



Москва - город-герой

**Голицын Павел Георгиевич**

генеральный директор ООО «Национальное агентство по специальной подготовке»  
г. Москва

### Рекомендации по формированию двигательных навыков стрелка с помощью лазерных тренажеров

Вначале кратко обо мне. Мой основной вид деятельности - инструктор по стрелковой подготовке и специальной тактике. На своих тренировках применяю различные методики, провожу занятия со стрелками разных уровней от начинающих до мастеров спорта. Подготовку проходил еще в СССР, участвовал в мероприятиях по поддержанию конституционного порядка в нашей стране. С тех пор постоянно повышаю свой стрелковый и тренерский опыт. Тренерское кредо МИНИМАКС — максимальный результат за минимальные время, силы и патроны. Ключевая позиция — "методика решает все". Сочетаю в тренировках самые современные методики подготовки, традиции и собственный опыт. Не стесняюсь привлекать для тренингов ведущих специалистов России. Также являюсь директором "Национального агентства по специальной подготовке" и судьей по практической стрельбе.

В подготовке стрелка, ориентированного на применение оружия, важную роль играют три составляющих:

- юридическое обоснование применения и использования оружия;
- психологическая подготовка, позволяющая применить оружие на поражение;
- сами стрелковые навыки.

В данной статье я намеренно не касаюсь методов оптимизации психофизиологического состояния стрелка в условиях боевых действий, так как применяемые в них упражнения не подходят для тренировок с лазерными технологиями.

А вот при формировании двигательных навыков стрельбы использование лазерных технологий помогло значительно улучшить свои показатели стрелкам самых разных уровней. Результаты стрелков оценивались по принятому в практической стрельбе хитфактору. (скорость-точность-мощность).

Хотя в современном стрелковом мире существует недооценка тренировок на стрелковых тренажерах, наш опыт говорит об успешности методик, используемых нами в работе с лазерным стрелковым оборудованием. В своей тренерской работе мы в течение трех лет применяем оборудование фирмы «Рубин».

Использование лазерных тиров «Рубин» в тренировках стрелков высокой квалификации позволило им преодолеть некое плато и выполнить норму мастера спорта по практической стрельбе. Использование других лазерных технологий (например, лазерных насадок типа ЛТ-310 в массогабаритное, боевое или спортивное оружие) в подготовке стрелков начального и среднего уровня вообще трудно переоценить.

У стрелков среднего и высокого уровня работа с лазерным тренажером позволяет значительно повысить моторную плотность тренировок на патроне. Это может быть достаточно интересно и различным коммерческим тирам, потому что стрелок не тратит время на холостные и дополнительную подготовку, а сразу начинает работать на патроне, при этом величина настрела (количества патронов) не сокращается. То есть опасение, что применение лазерных тренажеров в стрелковой подготовке вызовет уменьшение настрела патронами, являющееся основой коммерческой деятельности тира, не подтверждается.

Несмотря на серьезные достоинства использования тренажеров, были выявлены негативные тенденции, ухудшающие физиологические реакции стрелков на отдачу при переходе на стрельбу из боевого оружия. Это связано с тем, что при недостаточном внимании инструктора или самоконтроле отсутствие отдачи провоцирует закрепление небрежных стойки и хвата оружия. (Так называемые «стойка фехтовальщика» и «стойка Дантеса»).

И наоборот, при строгом контроле инструктора и использовании таких хватов оружия и способов изготовления, которые физиологически не дают выполнить знакомое всем «сдергивание» при выстреле, устраняются даже глубоко замоторенные ошибки.

Серьезной ошибкой будет подмена обычного холощения прицельной стрельбой с лазерными тренажерами, потому что сосредоточение на попадании в цель будет доминировать над закреплением контроля тактильных ощущений производства выстрела. А именно тактильные ощущения помогают стрелять быстро и точно.

Предлагаю наиболее удачное соотношение тренировок разного типа, полученное в результате длительных экспериментов со стрелками разной квалификации в ходе долгосрочного тренировочного цикла. Это выглядит примерно так:

- 30% стрельба боевыми патронами;
- 40% обычное холощение;
- 30% работа с лазерными тренажерами.

Сюда не входит тактическая подготовка, и конечно не забывайте, что при подготовке к (предстоящим) близким по срокам соревнованиям или выездом в служебные командировки настрел боевыми патронами увеличивается до 70%, и при этом в основном отрабатываются так называемые «коронки».

Использование лазерных вставок в штатное оружие в ходе тренировок по интуитивной стрельбе, или стрельбе в условиях такой видимости, где воспользоваться обычными прицельными приспособлениями не представляется возможным, имеет большое прикладное значение. Кроме того, внутривольные вставки позволяют стрелкам работать со своим штатным оружием. Например, применяя штатную тренировочную затворную проставку, можно работать в режиме лазерного тренажера с пистолетами Glock. То есть штатным оружием из штатной кобуры.

Использование вставок для стрельбы на больших расстояниях (50- 100 метров) по светоотражающим мишеням позволяет получить значительно более высокое качество производства выстрела.

Для спортсменов по виду практическая стрельба, учитывая сопровождающий сервис фирмы «Рубин», будет крайне полезно использование лазерного тира с конструктором упражнений, или с упражнениями с чемпионатов разного уровня по I.P.S.C., обновляемыми по постоянной подписке. При этом спортсмен тренируется в составлении планов стрельбы конкретных упражнений с их немедленной проверкой.

Курсантам военных и других специализированных училищ, тратящим значительное время на стрельбу с помощью лазерных тренажеров, необходимо особое внимание уделять таким изготовке и хвату оружия, которые позволяют значительно снизить физиологические реакции организма на выстрел из боевого оружия, т.е. на те способы изготовления и хвата, при которых тело физиологически более комфортно воспринимает отдачу при реальной стрельбе.

Нет никакой необходимости гнаться за абсолютным соответствием рукояти пистолета лазерного тренажера с рукоятью боевого пистолета. Наоборот, в тренировочный процесс необходимо добавлять упражнения, позволяющие производить стрельбу с неудобным хватом, замерзшими руками (после удержания кистей рук в ведре с ледяной кашей), с приклеенными на рукоять неудобными и ухудшающими хват элементами (например, примотанные скотчем или малярной лентой бумажные валики или гильзы). Смазанные толстым слоем солидола рукояти оружия создают весьма неприятные сочетания воздействия сбивающих факторов и помогают справиться с излишней брезгливостью.

Конечно, нам всем очень хотелось бы, чтобы фирма «Рубин» обеспечила быстрое и бесперебойное снабжение своих тренажеров ЗИПами, так как оперативное получение отдельных деталей с завода-изготовителя массогабаритных макетов не представляется возможным.

Применение технологий фирмы «Рубин» открывает новые возможности в тактической подготовке. Использование при отработке тактических элементов браслета-имитатора попаданий (электрошокера) переводит стрельбу из лазерного оружия в более приемлемую по сравнению по страйкболу. Браслет можно крепить на животе под одеждой, и на других частях тела с повышенной чувствительностью, что значительно повышает честность и ответственность игрока или обучаемого. Такая компоновка будет более предпочтительней и в разы дешевле, чем жилет-имитатор попаданий, не говоря уже про простоту обслуживания.

Предлагаемые способы хвата и изготовки при стрельбе помещены в отдельном приложении.

Хочется всем коллегам по стрелковой подготовке пожелать успехов и напомнить, что «...отточенные инстинкты быстрее, чем удача...».

**Приложение к статье «Оптимальное удержание оружия и ошибки» можно посмотреть на сайте:**

**<http://www.lasertools.ru/kontakt.htm>**

*С уважением, Голицын Павел Георгиевич  
г. Москва, Рязанский проспект, 85-2-11, т. 8 916 248 93 14, dunk21@yandex.ru*

## Приложение к статье Оптимальное удержание оружия и ошибки

*Инструктор: Что больше всего воодушевляет стрелка?*

*Курсанты: Больше всего стрелка воодушевляет, когда в него стреляли, и не попали!*

*Инструктор: Что для этого надо делать?*

*Курсанты хором: Уносить свою тушку с линии огня быстрее полутора метров в секунду.*

Одной из основных задач инструктора является обучение стрелков производству прицельного выстрела в движении.

### 1. Работа над ошибками

Встречающиеся изготовления и удержания оружия при стрельбе с применением лазерных тренажеров.





Вот такие забавные картинки можно увидеть во время стрельбы с применением лазерных тренажеров.

Среди ратного люда эти изготровки имеют название «стойка Дантеса» и «стойка фехтовальщика». Эти изготровки не очень пригодны для успешной стрельбы из боевого оружия.

## 2. Способ изготровки при стрельбе из длинноствольного оружия

Оптимальное удержание длинноствольного оружия. Колени чуть согнуты (мягкие). (фото 6)



Положение ног (фото 7, 8)



Стопы немного развернуты в разные стороны, что несколько уменьшает остойчивость по сравнению с параллельно поставленными стопами, но зато дает значительное преимущество при мгновенном начале движения после выстрела.

### 3. Ошибки хвата при изготовке с короткоствольным оружием

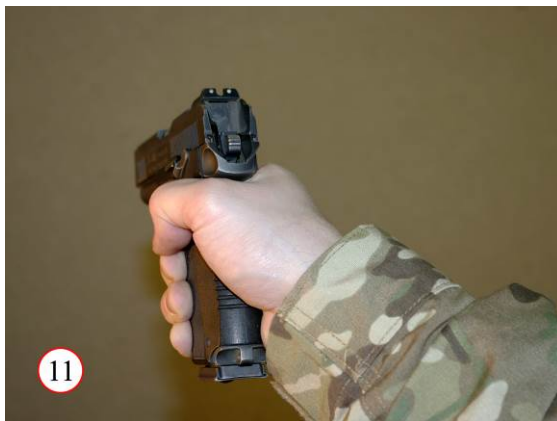
Часто встречаются такие способы удержания оружия (фото 9 и 10).

Удержание оружия с помощью этих хватов не очень пригодно для стрельбы в движении.



(фото 10) Рука выпрямлена в локтевом суставе. Такое положение кисти относительно предплечья позволяет оружию совершать амплитудные колебания вниз.

Небрежное удержание оружия, при этом пятка рукоятки не упирается в основание ладони. При подобном хвате большой палец не может комфортно лежать вдоль рамки и затвора. Пистолет, не имея опоры пяткой рукоятки, при выстреле будет стремиться повернуться, опираясь на сустав большого пальца. При этом отдача тоже будет приходиться в сустав большого пальца. (фото 11, 12)



### 4. Рекомендуемые варианты удержания короткоствольного оружия

(Эти варианты были доработаны инструктором по практической стрельбе, вневедомственным инструктором по огневой подготовке, первым чемпионом России по стрельбе из пистолета с однорядным расположением патронов Глинских С.А.)

Использование таких хватов дает стрелку большие тактические возможности.

**Оптимальное удержание пистолета одноручным хватом (фото 13)**



Пятка рукояти пистолета упирается в основание ладони. Большой палец свободно лежит вдоль рамки и затвора. (фото 14, 15)



При стрельбе из пистолета Макарова в связи с тем, что предохранитель находится на затворе, большой палец придется вытягивать вдоль рамки затвора. (фото 16)



Рекомендуемое удержание оружия одной рукой. (фото 17). Пятка рукояти упирается в основание ладони, большой палец удобно лежит вдоль рамки и затвора. Большой палец выпрямлен и поднят вверх. Свобода движения кистевого сустава выбрана, сустав выключен.



Оружие не может совершать в кистевом суставе амплитудных движений вниз. Сравните с фото 10.

Указательный палец лежит с опорой второй фаланги на раму пистолета, и выжимает спусковой крючок в направлении сверху вниз, а не сбоку. (фото 18)



Кистевой сустав выключен, отдача мягко гасится локтевым и плечевым суставами. Этот хват является оптимальным удержанием оружия одной рукой при стрельбе в движении. (фото 19)



Колени чуть присогнуты. Свободная рука сжата в кулак и прижата к груди, не болтается и не раскачивает систему «стрелок-оружие». (фото 20)



Оптимальное удержание оружия двуручным хватом (фото 21)



Формирование двуручного хвата (фото 22, 23, 24, 25, 26)

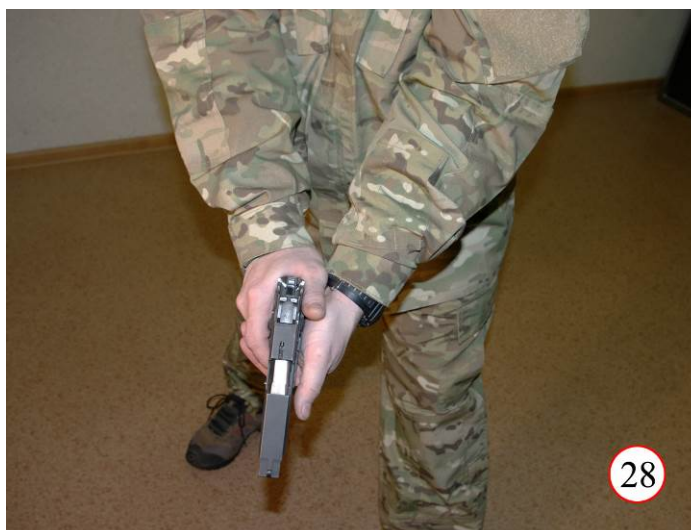




Большой палец левой руки оттянут в сторону и вниз, за счет этого бугор большого пальца левой руки находится в тонусе и прижат к раме пистолета, накрывая рычаг предохранителя и рычаг затворной задержки. (фото 27)



Если большой палец левой руки находится не в тонусе, и просто направлен вдоль затвора, то удержание оружия левой рукой является довольно схематичным, так как расслабляется мышца бугра большого пальца. (фото 28)



Большой палец левой руки касается пистолета. Бугор большого пальца расслаблен совсем и стремится оторваться от рамки. При этом левая рука практически перестает участвовать в удержании оружия. (фото 29)



Указательный палец лежит с опорой второй фаланги на раму пистолета, и выжимает спусковой крючок в направлении сверху вниз, а не сбоку (фото 30)

