

УДК 355.543.2

*А. О. Артёмишин,  
курсант 3-го курса факультета милиции  
Могилевского института МВД  
Научный руководитель: Э. А. Гончаренко,  
старший преподаватель кафедры  
служебно-прикладной подготовки  
Могилевского института МВД*

## **ОСНОВНЫЕ ОШИБКИ ПРИ СТРЕЛЬБЕ У КУРСАНТОВ ПОД ВОЗДЕЙСТВИЕМ СТРЕССА**

При изучении основных ошибок и проблем курсантов при выполнении упражнений из пистолета Макарова можно заметить весьма интересную закономерность, а именно то, что курсанты, как правило, при выполнении контрольных стрельб или в присутствии проверяющих выполняют упражнения с небольшими, но заметными изменениями в стрельбе. Причиной тому является стресс.

Стрессовые ситуации, которые возникают на протяжении выполнения упражнения, только усиливают типичные ошибки, которые и так допускают малоподготовленные курсанты. Несомненно, это связано и с индивидуальными особенностями личности курсанта [1].

Есть ряд распространенных ошибок, которые допускаются во время стрельбы при выполнении упражнения, но под воздействием стресса они становятся намного заметнее и, как следствие, сильнее влияют на результативность стрельбы. Ошибки при стрельбе легко увидеть как преподавателю, так и самому стрелку, стоит лишь обратить внимание на порядок выполнения упражнения. При непосредственном обнаружении ошибок необходимо знать, как их исправить [2]. Одной из самых распространенных ошибок является неправильное прицеливание или неправильный выбор точки прицеливания. Данная распространенная ошибка может быть обнаружена самим стреляющим, в частности при прицеливании и производстве выстрела в ходе выполнения упражнения. К сожалению, данная ошибка начинает проявляться еще больше в стрессовой ситуации. Именно эту ошибку чаще всего совершают курсанты в связи с накоплением стресса в течение всего дня.

Второй распространенной ошибкой при выполнении упражнений является слишком резкое нажатие на спусковой крючок [2]. Данная проблема является основной при выполнении выстрела из пистолета Макарова в стрессовой обстановке. Эту ошибку в обработке спускового крючка чаще всего можно увидеть в ходе выполнения упражнения в ограниченное время. Срыв курка

можно обнаружить даже при проведении стрельб в неограниченное время, в случае если упражнение выполняет стрелок с небольшим практическим опытом. Проявление такой ошибки можно заметить на мишени, т. к. при стрельбе с правой руки отверстия от пуль будут видны левее и ниже. Самой отличительной чертой данной ошибки является сильная напряженность всего тела, от чего стрелок сразу не отдает себе отчет, в какой момент он нажал на спусковой крючок. В случаях если обучение проходит в рамках отделения, есть способ решения — «тренировка без патрона». Суть упражнения заключается в том, что курсанту необходимо в момент нажатия на спусковой крючок сохранить положение оружия, при котором мушка будет находиться в центре целика. Данное упражнение служит для развития навыка плавного нажатия на спусковой крючок.

В процессе проведенных нами исследований определилась взаимосвязь уровня скоростных способностей курсантов с качеством выполнения программных упражнений по дисциплине «Огневая подготовка», установлена возможность повышения стрелковой подготовленности специально подобранными физическими упражнениями на учебных занятиях и степень ее реализации в рамках программного учебного материала.

Мы провели эксперимент с курсантами третьего курса факультета милиции, который доказал эффективность тренировки без патрона.

На рисунке показан результат выполнения упражнения из пистолета Макарова курсантами третьего курса при проведении эксперимента (рис. 1).

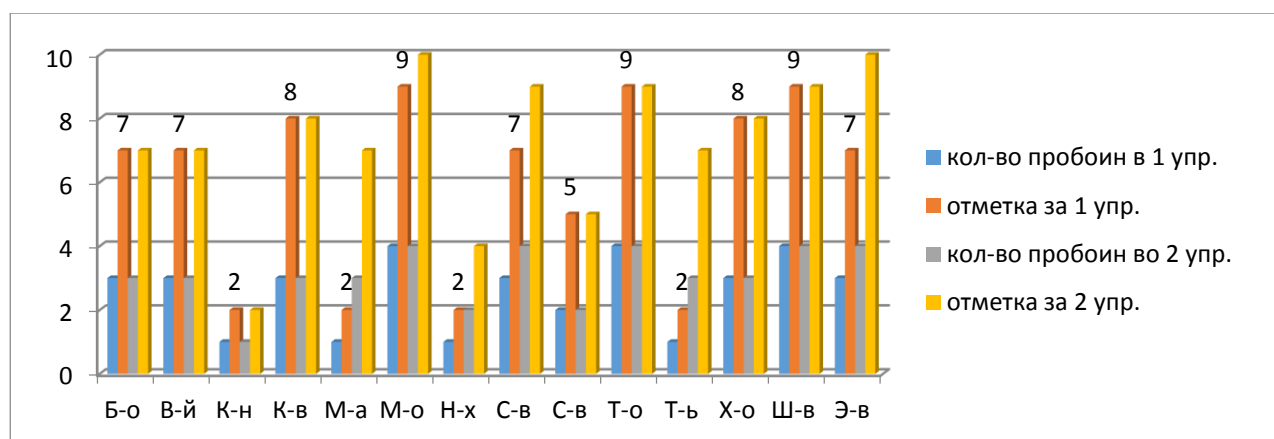


Рис. 1. Результаты выполнения упражнения из пистолета Макарова

Анализ результатов стрелковых упражнений из пистолета Макарова показал, что результаты в учебной группе за счет применения на практических занятиях подготовительных упражнений увеличились по отношению к практическому занятию без подготовительных упражнений на 16,57 % пробоин. Оценка за занятие увеличилась на 18,14 %.

Следующая весьма распространенная ошибка — это ошибка, которая заключается в плохом хвате. Стресс и волнение, которые возникают на огневом рубеже, могут серьезно отразиться на хвате, который считается правильным именно для конкретного упражнения, это может также вылиться в то, что появится тремор (тряска) рук и, как следствие, пистолета. Решением для данной проблемы может послужить расслабление одной из двух рук, в результате данного действия стрелку станет намного легче двигать указательным пальцем, что сделает более простым и доступным нажатие на спусковой крючок. Контроль отдачи также заключается в правильном хвате и правильном выносе оружия на линию прицеливания. При выполнении упражнения хват должен быть уверенным, корпус тела немного наклонен в сторону мишени, а локти немного согнуты.

Слабая рука должна располагаться как можно плотнее к пистолету, т. к. она может сыграть очень важную роль при производстве выстрела для правильного гашения отдачи.

Решением могут стать частые тренировки на время перед зеркалом, чтобы начинающий стрелок мог видеть свои ошибки и исправлять их на месте. Ведь правильное положение для стрельбы также поможет справиться с отдачей от оружия, а также станет весомым преимуществом при стрельбе с передвижениями.

Подводя итог, можно определить, что для наилучшего результата при выполнении упражнений необходимо должное внимание уделять тренировкам без патрона, также следует проводить тренировки в нетипичных условиях, например, при условиях, ухудшающих видимость, или при наличии громких звуков.

Для снятия ненужного напряжения существует множество специальных техник дыхания. Ярким примером такой техники является «Дыхание 5-2-5», заключается данная техника в цикличности нескольких действий: полный выдох, задержка дыхания и глубокий вдох [3].

Таким образом, только комплексный подход к обучению курсанта сможет решить психологический аспект его подготовки к уверенной и меткой стрельбе из табельного оружия.

1. Гончаренко Э. А. Психолого-педагогический контроль эффективности стрелковой подготовки у курсантов специализированного учреждения образования методами психодиагностики // Мир спорта. 2017. № 2 (67). С. 47–51. [Вернуться к статье](#)

2. Горопов В. А. Теория и практика эффективного обучения сотрудников ОВД стрельбе из личного оружия : автореф. дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.08. СПб., 2001. 27 с. [Вернуться к статье](#)

3. Гончаренко Э. А. Технология формирования психологической устойчивости курсантов при проведении практических занятий по дисциплине «Огневая подготовка» // Актуальные вопросы права, образования и психологии : сб. науч. тр. / Могилев. ин-т М-ва внутр. дел Респ. Беларусь. Могилев, 2023. Вып. 11. С. 125–130.

[Вернуться к статье](#)