



ОСНОВЫ практической стрельбы

Уважаемые читатели, Российское отделение МКПС совместно с журналом «КАЛАШНИКОВ» открывает ежемесячную рубрику статей под общим названием «Основы практической стрельбы». В этой рубрике будут опубликованы отрывки из книги В. А. Крючина «Руководство по практической стрельбе», которая будет издана в конце 2003 года – в начале 2004 г. Какое оружие используется стрелками по практической стрельбе? Как тренироваться, чтобы на любом расстоянии и из любой позиции научиться быстро и точно поражать мишени? Как стрелять в движении? Как привить стрелку навыки безопасного владения оружием? Как пользоваться таймером, чтобы улучшить свои результаты в стрельбе? Как сделать первый выстрел и поразить мишень быстрее, чем за одну секунду? Как поражать движущиеся, качающиеся и др. трудные мишени? Как тренируются лучшие стрелки мира? Какое оружие они используют? Как строить упражнения по ПС? Как выигрывать на соревнованиях? Ответы на эти и многие другие вопросы вы найдёте в новой рубрике. А если после прочтения материала у вас возникнут какие-то новые вопросы, пожалуйста, можете их отправлять по адресу e-mail: rus@ipsc.org. Ответы на наиболее интересные из них будут опубликованы.



не могут контролировать то, как стрелки обращаются с оружием, поэтому:

- мы снимаем с себя ответственность за применение оружия какими-либо стрелками в каких-либо целях и отказываемся от всякой ответственности за нанесённый вред любого рода.

- стрелок берёт на себя весь риск и ответственность при обращении с оружием.

Мы призываем стрелков быть очень осторожными при использовании оружия, боеприпасов и сопутствующего оборудования, связанного с этим видом спорта, строго следовать всем правилам безопасности, как указанным в этом материале, так и общепринятым.

Несоблюдение этих правил может привести к порче имущества, серьёзным ранениям и смерти стрелка или людей, находящихся рядом.

- при обращении с оружием мы настоятельно рекомендуем пользоваться индивидуальными средствами защиты, такими как очки и наушники.

На соревнованиях по ПС стреляют из пистолетов и револьверов, из гладкоствольных ружей и из нарезных карабинов. Техника стрельбы из пистолета наиболее сложна и интересна. Если стрелок усвоил технику и правила ПС из пистолета, стрельбу из гладкоствольного ружья и карабина ему освоить будет гораздо легче. Поэтому наша главная тема – практическая стрельба из пистолета, но иногда я буду обращаться и к ружью, и карабину.

Почти полвека стрелки, используя таймер, совершенствовались в своём стремлении стрелять как можно быстрее и точнее, лучшая оружие и стрелковое оборудование. За это время сложились принципы и методика подготовки быстрого, точного и аккуратного стрелка с доведёнными до автоматизма навыками безопасного владения оружием. За это время после сотен проведённых соревнований и миллионов выстрелов отсеялось всё лишнее и неэффективное. В ходе естественного

отбора выявилось самое качественное, надёжное и быстрое оружие, боеприпасы и прицельные приспособления. Определились наиболее эффективный хват оружия и стойки при стрельбе из различных позиций. Появились «быстрые» спортивные кобуры и подсумки. Обозначилось более удобное положение их на поясе стрелка.

Ремень, кобура, подсумки

Кобура и подсумки для магазинов в ПС должны располагаться только на поясе и быть закреплены на ремне, продетом, хотя бы, в три шлёвки брюк. В «открытом классе» пистолета кобура и подсумки могут находиться на поясе в любом месте. В «стандартном», «модифицированном» и «серийном» классах кобура и подсумки должны располагаться с боков не выступая за переднюю часть подвздошной кости (ил. 1).

Наиболее удобен спортивный двойной ремень, состоящий из внутреннего, тонкого ремня, продетого в шлёвки, и наружно-

го прочного жёсткого ремня, на котором закреплены пистолет и подсумки. Внутренний и наружный ремни прочно скрепляются подшитой на обоих ремнях «липучкой». Благодаря такому соединению наружный ремень легко снять или поправить положение кобуры, не вытаскивая его через шлёвки, что сильно облегчает жизнь стрелка.

Кобура на спортивном двойном ремне закреплена жёстко, не меняет своего положения и не болтается при выхватывании. Спусковой крючок всегда закрыт. Рукоятка не должна быть



Ил. 1



Ил. 2



Ил. 3

ниже ремня. Расположение кобуры должно быть таким, чтобы было удобно выхватывать пистолет как с опущенными, так и с приподнятыми руками. Такое положение создаётся, когда рукоятка пистолета, вставленного в кобуру, параллельна ремню (ил. 3), пистолет, кисть и предплечье при захвате рукоятки направлены в сторону мишеней (ил. 2). Приподнятая рука должна без лишних усилий сама падать на рукоятку, а свободно висящая рука легко находить её при поднятии. При использовании спортивной кобуры расстояние между торсом стрелка и ближайшей частью пистолета не должно превышать 50 мм.

Магазины в подсумках должны располагаться под углом, при котором кисть и предплечье во время извлечения сохраняют естественное положение. Между подсумками необходимо оставлять пространство, чтобы при удержании одного магазина, вы не касались другого. Магазины должны выступать как можно больше из подсумков, но не в ущерб прочности крепления. Чем удобнее расположен магазин и, чем больше он открыт, тем быстрее вы его выхватите, и, соответственно, быстрее сделаете смену магазина. Эти усовершенствования дадут вам преимущество всего лишь в доли секунды. Но, возможно, эти доли секунды помогут вам выиграть матч или принести победу в дуэльной стрельбе.

Двойной хват пистолета

Большинство ошибок при стрельбе возникают от неправильного удержания пистолета, положения рук и неправильной стойки. На протяжении последних десяти лет в ПС сформировалась наиболее удобная и «быстрая» стойка с двойным хватом, позволяющая делать точные прицельные выстрелы в статической позиции и, в то же время, легко поражать мишени в движении.

Не будем рассматривать зарубежные спортивные (крупнокалиберные) пистолеты с удобной большой рукояткой, кнопкой защёлки магазина и т. д. Обратимся к наиболее распространённому в России оружию – ИЖ-71 (с модификациями) и ПМ.

Перед тем как изучать удержание пистолета, давайте договоримся, что правая рука у «правши» будет называться «сильной», левая – «слабой», а у левши – наоборот. При двойном хвате пистолета типа ПМ расположение кистей и пальцев зависит от физических параметров стрелка. Главная проблема – размещение большого пальца «сильной» руки.

Стойка в ПС фронтальная, голова прямая, ноги на ширине плеч, иногда толчковая нога слегка выдвинута вперёд, спина ровная, плечи перпендикулярны линии огня (ил. 4). Многие стрелки наклоняют тело немного вперёд, делая стойку более агрессивной. При скоростной стрельбе это позволяет легче компенсировать отдачу. Но не стоит сильно наклоняться, это сковывает стрелка и увеличивает время переноса огня с одной мишени на другую.

При двойном хвате пистолета «сильная» рука



Ил. 4

плотно удерживает рукоятку (ил. 5), указательный палец касается спускового крючка только последней фалангой. Привыкайте сразу держать указательный палец вне спусковой скобы, пока не навели оружие на цель. Кисть «слабой» руки сгибается вниз под углом 45° к предплечью (ил. 6) и обхватывает кисть «сильной» руки. Нужно следить, чтобы между основанием большого пальца «сильной» руки и кистью «слабой» руки не было щели. Третья фаланга указательного пальца «слабой» руки должна плотно упираться в нижнюю часть скобы спускового крючка. Пальцы «слабой» руки должны плотно обхватывать рукоятку пистолета (ил. 7). Примерно 60 % усилий по удержанию пистолета приходится на «слабую» руку и 40 % на «сильную». Большой палец «слабой» руки расслаблен и направлен в сторону мишеней. Если кисти некрупные, большой палец «сильной» руки можно прижимать ладонью «слабой» руки к пистолету. А если кисти крупные, большой палец придётся накладывать на тыльную сторону «слабой» ладони, чтобы он не задевал затворную раму и предохранитель при выстреле, иное чревато травмами и срывом курка после выстрела.

Не рекомендуется накладывать указательный или большой пальцы «слабой» руки на переднюю часть скобы. Это ослабляет хват и в стрессовой ситуации может привести к отведению скобы спускового крючка во время выстрела вниз и освобождению затвора пистолета, который потом просто улетит.

Мы так подробно рассматриваем удержание пистолета, потому что это фундамент всей вашей стрельбы. Неправильный хват в дальнейшем будет источником ошибок при стрельбе. Это будет проявляться в сложных стрелковых позициях и при стрельбе в движении.

Итак, ладони плотно обхватывают пистолет, плечи не поднимаются, руки немного согнуты в локтях и разведены, причём «сильная» рука согнута чуть больше, чем правая. Это будет соблюдаться, если стойка пра-



Ил. 5



Ил. 6



Ил. 7

Ил. 8**Ил. 9**

вильная и плечи перпендикулярны линии огня. Руки не сжимают, не притягивают и не отталкивают пистолет, то есть, никоим образом не противодействуют друг другу. Они напряжены, но не сильно. В момент выстрела руки сгибаются в локтях, работая как амортизаторы, и автоматически возвращают пистолет в исходное состояние, не меняя положения тела. Это позволяет быстро производить повторный выстрел. Первое время эта изготовка покажется неудобной, но после нескольких недель тренировок (очень полезно тренировать выхватывание пистолета из кобуры вхолостую перед зеркалом) вы будете чувствовать себя комфортно и уверенно.

Мы не будем рассматривать широко распространённую стойку Вивера, когда «сильная» рука с пистолетом выпрямлена в локте и напряжена, играя роль приклада, а «слабая» согнута в локте и тянет пистолет на себя. Эта стойка устарела. В ПС спортсме-

ны уже почти не пользуются ею, так как она более скованная и медленная из неё неудобно стрелять во время движения.

Выхватывание пистолета

Чтобы произвести выстрел, необходимо сначала выхватить пистолет из кобуры, поднять его со стола, извлечь из сейфа и т. д. Все эти действия назовём одним словом – «выхватывание». Не извлечение, не доставание (это что-то медленное), а, именно, выхватывание – быстрое и точное действие. Во всех этих случаях пистолет может быть как заряженным, так и разряженным. Поэтому при тренировке выхватывания оружия не закливайтесь на одном действии, тренируйте в равной мере все изготовки. На соревнованиях могут встретиться самые разные варианты.

Все упражнения начинаются со стартового сигнала. Обычно это звук таймера. Рассмотрим обычную позицию. Условимся

что у стрелка «сильная» рука – правая.

Стрелок стоит лицом к мишеням, расслабившись, руки опущены (ил. 8). Глаза сфокусированы на мишени. Пистолет в кобуре, предохранитель включен. Патрон в патроннике.

После сигнала руки одновременно поднимаются и начинают движение к пистолету (ил. 9).

Тремя пальцами правой кисти захватываете рукоятку пистолета, указательный палец прямой, расслабленный, большой палец накладываете на предохранитель, если позволяет кобура.

Левая рука продолжает двигаться в район солнечного сплетения.

Пистолет вытягивается из кобуры вертикально вверх, разворачивается стволом в сторону мишени, снимается с предохранителя большим пальцем правой руки.

Руки встречаются в районе солнечного сплетения. Левая рука обхватывает рукоятку (как описано выше), локти немного

Ил. 10**Ил. 11**

разведены в стороны (ил. 10).

Пистолет по траектории схожей с буквой «Г» поднимается на линию «глаз-мишень» и выдвигается вперёд с одновременным выбором свободного хода спускового крючка (ил. 11).

В момент остановки оружия и совмещения целика, мушки и мишени происходит плавное заключительное нажатие указательного пальца на спусковой крючок и удачный выстрел!

Во время выхватывания следите, что бы плечи ни поднимались, тело не наклонялось, голова была прямая. Работают только руки. Чем меньше движений, тем быстрее будет выстрел. Помните, голова неподвижна, пистолет выводится на линию «глаз-мишень» не нужно искать глазом мушку.

Выхватывание должно быть энергичным, но мягким, без резких движений. Обратите внимание на то, чтобы захват рукоятки пистолета правой рукой был плотный и уверенный. В противном случае при-дётся перехва-

тывать пистолет, а это потеря времени. При положении пистолета 2, когда нет патрона в патроннике, досылать патрон нужно начинать как можно раньше, закрывать окно выбрасывателя кистью левой руки запрещено.

Выхватывание пистолета идеально тренировать вхолостую перед зеркалом. Используйте разнообразные стартовые позиции, например: стрелок стоит лицом к мишеням, пистолет в кобуре, патрон в патроннике, оружие на предохранителе, руки подняты на уровень головы; пистолет в кобуре, магазины в под-сумках, руки опущены; стрелок сидит, пистолет в ящике стола, патрон в патроннике, оружие на предохранителе и т. д. 5-10 минут в день вполне достаточно, чтобы через несколько недель вы ощущали пистолет как продолжение своей руки. 