуре. Обучаемые находятся на одной линии с интервалом не менее 1,5 м. Мишень в 7 м напротив каждого обучаемого. По сигналу обучаемый выхватывает пистолет из кобуры, имитирует досылание патрона в патронник, пистолет хватом сильной руки выносится на мишень, производится выстрел вхолостую.

**Методические рекомендации:** начинать выполнять упражнение необходимо не спеша, медленно и тщательно выполняя каждое действие. По сигналу кисть сильной руки протягивается снизу вверх до встречи с рукояткой пистолета и тремя предварительно согнутыми пальцами, производит хват передней стенки рукоятки, при этом средний палец, как можно плотней, касается спусковой скобы (для открытой кобуры). В момент, когда пистолет наполовину вышел из кобуры, большой палец заводится за изгиб рукоятки, при этом перепонка между большим и указательным пальцем жестко вставляется в изгиб рукоятки, большой палец прижимает пистолет к основанию указательного пальца (жесткое встречное сжатие). Следить за правильностью наложения кисти слабой руки на кожух затвора, за обязательным зацеплением целика за фалангу указательного пальца и за правильным отпусканием кожуха затвора. Заострение внимания на правильности самостоятельного ввода поправок в положение пистолета в кисти руки.

**Дозировка:** выполнять 10-15 раз.

**Упражнение № 1б: И. П.** – пистолет без магазина, в кобуре. Обучаемые находятся на одной линии с интервалом не менее 1,5 м. Мишень в 7 м напротив каждого обучаемого. По сигналу обучаемый выхватывает пистолет из кобуры, имитирует досылание патрона в патронник, пистолет хватом сильной руки выносится на мишень, на уровне глаз передается в кисть слабой руки и производится выстрел вхолостую.

**Методические рекомендации:** начинать выполнять упражнение необходимо не спеша, медленно и тщательно выполняя каждое действие. По сигналу кисть сильной руки протягивается снизу вверх до встречи с рукояткой пистолета и тремя предварительно согнутыми пальцами производит хват передней стенки рукоятки, при этом средний палец, как можно плотней, касается спусковой скобы (для открытой кобуры). В момент, когда пистолет наполовину вышел из кобуры, большой палец заводится за изгиб рукоятки, при этом перепонка между большим и указательным пальцем жестко вставляется в изгиб рукоятки, большой палец прижимает пистолет к основанию указательного пальца (жесткое встречное

сжатие). Следить за правильностью наложения кисти слабой руки на кожух затвора, за обязательным зацеплением целика за фалангу указательного пальца и за правильным отпусканием кожуха затвора. Постоянно акцентировать внимание обучаемых, что передача пистолета от одной руки к другой на **уровне глаз** снижает время на прицеливание и, соответственно, существенно ускоряет открытие огня. Заострение внимания на правильности самостоятельного ввода поправок в положение пистолета в кисти руки.

**Дозировка:** выполнять 10-15 раз.

**Упражнение № 1в: И. П.** – пистолет без магазина, в кобуре. Обучаемые находятся на одной линии с интервалом не менее 1,5 м. Мишень в 7 м напротив каждого обучаемого. По сигналу обучаемый выхватывает пистолет из кобуры, имитирует досылание патрона в патронник, пистолет двуручным хватом выносится на мишень, производится выстрел вхолостую.

**Методические рекомендации:** начинать выполнять упражнение необходимо не спеша, медленно и тщательно выполняя каждое действие. По сигналу кисть сильной руки протягивается снизу вверх до встречи с рукояткой пистолета и тремя предварительно согнутыми пальцами производит хват передней стенки рукоятки, при этом средний палец, как можно плотней, касается спусковой скобы (для открытой кобуры). В момент, когда пистолет наполовину вышел из кобуры, большой палец заводится за изгиб рукоятки, при этом перепонка между большим и указательным пальцем жестко вставляется в изгиб рукоятки, большой палец прижимает пистолет к основанию указательного пальца (жесткое встречное сжатие). Следить за правильностью наложения кисти слабой руки на кожух затвора, за обязательным зацеплением целика за фалангу указательного пальца и за правильным отпусканием кожуха затвора. **Следить, чтобы к кобуре за пистолетом одновременно начинали движение обе руки.** Заострение внимания на правильности самостоятельного ввода поправок в положение пистолета в кистях рук.

**Дозировка:** выполнять 10-15 раз.

**Упражнение № 2а: И. П.** – пистолет с вставленным магазином, не снаряженным патронами, в кобуре. Обучаемые находятся на одной линии с интервалом не менее 1,5 м. Мишень в 7 м напротив каждого обучаемого. По сигналу пистолет выхватывается из кобуры, хватом сильной руки выносится на мишень, производится выстрел вхолостую самовзводом.

**Методические рекомендации:** начинать выполнять упражнение необходимо не спеша, медленно и тщательно выполняя каждое действие. По сигналу кисть сильной руки протягивается снизу вверх до встречи с рукояткой пистолета и тремя предварительно согнутыми пальцами производит хват передней стенки рукоятки, при этом средний палец, как можно плотней, касается спусковой скобы (для открытой кобуры). В момент, когда пистолет наполовину вышел из кобуры,

большой палец заводится за изгиб рукоятки, при этом перепонка между большим и указательным пальцем жестко вставляется в изгиб рукоятки, большой палец прижимает пистолет к основанию указательного пальца (жесткое встречное сжатие). При стрельбе самовзводом палец на спусковой крючок накладывается **и начинает его выжимать одновременно с выносом оружия на линию прицеливания.** В процессе выведения оружия на линию прицеливания производится корректировка положения мушки в целике, и по окончании выведения оружия в точку прицеливания производится дожатие спускового крючка пистолета. Заострение внимания на правильности самостоятельного ввода поправок в положение пистолета в кисти руки.

**Дозировка:** выполнять 10-15 раз.

**Упражнение № 2б: И. П.** – пистолет с вставленным магазином, не снаряженным патронами, в кобуре. Обучаемые находятся на одной линии с интервалом не менее 1,5 м. Мишень в 7 м напротив каждого обучаемого. По сигналу пистолет выхватывается из кобуры, хватом сильной руки выносится на мишень, на уровне глаз передается в кисть слабой руки, и производится выстрел вхолостую самовзводом.

**Методические рекомендации:** начинать выполнять упражнение необходимо не спеша, медленно и тщательно выполняя каждое действие. По сигналу кисть сильной руки протягивается снизу вверх до встречи с рукояткой пистолета и тремя предварительно согнутыми пальцами производит хват передней стенки рукоятки, при этом средний палец, как можно плотней, касается спусковой скобы (для открытой кобуры). В момент, когда пистолет наполовину вышел из кобуры, большой палец заводится за изгиб рукоятки, при этом перепонка между большим и указательным пальцем жестко вставляется в изгиб рукоятки, большой палец прижимает пистолет к основанию указательного пальца (жесткое встречное сжатие). Постоянно акцентировать внимание обучаемых, что передача пистолета от одной руки к другой на **уровне глаз** снижает время на прицеливание и, соответственно, существенно ускоряет открытие огня.

**При стрельбе самовзводом слабой рукой палец на спусковой крючок накладывается и начинает выбирать его рабочий ход сразу же после формирования хвата, по окончании выведения оружия в точку прицеливания производится дожатие спускового крючка пистолета.** Заострение внимания на правильности самостоятельного ввода поправок в положение пистолета в кисти руки.

**Дозировка:** выполнять 10-15 раз.

**Упражнение № 2в: И. П.** – пистолет с вставленным магазином, неснаряженным патронами, в кобуре. Обучаемые находятся на одной линии с интервалом не менее 1,5 м. Мишень в 7 м напротив каждого обучаемого. По сигналу пистолет выхватывается из кобуры, двуручным хватом выносится на мишень, производится выстрел вхолостую самовзводом.

**Методические рекомендации:** начинать выполнять упражнение необходимо не спеша, медленно и тщательно выполняя каждое действие. По сигналу кисть сильной руки протягивается снизу вверх до встречи с рукояткой пистолета и тремя предварительно согнутыми пальцами производит хват передней стенки рукоятки, при этом средний палец, как можно плотней, касается спусковой скобы (для открытой кобуры). В момент, когда пистолет наполовину вышел из кобуры, большой палец заводится за изгиб рукоятки, при этом перепонка между большим и указательным пальцем жестко вставляется в изгиб рукоятки, большой палец прижимает пистолет к основанию указательного пальца (жесткое встречное сжатие). Следить за правильностью наложения кисти слабой руки на кожух затвора, за обязательным зацеплением целика за фалангу указательного пальца и за правильным отпусканием кожуха затвора. **Следить, чтобы к кобуре за пистолетом одновременно начинали движение обе руки.** При стрельбе самовзводом палец на спусковой крючок накладывается и начинает его выжимать, одновременно с выносом оружия на линию прицеливания. В процессе выведения оружия на линию прицеливания производится корректировка положения мушки в целике, и по окончании выведения оружия в точку прицеливания производится дожатие спускового крючка пистолета. Заострение внимания на правильности самостоятельного ввода поправок в положение пистолета в кистях рук.

**Дозировка:** выполнять 10-15 раз.

**Характерные ошибки при отработке темы занятия:** выстрел вхолостую производится без выхода на хват пистолета, кисть слабой руки при досылании патрона в патронник накладывается на кожух затвора не при выходе ствола пистолета из кобуры, а при его выносе на мишень, переворот кисти слабой руки для укладки ее в двуручный хват производится с отрывом от основания большого пальца сильной руки, руки начинают движение к кобуре не одновременно, точная наводка на мишень не получается, так как при формировании хвата не введены поправки в положение пистолета в кисти руки.

## **2.7 ПЕРЕЗАРЯЖАНИЕ ПИСТОЛЕТА.**

**Необходимость изучения темы занятия:** если стрелок умеет с большой скоростью и точностью поражать цели, но не обучен быстро производить смену магазина, то при необходимости совершения количества выстрелов, большего, чем патронов в магазине, особенно в стрессовой ситуации, шансы на выживание у него резко снижаются, поэтому способность достаточно быстро перезаряжать пистолет как в светлое время суток, так и при полном отсутствии видимости, в любом положении тела и в условиях стресса, имеет неоценимое значение.

**Цель занятия:** приобретение устойчивых навыков перезаряжания пистолетов любой модели и конструкции на основе природных возможностей человека.

**Обеспечение:** штатное снаряжение, пистолет с двумя магазинами, средство подачи сигнала (таймер МКПС, свисток), мишени на стойках по количеству обучаемых.

**Упражнение: И. П.** – пистолет с вставленным магазином, не снаряженным патронами, у груди, стволом в сторону мишени, хват одной или двумя руками. Указательный палец находится вне спусковой скобы. Обучаемые находятся на одной линии с интервалом не менее 1,5 м. Мишень в 7 м напротив каждого обучаемого. По сигналу обучаемый наводит оружие на цель, указательный палец накладывает на спусковой крючок, производит нажим и убирает палец со спускового крючка, в зависимости от конструкции фиксатора магазина правой или левой рукой сбрасывает магазин, вставляет следующий, прицеливается в мишень, наложив указательный палец на спусковой крючок, производит выстрел вхолостую и убирает палец со спускового крючка. По следующему сигналу (два свистка) рука (руки) с оружием и выпрямленным указательным пальцем возвращается к груди.

**Методические рекомендации:** объяснять важность умения быстро перезарядить пистолет и осуществлять показ движений рук на основе природной координации движений. Перезарядка производится слабой или сильной рукой в зависимости от механизма фиксации магазина в пистолете:

1. Для пистолета с кнопочным фиксатором: сильная рука, перехватив рукоятку пистолета, большим пальцем нажимает на фиксатор магазина и, пока слабая рука ушла за следующим магазином, перехватом рукоятки пистолета обратно укладывается в хват.

2. Для пистолетов с фиксацией основания магазина (ПМ, АПС и другие марки оружия с фиксатором в нижней части рукоятки пистолета): слабой рукой извлекаем магазин и опускаем кисть руки к подствольному магазину.

**Пистолет рукояткой ориентируется относительно оси магазина**, подаваемого естественным движением предплечья. Пистолет находится на линии прицеливания, развернут влево относительно окна выброса гильз и чуть наклонен стволом вниз так, чтобы ось рукоятки пистолета совпадала с вертикальной осью подаваемого магазина.

Особое внимание обратить на положение указательного пальца сильной руки в момент перезарядки. **Палец находится вне спусковой скобы, обеспечивая безопасность действия с оружием.**

**Дозировка:** выполнять не менее 20 раз.

**Характерные ошибки при отработке темы занятия:** магазин дном не упирается в ладонь, указательный палец слабой руки ложится не строго вдоль передней стенки магазина, а наискосок. Локоть слабой руки опускается вместе с кистью, что при подаче магазина вверх ведет к выгибанию всего тела. При перезарядке пистолет уходит с линии прицеливания вниз, что снижает возможность прицельного выстрела, когда патрон в патроннике есть, а смена магазина еще не произошла.

## 2.8 СТРЕЛЬБА ПРИ ПЕРЕМЕЩЕНИИ.

**Необходимость изучения темы занятия:** при возникновении необходимости вести огонь из пистолета в лесу, в здании, среди развалин и т. д., умение поражать быстро и точно цели, совершая короткие и длинные перемещения, имеет важное значение.

**Цель занятия:** приобретение устойчивых навыков принятия положения для стрельбы из пистолета после короткого и длинного перемещения.

**Обеспечение:** штатное снаряжение, пистолет, средство подачи сигнала (таймер МКПС, свисток), 2 мишени на стойках на каждого обучаемого.

**Упражнение № 1:** короткое перемещение, **И. П.** – пистолет с вставленным магазином, не снаряженным патронами, в кобуре. На исходном рубеже устанавливается глухой щит, шириной 1,5-2 м. Слева и справа от щита на дистанции 3-7 м - две мишени. **И. П.** – с одной из сторон щита. По сигналу обучаемый наводит оружие на цель, делает выстрел вхолостую (два выстрела), перемещается на другой конец щита и выполняет другой выстрел вхолостую (два выстрела).

**Методические рекомендации:** при коротких перемещениях оружие остается на уровне глаз. Удерживать оружие в момент перемещения можно как одной, так и двумя руками. Следить за положением пальца в зоне спускового крючка при перемещении с пистолетом и соблюдением угла безопасности.

**Дозировка:** выполнять не менее 20 раз, до полного исчезновения ошибок.

**Упражнение № 2:** длинное перемещение, **И. П.** – пистолет с вставленным магазином, не снаряженным патронами, в кобуре. На исходном рубеже устанавливается глухой щит, шириной 5-7 м. Слева и справа от щита на дистанции 3-7 м - две мишени. **И. П.** – с одной из сторон щита. По сигналу обучаемый наводит оружие на цель, делает выстрел вхолостую (два выстрела), перемещается на другой конец щита и выполняет другой выстрел вхолостую (два выстрела).

**Методические рекомендации:** при длинном перемещении необходимо освободить от удержания оружия слабую руку, и она должна работать, как при обычном беге, помогая скорости передвижения стрелка. Рука с оружием должна находиться вверху (уровень подбородка), палец вне спусковой скобы, ствол оружия в сторону щита. При приближении к стрелковой позиции стрелок должен зрительно фиксировать то место, откуда он будет производить стрельбу вхолостую, и рассчитывать, когда ему нужно начинать притормаживать. За 1-1,5 м до остановки (позиция, откуда будет видна мишень) начинать торможение, слабую руку укладывать в хват, оружие выводить на линию: глаз – целик – мушка – точка прицеливания, и производить выстрел вхолостую. Необходимо, чтобы эта

связка: торможение – наложение слабой руки в хват – вынос оружия на цель – выстрел (вхолостую) – проводилась слитно.

**Дозировка:** выполнять не менее 20 раз, до полного исчезновения ошибок.

**Характерные ошибки при отработке темы занятия:** не выход на хват перед выстрелом при стрельбе боевыми патронами приводит к низкой точности. Медленное передвижение, но при этом чрезмерно быстрая стрельба. Указательный палец накладывается на спусковой крючок после прицеливания, при длинном перемещении слабая рука не освобождается и не помогает ускорению, указательный палец не убирается при перемещении со спускового крючка, производится размахивание пистолетом или разбивка угла безопасности.

## 2.9 СТРЕЛЬБА В ДВИЖЕНИИ.

**Необходимость изучения темы занятия:** умение вести огонь из пистолета в движении одиночными, сдвоенными выстрелами, а так же беглым огнем дает неоценимое преимущество при прорыве, прикрытии, смены позиции и других ситуациях в огневом контакте на коротких дистанциях.

**Цель занятия:** приобретение устойчивого навыка стрельбы из пистолета в движении вперед, назад и по фронту, а так же стрельбы в движении с переносом огня.

**Обеспечение:** штатное снаряжение, пистолет, средство подачи сигнала (таймер МКПС, свисток), 1 мишень на стойке на каждого обучаемого, 6-8 автопокрышек, 20-30 м бруска.

**Упражнение № 1: И. П.** – пистолет с вставленным магазином, не снаряженным патронами, у груди, стволом в сторону мишени, удерживается двуручным хватом, палец вне спусковой скобы. Одна мишень на каждого обучаемого на дистанции 10-12 м. По команде «приготовиться» обучаемый приседает, понижая свой центр тяжести, и наклоняет корпус тела в сторону мишени. По сигналу выносит оружие на линию прицеливания, начинает движение вперед. Удерживая мушку в центре мишени и имитируя нажим на спусковой крючок, производит в нее быстрые выстрелы вхолостую. За 5 м до мишени обучаемый останавливается и совершает движение назад, продолжая стрельбу вхолостую.

**Методические рекомендации:** центр тяжести тела понижается. Так как нога, в стационарной стойке выполняющая роль опоры, препятствующей запрокидыванию тела из-за отдачи назад (для исключения ухода очередной точки попадания вверх при совершении нескольких быстрых выстрелов подряд), участвует в движении, то угол противодействия отдаче создается за счет **ощутимого наклона** корпуса тела в сторону мишени. Ноги в коленях полусогнуты. Постановку ног производить перекачиванием ступни с пятки на носок по ребру стопы – крадущийся шаг (кошачий). Перемещение производить по

одной линии (не будет боковых раскачиваний туловища). При движении (особенно назад), периферийным зрением контролировать ровность поверхности. Оптимально делать выстрел вхолостую при одноопорном положении (одна нога стоит на земле, другая переносится для шага). При этом следует заметить, что **после получения устойчивого навыка нет разницы, в каком положении в момент нажатия на спусковой крючок находятся ноги.** Длина шага короче, чем при обычном передвижении. Добиваться сохранения положения мушки в центре мишени во время всего выполнения упражнения.

**Дозировка:** выполнять не менее 20 раз, до полного исчезновения ошибок, при максимально быстром движении.

**Упражнение № 2: И. П.** – пистолет с вставленным магазином, не снаряженным патронами, у груди, стволом в сторону мишени, удерживается двуручным хватом, палец вне спусковой скобы. Одна мишень на каждого обучаемого на дистанции 8-10 м. В 1 м от исходного рубежа – препятствие из 6-8 автопокрышек. По команде «приготовиться» обучаемый приседает, понижая свой центр тяжести, и наклоняет корпус тела в сторону мишени. По сигналу выносит оружие на линию прицеливания, начинает движение вокруг препятствия по часовой стрелке на расстоянии около 1 м от него. Удерживая мушку в центре мишени, производит в нее быстрые выстрелы вхолостую.

**Методические рекомендации:** обратить внимание: туловище **наклонено в сторону мишени**, ноги согнуты в коленях, периферийным зрением контролировать свое положение по отношению к препятствию. Постановка ног – пережат с пятки на носок по ребру стопы, и особенность (переход от движения вперед к движению назад) – заступающий шаг. Положение мушки – в центре мишени. После выполнения стрельбы вхолостую в движении по часовой стрелке выполнять движение против часовой стрелки, руководствуясь теми же методическими указаниями.

Подобное упражнение можно построить при движении по треугольнику, для чего на земле выкладывается треугольник со стороной 1-1,5 м. Упражнение также выполняется по часовой и против часовой стрелки. **Скорость передвижения зависит от качества выполнения задачи.**

**Дозировка:** выполнять не менее 20 раз, до полного исчезновения ошибок, при максимально быстром движении.

**Упражнение № 3: И. П.** – пистолет с вставленным магазином, не снаряженным патронами, у груди, стволом в сторону мишени, удерживается двуручным хватом, палец вне спусковой скобы. На дистанции 8-10 м устанавливаются 3-4 мишени. Напротив крайних мишеней справа и слева по исходному рубежу выкладываются из бруска ограничительные линии. По команде «приготовиться» обучаемый приседает, понижая свой центр тяжести, и наклоняет корпус тела в сторону мишени. По сигналу наводит оружие и производит стрельбу по мишеням

вхолостую в движении по фронту. Дойдя до ограничительной линии, начинает движение в другую сторону.

**Методические рекомендации:** при движении по фронту корпус тела развернуть и **ощутимо наклонить** к мишеням, ноги, согнутые в коленях, ставить мягко, перекатом с пятки на носок по ребру стопы, заступая одна за другую по одной линии. Положение мушки – в центре мишени. **Скорость передвижения зависит от качества попаданий в мишень.**

**Дозировка:** выполнять не менее 20 раз, до полного исчезновения ошибок, при максимально быстром движении.

**Упражнение № 4: И. П.** – пистолет с вставленным магазином, не снаряженным патронами, у груди, стволом в сторону мишени, удерживается двуручным хватом, палец вне спусковой скобы. От исходного рубежа вперед проложен коридор из бруска шириной 1,5-2 м и длиной 10-15 м. Слева и справа от коридора на дистанции 5-7 м установлены стойки с мишенями в шахматном порядке (слева на дистанции 3 м от исходного рубежа, справа – на дистанции 5 м), последующие мишени стоят с интервалом от первой на 3 м как слева, так и справа. По команде «приготовиться» обучаемый приседает, понижая свой центр тяжести, и наклоняет корпус тела в сторону мишени. По сигналу обучаемый наводит пистолет на мишень слева и, начав движение вперед по коридору, производит выстрел (сдвоенный выстрел) вхолостую в нее, развернув голову, находит взглядом следующую мишень, производит разворот туловища вправо, в движении делает выстрел вхолостую в мишень и т. д., до конца коридора.

**Методические рекомендации:** тщательно следить за безопасностью при переносе оружия на мишень (угол безопасности). При переносе – вначале на очередную мишень поворотом головы переводить взгляд, затем разворачивать корпус тела с оружием и ноги. Пистолет при разворотах в движении не уводит с линии прицеливания. Особенность стрельбы вхолостую в движении с переносом оружия – меняющаяся постановка ног – от линейной постановки, как при движении вперед, до перемещения ног с заступом при большом развороте корпуса тела. **Скорость передвижения зависит от качества выполнения задачи.**

**Дозировка:** выполнять не менее 20 раз, до полного исчезновения ошибок, при максимально быстром движении.

**Характерные ошибки при отработке темы занятия:** ноги недостаточно сгибаются в коленях, корпус тела прямой, движение осуществляется приставными шагами, инерциальный пронос оружия через мишень при развороте с последующим возвращением, медленное движение при чрезмерно быстрой стрельбе, указательный палец не убирается со спускового крючка после выстрела (выстрелов) вхолостую, разбитие угла безопасности.

### **3. ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ В ТИРЕ И НА СТРЕЛЬБИЩЕ.**

#### **3.1 ОРГАНИЗАЦИОННАЯ ЧАСТЬ:**

**3.1.1 Организация занятия в тире:** расстояние между стрелками на огневой линии должно быть не менее 1,5 м. Если обучаемых больше, чем позволяет ширина тира, то обучаемые разбиваются на две группы: пока одна группа стреляет, находясь на одной стрелковой линии, вторая группа холостит напротив пуленепробиваемой стены с закрепленными на ней мишенями.

**Рекомендация:** оптимальное построение занятий – один инструктор на 6 обучаемых.

**3.1.2 Обеспечение оружием:** один пистолет на одного обучаемого плюс 4 магазина на каждый пистолет, допускается 2 магазина на каждый пистолет.

**3.1.3 Техническое обеспечение:** таймеры по количеству инструкторов, защитные очки, наушники на каждого находящегося в тире, кобуры, ремни, подсумки, мишени, стойки для мишеней, скотч.

#### **3.2 ПРАКТИЧЕСКОЕ ОБУЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОМУ ОБРАЩЕНИЮ С ПИСТОЛОТОМ.**

**Необходимость изучения темы занятия:** большой процент гибнущих от своего огня при ведении боевых действий и небезопасного и неквалифицированного обращения с оружием вне боевых действий.

##### **Цель занятия:**

1. Отработка положения указательного пальца в зоне спускового крючка при направлении пистолета на мишень и возвращении его в исходное положение.
2. Отработка безопасного положения оружия при смене стрелковых позиций (при перемещении стрелка).
3. Отработка положения указательного пальца в зоне спускового крючка при перезарядке пистолета.

**Обеспечение:** штатное снаряжение, пистолет с двумя магазинами, патроны к пистолету, средство подачи сигнала (таймер МКПС, свисток), мишень на стойке на каждого обучаемого, лента для заклейки пробоин в мишени.

**Упражнение № 1: И. П.** – пистолет у груди, стволом в сторону мишени, магазин полностью снаряжен патронами, хват одной или двумя руками. Указательный палец находится вне спусковой скобы. Обучаемые находятся на одной линии с интервалом не менее 1,5 м. Мишень в 7 м напротив каждого обучаемого. По сигналу (один свисток) обучаемый наводит оружие на цель, указательный палец накладывает на спусковой крючок, производит выстрел и убирает палец со спускового крючка.

По следующему сигналу (два свистка) рука (руки) с оружием и выпрямленным указательным пальцем возвращается к груди.

**Методические рекомендации:** напомнить – указательный палец накладывается на спусковой крючок в процессе наведения пистолета на мишень и убирается сразу после окончания стрельбы (палец должен быть выпрямлен, но не напряжен. Не рекомендовать опирать указательный палец сильной руки о скобу спускового крючка, так как мышцы пальца напрягаются и становятся менее подвижными). Выполнять медленно, по достижении определенной четкости действий – ускорять подачу сигналов. Внимание обучаемых заострять на том, что при выносе пистолета на цель положение указательного пальца на спусковом крючке или вне его на скорость открытия огня не влияет, а для безопасности применения оружия в условиях стресса имеет огромное значение. Инструктор находится справа от обучаемых и в процессе выполнения упражнения делает замечания. Следит за правильностью хвата пистолета, при необходимости вносит поправки.

**Дозировка:** не менее 8 раз при удержании правой, левой руками и двуручным хватом.

**Упражнение № 2: И. П.** – пистолет у груди, стволом в сторону мишени, магазин полностью снаряжен патронами, хват одной или двумя руками. По фронту с интервалом 3-4 метра на стойках устанавливаются три мишени, выставленные вглубь огневого рубежа от исходной линии на следующие дистанции: центральная мишень – 3 метра, крайние мишени – 7-10 метров, каждая со своим исходным рубежом для стрельбы – 3 метра. Стрелок стоит напротив центральной мишени и удерживает пистолет двумя руками у груди. По сигналу делает в центральную мишень два выстрела, убирает палец со спускового крючка, удерживая пистолет в одной руке стволом в сторону правой мишени на уровне подбородка, быстро перемещается к ней, останавливается в трех метрах напротив нее, накладывает палец на спусковой крючок и делает два выстрела, убирает палец со спускового крючка, разворачивается и быстро перемещается на исходный рубеж у центральной мишени, при этом пистолет остается направленным на отстрелянную мишень. Достигнув исходного рубежа центральной мишени, обучаемый разворачивается к ней лицом (пистолет уже направлен на нее), делает два прицельных выстрела и, убрав палец со спускового крючка, быстро перемещается к левой мишени, держа пистолет на уровне подбородка стволом в сторону этой мишени. Остановившись в трех метрах от нее, прицеливается в нее и, наложив палец на спусковой крючок, делает два выстрела. Убрав палец со спускового крючка, и удерживая пистолет стволом в сторону обстрелянной мишени, быстро перемещается на исходный рубеж центральной мишени. После остановки, разворачивается к ней лицом (пистолет уже направлен на нее), накладывает палец на спусковой крючок и делает в мишень два прицельных выстрела.

**Методические рекомендации:** инструктор должен находиться справа, упражнение может выполняться группой, но перед подачей очередного сигнала –

визуально контролировать индивидуальный результат. **Обязательно контролировать хват пистолета при прицеливании.**

**Дозировка:** Упражнение заканчивается **только** после того, как обучаемый перестает делать ошибки.

**Упражнение № 3: И. П.** – пистолет у груди с патроном в патроннике, стволом в сторону мишени, удерживается одной или двумя руками. В магазине, вставленном в пистолет – 1 патрон, магазин в подсумке не снаряжен патронами. Указательный палец находится вне спусковой скобы. Обучаемые находятся на одной линии с интервалом не менее 1,5 м. Мишень в 7 м напротив каждого обучаемого. По сигналу обучаемый наводит оружие на цель, указательный палец накладывает на спусковой крючок, производит выстрел и убирает палец со спускового крючка, в зависимости от конструкции фиксатора магазина правой или левой рукой сбрасывает магазин, вставляет следующий, прицеливается в мишень, наложив указательный палец на спусковой крючок, производит выстрел и убирает палец со спускового крючка.

По следующему сигналу (два свистка) рука (руки) с оружием и выпрямленным указательным пальцем возвращается к груди.

**Методические рекомендации:** инструктор должен находиться справа, упражнение может выполняться группой, но перед подачей очередного сигнала – визуально контролировать индивидуальный результат.

**Дозировка:** выполняется до полного исчезновения ошибок.

**Характерные ошибки при отработке темы занятия:** невнимательность обучаемых – устраняется только высокой интенсивностью проведения занятия и личной энергетикой инструктора (инструкторов).

### **3.3 УДЕРЖАНИЕ ПИСТОЛЕТА ХВАТОМ ПРАВОЙ (ЛЕВОЙ) РУКИ, ДВУРУЧНЫМ ХВАТОМ.**

**Необходимость изучения темы занятия:** данная тема является **ГЛАВНОЙ, ПРЕДЕЛЬНО ВАЖНОЙ И ОСНОВОПОЛАГАЮЩЕЙ** при обучении как скоростной стрельбе одиночными и сдвоенными выстрелами, беглым одиночным огнем, стрельбе длинной и прерывистой очередью (для АПС), так и точной стрельбе на предельные для пистолета дистанции, включая высокоточную спортивную стрельбу. Данная тема является **БАЗОЙ** для всего дальнейшего обучения и использования оружия в служебной деятельности.

**Цель занятия:**

1. Отработка навыков хвата пистолета сильной рукой и стойки стрелка для противодействия паразитным силам, возникающим при производстве выстрела.
2. Отработка навыков хвата пистолета слабой рукой и стойки стрелка для противодействия паразитным силам, возникающим при производстве выстрела.

3. Отработка способа передачи пистолета от сильной руки к слабой руке.
4. Отработка навыков хвата пистолета двумя руками (двуручным хватом) и стойки стрелка для противодействия паразитным силам, возникающим при производстве выстрела

**Обеспечение:** штатное снаряжение, пистолет с двумя магазинами, патроны к пистолету, мишень на стойке на каждого обучаемого, средство подачи сигнала (таймер МКПС, свисток), лента для заклейки пробоин в мишени.

**Упражнение № 1: И. П.** – обучаемые стоят на одной линии с интервалом не менее 1,5 м. Напротив каждого на дистанции 7 м установлена мишень. Инструктор **тщательно** напоминает процессы, происходящие с пистолетом в момент выстрела, паразитные силы, возникающие при этом, и способ противодействия этим паразитным силам (глава 1, «Методика удержания пистолета при скоростной стрельбе»). По мере полного усвоения обучаемыми закрепощения рукоятки пистолета в четырех точках сильной рукой объясняется важность создания угла противодействия отдаче за счет стойки стрелка. Осуществляется показ правильной (оптимальной) стойки. **При хвате пистолета одной рукой, слабая рука с силой прижимается к своей стороне груди и сжимается в кулак с усилием, равным усилию сжатия рукоятки пистолета сильной рукой.** По команде пистолет заряжается и обучаемые производят выстрелы следующим образом: первый выстрел в центр мишени, следующий – в полученную пробоину (максимально близко к ней), и так до окончания патронов в магазине.

**Методические рекомендации:** после объяснения и постановки хвата и агрессивной (с целью создания угла противодействия отдаче) стойки, проверять степень закрепощения рукоятки пистолета мизинцем и безымянным пальцем сильной руки обучаемого выламыванием дульной части ствола пистолета обучаемого вверх, имитируя подброс ствола, а также (обхватив ладонью ствол пистолета) по оси ствола – по часовой стрелке и против нее (для проверки степени усилия встречного сжатия рамки пистолета большим пальцем и основанием указательного пальца сильной руки). Правильность и жесткость стойки обучаемого проверять серией сильных толчков ладонью инструктора в дульный срез его пистолета. Для исключения при стрельбе боевыми патронами кивка пистолета в момент выстрела, перед началом стрельб дается объяснение, что созданная жесткая система: пистолет – стрелок – пол – неподвижна, движется только указательный палец, после чего производится большое количество выстрелов в мишень, **при этом основное внимание уделяется неподвижному положению мушки пистолета относительно целика и точки прицеливания в момент срыва курка.** По мере получения удовлетворительного результата на мишени скорость стрельбы можно увеличить. Если при этом кучность ухудшается, то скорость стрельбы необходимо снизить.

**Дозировка:** выполнять в зависимости от возможностей до получения высокой кучности пробоин.

**Упражнение № 2:** делать то же самое, что и в упражнении № 1, только для слабой руки.

**Методические рекомендации:** см. упражнение № 1.

**Дозировка:** см. упражнение № 1.

**Упражнение № 3: И. П.** – пистолет с вставленным магазином, снаряженным двумя патронами, в кобуре. Обучаемые располагаются на одной линии с интервалом 1,5 м. Мишень в 7 м напротив каждого обучаемого. По сигналу пистолет извлекается из кобуры, досылается патрон в патронник, пистолет выносится хватом сильной руки на мишень, производится выстрел, далее - пистолет на уровне глаз передается в кисть слабой руки, и производится второй выстрел.

**Методические рекомендации:** постоянно акцентировать внимание обучаемых, что передача пистолета от одной руки к другой на **уровне глаз** снижает время на прицеливание и, соответственно, существенно ускоряет открытие огня.

**Дозировка:** выполнять в зависимости от возможностей до получения высокой кучности пробойн.

**Упражнение № 4: И. П.** – пистолет, с вставленным магазином, полностью снаряженным патронами, в кобуре. Обучаемые располагаются на одной линии с интервалом 1,5 м. Напротив каждого на дистанции 7 м установлена мишень. Инструктор напоминает, в каких случаях применяется двуручный хват пистолета (глава 1, «Методика удержания пистолета при скоростной стрельбе»). Осуществляется напоминание правильной (оптимальной) стойки с акцентированием внимания, что данная стойка является **БАЗОВОЙ И ЕДИНОЙ** для всех видов индивидуального стрелкового оружия, включая длинноствольное автоматическое. После извлечения пистолета из кобуры, обучаемый запирает его в четырех точках хватом двух рук, принимает правильную стойку, производит выстрелы в мишень. Первый выстрел в центр мишени, следующий в полученную пробоину (максимально близко к ней) и так до окончания патронов в магазине. Все действия производятся под индивидуальным контролем инструктора.

**Методические рекомендации:** после напоминания и проверки хвата и агрессивной (с целью создания угла противодействия отдаче) стойки, проверять степень закрепощения рукоятки пистолета мизинцами и безымянными пальцами двух рук, а также жестким встречным сдавливанием рамки пистолета мягким основанием большого пальца слабой руки и основанием указательного пальца сильной руки обучаемого, выламыванием дульной части ствола пистолета обучаемого вверх, имитируя подброс ствола, а так же (обхватив ладонью ствол пистолета) по оси ствола – по часовой стрелке и против нее (для проверки степени усилия встречного сжатия рамки пистолета кистями двух рук). Внимание обучаемых акцентировать на положении локтей, которые должны быть

максимально поднятыми вверх (но не закрывать фронтальный обзор). При этом, командой опускать и поднимать локти дать почувствовать, что пистолет встречно запирается именно подниманием локтей. Правильность и жесткость стойки обучаемого проверять серией сильных толчков ладонью в дульный срез его пистолета. **Для исключения при стрельбе боевыми патронами кивка пистолета в момент выстрела объяснять, что созданная жесткая система: пистолет – стрелок – пол – неподвижна, движется только указательный палец, после чего производится большое количество выстрелов в мишень, при этом основное внимание уделяется неподвижному положению мушки пистолета относительно целика и точки прицеливания в момент срыва курка.** Особое внимание при контроле хвата перед стрельбой боевыми патронами обращать на то, что четыре пальца слабой руки плотно, без зазора, охватывают три пальца сильной руки, кисть слабой руки отогнута до упора кистевого шарнира вниз, а нижняя часть предохранительной скобы спускового крючка с силой упирается в третью (вторую) фалангу указательного пальца слабой руки. По мере получения удовлетворительного результата на мишени скорость стрельбы можно увеличить. Если при этом кучность ухудшается, то скорость стрельбы необходимо снизить.

**Дозировка:** выполнять в зависимости от возможностей до получения высокой кучности пробойн.

**Характерные ошибки при отработке темы занятия:** частой ошибкой является нежесткое вбивание перепонки между большим и указательным пальцами в задний упор рукоятки пистолета, что при стрельбе боевыми патронами приводит к движению пистолета внутри кисти сильной руки и, как следствие, низкой кучности стрельбы сдвоенными выстрелами и беглым одиночным огнем. Серьезной ошибкой является сжатие рамки пистолета не строго по одной оси, а со сдвигом. Необходимо понимать, что при скоростной стрельбе эта несоосность сжатия, в свою очередь, приводит к «взбрыкиванию» пистолета и, соответственно, ухудшению кучности попаданий, особенно на дистанциях 7-15 м. Еще одной большой ошибкой является слабое закрепощение кистевых суставов, что ведет к большому ходу (подпрыгиванию) мушки пистолета вверх, так как требует большего времени на возвращение мушки на точку прицеливания и при стремлении стрелка быстрее стрелять точность стрельбы и кучность резко падают. Необоснованно широкий разнос ног, но при этом корпус тела, не имеющий наклона вперед, при совершении серии быстрых выстрелов приводит к большому вертикальному разбросу попаданий. Другие ошибки выявляются при стрельбе боевыми патронами и устраняются строгим соблюдением требований «Методики удержания пистолета при скоростной стрельбе» (глава 1).

### **3.4 СТРЕЛЬБА ДВУРУЧНЫМ ХВАТОМ СДВОЕННЫМИ ВЫСТРЕЛАМИ.**

**Необходимость изучения темы занятия:** попадание одной пули вызывает шок, но не исключает ответный выстрел, попадание второй пули либо исключает ответный выстрел, либо делает его не эффективным. Попадание двух (или

нескольких) пуль с максимальной кучностью и за короткий промежуток времени удваивает (суммирует) кинетический удар.

**Цель занятия:** отработка навыков стрельбы из пистолета контролируемые сдвоенными выстрелами.

**Обеспечение:** штатное снаряжение, пистолет с двумя магазинами, патроны к пистолету, мишень на стойке на каждого обучаемого, средство подачи сигнала (таймер МКПС, свисток), лента для заклейки пробоин в мишени.

**Упражнение: И. П.** – пистолет с вставленным магазином, полностью снаряженным патронами, в кобуре. Обучаемые располагаются на одной линии с интервалом 1,5 м. Напротив каждого на дистанции 7 м установлена мишень. Инструктор напоминает, для чего производится стрельба сдвоенными выстрелами (глава 1, «Методика удержания пистолета при скоростной стрельбе»). Осуществляется напоминание правильной (оптимальной) стойки с акцентированием внимания, что данная стойка является **БАЗОВОЙ И ЕДИНОЙ** для всех видов индивидуального стрелкового оружия, включая длинноствольное автоматическое. После извлечения пистолета из кобуры, обучаемый запирает его в четырех точках хватом двух рук, принимает правильную стойку, производит сдвоенные выстрелы в мишень. Первая двойка в центр мишени, следующая в полученные пробоины (максимально близко к ним) и так до окончания патронов в магазине. Все действия производятся под индивидуальным контролем инструктора.

**Методические рекомендации:** после напоминания и проверки хвата и агрессивной (с целью создания угла противодействия отдаче) стойки, проверять степень закрепощения рукоятки пистолета мизинцами и безымянными пальцами двух рук, а также жестким встречным сдавливанием рамки пистолета мягким основанием большого пальца слабой руки и основанием указательного пальца сильной руки обучаемого, выламыванием дульной части ствола пистолета обучаемого вверх, имитируя подброс ствола, а так же (обхватив ладонью ствол пистолета) по оси ствола – по часовой стрелке и против нее (для проверки степени усилия встречного сжатия рамки пистолета кистями двух рук). Внимание обучаемых акцентировать на положении локтей, которые должны быть максимально поднятыми вверх (но не закрывать фронтальный обзор). При этом командой опускать и поднимать локти дается почувствовать, что пистолет жестко встречно запирается именно подниманием локтей. Правильность и жесткость стойки обучаемого проверять серией сильных толчков ладонью инструктора в дульный срез его пистолета. **Для исключения при стрельбе боевыми патронами кивка пистолета в момент выстрела, объяснить, что созданная жесткая система: пистолет – стрелок – пол – неподвижна, движется только указательный палец, после чего производится большое количество выстрелов в мишень, при этом основное внимание уделяется неподвижному положению мушки пистолета относительно целика и точки прицеливания в момент срыва курка.** Особое внимание при контроле хвата перед стрельбой

боевыми патронами обращать на то, что четыре пальца слабой руки плотно, без зазора, охватывают три пальца сильной руки, кисть слабой руки отогнута до упора кистевого шарнира вниз, а нижняя часть предохранительной скобы спускового крючка с силой упирается в третью (вторую) фалангу указательного пальца слабой руки. По мере получения удовлетворительного результата на мишени скорость стрельбы можно увеличить. Если при этом кучность ухудшится, то скорость стрельбы необходимо снизить.

**Дозировка:** выполнять в зависимости от возможностей до получения высокой кучности пробойн.

**Характерные ошибки при отработке темы занятия:** частой ошибкой является нежесткое вбивание перепонки между большим и указательным пальцами в задний упор рукоятки пистолета, что при стрельбе боевыми патронами приводит к движению пистолета внутри кисти сильной руки и, как следствие, низкой кучности стрельбы сдвоенными выстрелами и беглым одиночным огнем. Серьезной ошибкой является сжатие рамки пистолета не строго по одной оси, а со сдвигом. Необходимо понимать, что при скоростной стрельбе эта несоосность сжатия в свою очередь приводит к «взбрыкиванию» пистолета и, соответственно, ухудшению кучности попаданий, особенно на дистанциях 7-15 м. Еще одной большой ошибкой является слабое закрепощение кистевых суставов, что ведет к большому ходу (подпрыгиванию) мушки пистолета вверх, так как требует большего времени на возвращение мушки на точку прицеливания, и при стремлении стрелка быстрее стрелять точность стрельбы и кучность резко падают. Необоснованно широкий разнос ног, но при этом корпус тела, не имеющий наклона вперед, при совершении серии быстрых выстрелов приводит к большому вертикальному разбросу попаданий. Другие ошибки выявляются при стрельбе и устраняются строгим соблюдением требований «Методики удержания пистолета при скоростной стрельбе» (глава 1).

### **3.5 НАВОДКА ОРУЖИЯ НА МИШЕНЬ (ДВУРУЧНЫМ ХВАТОМ).**

**Необходимость изучения темы занятия:** умение правильно и быстро наводить оружие на цель является одним из главных элементов любой стрельбы, а в скоростной стрельбе из пистолета это – 50% результата.

**Цель занятия:** изучить и отработать правильные действия при наведении пистолета на мишень.

**Обеспечение:** штатное снаряжение, пистолет, патроны к пистолету, средство подачи сигнала (таймер МКПС, свисток), мишени по количеству обучаемых, лента для заклейки пробойн в мишени.

**Упражнение: И. П.** – пистолет с вставленным магазином, полностью снаряженным патронами, патрон в патроннике, курок спущен, в кобуре. Обучаемые располагаются в одну линию с интервалом не менее 1,5 м. Мишень в

7 м напротив каждого обучаемого. По сигналу сильной рукой извлекают пистолет из кобуры, выносят его двуручным хватом на мишень, делают выстрел самовзводом на скорость, безопасно спускают курок и помещают пистолет в кобуру.

**Методические рекомендации:** если попадание в мишень не удовлетворяет требованиям, то необходимо внести поправки в положение рукоятки пистолета в кисти руки следующим образом: закрыть глаза и прицелить пистолет в мишень, после 3-5 секунд удержания открыть глаза и проверить правильность «ровной мушки», т. е. положение мушки в целике пистолета. В случае, если мушка «не на месте», за счет перехватывания рукоятки пистолета в кисти сильной руки довести ее положение до желаемого. Если же во время удержания оружия мушка находится на месте, то необходимо запомнить это положение оружия в руке и почувствовать углы рамки пистолета каждой мышцей ладони сильной руки, участвующей в работе по удержанию пистолета.

**Дозировка:** не менее 10-15 раз.

**Характерные ошибки при отработке темы занятия:** не выход на правильный хват, невнимательность.

### **3.6 ДОСЫЛАНИЕ ПАТРОНА В ПАТРОННИК.**

**Необходимость изучения темы занятия:** безопасное ношение пистолета без патрона в патроннике подразумевает досылание патрона при извлечении его из кобуры и от этого действия зависит скорость первого, упреждающего по времени выстрела. Изучаемая методика досылания патрона в патронник является универсальной для пистолетов с любым усилием возвратной пружины, с любым размером кожуха затвора, влажной (скользкой) поверхностью затвора или руки и позволяет гарантированно досылать патрон или устранять задержки в условиях отсутствия видимости и в стрессовых ситуациях, а при необходимости – производить досылание без шума.

**Цель занятия:** изучить и отработать досылание патрона в патронник после извлечения пистолета из кобуры и при устранении задержек в процессе стрельбы.

**Обеспечение:** штатное снаряжение, пистолет, патроны к пистолету, средство подачи сигнала (таймер МКПС, свисток), мишени на стойках по количеству обучаемых, лента для заклейки пробоя в мишени.

**Упражнение № 1: И. П.** – пистолет с вставленным магазином, снаряженным одним патроном, в кобуре. Обучаемые стоят в одну линию с интервалом не менее 1,5 м. Мишень в 7 м напротив каждого обучаемого. По сигналу сильной рукой извлекают пистолет из кобуры, досылают патрон в патронник, выносят пистолет на линию прицеливания, накладывая вторую руку на рукоятку пистолета и производят выстрел в мишень, убирают палец со спускового крючка. По

следующему сигналу извлекают магазин, снимают кожух затвора пистолета с затворной задержки и, произведя контрольный спуск в сторону мишени, убирают пистолет в кобуру.

**Методические рекомендации:** следить за правильностью наложения кисти слабой руки на кожух затвора, за обязательным зацеплением целика за фалангу указательного пальца и за правильным отпусканием кожуха затвора. Следить, чтобы к кобуре за пистолетом одновременно начинали движение обе руки.  
**Контролировать выход в хват после ухода кисти слабой руки с кожуха затвора.**

**Дозировка:** выполнять не менее 10-15 раз.

**Упражнение № 2: И. П.** – пистолет в кобуре, в магазине, вставленном в пистолет, три патрона: первый – боевой, второй – учебный, третий – боевой. Обучаемые стоят в одну линию с интервалом не менее 1,5 м. Мишень в 7 м напротив каждого обучаемого. По сигналу сильной рукой извлекают пистолет из кобуры, досылают патрон в патронник, выносят пистолет двуручным хватом на мишень, делают два выстрела (один – боевым патроном, второй – учебным), устраняют задержку, производят третий выстрел, извлекают магазин, снимают кожух затвора пистолета с затворной задержки и, произведя контрольный спуск в сторону мишени, убирают пистолет в кобуру.

**Методические рекомендации:** отрабатывать индивидуально, следить за правильностью наложения кисти слабой руки на кожух затвора, за обязательным зацеплением целика за фалангу указательного пальца и за правильным отпусканием кожуха затвора.

**Дозировка:** выполнять не менее 8 – 10 раз.

**Характерные ошибки при отработке темы занятия:** кисть слабой руки накладывается на кожух затвора не при выходе ствола пистолета из кобуры, а при его выносе на мишень, переворот кисти слабой руки для укладки ее в двуручный хват производится с отрывом от основания большого пальца сильной руки. После устранения задержки кисть слабой руки не выходит в хват.

### **3.7 ВЫХВАТЫВАНИЕ ПИСТОЛЕТА – ПЕРВЫЙ ВЫСТРЕЛ.**

**Необходимость изучения темы занятия:** первый выстрел не всегда все решает, но случаются ситуации, когда от этого зависит исход событий.

**Цель занятия:** изучить и отработать быстрое выхватывание пистолета из кобуры и производство первого выстрела с досыланием патрона в патронник и самовзводом.

**Обеспечение:** штатное снаряжение, пистолет с двумя магазинами, патроны к пистолету, мишень на стойке на каждого обучаемого, средство подачи сигнала (таймер МКПС, свисток), лента для заклейки пробоин в мишени.

**Упражнение № 1а: И. П.** – пистолет с вставленным магазином, снаряженным одним патроном, в кобуре. Обучаемые стоят в одну линию с интервалом не менее 1,5 м. Мишень в 7 м напротив каждого обучаемого. По сигналу пистолет выхватывается из кобуры, досылается патрон в патронник (см. досылание патрона в патронник из «Методики удержания пистолета при скоростной стрельбе», глава 1), пистолет хватом сильной руки выносится на мишень, производится выстрел.

**Методические рекомендации:** начинать выполнять упражнение необходимо не спеша, медленно и тщательно выполняя каждое действие. По сигналу кисть сильной руки протягивается снизу вверх до встречи с рукояткой пистолета и тремя предварительно согнутыми пальцами, производит хват передней стенки рукоятки, при этом средний палец, как можно плотней касается спусковой скобы (для открытой кобуры). В момент, когда пистолет наполовину вышел из кобуры, большой палец заводится за изгиб рукоятки, при этом перепонка между большим и указательным пальцем жестко вставляется в изгиб рукоятки, большой палец прижимает пистолет к основанию указательного пальца (жесткое встречное сжатие). Следить за правильностью наложения кисти слабой руки на кожух затвора, за обязательным зацеплением целика за фалангу указательного пальца и за правильным отпусканием кожуха затвора. Заострять внимание на правильности самостоятельного ввода поправок в положение пистолета в кисти руки.

**Дозировка:** выполнять в зависимости от возможностей до получения высокой точности стрельбы за минимальное время.

**Упражнение № 1б: И. П.** – пистолет с вставленным магазином, снаряженным одним патроном, в кобуре. Обучаемые стоят в одну линию с интервалом не менее 1,5 м. Мишень в 7 м напротив каждого обучаемого. По сигналу пистолет выхватывается из кобуры, досылается патрон в патронник (см. досылание патрона в патронник из «Методики удержания пистолета при скоростной стрельбе», глава 1), пистолет хватом сильной руки выносится на мишень, на уровне глаз передается в кисть слабой руки, и производится выстрел.

**Методические рекомендации:** начинать выполнять упражнение необходимо не спеша, медленно и тщательно, выполняя каждое действие. По сигналу кисть сильной руки протягивается снизу вверх до встречи с рукояткой пистолета и тремя предварительно согнутыми пальцами, производит хват передней стенки рукоятки, при этом средний палец, как можно плотней касается спусковой скобы (для открытой кобуры). В момент, когда пистолет наполовину вышел из кобуры, большой палец заводится за изгиб рукоятки, при этом перепонка между большим и указательным пальцем жестко вставляется в изгиб рукоятки, большой палец прижимает пистолет к основанию указательного пальца (жесткое встречное сжатие). Следить за правильностью наложения кисти слабой руки на кожух

затвора, за обязательным зацеплением целика за фалангу указательного пальца и за правильным отпусканием кожуха затвора. Постоянно акцентировать внимание обучаемых, что передача пистолета от одной руки к другой на **уровне глаз** снижает время на прицеливание и, соответственно, существенно ускоряет открытие огня. Заострять внимание на правильности самостоятельного ввода поправок в положение пистолета в кисти руки.

**Дозировка:** выполнять в зависимости от возможностей до получения высокой точности стрельбы за минимальное время.

**Упражнение № 1в: И. П.** – пистолет с вставленным магазином, снаряженным одним патроном, в кобуре. Обучаемые стоят в одну линию с интервалом не менее 1,5 м. Мишень в 7 м напротив каждого обучаемого. По сигналу пистолет выхватывается из кобуры, досылается патрон в патронник (см. досылание патрона в патронник из «Методики удержания пистолета при скоростной стрельбе», глава 1), пистолет двуручным хватом выносится на мишень, производится выстрел.

**Методические рекомендации:** начинать выполнять упражнение необходимо не спеша, медленно и тщательно выполняя каждое действие. По сигналу кисть сильной руки протягивается снизу вверх до встречи с рукояткой пистолета и тремя предварительно согнутыми пальцами, производит хват передней стенки рукоятки, при этом средний палец, как можно плотней касается спусковой скобы (для открытой кобуры). В момент, когда пистолет наполовину вышел из кобуры, большой палец заводится за изгиб рукоятки, при этом перепонка между большим и указательным пальцем жестко вставляется в изгиб рукоятки, большой палец прижимает пистолет к основанию указательного пальца (жесткое встречное сжатие). Следить за правильностью наложения кисти слабой руки на кожух затвора, за обязательным зацеплением целика за фалангу указательного пальца и за правильным отпусканием кожуха затвора. **Следить, чтобы к кобуре за пистолетом одновременно начинали движение обе руки.** Заострять внимание на правильности самостоятельного ввода поправок в положение пистолета в кистях рук.

**Дозировка:** выполнять в зависимости от возможностей до получения высокой точности стрельбы за минимальное время.

**Упражнение № 2а: И. П.** – пистолет с вставленным магазином, полностью снаряженным патронами, патрон в патроннике, курок спущен, в кобуре. Обучаемые стоят в одну линию с интервалом не менее 1,5 м. Мишень в 7 м напротив каждого обучаемого. По сигналу пистолет выхватывается из кобуры, хватом сильной руки выносится на мишень, производится выстрел самовзводом.

**Методические рекомендации:** начинать выполнять упражнение необходимо не спеша, медленно и тщательно выполняя каждое действие. По сигналу кисть сильной руки протягивается снизу вверх до встречи с рукояткой пистолета и тремя предварительно согнутыми пальцами, производит хват передней стенки

рукоятки, при этом средний палец, как можно плотней касается спусковой скобы (для открытой кобуры). В момент, когда пистолет наполовину вышел из кобуры, большой палец заводится за изгиб рукоятки, при этом перепонка между большим и указательным пальцем жестко вставляется в изгиб рукоятки, большой палец прижимает пистолет к основанию указательного пальца (жесткое встречное сжатие). При стрельбе самовзводом палец на спусковой крючок накладывается и начинает его выжимать одновременно с выносом оружия на линию прицеливания. В процессе выведения оружия на линию прицеливания производится корректировка положения мушки в целике и, по окончании выведения оружия в точку прицеливания, производится дожатие спускового крючка пистолета. Заострять внимание на правильности самостоятельного ввода поправок в положение пистолета в кисти руки.

**Дозировка:** выполнять в зависимости от возможностей до получения высокой точности стрельбы за минимальное время.

**Упражнение № 26: И. П.** – пистолет с вставленным магазином, полностью снаряженным патронами, патрон в патроннике, курок спущен, в кобуре. Обучаемые стоят в одну линию с интервалом не менее 1,5 м. Мишень в 7 м напротив каждого обучаемого. По сигналу пистолет выхватывается из кобуры, хватом сильной руки выносится на мишень, на уровне глаз передается в кисть слабой руки, и производится выстрел самовзводом.

**Методические рекомендации:** начинать выполнять упражнение необходимо не спеша, медленно и тщательно выполняя каждое действие. По сигналу кисть сильной руки протягивается снизу вверх до встречи с рукояткой пистолета и тремя предварительно согнутыми пальцами, производит хват передней стенки рукоятки, при этом средний палец, как можно плотней касается спусковой скобы (для открытой кобуры). В момент, когда пистолет наполовину вышел из кобуры, большой палец заводится за изгиб рукоятки, при этом перепонка между большим и указательным пальцем жестко вставляется в изгиб рукоятки, большой палец прижимает пистолет к основанию указательного пальца (жесткое встречное сжатие). Постоянно акцентировать внимание обучаемых, что передача пистолета от одной руки к другой на **уровне глаз** снижает время на прицеливание и, соответственно, существенно ускоряет открытие огня.

**При стрельбе самовзводом слабой рукой, палец на спусковой крючок накладывается и начинает выбирать его рабочий ход сразу же после формирования хвата, по окончании выведения оружия в точку прицеливания производится дожатие спускового крючка пистолета.** Заострять внимание на правильности самостоятельного ввода поправок в положение пистолета в кисти руки.

**Дозировка:** выполнять в зависимости от возможностей до получения высокой точности стрельбы за минимальное время.

**Упражнение № 2в: И. П.** – пистолет с вставленным магазином, полностью снаряженным патронами, патрон в патроннике, курок спущен, в кобуре. Обучаемые стоят в одну линию с интервалом не менее 1,5 м. Мишень в 7 м напротив каждого обучаемого. По сигналу пистолет выхватывается из кобуры, пистолет двуручным хватом выносится на мишень, производится выстрел самовзводом.

**Методические рекомендации:** начинать выполнять упражнение необходимо не спеша, медленно и тщательно выполняя каждое действие. По сигналу кисть сильной руки протягивается снизу вверх до встречи с рукояткой пистолета и тремя предварительно согнутыми пальцами, производит хват передней стенки рукоятки, при этом средний палец, как можно плотней касается спусковой скобы (для открытой кобуры). В момент, когда пистолет наполовину вышел из кобуры, большой палец заводится за изгиб рукоятки, при этом перепонка между большим и указательным пальцем жестко вставляется в изгиб рукоятки, большой палец прижимает пистолет к основанию указательного пальца (жесткое встречное сжатие). Следить за правильностью наложения кисти слабой руки на кожух затвора, за обязательным зацеплением целика за фалангу указательного пальца и за правильным отпусканием кожуха затвора. **Следить, чтобы к кобуре за пистолетом одновременно начинали движение обе руки.** При стрельбе самовзводом палец на спусковой крючок накладывается и начинает его выжимать, одновременно с выносом оружия на линию прицеливания. В процессе выведения оружия на линию прицеливания производится корректировка положения мушки в целике и, по окончании выведения оружия в точку прицеливания, производится дожатие спускового крючка пистолета. Заострять внимание на правильности самостоятельного ввода поправок в положение пистолета в кистях рук.

**Дозировка:** выполнять в зависимости от возможностей до получения высокой точности стрельбы за минимальное время.

**Характерные ошибки при отработке темы занятия:** выстрел делается, не выйдя на хват пистолета; кисть слабой руки при досылании патрона в патронник накладывается на кожух затвора не при выходе ствола пистолета из кобуры, а при его выносе на мишень; переворот кисти слабой руки для укладки ее в двуручный хват производится с отрывом от основания большого пальца сильной руки; руки начинают движение к кобуре не одновременно, точный выстрел не получается, так как при формировании хвата не введены поправки в положение пистолета в кисти руки.

### **3.8 ПЕРЕЗАРЯЖАНИЕ ПИСТОЛЕТА.**

**Необходимость изучения темы занятия:** если стрелок умеет с большой скоростью и точностью поражать цели, но не обучен быстро производить смену магазина, то при необходимости совершения количества выстрелов, большего, чем патронов в магазине, особенно в стрессовой ситуации, шансы на выживание

у него резко снижаются, поэтому способность достаточно быстро перезаряжать пистолет как в светлое время суток, так и при полном отсутствии видимости, в любом положении тела и в условиях стресса, имеет неоценимое значение.

**Цель занятия:** отработка навыка быстрого перезаряжания пистолетов любой модели и конструкции на основе природных возможностей человека.

**Обеспечение:** штатное снаряжение, пистолет с двумя магазинами, патроны к пистолету, средство подачи сигнала (таймер МКПС, свисток), мишени на стойках по количеству обучаемых, лента для заклейки пробойн в мишени.

**Упражнение: И. П.** – пистолет с вставленным магазином, полностью снаряженным патронами, патрон в патроннике, у груди, стволом в сторону мишени, хват одной или двумя руками. Указательный палец находится вне спусковой скобы. Второй магазин, полностью снаряженный патронами – в подсумке. Обучаемые стоят в одну линию с интервалом не менее 1,5 м. Мишень в 7 м напротив каждого обучаемого. По сигналу обучаемый наводит оружие на мишень, указательный палец накладывает на спусковой крючок, производит выстрел и убирает палец со спускового крючка, в зависимости от конструкции фиксатора магазина, правой или левой рукой сбрасывает магазин, вставляет следующий, прицеливается в мишень, наложив указательный палец на спусковой крючок, производит выстрел и убирает палец со спускового крючка. По следующему сигналу (два свистка) рука (руки) с оружием и выпрямленным указательным пальцем возвращается к груди.

**Методические рекомендации:** объяснять важность быстрого перезаряжания пистолета и осуществлять показ на основе природной координации движений. Перезарядка производится слабой или сильной рукой в зависимости от механизма фиксации магазина в пистолете:

1. Для пистолета с кнопочным фиксатором: сильная рука, перехватив рукоятку пистолета, большим пальцем нажимает на фиксатор магазина и, пока слабая рука ушла за полным магазином, перехватом рукоятки пистолета обратно укладывается в хват.

2. Для пистолетов с фиксацией основания магазина (ПМ, АПС и другие марки оружия с фиксатором в нижней части рукоятки пистолета): слабой рукой извлекаем магазин и опускаем кисть руки к подсумку со снаряженным магазином.

**Пистолет рукояткой ориентируется относительно оси магазина**, подаваемого естественным движением предплечья. Пистолет находится на линии прицеливания, развернут влево относительно окна выброса гильз и чуть наклонен стволом вниз так, чтобы ось рукоятки пистолета совпадала с вертикальной осью подаваемого магазина.

Особое внимание обратить на положение указательного пальца сильной руки в момент перезарядки. **Палец находится вне спусковой скобы, обеспечивая безопасность действия с оружием.**

**Дозировка:** выполнять не менее 20 раз.

**Характерные ошибки при отработке темы занятия:** магазин дном не упирается в ладонь, указательный палец слабой руки ложится не строго вдоль передней стенки магазина, а наискосок. Локоть слабой руки опускается вместе с кистью, что при подаче магазина вверх ведет к выгибанию всего тела. При перезарядке пистолет уходит с линии прицеливания вниз, что снижает возможность прицельного выстрела, когда патрон в патроннике есть, а смена магазина еще не произошла. После перезарядки выстрел производится без выхода кистей рук в хват.

### **3.9 ПЕРЕНОС ОГНЯ (СТРЕЛЬБА ПО ГРУППОВЫМ ЦЕЛЯМ).**

**Необходимость изучения темы занятия:** на коротких (лес, улица, транспорт, здание и др.) дистанциях пистолет становится предпочтительным оружием, и умение вести стрельбу по групповым целям является крайне важным элементом огневой подготовки.

**Цель занятия:** изучить и отработать приемы и правила переноса огня по фронту и в глубину при стрельбе из пистолета по групповым целям.

**Обеспечение:** штатное снаряжение, пистолет, патроны к пистолету, средство подачи сигнала (таймер МКПС, свисток), 2 картонные мишени на стойках и одна металлическая тарелка на каждого обучаемого, лента для заклейки пробоин в мишени.

**Упражнение № 1: И. П.** – пистолет с вставленным магазином, полностью снаряженным патронами, в кобуре. 2 мишени на дистанции 7 м с интервалом 1-2 м напротив каждого обучаемого. По сигналу производятся два выстрела (первый выстрел – с досыланием патрона в патронник, либо – самовзводом) в каждую мишень до опустошения магазина.

Первый обучаемый стреляет по первой и второй мишени, второй – по третьей и четвертой и т. д.

**Методические рекомендации:** в первом подходе производить перенос с одиночным выстрелом, следующие подходы – перенос со сдвоенными выстрелами. Соблюдать основное правило переноса огня – вначале глаза, затем корпус с оружием. При длинном переносе – вначале голова, затем корпус с оружием со скручиванием в ногах. Перед каждым подходом проверять правильность хвата рукоятки пистолета. Развороты производить быстрым, но плавным движением с резким торможением в конце движения.

**Дозировка:** выполнять в зависимости от возможностей до получения высокой точности стрельбы за минимальное время.

**Упражнение № 2а: И. П.** – пистолет с вставленным магазином, полностью снаряженным патронами, в кобуре. На дистанции 7 м на одной линии с интервалом 1,5-2 м устанавливаются бумажная мишень и металлическая тарелка

для каждого обучаемого. По сигналу производятся два выстрела (первый выстрел с досыланием патрона в патронник, либо – самовзводом) в картонную мишень и один выстрел в металлическую тарелку до опустошения магазина.

**Методические рекомендации:** объяснять, что металлическая тарелка как мишень меньше бумажной по размерам, поэтому целиться в нее необходимо дольше, поэтому и темп стрельбы по двум мишеням будет разный. Таким образом, при выполнении данного упражнения вырабатывается навык изменения скорости стрельбы от ближних мишеней к дальним. Соблюдать основное правило переноса огня – вначале глаза, затем корпус с оружием. При длинном переносе – вначале голова, затем корпус с оружием со скручиванием в ногах. Перед каждым подходом проверять правильность хвата рукоятки пистолета. Развороты производить быстрым, но плавным движением с резким торможением в конце движения.

**Дозировка:** выполнять в зависимости от возможностей до получения высокой точности стрельбы за минимальное время.

**Упражнение № 2б: И. П.** – пистолет с вставленным магазином, снаряженным 8 патронами, в кобуре. Мишени выставляются уступом в глубину на дистанции 7, 10, 15, 20 метров и интервалом 1-2 метра. По сигналу мишени поражаются двумя выстрелами каждая.

**Методические рекомендации:** добиваться изменения скорости стрельбы в зависимости от удаленности мишени. Соблюдать основное правило переноса огня – вначале глаза, затем корпус с оружием. Перед каждым подходом проверять правильность хвата рукоятки пистолета. Развороты производить быстрым, но плавным движением с резким торможением в конце движения. Кто из обучаемых не понимает влияния темпа стрельбы на точность, возвращается к выполнению упражнения № 2а.

**Дозировка:** выполнять в зависимости от возможностей до получения высокой точности стрельбы за минимальное время.

**Характерные ошибки при отработке темы занятия:** инерциальный пронос оружия через мишень при развороте с последующим возвращением, низкая скорость стрельбы из-за переноса глаз одновременно с пистолетом, низкая кучность при стрельбе сдвоенными выстрелами при неправильном хвате рукоятки пистолета. Упражнение № 2а вызывает наибольшее затруднение при обучении, так как при переносе огня в глубину обучаемые не очень понимают правило изменения темпа стрельбы и, либо стреляют быстрыми двойками и по дальним мишеням, либо долго целятся и медленно стреляют и по ближним мишеням.

### **3.10 ШАГ – ВЫСТРЕЛ.**

**Необходимость изучения темы занятия:** данная тема является подготовительной к освоению стрельбы при перемещениях, а также стрельбы с выходом из-за укрытий.

**Цель занятия:** отработка навыка принятия положения для стрельбы из пистолета после одношагового перемещения.

**Обеспечение:** штатное снаряжение, пистолет, патроны к пистолету, средство подачи сигнала (таймер МКПС, свисток), 2 мишени на стойках на каждого обучаемого, лента для заклейки пробоин в мишени.

**Упражнение: И. П.** – пистолет с вставленным магазином, полностью снаряженным патронами, в кобуре. 2 мишени на дистанции 7 м с интервалом 1-2 м напротив каждого обучаемого. По сигналу производится выстрел (первый выстрел с досыланием патрона в патронник, либо - самовзводом) в одну мишень, затем – шаг влево (вправо), корпус слегка наклоняется вперед, пистолет выносится на вторую мишень, производится выстрел, затем шаг вправо (влево), и так в каждую мишень до опустошения магазина.

**Методические рекомендации:** важно обращать внимание на то, что палец работает на выжим рабочего хода спускового крючка в процессе наводки оружия на цель. После произведенного выстрела сначала убирать палец со спускового крючка и выводить за пределы спусковой скобы, а затем пистолет возвращать в И. П. Таким же образом производить действия при шаге в другую сторону. Обращать внимание на принятие правильной стойки после шага в сторону для производства выстрела.

**Дозировка:** выполнять в зависимости от возможностей до получения высокой точности стрельбы за минимальное время.

**Характерные ошибки при отработке темы занятия:** невнимательность при выполнении упражнения, указательный палец начинает выбирать спуск после прицеливания.

### **3.11 СТРЕЛЬБА ПРИ ПЕРЕМЕЩЕНИИ.**

**Необходимость изучения темы занятия:** при возникновении необходимости вести огонь из пистолета в лесу, в здании, среди развалин и т. д., умение поражать быстро и точно цели, совершая короткие и длинные перемещения, имеет важное значение.

**Цель занятия:** отработка навыков принятия положения для стрельбы из пистолета после короткого и длинного перемещения.

**Обеспечение:** штатное снаряжение, пистолет, патроны к пистолету, средство подачи сигнала (таймер МКПС, свисток), 2 мишени на стойках на каждого обучаемого, лента для заклейки пробойн в мишени.

**Упражнение № 1:** короткое перемещение, **И. П.** – пистолет с вставленным магазином, полностью снаряженным патронами, в кобуре. На исходном рубеже располагается глухой щит, шириной 1,5-2 м. Слева и справа от щита на дистанции 3-7 м две мишени. **И. П.** – с одной из сторон щита. По сигналу стрелок делает выстрел (два выстрела), перемещается на другой конец щита и выполняет другой выстрел (два выстрела).

**Методические рекомендации:** при коротких перемещениях оружие оставлять на уровне глаз. Удерживать оружие в момент перемещения можно как одной, так и двумя руками. Следить за положением пальца в зоне спускового крючка при перемещении с пистолетом и соблюдением угла безопасности.

**Дозировка:** выполнять в зависимости от возможностей до получения высокой точности стрельбы за минимальное время.

**Упражнение № 2:** длинное перемещение, **И. П.** – пистолет с вставленным магазином, полностью снаряженным патронами, в кобуре. На исходном рубеже ставится глухой щит, шириной 5-7 м. Слева и справа от щита на дистанции 3-7 м две мишени. **И. П.** – с одной из сторон щита. По сигналу стрелок делает выстрел (два выстрела), перемещается на другой конец щита и выполняет другой выстрел (два выстрела).

**Методические рекомендации:** при длинном перемещении необходимо освободить от удержания оружия слабую руку, и она должна работать, как при обычном беге, помогая скорости передвижения стрелка. Рука с оружием должна находиться вверху (примерно уровень подбородка), палец вне спусковой скобы, ствол оружия в сторону щита. При приближении к стрелковой позиции стрелок должен зрительно фиксировать то место, откуда он будет производить стрельбу, и рассчитывать, когда ему нужно начинать притормаживать. За 1-1,5 м до остановки (позиция, откуда будет видна мишень) слабую руку укладывать в хват, оружие выводить на линию: глаз – целик – мушка – точка прицеливания, и производить выстрел. Необходимо, чтобы эта связка: торможение – наложение слабой руки в хват – вынос оружия на цель – выстрел – проводилась слитно.

**Дозировка:** выполнять в зависимости от возможностей до получения высокой точности стрельбы за минимальное время.

**Характерные ошибки при отработке темы занятия:** не выход на хват перед выстрелом приводит к низкой точности, медленное передвижение и чрезмерно быстрая стрельба, указательный палец накладывается на спусковой крючок после прицеливания, при длинном перемещении не освобождается и не помогает ускорению слабая рука, указательный палец не убирается при перемещении со

спускового крючка, производится размахивание пистолетом или разбивка угла безопасности.

### **3.12 СТРЕЛЬБА В ДВИЖЕНИИ.**

**Необходимость изучения темы занятия:** умение вести огонь из пистолета в движении одиночными, вдвоенными выстрелами, а так же беглым огнем дает неоценимое преимущество при прорыве, прикрытии, смены позиции и других ситуациях в огневом контакте на коротких дистанциях.

**Цель занятия:** отработка навыка стрельбы из пистолета в движении вперед, назад и по фронту, а так же стрельбы в движении с переносом огня.

**Обеспечение:** штатное снаряжение, пистолет, патроны к пистолету, средство подачи сигнала (таймер МКПС, свисток), 1 мишень на стойке на каждого обучаемого, лента для заклейки пробоев в мишени, 6-8 автопокрышек, 20-30 м бруска.

**Упражнение № 1: И. П.** – пистолет с вставленным магазином, полностью снаряженным патронами, у груди, стволом в сторону мишени, удерживается двуручным хватом, палец вне спусковой скобы. Одна мишень на каждого обучаемого на дистанции 10-12 м. По команде «приготовиться» обучаемый приседает, понижая свой центр тяжести, и наклоняет корпус тела в сторону мишени. По сигналу выносит оружие на линию прицеливания, начинает движение вперед. Удерживая мушку в центре мишени, производит в нее быстрые выстрелы. Расстреляв 50% патронов в магазине, совершает стрельбу в движении назад.

**Методические рекомендации:** центр тяжести тела понижать. Так как нога, в стационарной стойке выполняющая роль опоры, препятствующей запрокидыванию тела из-за отдачи назад (для исключения ухода очередной точки попадания вверх при совершении нескольких быстрых выстрелов подряд), участвует в движении, то угол противодействия отдаче создавать за счет **ощутимого наклона** корпуса тела в сторону мишени. Ноги в коленях полусогнуты. Постановку ног производить перекачиванием ступни с пятки на носок по ребру стопы – крадущийся шаг (кошачий). Перемещение производить по одной линии (нет боковых раскачиваний туловища). При движении (особенно назад), периферийным зрением контролировать ровность поверхности. Оптимально делать выстрел при одноопорном положении (одна нога стоит на земле, другая переносится для шага). При этом следует заметить, что **после получения устойчивого навыка нет разницы, в каком положении в момент выстрела (выстрелов) находятся ноги.** Длина шага короче, чем при обычном передвижении. При достижении нужной точности и кучности стрельбы нужно увеличивать скорость движения. Добиваться сохранения положения мушки в центре мишени во время всего выполнения упражнения.

**Дозировка:** выполнять в зависимости от возможностей до получения высокой точности стрельбы при максимально быстром движении.

**Упражнение № 2: И. П.** – пистолет с вставленным магазином, полностью снаряженным патронами, у груди, стволом в сторону мишени, удерживается двухручным хватом, палец вне спусковой скобы. Одна мишень на каждого обучаемого на дистанции 8-10 м. В 1 м от исходного рубежа – препятствие из 6-8 автопокрышек. По команде «приготовиться» обучаемый приседает, понижая свой центр тяжести, и наклоняет корпус тела в сторону мишени. По сигналу выносит оружие на линию прицеливания, начинает движение вокруг препятствия по часовой стрелке на расстоянии около 1 м от него. Удерживая мушку в центре мишени, производит в нее быстрые выстрелы.

**Методические рекомендации:** обратить внимание: туловище должно быть **наклонено в сторону мишени**, ноги должны быть согнуты в коленях, периферийным зрением контролировать свое положение по отношению к препятствию. Постановку ног осуществлять перекатом ступни с пятки на носок по ребру стопы, и особенностью (переход от движения вперед к движению назад) является заступающий шаг. Положение мушки - в центре мишени. После выполнения стрельбы в движении по часовой стрелке выполнять движение против часовой стрелки, руководствуясь теми же методическими указаниями.

Подобное упражнение можно построить при движении по треугольнику, для чего на земле выкладывается треугольник со стороной 1-1,5 м. Упражнение также выполняется по часовой и против часовой стрелки. **Скорость передвижения зависит от качества выполнения задачи.**

**Дозировка:** выполнять в зависимости от возможностей до получения высокой точности стрельбы при максимально быстром движении.

**Упражнение № 3: И. П.** – пистолет с вставленным магазином, полностью снаряженным патронами, у груди, стволом в сторону мишени, удерживается двухручным хватом, палец вне спусковой скобы. На дистанции 8-10 м устанавливаются 3-4 мишени. Напротив крайних мишеней справа и слева по исходному рубежу выкладываются из бруска ограничительные линии. По команде «приготовиться» обучаемый приседает, понижая свой центр тяжести, и наклоняет корпус тела в сторону мишени. По сигналу наводит оружие и производит стрельбу по мишеням в движении по фронту. Дойдя до ограничительной линии, поражает мишени в движении в обратную сторону.

**Методические рекомендации:** при движении по фронту корпус тела развернуть и **ощутимо наклонить** к мишеням, ноги, согнутые в коленях, ставить мягко, перекатом с пятки на носок по ребру стопы, заступая одна за другую по одной линии. Положение мушки – в центре мишени. **Скорость передвижения должна зависеть от качества попаданий в мишень.**

**Дозировка:** выполнять в зависимости от возможностей до получения высокой точности стрельбы при максимально быстром движении.

**Упражнение № 4: И. П.** – пистолет с вставленным магазином, полностью снаряженным патронами, у груди, стволом в сторону мишени, удерживается двухручным хватом, палец вне спусковой скобы. От исходного рубежа вперед проложен коридор из бруска шириной 1,5-2 м и длиной 10-15 м. Слева и справа от коридора на дистанции 5-7 м установлены стойки с мишенями в шахматном порядке (слева на дистанции 3 м от исходного рубежа, справа - на дистанции 5 м), последующие мишени поставлены с интервалом от первой на 3 м как слева, так и справа. По команде «приготовиться» обучаемый приседает, понижая свой центр тяжести, и наклоняет корпус тела в сторону мишени. По сигналу наводит пистолет на мишень слева и, начав движение вперед по коридору, производит выстрел (сдвоенный выстрел) в нее, развернув голову, находит взглядом следующую мишень, производит разворот туловища вправо, в движении поражает мишень и т. д., до конца коридора.

**Методические рекомендации:** тщательно следить за безопасностью при переносе оружия на мишень (угол безопасности). При переносе вначале на очередную мишень поворотом головы переводить взгляд, затем разворачивать корпус тела с оружием и ноги. Пистолет при разворотах в движении не уводить с линии прицеливания. Особенность стрельбы в движении с переносом оружия – меняющаяся постановка ног – от линейной постановки, как при движении вперед, до перемещения ног с заступом при большом развороте корпуса тела. **Скорость передвижения зависит от качества выполнения задачи.**

**Дозировка:** выполнять в зависимости от возможностей до получения высокой точности стрельбы за минимальное время.

**Характерные ошибки при отработке темы занятия:** ноги недостаточно сгибаются в коленях, корпус тела прямой, движение осуществляется приставными шагами, инерциальный пронос оружия через мишень при развороте с последующим возвращением, низкая скорость стрельбы из-за переноса глаз одновременно с пистолетом, низкая кучность при стрельбе сдвоенными выстрелами при неправильном хвате рукоятки пистолета, медленное движение при чрезмерно быстрой стрельбе, указательный палец не убирается со спускового крючка после выстрела (выстрелов), разбитие угла безопасности.

### **3.13 СТРЕЛЬБА В НИЗКОЙ СТОЙКЕ.**

**Необходимость изучения темы занятия:** становиться на колено для ведения огня через низкий порт можно, только если этой стрелковой позицией заканчивается стрельба, а если такая необходимость возникает в процессе перемещений – оптимальнее принимать стойку в присяде, так как подъем с колена приведет к лишним затратам по времени.

**Цель занятия:** отработка устойчивого навыка стрельбы из пистолета в низкой стойке.

**Обеспечение:** штатное снаряжение, пистолет, патроны к пистолету, средство подачи сигнала (таймер МКПС, свисток), 1 мишень на стойке на каждого обучаемого, лента для заклейки пробоин в мишени, по количеству обучаемых – крестообразная стойка: два бруска, длиной 1,5 м каждый, сбитых крестом на устойчивом основании.

**Упражнение: И. П.** – – пистолет с вставленным магазином, полностью снаряженным патронами, у груди, стволом в сторону мишени, удерживается двухручным хватом, палец вне спусковой скобы. На дистанции 1-1,5 м от исходного рубежа расположена крестообразная стойка, за ней на дистанции 5-7 м – стойка с мишенью. По сигналу производится одиночный или сдвоенный выстрел в мишень над горизонтальной перекладиной стойки с правой стороны, затем мишень поражается в глубоком присяде на двух ногах, расставленных шире плеч, под горизонтальной перекладиной с правой стороны, затем она же поражается под горизонтальной перекладиной с левой стороны, затем она же поражается над горизонтальной перекладиной с левой стороны.

**Методические рекомендации:** для быстрой и точной стрельбы в низкой стойке необходимо помнить, что туловище остается наклоненным вперед для противодействия отдаче. Переходить из верхней позиции в нижнюю энергичным приседанием на двух ногах, расставленных шире плеч, корпус тела наклонять в сторону мишени. В зависимости от дальнейших действий переход в нижнюю позицию может осуществляться быстрым приседанием на одну ногу с отставлением второй ноги в сторону, а также – с опорой на одно из колен с наклоном туловища вперед в сторону мишени.

**Дозировка:** выполнять в зависимости от возможностей до получения высокой точности стрельбы за минимальное время.

**Характерные ошибки при отработке темы занятия:** невнимательность, медлительность при смене позиции, неправильно выбранное расстояние от ствола пистолета до порта, в результате чего пистолет при смене позиции уходит с линии прицеливания, засовывание ствола в порт ведет к дополнительным затратам по времени на лишние движения, ноги в низкой позиции не ставятся шире плеч, корпус тела не наклоняется в сторону стрельбы, нарушается безопасность выполнения – не убранный со спускового крючка палец в момент смены позиции может привести к случайному выстрелу и поражению самого стрелка рикошетом.

### **3.14 БИЛЛ ДРИЛЛ.**

**Необходимость изучения темы занятия:** попадание двух (или нескольких) пуль в одно место с максимальной кучностью и за короткий промежуток времени удваивает (увеличивает пропорционально количеству выстрелов) кинетическую

энергию удара, а умение стрелком посылать любое количество пуль в одну точку мишени позволяет ему быстро поражать групповые цели сдвоенными выстрелами или беглым одиночным огнем.

**Цель занятия:** комплексная отработка навыков быстрой стрельбы из пистолета с высокой точностью и кучностью.

**Обеспечение:** штатное снаряжение, открытая кобура, пистолет с двумя магазинами, патроны к пистолету, средство подачи сигнала (таймер МКПС, свисток), мишени на стойках по количеству обучаемых, лента для заклейки пробоин в мишени.

**Упражнение: И. П.** – пистолет с вставленным магазином, полностью снаряженным патронами, патрон в патроннике, курок спущен, в кобуре. Мишень на дистанции 7 м. По сигналу обучаемый извлекает оружие, двуручным хватом наводит на мишень и с максимальной скоростью производит 6 выстрелов.

**Методические рекомендации:** после напоминания роли хвата и агрессивной (с целью создания угла противодействия отдаче) стойки при скоростной стрельбе, проверять степень закрепощения рукоятки пистолета мизинцем и безымянным пальцем сильной руки обучаемого выламыванием дульной части ствола пистолета обучаемого вверх, имитируя подброс ствола, а так же (обхватив ладонью ствол пистолета) по оси ствола – по часовой стрелке и против нее (для проверки степени усилия встречного сжатия рамки пистолета большим пальцем и основанием указательного пальца сильной руки). Правильность и жесткость стойки обучаемого проверять серией сильных толчков ладонью инструктора в дульный срез его пистолета. Для исключения при стрельбе боевыми патронами кивка пистолета в момент выстрела, перед началом стрельб дать объяснение, что созданная жесткая система: пистолет – стрелок – пол – неподвижна, движется только указательный палец, после чего производится большое количество выстрелов в мишень, **при этом основное внимание уделяется неподвижному положению мушки пистолета относительно целика и точки прицеливания в момент срыва курка.** По мере получения удовлетворительного результата на мишени скорость стрельбы нужно увеличить. Если при этом кучность ухудшается, то скорость стрельбы необходимо снизить.

**Дозировка:** выполнять в зависимости от возможностей до получения высокой точности и кучности стрельбы за минимальное время.

**Характерные ошибки при отработке темы занятия:** одновременное движение рук к кобуре после сигнала, неправильный захват рукоятки пистолета сильной рукой при выхватывании его из кобуры, не выход в хват, локти не раздвинуты широко, стойка без наклона корпуса тела вперед, невнимательность.

### 3.15 ЭЛЬ-ПРЕЗИДЕНТ.

**Необходимость изучения темы занятия:** умение быстро и точно поражать групповые цели сдвоенными выстрелами из нестандартных положений с переносом огня и перезаряданием оружия является одним из важных показателей уровня огневой подготовки обучаемого.

**Цель занятия:** комплексная отработка навыков быстрой стрельбы из пистолета с высокой точностью и кучностью.

**Обеспечение:** штатное снаряжение, пистолет с двумя магазинами, патроны к пистолету, средство подачи сигнала (таймер МКПС, свисток), мишени на стойках по количеству обучаемых, лента для заклейки пробойн в мишени.

**Упражнение: И. П.** – пистолет с вставленным магазином, полностью снаряженным патронами, патрон в патроннике, курок спущен, в кобуре. Второй магазин, снаряженный не менее 5 патронами, в подсумке. Три мишени на дистанции 7 м с интервалом 1 м. Обучаемый располагается на исходном рубеже спиной к мишеням и поднимает обе руки. По сигналу разворачивается лицом к мишеням, одновременно доставая оружие из кобуры (**оружие извлекается только в сторону мишени, чтобы ствол пистолета не был направлен в сторону при его выхватывании из кобуры**). Обучаемый производит по два выстрела в каждую из трех мишеней, после чего производит перезарядку, и вновь поражает три мишени по два выстрела в каждую в любой последовательности.

**Методические рекомендации:** по сигналу к кобуре опускать обе руки одновременно, вес тела переносить на носок правой ноги и махом левой ноги корпус тела проворачивать на носке правой ноги с одновременным выхватыванием пистолета, кисти рук укладывать в двуручный хват, одновременно с появлением в поле зрения левой мишени выносить прицельные приспособления пистолета в ее центр. После остановки корпус наклонять вперед. Все три мишени с переносом поражать двумя выстрелами, перезарядку производить без увода пистолета с линии прицеливания и патроном в патроннике и без паузы после перезарядки еще раз поражать двумя выстрелами каждую.

**Дозировка:** выполнять в зависимости от возможностей до получения высокой точности и кучности стрельбы за минимальное время.

**Характерные ошибки при отработке темы занятия:** не одновременное движение рук к кобуре после сигнала, разворот производится переступанием ног, неправильный захват рукоятки пистолета сильной рукой при выхватывании его из кобуры, не выход в хват, локти не раздвинуты широко, стойка без наклона корпуса тела вперед, неудобное расположение подсумка с запасным магазином, неумение производить быструю перезарядку, невнимательность.

**На заключительном этапе программы обучения скоростной стрельбе из пистолета на основе «Методики удержания пистолета при скоростной стрельбе» (глава 1) обучаемые обязательно должны стрелять по грудной мишени (№ 4) на дистанции 25, 50 и 100 метров, а так же на дистанции 25 и 50 метров после ощутимых физических нагрузок.**

## Глава 3.

### МЕТОДИКА УДЕРЖАНИЯ АВТОМАТА КАЛАШНИКОВА ПРИ ВЕДЕНИИ СКОРОСТНОЙ СТРЕЛЬБЫ

В основе разработанной методики лежит хват, описанный в «Методике удержания пистолета при скоростной стрельбе» (глава 1), созданной на основе хвата пистолета, принятого в Практической стрельбе, где у стрелка вырабатываются устойчивые навыки стрельбы с минимальной изготковкой, выбора наиболее важных целей, производства первого прицельного, упреждающего по времени, выстрела, контролирование складывающейся обстановки, поэтому скоростная стрельба, основанная на принципах Практической стрельбы, является наиболее перспективной.

Данная методика дает объяснения процессам, происходящим при производстве выстрела из автомата, и обучает управлению оружием **посредством противодействия паразитным силам**, возникающим при скоростной одиночной стрельбе и стрельбе автоматическим огнем.

Для производства эффективного выстрела **по существующим методикам** необходимо соблюдать три основных правила:

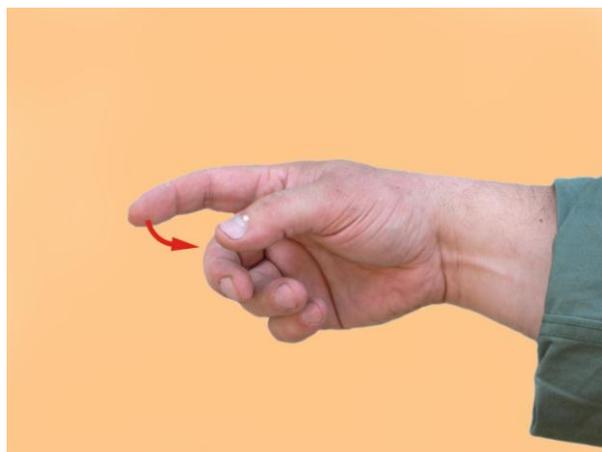
1. удержание оружия;
2. тщательное совмещение до выстрела мушки и целика на точке прицеливания;
3. задержка дыхания и плавное нажатие ногтевой фалангой указательного пальца на рычаг спускового крючка.

**Предлагаемая методика** удержания автомата Калашникова при скоростной стрельбе одиночными выстрелами и автоматическим огнем позволяет на дистанциях до 100 м не придерживаться третьего правила, а на коротких (до 25 м) дистанциях – и второго правила, что существенно снижает время на производство прицельного выстрела (рассмотрим далее).

Разберемся с задержкой дыхания и плавным нажатием ногтевой фалангой указательного пальца на рычаг спускового крючка.

Строение кисти руки, сухожилий, мышц пальцев рук и ладоней таково, что если не сжимать пальцы в кулак и указательный палец держать полусогнутым, то, имитируя выстрел (без оружия), можно понять процессы, происходящие с автоматом, пистолетная рукоятка которого находится в расслабленной ладони.

Рис. 1



Дернув указательным пальцем в направлении движения воображаемого рычага спускового крючка, мы видим, что дергаются при этом и остальные пальцы, а в большинстве случаев и сама кисть, т. к. все мышцы и сухожилия кисти руки взаимосвязаны между собой (Рис. 1). Отсюда справедливо утверждение – при производстве выстрела из автомата расслабленным хватом необходимо сдерживать дыхание и плавно выжимать ногтевой фалангой указательного пальца рычаг спускового крючка вдоль продольной оси оружия, во избежание его ухода с линии прицеливания.

Если же в ладонь вложить и жестко обжать пальцами продолговатый предмет – шариковую ручку, пустой магазин от пистолета и др., сосредоточив основное усилие на обжатии предмета мизинцем и безымянным пальцем внизу, а в верхней части сдавить его встречно основаниями большого и указательного пальца, то, дернув указательным пальцем в направлении воображаемого рычага спускового крючка, пальцы и кисть руки стрелка будут неподвижны, поскольку усилие, произведенное мышцами и сухожилием указательного пальца значительно уступает усилию, которым сжаты остальные пальцы кисти руки (Рис. 2). Поэтому в данной методике удержания автомата плавный спуск не играет роли, т.к. на кисть руки, удерживающей пистолетную рукоятку автомата не влияют действия указательного пальца.

Рис. 2



Тщательное совмещение до выстрела мушки и целика на точке прицеливания необходимо только на дистанциях от 25 м и далее, а на дистанциях до 25 м в данной методике заменяется наработкой вскидывания автомата на ось: глаз – целик – мушка – точка прицеливания.

Осуществляется это по следующей методике: стрелок стоит, расслабившись, лицом к мишени. Автомат удерживается прикладом на уровне пояса, ствол автомата направлен на мишень. Стрелок, удерживая ствол автомата на мишени, маятниковым движением вскидывает оружие на линию прицеливания и жестко упирает приклад оружия в плечо, одновременно чуть подав голову вперед-вправо-вниз, жестко укладывает правую щеку (под скулой) на гребень приклада таким образом, чтобы положение части лица, сильно прижатой к гребню приклада оружия, было максимально естественным, при этом была создана ось: глаз – целик – мушка – точка прицеливания. **Стрелок запоминает место прижима щеки к гребню приклада.** Автомат опускается на исходное (приклад – на уровне пояса, ствол автомата – на уровне мишени). Стрелок сосредотачивает

взгляд на мишени в точке прицеливания, закрывает глаза и повторно, маятниковым движением, одновременно подавая лицо щекой вперед – вправо – вниз на гребень приклада, упирает приклад автомата в плечо. Когда возникает уверенность, что автомат наведен на цель – обучаемый открывает глаза: если мушка относительно целика смещена влево, то кисть слабой руки перемещается на цевье ближе к магазину. Если мушка относительно целика смещена вправо – кисть слабой руки удерживает цевье ближе к дульному срезу ствола. Так вводятся поправки в линию прицеливания по горизонтали.

По вертикали выравнивание мушки и целика добивается единообразным прикладыванием щеки лица к гребню приклада. Задача: найти такое положение щеки на гребне приклада, при котором автомат, вбитый в плечо и направленный в центр мишени с закрытыми глазами при открытии глаз не требовал более поправок. Обучаемый должен периодически повторять это упражнение в медленном темпе, каждый раз добиваясь требуемого результата, и каждый раз с силой кратковременно сжимать кистью слабой руки цевье автомата и жестко укладывать щеку на гребень приклада. Следует заметить, что при смене типа оружия с другой эргономикой цевья и приклада, обучаемый производит те же манипуляции, тренируя мышечную память применительно к другому автомату. И так каждый раз при смене типа автомата (различных модификаций автомата Калашникова). Таким образом, на коротких дистанциях (до 25 м) быстрое прицеливание осуществляется мышечной памятью кисти слабой руки, мышц лица и единообразием точки вбивания приклада в плечо.

Основой данной методики удержания автомата при скоростной одиночной стрельбе и стрельбе автоматическим огнем является жесткое закрепощение автомата в следующих точках:

1. Цевье закрепощается жестким хватом кисти слабой руки;
2. Затыльник приклада жестко вдавливается в плечо;
3. Гребень приклада задавливается вниз щекой ниже скулы (при этом глаз естественным образом находится на линии: целик – мушка – точка прицеливания);
4. Пистолетная рукоятка автомата жестко удерживается кистью сильной руки по «Методике удержания пистолета при скоростной стрельбе» (глава 1).

Известно, что в процессе производства выстрела на автомат действует три силы:

#### **1. Сила отдачи (импульс) (Рис. 3)**

**Рис. 3**



**2. Сила проворачивания** автомата вокруг центра его масс, возникающая при встрече двигающейся затворной рамы с задним ограничительным упором, т. к. удар происходит выше оси ствола, а задний упор пистолетной рукоятки автомата расположен ниже оси ствола, что приводит к запрокидыванию ствола автомата вверх, а также из-за того, что затыльник приклада расположен ниже оси ствола (Рис. 4).

**Рис. 4**



**3. Сила, возникающая при экстракции гильзы и уводящая ствол автомата вправо-вверх (заднюю часть приклада влево-вниз).**

При стрельбе одиночными выстрелами данной силой можно пренебречь и ее не рассматривать, а при стрельбе автоматическим огнем, накапливаемый импульс при встрече экстрагируемой гильзы с отражателем и выворачивание ее из ствольной коробки автомата зубом экстрактора вправо-вверх столь высок, что требует дополнительного противодействия этой силе (Рис. 5).

**Рис. 5**



Таким образом, задача стрелка состоит в противодействии этим трем силам **в пяти точках** в вертикальной плоскости и удержании автомата в горизонтальной плоскости дополнительно **в двух точках**.

Первичное противодействие отдаче автомата достигается жестким вбиванием затыльника приклада автомата в плечо, так что затыльник приклада должен исключить амортизирующие свойства одежды и мягких тканей плеча в месте упора приклада (Рис. 8).

**Рис. 8**



Вторичное противодействие отдаче достигается вбиванием «перепонки» между большим и указательным пальцами в задний упор основания pistolетной рукоятки автомата. Чем жестче вдавить «перепонку» в основание pistolетной рукоятки автомата (для исключения амортизирующих свойств «перепонки»), тем меньше движение автомата назад внутри кисти сильной руки (Рис. 9).

**Рис. 9**



Противодействие проворачиванию автомата относительно центра его масс с уводом ствола вверх, достигается при жестком вбивании затыльника приклада в плечо (в одежде и плече затыльником создается ямка, не дающая двигаться нижней части затыльника приклада вниз, относительно центра масс автомата). Далее противодействие подбросу ствола автомата вверх (уводу автомата с линии прицеливания) достигается жестким давлением щеки лица на гребень приклада. Мизинцем и безымянным пальцем кисти сильной руки, охватывающей пистолетную рукоятку автомата, как и в хвате пистолета, производится жесткое задавливание ствола автомата вниз. Основное противодействие подбросу ствола вверх достигается удержанием автомата за цевье, жестко охваченное кистью слабой руки, закрепощенной в запястье, в локтевом суставе и плече (Рис. 10).

Рис. 10



Противодействие третьей силе, возникающей при экстракции гильзы и уводящей ствол автомата вправо-вверх, осуществляется также слабой рукой, жестко закрепощенной в плече, локтевом и кистевом суставах, локоть которой отведен противоположно действию этой силе – влево-вниз (Рис. 11).

Рис. 11



В горизонтальной плоскости автомат запирается следующими двумя точками: суставом основания указательного пальца сильной руки, суставом

основания большого пальца и вторым суставом большого пальца кисти сильной руки, плотно прижатыми к ствольной коробке в месте соединения ее с pistolетной рукояткой автомата (Рис. 12).

Рис. 12



Теперь рассмотрим требования **известных методик** по стрельбе из винтовки, карабина, автомата по нажатию на рычаг спускового крючка ногтевой фалангой указательного пальца сильной руки. Согласно требованиям всех методик, ногтевая фаланга указательного пальца должна давить на рычаг спускового крючка строго вдоль оси длинноствольного оружия, иначе оно уйдет с линии прицеливания (особенно при расслабленном удержании данного оружия) (Рис. 13).

Рис. 13



неправильно

неправильно

Применение данной методики, запирающей автомат от движения в горизонтальной плоскости основанием указательного пальца сильной руки, и первой и второй фалангами большого пальца (встречное сжатие pistolетной рукоятки автомата в месте крепления ее к ствольной коробке), позволяет произвести один или серию точных выстрелов (скоростным одиночным или автоматическим огнем) **любой удобной точкой** ногтевой фаланги, суставом или второй фалангой указательного пальца сильной руки без увода автомата с линии прицеливания.

Таким образом, данная методика позволяет предельно минимизировать подброс ствола после выстрела, и с максимальной скоростью производить серии одиночных выстрелов, в том числе сдвоенных, не контролируя на близких дистанциях мушку и целик, т. к. мушка автомата не может сильно подскакивать вверх из-за противодействия кистей сильной и слабой рук и жесткого давления на гребень приклада щеки стрелка, а также вести автоматический огонь длинными очередями с максимальной кучностью на близких дистанциях (до 25м) и высокой плотностью огня на дистанциях до 100 м.

Данная методика позволяет с **одинаковой** эффективностью и скоростью стрелять из автоматов от калибра 5,45x39 мм до калибра 7,62x51мм, включая pistolеты-пулеметы калибром от 9x18 (Макаров), 9x19 до калибра .45 (Томпсон).

**Данная методика одинаково эффективна для любого автоматического оружия с прикладом и цевьем.**

### **Стойка при стрельбе из автомата Калашникова.**

В пулевой (медленной) стрельбе у стрелка, после производства выстрела, достаточно времени на возвращение длинноствольного оружия на линию прицеливания, поэтому подброс ствола, как и отдача всего оружия, для него не имеет особого значения. В скоростной стрельбе из автомата беглым одиночным огнем и очередями, сила отдачи, возникающая при производстве каждого выстрела, отклоняет корпус тела стрелка назад, уводя точку попадания выше от выстрела к выстрелу.

При использовании данной методики для **стрельбы стоя** применяется агрессивная стойка с наклоном корпуса вперед: левая нога, слегка полусогнутая, без напряжения выносится вперед, правая – отставлена назад, выпрямлена в колене и закреплена с целью создания угла противодействия отдаче, оставшейся после ее гашения в кисти сильной руки и плече, в которое уперт приклад. Для увеличения опорной площади ноги, отставленной назад, ступня разворачивается под углом 90° к направлению стрельбы. **Плечи, спина и поясница – жестко закреплены.**

**Важное замечание:** чем меньше собственный вес стрелка, тем наклон корпуса вперед больше, и, соответственно, чем больше собственная масса стрелка, тем наклон корпуса вперед (агрессивность стойки) меньше.

**При стрельбе с колена** корпус тела стрелка максимально наклоняется вперед, ступня ноги, над которой он нависает, выдвигается вперед, **спина жестко**

**закрепощается**, локоть руки, удерживающей автомат за цевье, не опирается на колено (вывешивается).

**При стрельбе лежа спина стрелка закрепощается максимально.** При этом удержание оружия во всех трех положениях осуществляется по данной методике.

### **Перезаряжание.**

Общая скорость стрельбы при производстве количества выстрелов большего, чем патронов в магазине, напрямую зависит от скорости перезаряжания оружия, (скоростью перезаряжания является время между крайним выстрелом из предыдущего магазина и первым выстрелом после перезарядки).

**ВАЖНО:** Для осуществления эффективной скорости перезаряжания автомата, запасные магазины должны крепиться на пояском ремне слева от пряжки ремня для правши, и справа – для левши. Расположение их на ремне в подсумках должно обеспечивать быстрое нахождение очередного магазина левой рукой.

Автомат при перезаряжании не убирается с линии прицеливания. Достигается это жестким упором приклада автомата в плечо за счет тянущего движения тремя пальцами сильной руки pistolетной рукоятки автомата в сторону плеча, при этом стрелок чуть сваливает автомат вправо, и переводит глаза с целика на приемное окно магазина, контролируя всю перезарядку автомата до фиксации очередного магазина, при этом левая рука по кратчайшему расстоянию движется к приемному окну магазина автомата, большим пальцем отжимает фиксатор защелки магазина, далее, соскользнув с него, толкает пустой магазин чуть вперед, и по кратчайшему пути движется к запасному магазину в подсумке. Магазин в подсумке должен располагаться патронами вверх, пулями патронов вперед, и выступать из подсумка настолько, чтобы кисть слабой руки охватом не менее трех пальцев по передней стенке магазина, а большим пальцем по задней стенке магазина ложилась на магазин не ближе 5-7 см от горловины магазина. (Рис. 14.)

**Рис. 14**



Далее магазин, поданный по кратчайшему расстоянию к ствольной коробке, цепляется передним выступом за переднюю стенку приемного окна, затем пальцами слабой руки резким тянущим движением вводится в зацепление с фиксатором, после чего кисть слабой руки распрямляется и по кратчайшему расстоянию вновь охватывает цевье автомата (Рис. 15).

Рис. 15



**Важно:** стрелку, который размещает запасные магазины в подсумках дном вверх, редко удастся с первой попытки попасть горловиной в приемное окно автомата, т. к. магазин, заряженный тридцатью патронами, имеет достаточно большой вес, и, в связи с тем, что удержание магазина происходит у его дна, горловина магазина при подаче к приемному окну совершает колебания относительно приемного окна (особенно в стрессовых ситуациях), что затрудняет попадание магазином в приемное окно и значительно увеличивает время на перезарядку автомата (Рис. 16).

Рис. 16



Если патроны из предыдущего магазина были расстреляны до конца, то, после фиксации в приемном окне снаряженного магазина автомат проворачивается влево по своей оси, затыльником приклада прокручиваясь в месте его упора в плечо. Рука, вставлявшая магазин, огибает крышку ствольной коробки, отводит назад рукоятку затворной рамы, и, отпустив ее в крайнем

заднем положении, одновременно с возвращением автомата на линию прицеливания, жестко охватывает цевье автомата (Рис. 17).

Рис. 17



### Заключение.

**Автомат, зажатый ствольной коробкой в тиски, прикрученные к столу, неподвижно прикрепленному к полу, и прицеленный в центр мишени на дистанции прямого выстрела, даст точность попаданий в точку прицеливания любым количеством выстрелов одиночным или автоматическим огнем в пределах своей технической кучности, как бы силы отдачи и подброса на него не воздействовали, как бы стрелок не дергал рычаг спускового крючка или даже ударял по нему. Поэтому, если автомат закрепить максимально жестко в рассмотренных точках и стойкой стрелка создать относительно пола угол противодействия отдаче, соответствующий мощности применяемого патрона, то паразитные последствия работы движущихся частей автомата и внутренней баллистики при выстреле (выстрелах), создающие отдачу, можно свести к минимуму, при этом нажатие на рычаг спускового крючка с любой силой и скоростью не повлияет на точность стрельбы.**

В зависимости от анатомии рук стрелка и эргономики автомата стрелок сам для себя выбирает степень усилий в каждой точке противодействия отдаче и подбросу оружия, добиваясь максимальной скорости и кучности стрельбы, так как попадание в цель двух (или нескольких) пуль с минимальным рассеиванием и минимальным разрывом по времени удваивает (увеличивает в несколько раз) кинетический удар.

После совершения выстрела или серии выстрелов, стрелок ослабляет хват.

При достаточных тренировках вхолостую излишнее напряжение в хвате исчезает.

Усвоение данной методики позволяет вести эффективную стрельбу из автомата одиночными выстрелами или автоматическим огнем даже после длительного отсутствия тренировок.

**ПРОГРАММА ОБУЧЕНИЯ  
СКОРОСТНОЙ СТРЕЛЬБЕ ОДИНОЧНЫМ И  
АВТОМАТИЧЕСКИМ ОГНЕМ ИЗ АВТОМАТА КАЛАШНИКОВА  
НА ОСНОВЕ МЕТОДИКИ УДЕРЖАНИЯ  
АВТОМАТА КАЛАШНИКОВА**

**1. КОДЕКС ПРАКТИЧЕСКОЙ СТРЕЛЬБЫ:**

- *Я буду всегда обращаться с оружием как с заряженным.*
- *Я никогда не направлю оружие туда, куда я не хочу стрелять.*
- *Перед тем как выстрелить, я всегда проверю, что перед целью и за ней.*
- *Я никогда не коснусь пальцем спускового крючка, пока оружие не будет направлено на цель.*

**2. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ И ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ В УЧЕБНОМ КЛАССЕ, В СПОРТИВНОМ ЗАЛЕ (БЕЗ ПАТРОНОВ).**

**2.1 МАТЕРИАЛЬНАЯ ЧАСТЬ ШТАТНОГО АВТОМАТА КАЛАШНИКОВА**

Тактико-технические характеристики автомата Калашникова.

Устройство и принцип работы автомата Калашникова.

Техническое обслуживание автомата Калашникова.

**2.2 ОБУЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОМУ ОБРАЩЕНИЮ С АВТОМАТОМ КАЛАШНИКОВА.**

**Необходимость изучения темы занятия:** большой процент гибнущих от своего огня при ведении боевых действий и небезопасного и неквалифицированного обращения с оружием вне боевых действий.

**Цель занятия:**

1. Изучение положения указательного пальца в зоне спускового крючка при направлении автомата на мишень и возвращении его в исходное положение.
2. Изучение безопасного положения оружия при смене стрелковых позиций (при перемещении стрелка).
3. Изучение положения указательного пальца в зоне спускового крючка при перезарядке автомата.

**Обеспечение:** штатное снаряжение, автомат с двумя магазинами, средство подачи сигнала (таймер МКПС, свисток), мишень на стойке на каждого обучаемого.

**Упражнение № 1:** Исходное положение (далее **И. П.**) – автомат с присоединенным магазином, не снаряженным патронами, приклад у пояса, ствол

в сторону мишени, удерживается двумя руками. Указательный палец находится вне спусковой скобы. Обучаемые стоят в одну линию с интервалом не менее 1,65 м. Мишень в 7 м напротив каждого обучаемого. По сигналу (один свисток) обучаемый наводит оружие на цель, указательный палец накладывает на спусковой крючок, производит нажим и убирает палец со спускового крючка. По следующему сигналу (два свистка) автомат возвращается в **И. П.**

**Методические рекомендации:** указательный палец накладывать на спусковой крючок в процессе наведения автомата на мишень и убирать сразу после окончания стрельбы (палец должен быть выпрямлен, но не напряжен. Не рекомендуется опирать указательный палец сильной руки о скобу спускового крючка, так как мышцы пальца напрягаются и становятся менее подвижными). Выполнять медленно, по достижении определенной четкости действий – ускорять подачу сигналов. Внимание обучаемых заострять на том, что при выносе автомата на цель, положение указательного пальца на спусковом крючке или вне его на скорость открытия огня не влияет, а для безопасности применения оружия в условиях стресса имеет огромное значение. Инструктор должен находиться справа от обучаемых и в процессе выполнения упражнения делать замечания.

**Дозировка:** выполнять не менее 10-15 раз.

**Упражнение № 2: И. П.** – автомат с присоединенным магазином, не снаряженным патронами, приклад у пояса, ствол в сторону мишени, удерживается двумя руками. По фронту, с интервалом 3-4 м. на стойках устанавливаются три мишени, выставленные вглубь огневого рубежа от исходной линии на следующие дистанции: центральная мишень – 3 метра, крайние мишени – 7-10 метров, каждая со своим исходным рубежом для стрельбы – 3 метра.

По сигналу обучаемый делает в центральную мишень два выстрела вхолостую, убирает палец со спускового крючка, удерживая автомат стволом в сторону правой мишени на уровне груди, быстро перемещается к ней, останавливается в трех метрах напротив нее, накладывает палец на спусковой крючок и делает два выстрела вхолостую, убирает палец со спускового крючка, разворачивается и быстро перемещается на исходный рубеж у центральной мишени, при этом ствол автомата остается направленным на отстрелянную мишень. Достигнув исходного рубежа центральной мишени, обучаемый разворачивается к ней лицом (автомат уже направлен на нее), делает два прицельных выстрела вхолостую и, убрав палец со спускового крючка, быстро перемещается к левой мишени, держа автомат на уровне груди стволом в сторону этой мишени. Остановившись в трех метрах от нее, прицеливается в нее и, наложив палец на спусковой крючок, делает два выстрела вхолостую. Убрав палец со спускового крючка и удерживая автомат на уровне груди стволом в сторону обстрелянной мишени, быстро перемещается на исходный рубеж центральной мишени. После остановки разворачивается к ней лицом (автомат уже направлен на нее), накладывает палец на спусковой крючок и делает в мишень два прицельных выстрела вхолостую.

**Методические рекомендации:** инструктор должен находиться справа, упражнение может выполняться группой, но перед подачей очередного сигнала – визуальный контроль индивидуального результата.

**Дозировка:** упражнение заканчивается **только** после того, как обучаемый перестает делать ошибки.

**Упражнение № 3: И. П.** – автомат с присоединенным магазином, не снаряженным патронами, приклад у пояса, ствол в сторону мишени, удерживается двумя руками. Указательный палец находится вне спусковой скобы. Обучаемые стоят в одну линию с интервалом не менее 1,65 м. Мишень в 7 м напротив каждого обучаемого. По сигналу обучаемый наводит оружие на цель, указательный палец накладывает на спусковой крючок, производит нажим и убирает палец со спускового крючка, левой рукой отжав фиксатор магазина, сбрасывает магазин, **этой же рукой** вставляет следующий, прицеливается в мишень, наложив указательный палец на спусковой крючок, производит выстрел вхолостую и убирает палец со спускового крючка.

По следующему сигналу (два свистка) автомат возвращается в **И. П.**

**Методические рекомендации:** инструктор должен находиться справа, упражнение может выполняться группой, но перед подачей очередного сигнала – визуальный контроль индивидуального результата.

**Дозировка:** выполнять не менее 10-15 раз или до полного исчезновения ошибок.

**Характерные ошибки при отработке темы занятия:** невнимательность обучаемых - устраняется только высокой интенсивностью проведения занятия и личной энергетикой инструктора (инструкторов).

## **2.3 УДЕРЖАНИЕ АВТОМАТА КАЛАШНИКОВА, СТОЙКА ПРИ СТРЕЛЬБЕ СТОЯ.**

**Необходимость изучения темы занятия:** данная тема является **ГЛАВНОЙ, ПРЕДЕЛЬНО ВАЖНОЙ И ОСНОВОПОЛАГАЮЩЕЙ** при обучении как скоростной стрельбе одиночными и сдвоенными выстрелами, беглым одиночным огнем, стрельбе прерывистой и длинной очередью, так и точной стрельбе на предельные для автомата дистанции, включая высокоточную спортивную стрельбу. Данная тема является **БАЗОЙ** для всего дальнейшего обучения и использования оружия в служебной деятельности.

### **Цель занятия:**

2.3.1. Изучение паразитных сил, возникающих при скоростной стрельбе из автомата Калашникова одиночными выстрелами и автоматическим огнем.

2.3.2. Изучение способа закрепощения автомата Калашникова в определенных точках при противодействии паразитным силам, возникающим при скоростной стрельбе одиночными выстрелами и автоматическим огнем.

2.3.3. Изучение стойки при ведении скоростной стрельбы из автомата Калашникова одиночными выстрелами и автоматическим огнем.

**Обеспечение:** штатное снаряжение, автомат с одним магазином, средство подачи сигнала (таймер МКПС, свисток), мишень на стойке на каждого обучаемого.

**Упражнение: И. П.** – автомат с присоединенным магазином, не снаряженным патронами, приклад у пояса, ствол в сторону мишени, удерживается двумя руками. Указательный палец находится вне спусковой скобы. Обучаемые стоят в одну линию с интервалом не менее 1,65 м. Мишень в 7 м напротив каждого обучаемого. Инструктор **тщательно** объясняет процессы, происходящие с автоматом в момент выстрела, паразитные силы, возникающие при этом, и способ противодействия этим паразитным силам (глава 3, «Методика удержания автомата Калашникова при ведении скоростной стрельбы»). По мере полного усвоения обучаемыми закрепощения pistolетной рукоятки автомата в четырех точках сильной рукой объясняется важность создания угла противодействия отдаче за счет стойки стрелка. Осуществляется показ правильной (оптимальной) стойки.

**Методические рекомендации:** после объяснения и постановки хвата и агрессивной (с целью создания угла противодействия отдаче) стойки, проверять степень закрепощения pistolетной рукоятки автомата мизинцем и безымянным пальцами сильной руки, а также жестким встречным сдавливанием pistolетной рукоятки в месте ее стыковки со ствольной коробкой большим пальцем и основанием указательного пальца сильной руки обучаемого толканием дульной части ствола автомата обучаемого вправо - вверх, имитируя подброс ствола, а также (обхватив ладонью ствол автомата в районе газовой трубки) по оси ствола – по часовой стрелке и против нее (для проверки степени усилия встречного сжатия pistolетной рукоятки автомата большим и указательным пальцами сильной руки). **ВНИМАНИЕ: подача головы вперед-вправо-вниз одновременно с вскидыванием автомата и жесткое единообразное запираие щекой (скулой) верхнего гребня приклада с выходом на ось: глаз – целик – мушка – точка прицеливания – дают возможность гарантированно поражать цели при полном отсутствии видимости прицельных приспособлений без дополнительного оборудования.** При использовании данной методики локоть сильной руки не отставлять в сторону, а опускать вниз, что способствует максимальному задавливанию pistolетной рукоятки мизинцем и безымянным пальцем сильной руки, и уменьшает в размерах проекцию стрелка как мишени. Правильность и жесткость стойки обучаемого проверять серией сильных толчков ладонью инструктора в дульный срез его автомата. Для исключения при стрельбе боевыми патронами кивка ствола автомата в момент выстрела, дать объяснение, что созданная жесткая система: автомат – стрелок – пол – неподвижна и жестко заперта, движется только указательный палец, после чего произвести большое количество нажатий на спусковой крючок автомата, выстрелов вхолостую; **при этом основное внимание уделять неподвижному положению мушки автомата относительно целика и точки прицеливания в момент нажатия.** Особое

внимание при контроле хвата перед стрельбой вхолостую обращать на то, что затыльник приклада жестко вбит в плечо, а кисть слабой руки плотно, без зазора охватывает цевье автомата, при этом локоть и плечо слабой руки – жестко заперты. Уделять **особое внимание наклону корпуса обучаемого вперед** (причем, чем меньше собственный вес обучаемого, тем наклон больше, так как неправильно выбранная стойка приведет к разгибанию корпуса тела стрелка в пояснице и уводу попаданий вверх при стрельбе прерывистой и длинной (особенно полной) очередью).

**Дозировка:** выполнять не менее 10 раз (одним разом считать проверку хвата и стойки после выноса автомата на линию прицеливания).

**Характерные ошибки при отработке темы занятия:** частой ошибкой является нежесткое вбивание перепонки между большим и указательным пальцами сильной руки в задний упор пистолетной рукоятки автомата, что при стрельбе боевыми патронами ощутимо ослабляет противодействие отдаче и приводит к движению автомата внутри кисти сильной руки и, как следствие, низкой кучности стрельбы сдвоенными выстрелами и беглым одиночным и автоматическим огнем. Серьезной ошибкой является встречное сдавливание пистолетной рукоятки в месте ее стыковки со ствольной коробкой большим пальцем и основанием указательного пальца сильной руки не строго встречно, а со сдвигом. Необходимо понимать, что при скоростной и автоматической стрельбе эта несоосность сжатия, в свою очередь, приводит к ухудшению кучности попаданий, особенно на дистанциях 30-100 м. Еще одной большой ошибкой является слабое закрепощение кистевых, локтевых и плечевых суставов, что ведет к большому ходу (подпрыгиванию) мушки автомата вверх, и, соответственно, требует большего времени на возвращение мушки на точку прицеливания, и при стремлении стрелка быстрее стрелять, точность стрельбы и кучность резко падают. **Верхний гребень приклада не задавливается щекой (скулой).** Необоснованно широкий разнос ног, но при этом корпус тела, не имеющий наклона вперед, приводит к большому вертикальному разбросу попаданий. Нога, являющаяся в стойке опорной, не развернута под углом 90° к директрисе огня и **подпирает корпус тела не строго по оси ствола автомата.** Другие ошибки выявляются при стрельбе боевыми патронами и устраняются строгим соблюдением требований «Методики удержания автомата Калашникова при ведении скоростной стрельбы» (глава 3).

## **2.4 ВСКИДЫВАНИЕ АВТОМАТА КАЛАШНИКОВА, ПЕРВЫЙ ВЫСТРЕЛ.**

**Необходимость изучения темы занятия:** первый выстрел не всегда все решает, но случаются ситуации, когда от этого зависит исход событий.

**Цель занятия:** Изучение производства первого выстрела со вскидыванием автомата Калашникова от пояса по сигналу таймера в режиме фиксированного времени.

**Обеспечение:** штатное снаряжение, автомат с одним магазином, средство подачи сигнала (таймер МКПС, свисток), мишень на стойке на каждого обучаемого.

**Упражнение № 1: И. П.** – автомат с присоединенным магазином, не снаряженным патронами, приклад у пояса, ствол в сторону мишени, удерживается двумя руками. Указательный палец находится вне спусковой скобы. Обучаемые стоят в одну линию с интервалом не менее 1,65 м. Мишень в 7 м напротив каждого обучаемого. По сигналу таймера вскидывают автомат и вхолостую поражают мишень одним выстрелом.

**Методические рекомендации:** начинать выполнять упражнение необходимо не спеша, медленно и тщательно выполняя каждое действие. Автомат затыльником приклада вбивать в плечо маятниковым движением обеих рук. Заострять внимание на правильности расположения кисти слабой руки на цевье автомата и влиянии этого на точность и скорость выстрела навскидку при стрельбе боевыми патронами. **ВНИМАНИЕ:** подача головы вперед-вправо-вниз одновременно с вскидыванием автомата и жесткое единообразное запираание щекой (скулой) верхнего гребня приклада с выходом на ось: глаз – целик – мушка – точка прицеливания – дают возможность гарантированно поражать цели при полном отсутствии видимости прицельных приспособлений без дополнительного оборудования. Обращать внимание на строгое соблюдение всех элементов хвата и наклона корпуса тела вперед одновременно с маятниковым движением рук. Автомат запирают хватом и прикладкой, движение совершает только указательный палец.

**Дозировка:** Первый выстрел вхолостую со вскидыванием оружия от пояса производить до тех пор, пока обучаемые не будут делать его менее, чем за 1 сек. с прицеливанием в зону «А» (использовать таймер МКПС в режиме фиксированного времени).

**Упражнение № 2 (специальное): И. П.** – автомат с присоединенным магазином, не снаряженным патронами, удерживается двумя руками, нижним углом затыльника приклада вдавлен в плечо, ствол вниз, в сторону мишени. Указательный палец находится вне спусковой скобы. Обучаемые стоят в одну линию с интервалом не менее 1,65 м. Мишень в 7 м напротив каждого обучаемого. По сигналу таймера вскидывают ствол автомата и поражают мишень одним выстрелом вхолостую.

**Методические рекомендации:** начинать выполнять упражнение необходимо не спеша, медленно и тщательно выполняя каждое действие. И. П. принимать следующим образом: автомат затыльником приклада вбивать в плечо маятниковым движением и тщательно закрепощать хватом обеих рук. Заострять внимания на правильности расположения кисти слабой руки на цевье автомата и влиянии этого на точность и скорость выстрела навскидку при стрельбе боевыми патронами. Верхний гребень приклада жестко задавливать щекой или скулой с выходом на ось: глаз – целик – мушка – точка прицеливания, затем, **не отрывая**

**нижний угол затыльника приклада от плеча**, ствол автомата опускать вниз до желаемого положения. **ВНИМАНИЕ:** подача головы вперед-вправо-вниз одновременно с вскидыванием ствола автомата из такого И. П. и жесткое единообразное запираание щекой (скулой) верхнего гребня приклада с выходом на ось: глаз – целик – мушка – точка прицеливания – дают возможность гарантированно поражать цели при полном отсутствии видимости прицельных приспособлений без дополнительного оборудования. Обращать внимание на строгое соблюдение всех элементов хвата и наклона корпуса тела вперед одновременно с подъемом ствола автомата. Автомат запереть хватом и прикладкой, движение совершает только указательный палец.

**Дозировка:** первый выстрел вхолостую со вскидыванием ствола автомата производить до тех пор, пока обучаемые не будут делать его не более, чем за 0,5 сек. с прицеливанием в зону «А» (использовать таймер МКПС в режиме фиксированного времени).

**Характерные ошибки при отработке темы занятия:** неправильный хват, нет подачи корпуса тела вперед, опорная нога не закреплена, прикладка щеки или скулы к верхнему гребню приклада не жесткая, указательный палец сильной руки накладывается на спусковой крючок не одновременно с подъемом автомата, а после его прикладки; в специальном упражнении, в момент опускания ствола нижний угол затыльника приклада уходит с точки его упора.

## **2.5 ПЕРЕЗАРЯЖАНИЕ АВТОМАТА КАЛАШНИКОВА И ДОСЫЛАНИЕ ПАТРОНА В ПАТРОННИК.**

**Необходимость изучения темы занятия:** если стрелок умеет с большой скоростью и точностью поражать цели, но не обучен быстро производить смену магазина, в том числе, с досыланием патрона в патронник, то при необходимости совершения количества выстрелов, большего, чем патронов в магазине, особенно в стрессовой ситуации, шансы на выживание у него резко снижаются, поэтому способность достаточно быстро перезаряжать автомат и досылать патрон в патронник, как в светлое время суток, так и при полном отсутствии видимости, в любом положении тела и в условиях стресса, имеет неоценимое значение.

**Цель занятия:** приобретение устойчивого навыка быстрого перезаряжания автомата и досылания патрона в патронник.

**Обеспечение:** штатное снаряжение, автомат с двумя магазинами, средство подачи сигнала (таймер МКПС, свисток), мишень на стойке на каждого обучаемого.

**Упражнение № 1: И. П.** – автомат с присоединенным магазином, не снаряженным патронами, приклад у пояса, ствол в сторону мишени, удерживается двумя руками, или – нижним углом затыльника приклада вдавлен в плечо, ствол вниз, в сторону мишени, палец вне спусковой скобы. Обучаемые стоят в одну линию с интервалом не менее 1,65 м. Мишень в 7 м напротив каждого

обучаемого. По сигналу обучаемый делает в мишень один выстрел вхолостую, производит смену магазина и делает второй выстрел вхолостую в эту же мишень, убирает палец со спускового крючка. По следующему сигналу убирает оружие в И. П.

**Методические рекомендации:** особое внимание обращать на положение указательного пальца сильной руки в момент перезарядки. После отсоединения «пустого» магазина автомат проворачивать затыльником приклада в плече вправо (для контроля глазами местонахождения приемного окна ствольной коробки автомата), палец должен находиться вне спусковой скобы, обеспечивая безопасность действия с оружием. Все действия по перезаряжанию автомата производить в соответствии с рекомендациями «Методики удержания автомата Калашникова при ведении скоростной стрельбы» в главе 3.

**Дозировка:** выполнять не менее 20 раз.

**Упражнение № 2: И. П.** – автомат с присоединенным магазином, не снаряженным патронами, приклад у пояса, ствол в сторону мишени, удерживается двумя руками, или – нижним углом затыльника приклада вдавлен в плечо, ствол вниз, в сторону мишени, палец вне спусковой скобы. По сигналу обучаемый делает в мишень один выстрел вхолостую, производит смену магазина, имитирует досылание патрона в патронник и производит второй выстрел вхолостую в эту же мишень, убирает палец со спускового крючка. По следующему сигналу убирает оружие в И. П.

**Методические рекомендации:** особое внимание обращать на положение указательного пальца сильной руки в момент перезарядки. После отсоединения «пустого» магазина автомат проворачивать затыльником приклада в плече вправо (для контроля глазами местонахождения приемного окна ствольной коробки автомата), палец должен находиться вне спусковой скобы, обеспечивая безопасность действия с оружием. Все действия по перезаряжанию автомата производить в соответствии с рекомендациями «Методики удержания автомата Калашникова при ведении скоростной стрельбы» в главе 3. После фиксации в приемном окне очередного магазина автомат проворачивать влево по своей оси, затыльником приклада прокручивая в месте его упора в плечо. Рука, вставлявшая магазин, должна обогнуть крышку ствольной коробки, отвести назад рукоятку затворной рамы, и, отпустив ее в крайнем заднем положении, одновременно с возвращением автомата на линию прицеливания, жестко охватить цевье автомата.

**Дозировка:** выполнять 5-15 раз по одному сигналу, до полного исчезновения ошибок.

**Характерные ошибки при отработке темы занятия:** после отсоединения «пустого» магазина автомат не проворачивается затыльником приклада в плече вправо (для контроля глазами местонахождения приемного окна ствольной коробки автомата), подсумки для магазинов располагаются не со стороны слабой

руки, магазины в подсумках вставлены дном вверх, автомат при перезарядке и досылании патрона в патронник уходит с линии прицеливания, указательный палец сильной руки не уходит со спускового крючка.

## **2.6 СТРЕЛЬБА ПРИ ПЕРЕМЕЩЕНИИ.**

**Необходимость изучения темы занятия:** при возникновении необходимости вести огонь из автомата в лесу, в здании, среди развалин и т. д., умение поражать быстро и точно цели, совершая короткие и длинные перемещения, имеет важное значение.

**Цель занятия:** приобретение устойчивых навыков принятия положения для стрельбы из автомата после короткого и длинного перемещения.

**Обеспечение:** штатное снаряжение, автомат с одним магазином, средство подачи сигнала (таймер МКПС, свисток), две мишени на стойках на каждого обучаемого, щит (щиты, длиной по 1,5-2 м) общей длиной 5-7 м.

**Упражнение № 1:** короткое перемещение, **И. П.** – автомат с присоединенным магазином, не снаряженным патронами, приклад у пояса, ствол в сторону мишени, удерживается двумя руками, или – нижним углом затыльника приклада вдавлен в плечо, ствол вниз, в сторону мишени. Указательный палец находится вне спусковой скобы. На исходном рубеже ставится глухой щит, шириной 1,5-2 м. Слева и справа от щита на дистанции 3-7 м две мишени. **И. П.** – с одной из сторон щита. По сигналу стрелок делает выстрел вхолостую (два выстрела), перемещается на другой конец щита и выполняет другой выстрел вхолостую (два выстрела).

**Методические рекомендации:** при коротких перемещениях оружие не уводить с уровня глаз. Удерживать оружие в момент перемещения можно как одной, так и двумя руками. Следить за положением пальца в зоне спускового крючка при перемещении с автоматом и соблюдением угла безопасности. Принятие положения изготовки для стрельбы вхолостую начинать за шаг-полтора до появления мишени из-за щита, при вскидывании автомата проверять правильность стойки и хвата.

**Дозировка:** выполнять 5-15 раз по одному сигналу, до полного исчезновения ошибок.

**Упражнение № 2:** длинное перемещение, **И. П.** – автомат с присоединенным магазином, не снаряженным патронами, приклад у пояса, ствол в сторону мишени, удерживается двумя руками, или – нижним углом затыльника приклада вдавлен в плечо, ствол вниз, в сторону мишени. Указательный палец находится вне спусковой скобы. На исходном рубеже установлен глухой щит шириной 5-7 м. Слева и справа от щита на дистанции 3-7 м – две мишени. **И. П.** – с одной из сторон щита. По сигналу стрелок делает в мишень выстрел вхолостую (два

выстрела), перемещается на другой конец щита и выполняет выстрел вхолостую (два выстрела) в другую мишень.

**Методические рекомендации:** при длинном перемещении необходимо освободить от удержания цевья автомата слабую руку, она должна работать, как при обычном беге, помогая скорости передвижения стрелка. Рука с оружием должна находиться вверху (примерно уровень подбородка), палец вне спусковой скобы, ствол автомата в сторону щита. При приближении к стрелковой позиции обучаемый должен зрительно фиксировать то место, откуда он будет производить стрельбу, и рассчитывать, когда ему нужно начинать притормаживать. За 1-1,5 м до остановки (позиция, откуда будет видна мишень) слабой рукой осуществить захват цевья, оружие вывести на линию: глаз – целик – мушка – точка прицеливания, и произвести выстрел вхолостую. Необходимо, чтобы вся связка: торможение – наложение слабой руки в хват – вынос оружия на цель – выстрел вхолостую – проводилась слитно.

**Дозировка:** выполнять 5-15 раз по одному сигналу, до полного исчезновения ошибок.

**Характерные ошибки при отработке темы занятия:** не выход на хват перед выстрелом приводит к низкой точности, медленное передвижение, указательный палец накладывается на спусковой крючок после прицеливания, при длинном перемещении не освобождается и не помогает ускорению слабая рука, указательный палец не убирается при перемещении со спускового крючка, производится размахивание стволом автомата или разбивка угла безопасности.

## **2.7 СТРЕЛЬБА В ДВИЖЕНИИ.**

**Необходимость изучения темы занятия:** умение вести огонь из автомата в движении одиночными, сдвоенными выстрелами, а также автоматическим огнем дает неопределимое преимущество при прорыве, прикрытии, смены позиции и других ситуациях в огневом контакте на коротких дистанциях.

**Цель занятия:** изучение способов стрельбы из автомата Калашникова в движении вперед, назад и по фронту, а также способов стрельбы в движении с переносом огня.

**Обеспечение:** штатное снаряжение, автомат с одним магазином, средство подачи сигнала (таймер МКПС, свисток), мишень на стойке на каждого обучаемого, 6-8 автопокрышек.

**Упражнение № 1: И. П.** – автомат с присоединенным магазином, не снаряженным патронами, приклад у пояса, ствол в сторону мишени, удерживается двумя руками, или – нижним углом затыльника приклада вдавлен в плечо, ствол вниз, в сторону мишени. Указательный палец находится вне спусковой скобы. Одна мишень на каждого обучаемого на дистанции 10-12 м. По команде

«приготовиться» обучаемый приседает, понижая свой центр тяжести, и наклоняет корпус тела в сторону мишени. По сигналу вскидывает автомат на линию прицеливания, начинает движение вперед. Удерживая мушку в центре мишени, производит в нее быстрые выстрелы вхолостую. Мушка удерживается в центре мишени. За 5 м до мишени обучаемый останавливается и совершает движение назад. Во время передвижения имитируется нажим на спусковой крючок, и производятся выстрелы вхолостую. Добиться сохранения положения мушки в центре мишени во время всего выполнения упражнения.

**Методические рекомендации:** понижать центр тяжести тела. Так как нога, в стационарной стойке выполняющая роль опоры, препятствующей запрокидыванию тела из-за отдачи назад (для исключения ухода очередной точки попадания вверх при совершении нескольких быстрых выстрелов подряд), участвует в движении, то угол противодействия отдаче создавать за счет **ощутимого наклона** корпуса тела в сторону мишени. Ноги в коленях сгибать. Постановку ног производить перекачиванием ступни с пятки на носок по ребру стопы – крадущийся шаг (кошачий). Перемещение производить по одной линии (нет боковых раскачиваний туловища). При движении (особенно назад), периферийным зрением контролировать ровность поверхности. Оптимально делать выстрел вхолостую при одноопорном положении (одна нога стоит на земле, другая переносится для шага). При этом обращать внимание, что **после получения устойчивого навыка нет разницы, в каком положении в момент выстрела (выстрелов) вхолостую находятся ноги**. Длину шага делать короче, чем при обычном передвижении. Добиваться сохранения положения мушки в центре мишени во время всего выполнения упражнения.

**Дозировка:** выполнять 10-15 раз по одному сигналу, до полного исчезновения ошибок.

**Упражнение № 2: И. П.** – автомат с присоединенным магазином, не снаряженным патронами, приклад у пояса, ствол в сторону мишени, удерживается двумя руками, или – нижним углом затыльника приклада вдавлен в плечо, ствол вниз, в сторону мишени. Указательный палец находится вне спусковой скобы. Одна мишень на каждого обучаемого на дистанции 8-10 м. В 1 м от исходного рубежа – препятствие из 6-8 автопокрышек. По команде «приготовиться» обучаемый приседает, понижая свой центр тяжести и наклоняет корпус тела в сторону мишени. По сигналу выносит оружие на линию прицеливания, начинает движение вокруг препятствия по часовой стрелке на расстоянии около 1 м от него. Удерживая мушку в центре мишени, производит в нее быстрые выстрелы вхолостую.

**Методические рекомендации:** обращать внимание, что туловище должно быть **наклонено в сторону мишени**, ноги должны быть согнуты в коленях, периферийным зрением контролировать свое положение по отношению к препятствию. Постановка ног – перекачивание с пятки на носок по ребру стопы, и отмечать особенность (переход от движения вперед к движению назад) –

заступающий шаг. Положение мушки – в центре мишени. После выполнения стрельбы вхолостую в движении по часовой стрелке выполнять движение против часовой стрелки, руководствуясь теми же методическими указаниями.

Подобное упражнение можно построить при движении по треугольнику, для чего на земле выкладывается треугольник со стороной 1-1,5 м. Упражнение выполнять также по часовой и против часовой стрелки. **Скорость передвижения зависит от качества выполнения задачи.**

**Дозировка:** выполнять 10-15 раз по одному сигналу, до полного исчезновения ошибок.

**Упражнение № 3: И. П.** – автомат с присоединенным магазином, не снаряженным патронами, приклад у пояса, ствол в сторону мишени, удерживается двумя руками, или – нижним углом затыльника приклада вдавлен в плечо, ствол вниз, в сторону мишени, палец вне спусковой скобы. На дистанции 8-10 м устанавливаются 3-4 мишени. Напротив крайних мишеней справа и слева по исходному рубежу выкладываются из бруска ограничительные линии. По команде «приготовиться» обучаемый приседает, понижая свой центр тяжести, и наклоняет корпус тела в сторону мишени. По сигналу наводит оружие и производит стрельбу по мишеням вхолостую в движении по фронту. Дойдя до ограничительной линии, начинает движение в другую сторону.

**Методические рекомендации:** при движении по фронту корпус тела разворачивать и **ощутимо наклонять** к мишеням, ноги, согнутые в коленях, ставить мягко, перекатом с пятки на носок по ребру стопы, заступая одна за другую по одной линии. Положение мушки – в центре мишени. **Скорость передвижения зависит от качества выполнения задач.**

**Дозировка:** выполнять 10-15 раз по одному сигналу, до полного исчезновения ошибок.

**Упражнение № 4: И. П.** – автомат с присоединенным магазином, не снаряженным патронами, приклад у пояса, ствол в сторону мишени, удерживается двумя руками, или – нижним углом затыльника приклада вдавлен в плечо, ствол вниз, в сторону мишени, палец вне спусковой скобы. От исходного рубежа вперед прокладывается коридор из бруска шириной 1,5-2 м и длиной 10-15 м. Слева и справа от коридора на дистанции 5-7 м устанавливаются стойки с мишенями в шахматном порядке (слева на дистанции 3 м от исходного рубежа, справа – на дистанции 5 м), последующие мишени ставятся с интервалом от первой на 3 м как слева, так и справа. По команде «приготовиться» обучаемый приседает, понижая свой центр тяжести и наклоняет корпус тела в сторону мишени. По сигналу обучаемый наводит автомат на мишень слева и, начав движение вперед по коридору, производит выстрел (сдвоенный выстрел) вхолостую в нее, развернув голову, находит взглядом следующую мишень, производит разворот туловища вправо, в движении делает выстрел вхолостую в мишень и т. д., до конца коридора.

**Методические рекомендации:** тщательно следить за безопасностью при переносе оружия на мишень (угол безопасности). При переносе – вначале на очередную мишень поворотом головы переводить взгляд, затем разворачивать корпус тела с оружием и ноги. Автомат при разворотах в движении не уводит с линии прицеливания. Отмечать особенность стрельбы в движении с переносом оружия: меняющаяся постановка ног – от линейной постановки, как при движении вперед, до перемещения ног с заступом при большом развороте корпуса тела. **Скорость передвижения зависит от качества выполнения задачи.**

**Дозировка:** выполнять 5-10 раз по одному сигналу, до полного исчезновения ошибок.

**Характерные ошибки при отработке темы занятия:** ноги недостаточно сгибаются в коленях, корпус тела прямой, движение осуществляется приставными шагами, инерциальный пронос оружия через мишень при развороте с последующим возвращением, низкая общая скорость стрельбы вхолостую из-за переноса глаз одновременно с автоматом, неправильный хват пистолетной рукоятки автомата, **слабая рука удерживает автомат не за цевье**, медленное движение, указательный палец не убирается со спускового крючка после выстрела (выстрелов) вхолостую, разбитие угла безопасности.

### **3. ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ В ТИРЕ И НА СТРЕЛЬБИЩЕ.**

#### **3.1 ОРГАНИЗАЦИОННАЯ ЧАСТЬ:**

**3.1.1 Организация занятия в тире:** расстояние между стрелками на огневой линии должно быть не менее 1,65 м. Если обучаемых больше, чем позволяет ширина тира, то обучаемые разбиваются на две группы: пока одна группа стреляет, находясь на одной стрелковой линии, вторая группа холостит напротив пуленепробиваемой стены с закрепленными на ней мишенями.

**Рекомендация:** оптимальное построение занятий – один инструктор на 6 обучаемых.

**3.1.2 Обеспечение оружием:** один автомат с двумя магазинами на одного обучаемого.

**3.1.3 Техническое обеспечение:** таймеры по количеству инструкторов, защитные очки, наушники на каждого находящегося в тире, штатное снаряжение, подсумки, мишени, стойки для мишеней, лента для заклейки пробоин в мишени.

### **3.2 ОБУЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОМУ ОБРАЩЕНИЮ С АВТОМАТОМ КАЛАШНИКОВА.**

**Необходимость изучения темы занятия:** большой процент гибнущих от своего огня при ведении боевых действий и небезопасного и неквалифицированного обращения с оружием вне боевых действий.

**Цель занятия:**

1. Отработка положения указательного пальца в зоне спускового крючка при направлении автомата на мишень и возвращении его в исходное положение.
2. Отработка безопасного положения оружия при смене стрелковых позиций (при перемещении стрелка).
3. Отработка положения указательного пальца в зоне спускового крючка при перезарядке автомата.

**Обеспечение:** штатное снаряжение, автомат с двумя магазинами, патроны к автомату, средство подачи сигнала (таймер МКПС, свисток), мишень на стойке на каждого обучаемого.

**Упражнение № 1: И. П.** – автомат с присоединенным магазином, снаряженным 15 патронами, патрон в патроннике, предохранитель выключен, приклад у пояса, ствол в сторону мишени, удерживается двумя руками, или – нижним углом затыльника приклада вдавлен в плечо, ствол вниз, в сторону мишени. Указательный палец находится вне спусковой скобы. Обучаемые стоят в одну линию с интервалом не менее 1,65 м. Мишень в 7 м напротив каждого обучаемого. По сигналу (один свисток) обучаемый наводит оружие на мишень, указательный палец накладывает на спусковой крючок, производит выстрел, убирает палец со спускового крючка и возвращает автомат в И. П.

**Методические рекомендации:** указательный палец накладывать на спусковой крючок в процессе наведения автомата на мишень и убирать сразу после окончания стрельбы (палец должен быть выпрямлен, но не напряжен. Не рекомендовать опирать указательный палец сильной руки о скобу спускового крючка, так как мышцы пальца напрягаются и становятся менее подвижными). Выполнять медленно, по достижении определенной четкости действий – ускорять подачу сигналов. Внимание обучаемых заострять на том, что при выносе автомата на цель, положение указательного пальца на спусковом крючке или вне его на скорость открытия огня не влияет, а для безопасности применения оружия в условиях стресса имеет огромное значение. Инструктор должен находиться справа от обучаемых и в процессе выполнения упражнения делать замечания и следить за их устранением.

**Дозировка:** выполнять не менее 15 раз.

**Упражнение № 2: И. П.** – автомат с присоединенным магазином, полностью снаряженным патронами, патрон в патроннике, предохранитель выключен,

приклад у пояса, ствол в сторону мишени, удерживается двумя руками, или – нижним углом затыльника приклада вдавлен в плечо, ствол вниз, в сторону мишени. Указательный палец находится вне спусковой скобы. По фронту, с интервалом 3-4 м на стойках устанавливаются три мишени, выставленные вглубь огневого рубежа от исходной линии на следующие дистанции: центральная мишень – 3 м, крайние мишени – 7-10 м, каждая со своим исходным рубежом для стрельбы – 3 м.

По сигналу обучаемый делает в центральную мишень два выстрела, убирает палец со спускового крючка, удерживая автомат стволом в сторону правой мишени на уровне груди, быстро перемещается к ней, останавливается в трех метрах напротив нее, накладывает палец на спусковой крючок и делает два выстрела, убирает палец со спускового крючка, разворачивается и быстро перемещается на исходный рубеж у центральной мишени, при этом ствол автомата остается направленным на отстрелянную мишень. Достигнув исходного рубежа центральной мишени, обучаемый разворачивается к ней лицом (автомат уже направлен на нее), делает два прицельных выстрела и, убрав палец со спускового крючка, быстро перемещается к левой мишени, держа автомат на уровне груди стволом в сторону этой мишени. Остановившись в трех метрах от нее, прицеливается в нее и, наложив палец на спусковой крючок, делает два выстрела. Убрав палец со спускового крючка и удерживая автомат на уровне груди стволом в сторону обстрелянной мишени, быстро перемещается на исходный рубеж центральной мишени. После остановки разворачивается к ней лицом (автомат уже направлен на нее), накладывает палец на спусковой крючок и делает в мишень два прицельных выстрела.

**Методические рекомендации:** инструктор должен находиться справа, упражнение можно выполнять группой, но перед подачей очередного сигнала – визуально контролировать индивидуальный результат.

**Дозировка:** упражнение заканчивать **только после того**, как обучаемый перестает делать ошибки.

**Упражнение № 3: И. П.** – автомат с присоединенным магазином, снаряженным 10 патронами, патрон в патроннике, предохранитель выключен, приклад у пояса, ствол в сторону мишени, удерживается двумя руками, или – нижним углом затыльника приклада вдавлен в плечо, ствол вниз, в сторону мишени. Указательный палец находится вне спусковой скобы. Запасной магазин, снаряженный 10 патронами, в подсумке, слева от пряжки ремня. Обучаемые стоят в одну линию с интервалом не менее 1,65 м. Мишень в 7 м напротив каждого обучаемого. По сигналу обучаемый наводит оружие на мишень, указательный палец накладывает на спусковой крючок, производит выстрел и убирает палец со спускового крючка, левой рукой, отжав фиксатор магазина, сбрасывает его, **этой же рукой** вставляет следующий магазин, прицеливается в мишень, наложив указательный палец на спусковой крючок, производит выстрел, убирает палец со спускового крючка и возвращает автомат в И. П.

**Методические рекомендации:** инструктор должен находиться справа, упражнение можно выполнять группой. Осуществлять постоянный визуальный контроль индивидуального результата.

**Дозировка:** выполнять не менее 10 раз или до полного исчезновения ошибок.

**Характерные ошибки при отработке темы занятия:** невнимательность обучаемых устраняется только высокой интенсивностью проведения занятия и личной энергетикой инструктора (инструкторов).

### **3.3 УДЕРЖАНИЕ АВТОМАТА КАЛАШНИКОВА, СТОЙКА ПРИ СТРЕЛЬБЕ СТОЯ.**

**Необходимость изучения темы занятия:** данная тема является **ГЛАВНОЙ, ПРЕДЕЛЬНО ВАЖНОЙ И ОСНОВОПОЛАГАЮЩЕЙ** при обучении как скоростной стрельбе из автомата одиночными и сдвоенными выстрелами, беглым одиночным огнем, стрельбе прерывистой и длинной очередью, так и точной стрельбе на предельные для автомата дистанции, включая высокоточную спортивную стрельбу. Данная тема является **БАЗОЙ** для всего дальнейшего обучения и использования оружия в служебной деятельности.

**Цель занятия:**

1. Изучение паразитных сил, возникающих при скоростной стрельбе из автомата Калашникова одиночными выстрелами и автоматическим огнем.
2. Отработка закрепощения автомата Калашникова в определенных точках при противодействии паразитным силам, возникающим при скоростной стрельбе одиночными выстрелами и автоматическим огнем.
3. Отработка стойки при ведении скоростной стрельбы из автомата Калашникова одиночными выстрелами и автоматическим огнем.

**Обеспечение:** штатное снаряжение, автомат с двумя магазинами, средство подачи сигнала (таймер МКПС, свисток), мишень на стойке на каждого обучаемого.

**Упражнение: И. П.** – автомат с присоединенным магазином, снаряженным 10 патронами, патрон в патроннике, предохранитель выключен, приклад у пояса, ствол в сторону мишени, удерживается двумя руками, или – нижним углом затыльника приклада вдавлен в плечо, ствол вниз, в сторону мишени. Указательный палец находится вне спусковой скобы. Обучаемые располагаются на одной линии с интервалом не менее 1,65 м. Напротив каждого на дистанции 7 м установлена мишень. Инструктор напоминает процессы, происходящие с автоматом в момент выстрела, паразитные силы, возникающие при этом, и способ противодействия этим паразитным силам (глава 3, «Методика удержания автомата Калашникова при ведении скоростной стрельбы»). По мере полного усвоения обучаемыми закрепощения пистолетной рукоятки в четырех точках сильной рукой объясняется важность создания угла противодействия отдаче за счет стойки стрелка. Осуществляется показ правильной (оптимальной) стойки. По

сигналу (один свисток) обучаемый наводит оружие на цель, указательный палец накладывает на спусковой крючок, производит нажим и убирает палец со спускового крючка. По следующему сигналу автомат возвращается в И. П.

**Методические рекомендации:** после объяснения и постановки хвата и агрессивной (с целью создания угла противодействия отдаче) стойки, проверять степень закрепощения pistolетной рукоятки автомата мизинцем и безымянными пальцами сильной руки, а также жесткое встречное сдавливание pistolетной рукоятки в месте ее стыковки со ствольной коробкой большим пальцем и основанием указательного пальца сильной руки толканием дульной части ствола автомата обучаемого вправо-вверх, имитируя подброс ствола, а так же (обхватив ладонью ствол автомата в районе газовой трубки) по оси ствола – по часовой стрелке и против нее (для проверки степени усилия встречного сжатия рамки pistolета большим и указательными пальцами сильной руки). **ВНИМАНИЕ:** подача головы вперед-вправо-вниз одновременно с вскидыванием автомата и жесткое единообразное запираие щекой (скулой) верхнего гребня приклада с выходом на ось: глаз – целик – мушка – точка прицеливания – дают возможность гарантированно поражать цели при полном отсутствии видимости прицельных приспособлений без дополнительного оборудования. При использовании данной методики локоть сильной руки не отставлять в сторону, а опускать вниз, что будет способствовать максимальному задавливанию pistolетной рукоятки мизинцем и безымянными пальцами сильной руки и уменьшит в размерах проекцию стрелка как мишени. Правильность и жесткость стойки обучаемого проверять серией сильных толчков ладонью инструктора в дульный срез его автомата. Для исключения при стрельбе боевыми патронами кивка ствола автомата в момент выстрела, давать объяснение, что созданная жесткая система: автомат – стрелок – пол – неподвижна и жестко заперта, движется только указательный палец, после чего производить большое количество выстрелов в мишень, при этом основное внимание уделять неподвижному положению мушки автомата относительно целика и точки прицеливания в момент нажатия. Особое внимание при контроле хвата перед стрельбой обращать на то, что затыльник приклада жестко вбит в плечо, а кисть слабой руки плотно, без зазора должна охватывать цевье автомата, при этом локоть и плечо слабой руки – жестко заперты. Уделять особое внимание наклону корпуса обучаемого вперед, причем, чем меньше собственный вес обучаемого, тем наклон больше, так как неправильно выбранная стойка приведет к разгибанию корпуса тела стрелка в пояснице и уводу попаданий вверх при стрельбе прерывистой и длинной (особенно полной) очередью.

**Дозировка:** выполнять не менее 10 раз (одним разом считать проверку хвата и стойки после выноса автомата на линию прицеливания).

**Характерные ошибки при отработке темы занятия:** частой ошибкой является нежесткое вбивание перепонки между большим и указательными пальцами сильной руки в задний упор pistolетной рукоятки автомата, что при стрельбе боевыми патронами ощутимо ослабляет противодействие отдаче и приводит к

движению автомата внутри кисти сильной руки и, как следствие, низкой кучности стрельбы сдвоенными выстрелами и беглым одиночным и автоматическим огнем. Серьезной ошибкой является встречное сдавливание пистолетной рукоятки в месте ее стыковки со ствольной коробкой большим пальцем и основанием указательного пальца сильной руки не строго встречно, а со сдвигом. Необходимо понимать, что при скоростной и автоматической стрельбе эта несоосность сжатия в свою очередь приводит к ухудшению кучности попаданий, особенно на дистанциях 30-100 м. Еще одной большой ошибкой является слабое закрепощение кистевых, локтевых и плечевых суставов, что ведет к большому ходу (подпрыгиванию) мушки автомата вверх, и, соответственно, требует большего времени на возвращение мушки на точку прицеливания, и при стремлении стрелка быстрее стрелять, точность стрельбы и кучность резко падают. **Верхний гребень приклада не задавливается щекой (скулой).** Необоснованно широкий разнос ног, но при этом корпус тела, не имеющий наклона вперед, приводит к большому вертикальному разбросу попаданий. Нога, являющаяся в стойке опорной, не развернута под углом 90° к директрисе огня и **подпирает корпус тела не строго по оси ствола автомата.** Другие ошибки выявляются при стрельбе боевыми патронами и устраняются строгим соблюдением требований «Методики удержания автомата Калашникова при ведении скоростной стрельбы» (глава 3).

### **3.4 ВСКИДЫВАНИЕ АВТОМАТА КАЛАШНИКОВА, ПЕРВЫЙ ВЫСТРЕЛ.**

**Необходимость изучения темы занятия:** первый выстрел не всегда все решает, но случаются ситуации, когда от этого зависит исход событий.

**Цель занятия:** отработать быстрое вскидывание автомата и производство первого выстрела с патроном в патроннике и с досыланием патрона в патронник.

**Обеспечение:** штатное снаряжение, автомат с двумя магазинами, патроны к автомату, средство подачи сигнала (таймер МКПС, свисток), мишень на стойке на каждого обучаемого.

**Упражнение № 1: И. П.** – автомат с присоединенным магазином, снаряженным 10 патронами, патрон в патроннике, предохранитель выключен, приклад у пояса, ствол в сторону мишени, удерживается двумя руками. Указательный палец находится вне спусковой скобы. Обучаемые стоят в одну линию с интервалом не менее 1,65 м. Мишень в 7 м напротив каждого обучаемого. По сигналу обучаемый вскидывает автомат и поражает мишень одним выстрелом.

**Методические рекомендации:** начинать выполнять упражнение необходимо не спеша, медленно и тщательно выполняя каждое действие. Автомат затыльником приклада вбивать в плечо маятниковым движением обеих рук. Заострять внимание на правильности расположения кисти слабой руки на цефье автомата и влиянии этого на точность и скорость выстрела навскидку. **ВНИМАНИЕ: подача головы вперед-вправо-вниз одновременно с вскидыванием автомата и**

**жесткое единообразное запираение щекой (скулой) верхнего гребня приклада с выходом на ось: глаз – целик – мушка – точка прицеливания – дают возможность гарантированно поражать цели при полном отсутствии видимости прицельных приспособлений без дополнительного оборудования.** Обращать внимание на строгое соблюдение всех элементов хвата и наклона корпуса тела вперед одновременно с маятниковым движением рук. Автомат запирает хватом и прикладкой, движение совершает только указательный палец.

**Дозировка:** первый выстрел в мишень со вскидыванием оружия от пояса каждый обучаемый должен производить до тех пор, пока не будет делать его менее, чем за 1 сек. с попаданием в зону «А» (использовать таймер МКПС в режиме фиксированного времени).

**Упражнение № 2 (специальное): И. П.** – автомат с присоединенным магазином, снаряженным 15 патронами, патрон в патроннике, предохранитель выключен, заряжен, удерживается двумя руками, нижним углом затыльника приклада вдавлен в плечо, ствол вниз, в сторону мишени. Указательный палец находится вне спусковой скобы. Обучаемые стоят в одну линию с интервалом не менее 1,65 м. Мишень в 7 м напротив каждого обучаемого. По сигналу таймера вскидывают ствол автомата и поражают мишень одним выстрелом.

**Методические рекомендации:** начинать выполнять упражнение необходимо не спеша, медленно и тщательно выполняя каждое действие. И. П. принимать следующим образом: автомат затыльником приклада вбивать в плечо маятниковым движением и тщательно закрепощать хватом обеих рук. Заострять внимание на правильности расположения кисти слабой руки на цефье автомата и влиянии этого на точность и скорость выстрела навскидку. Верхний гребень приклада жестко задавливать щекой или скулой с выходом на ось: глаз – целик – мушка – точка прицеливания, затем, **не отрывая нижний угол затыльника приклада от плеча**, ствол автомата опускать вниз до желаемого положения. **ВНИМАНИЕ:** подача головы вперед-вправо-вниз одновременно с вскидыванием ствола автомата из такого И. П. и жесткое единообразное запираение щекой (скулой) верхнего гребня приклада с выходом на ось: глаз – целик – мушка – точка прицеливания – дают возможность гарантированно поражать цели при полном отсутствии видимости прицельных приспособлений без дополнительного оборудования. Обращать внимание на строгое соблюдение всех элементов хвата и наклона корпуса тела вперед одновременно с подъемом ствола автомата. Автомат запереть хватом и прикладкой, движение совершает только указательный палец.

**Дозировка:** первый выстрел со вскидыванием ствола автомата каждый обучаемый должен производить до тех пор, пока не будет делать его не более, чем за 0,5 сек. с попаданием в зону «А» (использовать таймер МКПС в режиме фиксированного времени).

**Характерные ошибки при отработке темы занятия:** неправильный хват, нет подачи корпуса тела вперед, опорная нога не закреплена, прикладка щеки или скулы к верхнему гребню приклада не жесткая, указательный палец сильной руки накладывается на спусковой крючок не одновременно с подъемом автомата, а после его прикладки; в специальном упражнении, в момент опускания ствола нижний угол затыльника приклада уходит с точки его упора.

### **3.5 ВСКИДЫВАНИЕ АВТОМАТА КАЛАШНИКОВА, СДВОЕННЫЙ ВЫСТРЕЛ.**

**Необходимость изучения темы занятия:** первый выстрел не всегда все решает, но случаются ситуации, когда от этого зависит исход событий, при этом попадание одной пули вызывает шок, но не исключает ответный выстрел, попадание второй пули либо исключает ответный выстрел, либо делает его не эффективным, при этом попадание двух (или нескольких) пуль с максимальной кучностью и за короткий промежуток времени удваивает (суммирует) кинетический удар.

**Цель занятия:** отработка производства сдвоенного выстрела со вскидыванием оружия от пояса, или со вскидыванием ствола автомата, затыльником приклада вбитым в плечо, по сигналу таймера в режиме фиксированного времени.

**Обеспечение:** штатное снаряжение, автомат с одним магазином, патроны к автомату, средство подачи сигнала (таймер МКПС, свисток), мишень на стойке на каждого обучаемого.

**Упражнение № 1: И. П.** – автомат с присоединенным магазином, снаряженным 15 патронами, патрон в патроннике, предохранитель выключен, приклад у пояса, удерживается двумя руками, ствол в сторону мишени. Указательный палец находится вне спусковой скобы. Обучаемые стоят в одну линию с интервалом не менее 1,65 м. Мишень в 7 м напротив каждого обучаемого. По сигналу таймера вскидывают оружие и производят сдвоенный выстрел.

**Методические рекомендации:** начинать выполнять упражнение необходимо не спеша, медленно и тщательно выполняя каждое действие. Автомат затыльником приклада вбивать в плечо маятниковым движением обеих рук. Заострять внимание на правильности расположения кисти слабой руки на цевье автомата и влиянии этого на точность и скорость сдвоенного выстрела навскидку.  
**ВНИМАНИЕ:** подача головы вперед-вправо-вниз одновременно с вскидыванием автомата и жесткое единообразное запираение щекой (скулой) верхнего гребня приклада с выходом на ось: глаз – целик – мушка – точка прицеливания – дают возможность гарантированно поражать цели при полном отсутствии видимости прицельных приспособлений без дополнительного оборудования. Обращать внимание на строгое соблюдение всех элементов хвата и наклона корпуса тела вперед одновременно с

маятниковым движением рук. Автомат запереть хватом и прикладкой, движение (двойное) совершает только указательный палец.

**Дозировка:** первый выстрел со вскидыванием оружия от пояса каждый обучаемый должен производить до тех пор, пока не будет делать его менее, чем за 1,5 сек. с попаданием в зону «А» (использовать таймер МКПС в режиме фиксированного времени).

**Упражнение № 2 (специальное): И. П.** – автомат с присоединенным магазином, полностью снаряженным патронами, патрон в патроннике, предохранитель выключен, нижним углом затыльника приклада вдавлен в плечо, ствол вниз, в сторону мишени. Указательный палец находится вне спусковой скобы. Обучаемые стоят в одну линию с интервалом не менее 1,65 м. Мишень в 7 м напротив каждого обучаемого. По сигналу таймера вскидывают ствол автомата и поражают мишень двумя выстрелами.

**Методические рекомендации:** начинать выполнять упражнение необходимо не спеша, медленно и тщательно выполняя каждое действие. И. П. принимать следующим образом: автомат затыльником приклада вбивать в плечо маятниковым движением и тщательно закрепощать хватом обеих рук. Заострять внимание на правильности расположения кисти слабой руки на цевье автомата и влиянии этого на точность и скорость выстрела навскидку. Верхний гребень приклада жестко задавливать щекой или скулой с выходом на ось: глаз – целик – мушка – точка прицеливания, затем, **не отрывая нижний угол затыльника приклада от плеча**, ствол автомата опустить вниз до желаемого положения. **ВНИМАНИЕ:** подача головы вперед-вправо-вниз одновременно с вскидыванием ствола автомата из такого И. П. и жесткое единообразное запираение щекой (скулой) верхнего гребня приклада с выходом на ось: глаз – целик – мушка – точка прицеливания – дают возможность гарантированно поражать цели при полном отсутствии видимости прицельных приспособлений без дополнительного оборудования. Обращать внимание на строгое соблюдение всех элементов хвата и наклона корпуса тела вперед одновременно с подъемом ствола автомата. Автомат запереть хватом и прикладкой, движение (двойное) совершает только указательный палец.

**Дозировка:** сдвоенный выстрел со вскидыванием ствола автомата, затыльником вбитого в плечо, каждый обучаемый должен производить до тех пор, пока не будет делать его не более, чем за 1 сек. с попаданием в зону «А» (использовать таймер МКПС в режиме фиксированного времени).

**Характерные ошибки при отработке темы занятия:** неправильный хват, нет подачи корпуса тела вперед, опорная нога не закрепощена, прикладка щеки или скулы к верхнему гребню приклада не жесткая, указательный палец сильной руки накладывается на спусковой крючок не одновременно с подъемом автомата, а после его прикладки; в специальном упражнении в момент опускания ствола нижний угол затыльника приклада уходит с точки его упора.

### **3.6 ПЕРЕЗАРЯЖАНИЕ АВТОМАТА КАЛАШНИКОВА И ДОСЫЛАНИЕ ПАТРОНА В ПАТРОННИК.**

**Необходимость изучения темы занятия:** если стрелок умеет с большой скоростью и точностью поражать цели, но не обучен быстро производить смену магазина, в том числе, с досыланием патрона в патронник, то при необходимости совершения количества выстрелов, большего, чем патронов в магазине, особенно в стрессовой ситуации, шансы на выживание у него резко снижаются, поэтому способность достаточно быстро перезаряжать автомат и досылать патрон в патронник, как в светлое время суток, так и при полном отсутствии видимости, в любом положении тела и в условиях стресса, имеет неоценимое значение.

**Цель занятия:** приобретение устойчивого навыка быстрого перезаряжания автомата и досылания патрона в патронник.

**Обеспечение:** штатное снаряжение, автомат с двумя магазинами, патроны к автомату, средство подачи сигнала (таймер МКПС, свисток), мишень на стойке на каждого обучаемого.

**Упражнение № 1: И. П.** – автомат с присоединенным магазином, снаряженным 10 патронами, патрон в патроннике, предохранитель выключен, заряжен, приклад у пояса, ствол в сторону мишени, удерживается двумя руками, или – нижним углом затыльника приклада вдавлен в плечо, ствол вниз, в сторону мишени, палец вне спусковой скобы. Запасной магазин, снаряженный 10 патронами, слева от пряжки ремня. Обучаемые стоят в одну линию с интервалом не менее 1,65 м. Мишень в 7 м напротив каждого обучаемого. По сигналу обучаемый делает в мишень один выстрел, производит смену магазина и делает второй выстрел в эту же мишень, убирает палец со спускового крючка. Автомат возвращается в И. П.

**Методические рекомендации:** особое внимание обратить на положение указательного пальца сильной руки в зоне спускового крючка в момент перезарядки автомата. После отсоединения магазина автомат проворачивать затыльником приклада в плече вправо (для контроля глазами местонахождения приемного окна ствольной коробки автомата), палец должен находиться вне спусковой скобы, обеспечивая безопасность действия с оружием. Все действия по перезаряжанию автомата производить в соответствии с рекомендациями «Методики удержания автомата Калашникова при ведении скоростной стрельбы» в главе 3.

**Дозировка:** выполнять не менее 20 раз.

**Упражнение № 2: И. П.** – автомат с присоединенным магазином, снаряженным одним патроном, предохранитель выключен, приклад у пояса, ствол в сторону мишени, удерживается двумя руками, или – нижним углом затыльника приклада вдавлен в плечо, ствол вниз, в сторону мишени, палец вне спусковой скобы. Запасной магазин, снаряженный одним патроном, слева от пряжки ремня.

Обучаемые стоят в одну линию с интервалом не менее 1,65 м. Мишень в 7 м напротив каждого обучаемого. По сигналу обучаемый досылает патрон в патронник, делает в мишень один выстрел, производит смену магазина, досылает патрон в патронник и производит второй выстрел в эту же мишень, убирает палец со спускового крючка. Автомат возвращается в И. П.

**Методические рекомендации:** особое внимание обращать на положение указательного пальца сильной руки в момент перезарядки. После отсоединения магазина автомат проворачивать затыльником приклада в плече вправо (для контроля глазами местонахождения приемного окна ствольной коробки автомата), палец должен находиться вне спусковой скобы, обеспечивая безопасность действия с оружием. Все действия по перезаряданию автомата производить в соответствии с рекомендациями «Методики удержания автомата Калашникова при ведении скоростной стрельбы» в главе 3. После фиксации в приемном окне очередного магазина автомат проворачивать влево по своей оси, затыльником приклада прокручивая в месте его упора в плечо. Рука, вставлявшая магазин, должна обогнуть крышку ствольной коробки, отвести назад рукоятку затворной рамы, и, отпустив ее в крайнем заднем положении, одновременно с возвращением автомата на линию прицеливания, жестко охватить цевье автомата.

**Дозировка:** выполнять 5-15 раз по одному сигналу, до полного исчезновения ошибок.

**Характерные ошибки при отработке темы занятия:** после отсоединения магазина автомат не проворачивается затыльником приклада в плече вправо (для контроля глазами местонахождения приемного окна ствольной коробки автомата), подсумки для магазинов располагаются не со стороны слабой руки, магазины в подсумках вставлены дном вверх, автомат при перезарядке и досылании патрона в патронник уходит с линии прицеливания, указательный палец сильной руки не уходит со спускового крючка.

### **3.7 ПЕРЕНОС ОГНЯ (СТРЕЛЬБА ПО ГРУППОВЫМ ЦЕЛЯМ).**

**Необходимость изучения темы занятия:** умение вести стрельбу из автомата Калашникова по групповым целям является крайне важным элементом огневой подготовки.

**Цель занятия:** изучить и отработать перенос огня по фронту и в глубину при стрельбе из автомата сдвоенными выстрелами по групповым целям.

**Обеспечение:** штатное снаряжение, автомат с двумя магазинами, патроны к автомату, средство подачи сигнала (таймер МКПС, свисток), две мишени на стойках на каждого обучаемого.

**Упражнение № 1: И. П.** –автомат с присоединенным магазином, полностью снаряженным патронами, патрон в патроннике, предохранитель выключен,

приклад у пояса, ствол в сторону мишени, удерживается двумя руками, или – нижним углом затыльника приклада вдавлен в плечо, ствол вниз, в сторону мишени. Указательный палец находится вне спусковой скобы. Напротив каждого обучаемого две мишени на дистанции 7 м с интервалом 1-2 м. По сигналу производятся сдвоенные выстрелы в каждую мишень поочередно до опустошения магазина.

Первый обучаемый стреляет по первой и второй мишени, второй – по третьей и четвертой и т. д.

**Методические рекомендации:** в первом подходе производить перенос с одиночным выстрелом, следующие подходы – перенос со сдвоенными выстрелами. Основное правило переноса огня – вначале глаза, затем корпус с оружием. При длинном переносе – вначале голова, затем корпус с оружием со скручиванием в ногах. Перед каждым подходом проверять правильность хвата пистолетной рукоятки автомата. Развороты производить быстрым, но плавным движением с резким торможением в конце движения.

**Дозировка:** выполнять в зависимости от возможностей до получения высокой точности стрельбы за минимальное время.

**Упражнение № 2: И. П.** – автомат с присоединенным магазином, полностью снаряженным патронами, патрон в патроннике, предохранитель выключен, приклад у пояса, ствол в сторону мишени, удерживается двумя руками, или – нижним углом затыльника приклада вдавлен в плечо, ствол вниз, в сторону мишени. Указательный палец находится вне спусковой скобы. Мишени выставляются уступом в глубину на дистанции 7, 10, 15, 20 метров и интервалом 1-2 м. По сигналу мишени поражаются двумя выстрелами каждая.

**Методические рекомендации:** добиваться изменения скорости стрельбы в зависимости от удаленности мишени. Основное правило переноса огня – вначале глаза, затем корпус с оружием. Перед каждым подходом проверять правильность хвата пистолетной рукоятки автомата. Развороты производить быстрым, но плавным движением с резким торможением в конце движения. Автомат, кисти рук, локти и плечи – должны быть жестко заперты. Прикладка оружия и хват при переносе – постоянны. Основное правило переноса огня в глубину – по мере увеличения дистанции до очередной мишени темп стрельбы нужно замедлять и, наоборот, по мере уменьшения дистанции до очередной мишени темп стрельбы – увеличивать.

**Дозировка:** выполнять в зависимости от возможностей до получения высокой точности стрельбы за минимальное время.

**Характерные ошибки при отработке темы занятия:** инерциальный пронос оружия через мишень при развороте с последующим возвращением, низкая скорость стрельбы из-за переноса глаз одновременно с оружием, низкая кучность при стрельбе сдвоенными выстрелами при неправильном хвате пистолетной

рукоятки автомата. Упражнение № 2 вызывает наибольшее затруднение при обучении, так как при переносе огня в глубину обучаемые не очень хорошо понимают правило изменения темпа стрельбы и, либо **стреляют быстрыми двойками и по дальним мишеням, либо долго целятся и медленно стреляют и по ближним мишеням.**

### **3.8 СТРЕЛЬБА ПРИ ПЕРЕМЕЩЕНИИ.**

**Необходимость изучения темы занятия:** при возникновении необходимости вести огонь из автомата в лесу, в здании, среди развалин и т. д., умение поражать быстро и точно цели, совершая короткие и длинные перемещения, имеет важное значение.

**Цель занятия:** приобретение устойчивых навыков стрельбы из автомата после короткого и длинного перемещения.

**Обеспечение:** штатное снаряжение, автомат с одним магазином, патроны к нему, средство подачи сигнала (таймер МКПС, свисток), две мишени на стойках на каждого обучаемого, щит (щиты, длиной по 1,5-2 м.) общей длиной 5-7 м.

**Упражнение № 1:** короткое перемещение, **И. П.** – автомат с присоединенным магазином, снаряженным 15 патронами, патрон в патроннике, предохранитель выключен, приклад у пояса, ствол в сторону мишени, удерживается двумя руками, или – нижним углом затыльника приклада вдавлен в плечо, ствол вниз, в сторону мишени. Указательный палец находится вне спусковой скобы. На исходном рубеже ставится глухой щит, шириной 1,5-2 м. Слева и справа от щита на дистанции 3-7 м две мишени. **И. П.** – с одной из сторон щита. По сигналу стрелок делает два выстрела в мишень, перемещается на другой конец щита и выполняет два выстрела в другую мишень.

**Методические рекомендации:** при коротких перемещениях автомат удерживать на уровне глаз, не отрывая затыльник приклада от плеча. Удерживать оружие в момент перемещения можно как одной, так и двумя руками. Следить за положением пальца в зоне спускового крючка при перемещении с автоматом и соблюдением угла безопасности. Принятие положения изготовки для стрельбы начинать за шаг-полтора до появления мишени из-за щита, перед выстрелом проверять правильность стойки и хвата.

**Дозировка:** выполнять в зависимости от возможностей до получения высокой точности стрельбы за минимальное время.

**Упражнение № 2:** длинное перемещение, **И. П.** – автомат с присоединенным магазином, снаряженным 10 патронами, патрон в патроннике, предохранитель выключен, приклад у пояса, ствол в сторону мишени, удерживается двумя руками, или – нижним углом затыльника приклада вдавлен в плечо, ствол вниз, в сторону мишени. Указательный палец находится вне спусковой скобы. На

исходном рубеже установлен глухой щит, шириной 5-7 м. Слева и справа от щита на дистанции 3-7 м – 2 мишени. И. П. – с одной из сторон щита. По сигналу стрелок делает в мишень два выстрела, перемещается на другой конец щита и производит два выстрела в другую мишень.

**Методические рекомендации:** при длинном перемещении необходимо освободить от удержания цевья автомата слабую руку, она должна работать, как при обычном беге, помогая скорости передвижения стрелка. Рука с оружием должна находиться вверху (примерно уровень подбородка), палец вне спусковой скобы, ствол автомата в сторону щита. При приближении к стрелковой позиции обучаемый должен зрительно фиксировать то место, откуда он будет производить стрельбу, и рассчитывать, когда ему нужно начинать притормаживать. За 1-1,5 м до остановки (позиция, откуда будет видна мишень) слабой рукой осуществить захват цевья, и вывести оружие на линию: глаз – целик – мушка – точка прицеливания, и произвести выстрел. Необходимо, чтобы вся связка: торможение – наложение слабой руки в хват – вынос оружия на цель – выстрел – проводилась слитно.

**Дозировка:** выполнять 5 раз по одному сигналу, до полного исчезновения ошибок.

**Характерные ошибки при отработке темы занятия:** не выход на хват перед выстрелом приводит к низкой точности, медленное передвижение при чрезмерно быстрой стрельбе, указательный палец накладывается на спусковой крючок после прицеливания, при длинном перемещении не освобождается и не помогает ускорению слабая рука, указательный палец не убирается при перемещении со спускового крючка, производится размахивание стволом автомата, или разбивка угла безопасности.

### **3.9 СТРЕЛЬБА В ДВИЖЕНИИ.**

**Необходимость изучения темы занятия:** умение вести огонь из автомата в движении одиночными, сдвоенными выстрелами, а также автоматическим огнем дает неоценимое преимущество при прорыве, прикрытии смены позиции и других ситуациях в огневом контакте на коротких дистанциях.

**Цель занятия:** приобретение устойчивого навыка стрельбы из автомата Калашникова в движении вперед, назад и по фронту, а так же стрельбы в движении с переносом огня.

**Обеспечение:** штатное снаряжение, автомат с одним магазином, патроны к автомату, средство подачи сигнала (таймер МКПС, свисток), мишень на стойке на каждого обучаемого, 6-8 автопокрышек.

**Упражнение № 1: И. П.** – автомат с присоединенным магазином, полностью снаряженным патронами, патрон в патроннике, предохранитель выключен,

приклад у пояса, ствол в сторону мишени, удерживается двумя руками, или – нижним углом затыльника приклада вдавлен в плечо, ствол вниз, в сторону мишени. Указательный палец находится вне спусковой скобы. Одна мишень на каждого обучаемого на дистанции 10-12 м. По команде «приготовиться» обучаемый приседает, понижая свой центр тяжести, и наклоняет корпус тела в сторону мишени. По сигналу вскидывает автомат на линию прицеливания и поражает мишень в движении вперед сдвоенными выстрелами. Используя 50% патронов в магазине – производит стрельбу в движении назад.

**Методические рекомендации:** понизить центр тяжести тела. Так как нога, в стационарной стойке выполняющая роль опоры, препятствующей запрокидыванию тела из-за отдачи назад (для исключения ухода очередной точки попадания вверх при совершении нескольких быстрых выстрелов подряд), участвует в движении, то создать угол противодействия отдаче за счет **ощутимого наклона** корпуса тела в сторону мишени. Ноги в коленях должны быть полусогнуты. Постановку ног производить перекачиванием ступни с пятки на носок по ребру стопы – крадущийся шаг (кошачий). Перемещение производить по одной линии (нет боковых раскачиваний туловища). При движении (особенно назад), периферийным зрением контролировать ровность поверхности. Оптимально делать выстрел при одноопорном положении (одна нога стоит на земле, другая переносится для шага). При этом следует заметить, что **после получения устойчивого навыка нет разницы, в каком положении в момент выстрела (выстрелов) находятся ноги.** Длина шага должна быть короче, чем при обычном передвижении. При достижении нужной точности и кучности стрельбы нужно увеличивать скорость движения. Добиваться сохранения положения мушки в центре мишени во время всего выполнения упражнения.

**Дозировка:** выполнять в зависимости от возможностей до получения высокой точности стрельбы за минимальное время.

**Упражнение № 2: И. П.** – автомат с присоединенным магазином, полностью снаряженным патронами, патрон в патроннике, предохранитель выключен, приклад у пояса, ствол в сторону мишени, удерживается двумя руками, или – нижним углом затыльника приклада вдавлен в плечо, ствол вниз, в сторону мишени. Указательный палец находится вне спусковой скобы. Одна мишень на дистанции 10-12 м. В 1 м от исходного рубежа – стопка из 6-8 автопокрышек. По команде «приготовиться» обучаемый приседает, понижая свой центр тяжести и наклоняет корпус тела в сторону мишени. По сигналу выносит оружие на линию прицеливания, начинает движение вокруг препятствия по часовой стрелке на расстоянии около 1 м от него. Удерживая мушку в центре мишени, производит в нее быстрые выстрелы.

**Методические рекомендации:** обращать внимание: туловище должно быть **наклонено в сторону мишени**, ноги должны быть согнуты в коленях, периферийным зрением контролировать свое положение по отношению к препятствию. Постановка ног – перекачивание с пятки на носок по ребру стопы, и

особенность (переход от движения вперед к движению назад) – заступающий шаг. Положение мушки – в центре мишени. После выполнения стрельбы в движении по часовой стрелке выполнять движение против часовой стрелки, руководствуясь теми же методическими указаниями.

Подобное упражнение можно построить при движении по треугольнику, для чего на земле выложить треугольник со стороной 1-1,5 м. Упражнение можно выполнять как по часовой, так и против часовой стрелки. **Скорость передвижения зависит от качества выполнения задачи.**

**Дозировка:** выполнять в зависимости от возможностей до получения высокой точности стрельбы за минимальное время.

**Упражнение № 3: И. П.** – автомат с присоединенным магазином, полностью снаряженным патронами, патрон в патроннике, предохранитель выключен, приклад у пояса, ствол в сторону мишени, удерживается двумя руками, или – нижним углом затыльника приклада вдавлен в плечо, ствол вниз, в сторону мишени. Указательный палец находится вне спусковой скобы. На дистанции 8-10 м расположены 3-4 мишени с интервалом 2 – 4 м между ними. Напротив крайних мишеней справа и слева по исходному рубежу выкладываются из бруска ограничительные линии. По команде «приготовиться» обучаемый приседает, понижая свой центр тяжести и наклоняет корпус тела в сторону мишени. По сигналу наводит оружие и производит стрельбу по мишеням в движении по фронту. Дойдя до ограничительной линии, начинает движение в другую сторону.

**Методические рекомендации:** при движении по фронту корпус тела развернут к мишеням и **ощутимо наклонен к ним**, ноги, согнутые в коленях, должны ставиться мягко, перекатом с пятки на носок по ребру стопы, заступая одна за другую по одной линии. Положение мушки – в центре мишени. **Скорость передвижения зависит от качества попаданий в мишень.**

**Дозировка:** выполнять в зависимости от возможностей до получения высокой точности стрельбы за минимальное время.

**Упражнение № 4: И. П.** – автомат с присоединенным магазином, полностью снаряженным патронами, патрон в патроннике, предохранитель выключен, приклад у пояса, ствол в сторону мишени, удерживается двумя руками, или – нижним углом затыльника приклада вдавлен в плечо, ствол вниз, в сторону мишени. Указательный палец находится вне спусковой скобы. От исходного рубежа вперед прокладывается коридор из бруска шириной 1,5-2 м и длиной 10-15 м. Слева и справа от коридора на дистанции 5-7 м устанавливаются стойки с мишенями в шахматном порядке (слева на дистанции 3-5 м от исходного рубежа, справа – на дистанции 3-5 м) последующие мишени ставятся с интервалом от первой на 3 м как слева, так и справа. По команде «приготовиться» обучаемый приседает, понижая свой центр тяжести и наклоняет корпус тела в сторону мишени. По сигналу наводит автомат на мишень слева и, начав движение вперед по коридору, производит два выстрела в нее, развернув голову, находит взглядом

следующую мишень, производит разворот туловища вправо, в движении двумя выстрелами поражает мишень и т. д., до конца коридора.

**Методические рекомендации:** тщательно следить за безопасностью при переносе оружия на мишень (угол безопасности). При переносе огня вначале на очередную мишень поворотом головы переводится взгляд, затем разворот корпуса тела с оружием и ноги. Автомат при разворотах в движении не должен уходить с линии прицеливания. Особенность стрельбы в движении с переносом оружия – меняющаяся постановка ног – от линейной постановки, как при движении вперед, до перемещения ног с заступом при большом развороте корпуса тела. **Скорость передвижения зависит от качества выполнения задачи.**

**Дозировка:** выполнять 5-10 раз по одному сигналу, до полного исчезновения ошибок.

**Характерные ошибки при отработке темы занятия:** ноги недостаточно сгибаются в коленях, корпус тела прямой, движение осуществляется приставными шагами, инерциальный пронос оружия через мишень при развороте с последующим возвращением, низкая скорость стрельбы из-за переноса глаз одновременно с автоматом неправильный хват pistolетной рукоятки автомата, **слабая рука удерживает автомат не за цевье**, медленное движение, указательный палец не убирается со спускового крючка после выстрела (выстрелов), разбитие угла безопасности.

### **3.10 СТРЕЛЬБА В НИЗКОЙ СТОЙКЕ.**

**Необходимость изучения темы занятия:** становиться на колено для ведения огня через низкий порт можно, только если этой стрелковой позицией заканчивается стрельба, а когда такая необходимость возникает в процессе перемещений – оптимальнее принимать стойку в присяде, так как подъем с колена приведет к лишним затратам по времени.

**Цель занятия:** приобретение устойчивого навыка стрельбы из автомата Калашникова в низкой стойке.

**Обеспечение:** штатное снаряжение, автомат с одним магазином, патроны к автомату, средство подачи сигнала (таймер МКПС, свисток), 1 мишень на стойке на каждого обучаемого, лента для заклейки пробоин в мишени, по количеству обучаемых – крестообразная стойка: два бруска, длиной 1,5 м каждый, сбитых крестом на устойчивом основании.

**Упражнение: И. П.** – автомат с присоединенным магазином, полностью снаряженным патронами, патрон в патроннике, предохранитель выключен, приклад у пояса, ствол в сторону мишени, удерживается двумя руками, или – нижним углом затыльника приклада вдавлен в плечо, ствол вниз, в сторону

мишени, палец вне спусковой скобы. На дистанции 1-1,5 м от исходного рубежа устанавливается крестообразная стойка, за ней, на дистанции 5-7 м – стойка с мишенью. По сигналу производится сдвоенный выстрел в мишень над горизонтальной перекладиной стойки с правой стороны, затем мишень поражается в глубоком присяде на двух ногах, расставленных шире плеч, под горизонтальной перекладиной с правой стороны, затем она же поражается под горизонтальной перекладиной с левой стороны, затем над перекладиной – с левой стороны и так, последовательно, до окончания патронов в магазине.

**Методические рекомендации:** для быстрой и точной стрельбы в низкой стойке необходимо помнить, что туловище остается наклоненным вперед для противодействия отдаче. Переход из верхней позиции в нижнюю должен достигаться энергичным приседанием на двух ногах, расставленных шире плеч, с наклоном корпуса тела в сторону мишени. В зависимости от дальнейших действий переход в нижнюю позицию осуществлять быстрым приседанием на одну ногу с отставлением второй ноги в сторону, а также – с опорой на одно из колен с наклоном туловища вперед в сторону мишени.

**Дозировка:** выполнять в зависимости от возможностей до получения высокой точности стрельбы за минимальное время.

**Характерные ошибки при отработке темы занятия:** невнимательность, медлительность при смене позиции, **неправильно выбранное расстояние от ствола автомата до порта, в результате чего оружие при смене позиции уходит с линии прицеливания**, засовывание ствола в порт ведет к дополнительным затратам по времени на лишние движения, ноги в низкой позиции не ставятся шире плеч, корпус тела не наклоняется в сторону стрельбы, нарушается безопасность выполнения – не убранный со спускового крючка палец в момент смены позиции в реальной ситуации может привести к случайному выстрелу и поражению самого стрелка рикошетом.

### **3.11 ЭКС-ПРЕЗИДЕНТ.**

**Необходимость изучения темы занятия:** умение быстро и точно поражать групповые цели сдвоенными выстрелами из нестандартных положений с переносом огня и перезаряданием оружия является одним из важных показателей уровня огневой подготовки обучаемого.

**Цель занятия:** комплексная отработка навыков быстрой стрельбы из автомата Калашникова с высокой точностью и кучностью.

**Обеспечение:** штатное снаряжение, автомат с двумя магазинами, патроны к автомату, средство подачи сигнала (таймер МКПС, свисток), мишени на стойках по количеству обучаемых, лента для заклейки пробойн в мишени.

**Упражнение: И. П.** – автомат с присоединенным магазином, снаряженным 6 патронами и седьмым патроном в патроннике, с выключенным предохранителем, удерживается двумя руками. Указательный палец находится вне спусковой скобы, ствол в сторону мишени, приклад у пояса, или – нижним углом затыльника вдавлен в плечо, ствол вниз, в сторону мишени. Второй магазин, снаряженный не менее 5 патронов, в подсумке. Три мишени на дистанции 7 м с интервалом 1 м. По сигналу обучаемый производит по два выстрела в каждую из трех мишеней, после чего производит перезарядку, и вновь поражает три мишени по два выстрела в каждую в любой последовательности.

**Методические рекомендации:** вбивать автомат затыльником приклада в плечо маятниковым движением обеих рук. Заострять внимание на правильности расположения кисти слабой руки на цевье автомата и влиянии этого на точность и скорость выстрела навскидку. Обращать внимание на строгое соблюдение всех элементов хвата и наклона корпуса тела вперед одновременно с маятниковым движением рук. Автомат должен быть заперт хватом и прикладкой, движение двойного нажатия на спусковой крючок совершает только указательный палец. Все три мишени с переносом поразить двумя выстрелами, перезарядку производить без увода автомата с линии прицеливания и патроном в патроннике и без паузы после перезарядки еще раз произвести по два выстрела в каждую мишень.

**Дозировка:** выполнять в зависимости от возможностей до получения высокой точности и кучности стрельбы за минимальное время.

**Характерные ошибки при отработке темы занятия:** неправильный хват, нет подачи корпуса тела вперед, опорная нога не закреплена, прикладка щеки или скулы к верхнему гребню приклада не жесткая, указательный палец сильной руки накладывается на спусковой крючок не одновременно с подъемом автомата, а после его прикладки; в специальном варианте, в момент опускания ствола нижний угол затыльника приклада уходит с точки его упора.

**На заключительном этапе программы обучения скоростной стрельбе из автомата на основе «Методики удержания автомата Калашникова при ведении скоростной стрельбы» (глава 3) обучаемые обязательно стреляют по грудной мишени (№ 4) на дистанции 50 и 100 метров после ощутимых физических нагрузок, а также стоя, с колена и лежа на 25-50 м полной очередью.**



## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Данное учебно-методическое пособие обязано своим появлением всему коллективу ООО «Полигон»:

**Червоняку Василию Григорьевичу**, заместителю директора;

**Майбороде Дмитрию Сергеевичу**, начальнику юридического отдела;

**Деркачу Александру Семеновичу**, начальнику полигона, второму инструктору и методисту;

**Орловой Надежде Валерьевне**, начальнику учебного отдела;

**Петровой Наталье Викторовне**, менеджеру;

**Евтихиеву Александру Владимировичу**, начальнику оружейного склада, мастеру спорта по пулевой стрельбе;

**Плотникову Максиму Леонидовичу**, оружейному мастеру;

**Пичко Ирине Сергеевне**, диспетчеру полигона;

**Наговицыну Николаю Михайловичу**, начальнику автопарка;

**Ковалевой Ольге Вениаминовне**, главному бухгалтеру;

**Галустян Евгении Евгеньевне**, бухгалтеру.



РОССИЙСКОЕ  
АВТОРСКОЕ ОБЩЕСТВО  
СВИДЕТЕЛЬСТВО



№ 11182

о депонировании и регистрации произведения –  
объекта интеллектуальной собственности

Настоящим удостоверяется, что в Российском Авторском Обществе депонирован и зарегистрирован объект интеллектуальной собственности - *рукопись методики удержания пистолета при скоростной стрельбе*, автором которой, по его собственному заявлению, является **Петров Александр Иванович.**

По заявлению указанного автора, все права на данный объект интеллектуальной собственности, *созданный в июне 2006 года*, принадлежат исключительно вышеуказанному лицу.

**Петров А.И.** свидетельствует, что при создании вышеуказанного объекта им не были нарушены права интеллектуальной собственности других лиц.

Соответствующая запись в Реестре за № 11182 от *27 декабря 2006 года* имеется.

Копия произведения хранится в архиве Российского Авторского Общества.

По уполномочению РАО  
начальник отдела по регистрации и  
депонированию объектов интеллектуальной  
собственности и правообладателей



Т.Н.Воронина



РОССИЙСКОЕ  
АВТОРСКОЕ ОБЩЕСТВО  
СВИДЕТЕЛЬСТВО



№ 14780

о регистрации и депонировании произведения –  
результата интеллектуальной деятельности

Настоящим удостоверяется, что в Российском Авторском Обществе зарегистрирован и депонирован результат интеллектуальной деятельности - *рукопись учебного пособия под названием «Удержание автомата Калашникова при ведении скоростной стрельбы одиночными выстрелами и автоматическим огнем», автором которой, по его собственному заявлению, является Александр Иванович Петров.*

По заявлению *А.И. Петрова*, все права на данный результат интеллектуальной деятельности, *созданный в августе 2007 года*, принадлежат исключительно вышеуказанному лицу.

*А.И. Петров* свидетельствует, что при создании вышеназванного результата интеллектуальной деятельности им не были нарушены права третьих лиц.

Запись в Реестре за № 14780 от 23 января 2009 года имеется.

Копия произведения хранится в архиве Российского Авторского Общества.

По уполномочению РАО  
начальник отдела по регистрации и  
депонированию результатов интеллектуальной  
деятельности Департамента правового  
обеспечения



Т.Н.Воронина



*Автор предоставляет права на использование данного продукта интеллектуальной собственности безвозмездно силовым структурам Российской Федерации в обучении огневой подготовке их сотрудников.*

02.03.09 г.



Петров А. И.