

Стрелковая инъекция

Юрий Моисенко



Прослужив в МВД двадцать лет, в оперативном полку ВВ, в ОМОНе и СОБРе, я столько раз ходил от огневого рубежа к мишеням, что, наверное, стоптал не одну пару башмаков, проверяя результаты стрельбы...

Думая, что про обучение стрелковому делу я знаю многое, в 2006 году у меня появилась возможность пройти интенсивный курс по практической стрельбе под руководством Виталия Крючина и ведущих инструкторов ФПСР: Алексея Rogozina, Артёма Травкина, Анатолия Кондруха, Александра Скорых. Образование у меня спортивно-педагогическое, поэтому с самого начала интенсивных курсов в Финляндии я начал что-то записывать и пытаться сделать какие-то аналитические выводы. В первый же день стало понятно – я стрелять не умею и лучше забыть все навыки и стереотипы, сложившиеся у меня за время службы. Не скажу, что это было легко. Одна борьба со стойкой Вивера чего стоила.

День первый

В первый день шокирующим открытием для меня было то, насколько эффективнее учебная стрельба по стальной мишени, чем по бумаге. После производства выстрела стрелок немедленно видит свой результат, вне зависимости от качества попадания, имея возможность мгновенно проанализировать свои ощущения и последующей стрельбой исправить ошибки. При стрельбе по бумажке с кругами этот процесс растягивается на часы и более.

Одной из основных проблем скоростной стрельбы является готовность стрелка компенсировать отдачу оружия, которая достигается хватом, стойкой и удержанием пистолета. Оптимизация наведения – кратчайшая траектория в сторону цели.

Ещё одним откровением было то, что при многократном повторении действий на фоне усталости при интенсивной стрельбе организм сам начинает оптимизировать движения, избавляясь от всего лишнего. Вот уж не думал, что за шесть часов стрельбы (выстрелов 800) устану так, как будто отбегал футбольный матч. Это вам не мелкашка, сериями по десять.

Вечером гудели ноги, спина, ощущения в кистях рук как после колки дров тяжёлым колуном.

День второй

Для стрельбы из неудобных положений не нужны специфические позы, которые рисуют в разных книжках с хорошим коммерческим сбором, с якобы завещанной нам методой контрразведки СМЕРШ или НКВД. Нужно просто правильно распределять центр масс, работать корпусом и на ногах. Эффективно компенсировать отдачу можно и в неудобных положениях, если понять принципы компенсации.

Следующее открытие. Я умею стрелять левой рукой! Оказывается, это несложно, если знаешь как. Я читал, что вообще полезно развивать слабую сторону, например, пробовать писать с неудобной руки, такая практика развивает мозги. Мне кажется, для любого оперативника понятно, что при работе в помещении опасность может подстергать не только из-за правого угла, но и из-за левого. Рационализм движений стрелка при замене магазина удивил своей простотой. И вообще постоянно возникает вопрос к себе: как же я сам не догадался? Всё гениальное просто, но попробуй, разберись без инструктора.

К вечеру горели огнём подушечки пальцев рук. Несколько потеростей на кистях залепил лейкопластырем. На ладони ссадина от крышки магазина. Ноги забиты, как после приседаний со штангой.

День третий

Я могу стрелять в движении. Не после перебежки с коротких остановок, а вообще на ходу. Иногда, конечно, мажу, но ощущения уверенности в попадании перед выстрелом, подтверждаемые тут же кляксой на мишени, возникают всё чаще. На подходе и отходе от мишени получается хорошо, с передвижением вдоль мишеней хуже.

Инструкторы неумолимы, заставляют делать то, что хуже получается. Хотя мышцы забиты прилично, и приходится включать волю, чтобы сохранять правильность движений.

Во второй половине дня стреляли настоящее длинное упражнение с многочисленными углами, дверями и окнами. Про себя смеюсь, что очень похоже на «Контрстрайк». Удивляюсь, как просто и логично устроено оборудование в практической стрельбе. Свингер имитирует выглядывающего из-за угла противника. Почему я раньше этого не видел? Тоже мне, военный специалист!

Сколь содержательна тактика выполнения длинных упражнений. В этой тактике полно альтернативы, но всё время кажется, что я слишком медленно двигаюсь. Адреналин гонит меня по упражнению, и я постоянно пробегаю какую-нибудь мишень, не обстреляв её. Никогда не стрелял упражнения, так близко имитирующего ощущение настоящего боя.

Узнал, что Крючин, для психоэмоционального контроля занимается определённой медитативной практикой. Вот тебе духовная составляющая практической стрельбы, как спорта.

Вечером ощущение радостной усталости, полная отключка от домашних мыслей. Процесс затягивает.



Справа. И. Сазыкин – максимальная концентрация
Внизу. Инструкторы, работавшие на интенсивных курсах по практической стрельбе



Дуэль между стрелками-силовиками



День четвёртый

Руки болят, но стреляю как голодный, хочется стрелять всё больше и быстрее. Особенно по стальным мишеням. Начинают возникать какие-то интуитивные ощущения, попаду или нет. Никогда не думал, что можно довести стартовую реакцию до такого состояния. Делаю первый выстрел с выхватыванием из кобуры в районе секунды, с десяти метров. Правда, не всегда в «альфу».

Чудо дня. Я успеваю сделать десяток выстрелов в центр мишени с разбросом в двадцать сантиметров, которая несётся мимо меня со скоростью сорок километров в час на расстоянии 25 метров. Я сначала подумал, что я Бог, но потом увидел, что многие так отстрелялись. Неужели меня тоже причислят к пантеону практических стрелков?

Неприятность дня. Мой «Викинг» начал отказывать. Магазины фиксируются в рукоятке через раз, может выпасть во время упражнения. А задержка в практике – причина неуважительная. Устраняй, время идёт! Флажок предохранителя разболтался, падает, когда захочет. Попросил CZ, специально не беру Glock, чтобы работать с курковыми системами. Дома кроме «стечкина» и «макарова»

Двигаясь в таком лабиринте необходимо поразить пару десятков мишеней



пока ничего нет, обещают «ярыгиным» вооружить. Сегодня первый день когда я не получил хотя бы одно замечание за нарушение правил безопасного обращения с оружием.

День пятый

Стреляем скоростные упражнения из «Байкал-матча». Готовимся к субботним соревнованиям. Несмотря на общий упадок сил, после интенсивных и продолжительных тренировок просто наслаждаюсь своим «намоторенным» состоянием. Мне кажется, что я один сплошной рефлекс. Вечером в гостинице сидел расслабленный в кресле с бутылкой пива. Уронил бутылку со стола локтем левой руки, не успев ни о чём подумать, мгновенно подхватил её правой в полёте. Сидящий напротив Артём Травкин только молча ухмыльнулся: мол, тренируйся парень, то ли ещё будет.

День шестой

Соревнования подтвердили тезис стрелков IPSC – твой результат на тренировке, минус тридцать процентов, результат на соревновании. Предстартовое «разгонное» состояние играет с неопытными стрелками злую шутку. После команды «Внимание» перед сигналом таймера слышу, как бешено учащается сердцебиение. Новое открытие: соревновательное возбуждение в практической стрельбе очень похоже имитирует состояние перед боевым мероприятием. Смесь неуверенности, любопытства, азарта и желания проявить себя. После этого надо при очень высоком пульсе и на максимально возможной скорости суметь себя проконтролировать, не нарушить правил безопасности, выбрать правильный темп стрельбы и рационально решить «тактику».

Занял второе место среди новичков. Парень, который победил, хорошо физически развит, но он гражданский. Лёгкое чувство неудовлетворённости. Здесь все знают, что я какой-то там военный «спец», а победить не смог. Но, вижу, кроме меня эта проблема никого не интересует. Инструкторы и до этого видели как «спецы» легко проигрывают гражданским. Основная метода огневой подготовки силовиков зиждется всё-таки на классической стрельбе. Приеду домой, наверное, кричать буду на каждом углу: «Люди, военные, если вы хотите победать, вам надо это обязательно попробовать!».

Спрашиваю Виталия Крючина:

– Почему так интенсивно, почему каждый день тысяча выстрелов, а как же восстановительная реакция, системность и периодичность, столь милая сердцу спортивной науки?

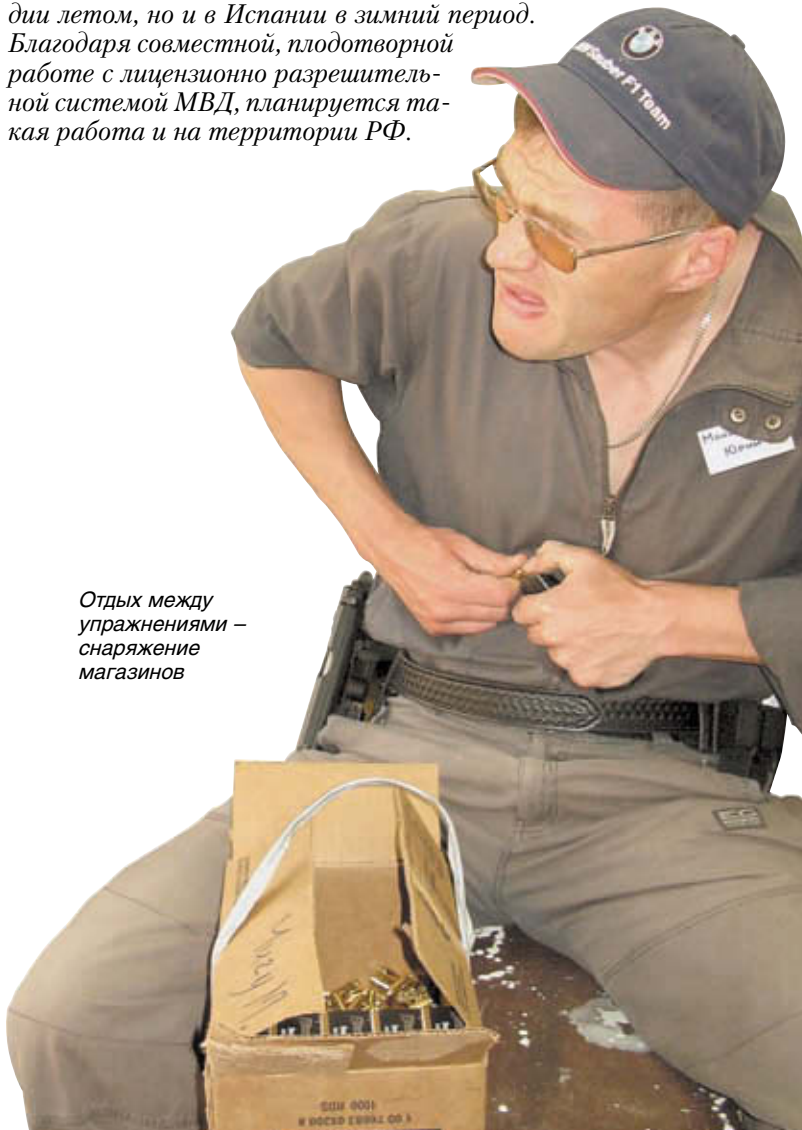
– Не скрою, на разработку этой уникальной методики повлияло недостаточное качество стрелковых сооружений в России и главное – отсутствие возможности использовать лучшие мировые образцы оружия в спортивных целях. Ведь используются крупнокалиберные пистолеты, запрещённые к гражданскому обороту. Поэтому, за короткие периоды пребывания на иностранных стрелковых клубах российские стрелки выкладывались по максимуму. Нам удалось аккумулировать наиболее эффективные стрелковые приёмы со всего мира и с учётом наших возможностей выжать

максимум для достижения результата. Сейчас у тебя руки в кровавых мозолях, но ты получил инъекцию, которая останется навсегда. Российским спортсменам воли не занимать, мы нагрузки не боимся. В течение времени прохождения интенсивных курсов все психические силы стрелка направлены только на решения основных задач. К концу недели концентрация достигает такого уровня, что стрелок иногда забывает свой рабочий телефон. Я называю этот эффект «полным погружением». Голова отдыхает, тело ноет, душа поёт. Даже опытные стрелки признаются, что при «полном погружении» приобретают больше навыков, чем при размеренных, «слабо дозированных» тренировках у себя дома, когда разум занят рабочими и домашними проблемами.

После окончания интенсивных курсов, разработанных российскими инструкторами, даже у скромного и неуверенного человека, повышается способность к мобилизации, активизируются волевые способности и физиологические резервы. Эти качества помогают не только в стрельбе, но и в жизни. В течение недели вновь обретенный стрелок получает такую накачку, которая может послужить базовой платформой для его дальнейшего развития, как стрелка и человека мотивированного на активную жизненную позицию: «Я могу это сделать!». ☺

Р.С. В настоящее время интенсивные курсы по практической стрельбе проводятся не только в Финляндии летом, но и в Испании в зимний период.

Благодаря совместной, плодотворной работе с лицензионно-разрешительной системой МВД, планируется такая работа и на территории РФ.



Отдых между упражнениями – снаряжение магазинов