

Частное образовательное учреждение  
дополнительного и дополнительного профессионального образования  
«Учебный центр «Правопорядок-Каменск»»

---

«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор ЧОУ ДПО «Учебный  
центр  
«Правопорядок-Каменск»»  
О.Н.Машевец  
2013 г.



## ПРОГРАММА

подготовки граждан Российской Федерации по спортивной  
стрельбе

Характеристики базового курса:

Срок обучения: 68 часов

Присваиваемая квалификация: гражданское оружие по спортивной стрельбе

г. Каменск-Шахтинский

2014 г

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА** **(общие положения)**

1. Настоящая программа подготовки граждан Российской Федерации, впервые приобретающих оружие для занятия видом спорта «спортивная стрельба» разработана на основании статьи 13 Федерального закона от 13 ноября 1996 г. № 150-ФЗ «Об оружии», на основании Постановления Правительства Российской Федерации от 5 сентября 2011 г. N 731 г. Москва "Об утверждении перечня организаций, имеющих право проводить подготовку лиц в целях изучения правил безопасного обращения с оружием и приобретения навыков безопасного обращения с оружием, а также проверку знания указанных правил и наличия соответствующих навыков" для образовательных учреждений профессионального образования, реализующие образовательные программы в области физической культуры и спорта, в рамках которых предусмотрено изучение дисциплин с использованием огнестрельного оружия, и имеющие лицензию на осуществление образовательной деятельности по программам подготовки лиц в целях изучения правил безопасного обращения с оружием и приобретения навыков безопасного обращения с оружием.

Настоящая программа предназначена для подготовки граждан, занимающихся спортивной стрельбой.

Изучение спортивной стрельбы является предметом специальных занятий, проводимых под руководством тренера или опытного спортсмена и режиссуемой в порядке работы самого спортсмена над повышением своего спортивного мастерства.

Назначение данной программы состоит в приобретении гражданами (далее - обучаемые) знаний, умений и навыков, необходимых для использования спортивного оружия в определенных условиях.

Первостепенное внимание при обучении уделяется усвоению обучаемыми требований действующего законодательства РФ при выполнении функциональных обязанностей, мер безопасности при обращении со спортивным оружием, умению применять спортивное оружие.

Учебный процесс носит прикладной характер, и строится на передовой методике в практической работе. Из активных форм обучения применяются такие как семинары, дискуссии, групповые и индивидуальные упражнения, моделирование конкретных ситуаций, разбор вводных задач с использованием современных технических средств обучения. В целях подготовки с учетом индивидуальных возможностей обучаемых учебная группа может делиться на подгруппы.

Формы и методы проведения занятий, время, отводимое на изучение конкретной темы, определяются исходя из содержания темы, наличия учебно-материальной базы, уровня подготовки обучаемых и других факторов.

Допускается перераспределение времени между разделами, темами и видами занятий.

2. Проверка знаний правил безопасного обращения с оружием и наличия навыков безопасного обращения с оружием у граждан Российской Федерации по настоящим Программам проводится с целью последующего получения ими спортивного паспорта либо документа, подтверждающего занятие видами спорта, связанными с использованием огнестрельного оружия, в спортивной организации или образовательном учреждении. Итоговой формой контроля курса обучения является комплексный экзамен.

3. Основные цели программы:

- а) обеспечение подготовки граждан Российской Федерации по виду спорта «спортивная стрельба» и получение навыков безопасного обращения с оружием;
- б) правовая подготовка граждан Российской Федерации в области оборота оружия и патронов;
- в) ознакомление с устройством и основными принципами действия огнестрельного оружия;

г) формирование у граждан Российской Федерации спортивных навыков с учетом индивидуальных способностей и состояния здоровья, создание условий для их вовлечения в занятие видом спорта «спортивная стрельба»;

4. Основные задачи программы:

- а) привитие гражданам Российской Федерации культуры безопасного обращения с огнестрельным оружием;
- б) развитие вида спорта «спортивная стрельба»;

#### **ФОРМА И ВИДЫ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА ПРИ ОБУЧЕНИИ ГРАЖДАН РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ СПОРТИВНОЙ СТРЕЛЬБЕ**

1. В учебно-тренировочном процессе используются очная форма подготовки граждан, предусматривающая лекционные занятия в аудиториях и практические занятия на стрельбище и в тире.

2. Для обучения формируются группы обучаемых, в количестве от 6 до 12 человек.

На всех этапах учебно-тренировочного процесса допускается проведение индивидуальной подготовки.

.

#### **ТРЕБОВАНИЯ К СОДЕРЖАНИЮ ПРОГРАММ ПОДГОТОВКИ ГРАЖДАН РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ ПО СПОРТИВНОЙ СТРЕЛЬБЕ**

1. Для обучения граждан применяются соответствующие тематические программы по типам оружия.

2. Допускается параллельное обучение граждан по нескольким или всем трем типам оружия, если они имеют соответствующие медицинские показатели физического и психологического состояния, а также требуемый уровень усвоения учебного материала.

3. При обучении граждан формируется индивидуальный график для группы или индивидуальной подготовки гражданина с учетом режима его работы, учебы, лечения и т.п.

4. Общая продолжительность обучения по каждому виду оружия - восемь часов: четыре часа теоретического обучения и четыре часа занятий на стрелковом объекте с проведением практических стрельб.

Короткоствольное огнестрельное оружие (пистолет или револьвер)  
1-дневный курс обучения (8 часов), 16 патронов на каждого обучаемого  
Зачетные упражнения № 1-3 (6 патронов)

Длинноствольное гладкоствольное оружие (ружье)  
1-дневный курс обучения (8 часов), 16 патронов на каждого обучаемого  
Зачетные упражнения № 4-6 (6 патронов)

Длинноствольное оружие с нарезным стволом (карабин)  
1-дневный курс обучения (8 часов), 16 патронов на каждого обучаемого  
Зачетные упражнения № 7-9 (6 патронов)

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**  
подготовки граждан по спортивной стрельбе

№ п/п	Наименование учебных дисциплин	Всего часов		
			лекции	практические занятия
1	Основы организационно-методической подготовки	6	6	-
2	Специальная подготовка	14	6	8
3	Огневая подготовка	36	12	24
	Первая помощь	12	4	8
	<b>ИТОГО</b>	<b>68</b>	<b>28</b>	<b>40</b>

**ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПОДГОТОВКИ ГРАЖДАН  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ ПО СПОРТИВНОЙ СТРЕЛЬБЕ**

*1. Учебно-тренировочный процесс по подготовке граждан Российской Федерации должен предусматривать обязательное использование стрельбищ (открытых тиров), полуоткрытых и (или) крытых тиров.*

Теоретические занятия, в том числе изучение основ безопасности, материально-технической базы, а также практическое изучение элементов: хват оружия, стойки, перемещения могут проводиться в учебных классах, оборудованных техническими средствами обучения для показа фотографий, схем и видеоизображений (слайдов).

Практические занятия по стрельбе из оружия проводятся только на стрелковых объектах.

Используемые стрелковые объекты должны соответствовать требованиям к стрелковым объектам, местам размещения и хранения оружия и патронов, установленных Министерством внутренних дел Российской Федерации, а так же требованиям, установленным в Правилах практической стрельбы.

*2. Мишени и мишенное оборудование, используемые для учебно- тренировочного процесса:*

а) для практической стрельбы применяются картонные мишени и стальные мишени, падающие от попадания пули либо дроби;

б) картонные мишени закрепляются на деревянных основаниях на высоте не выше 1,5 м. Пробоины от попадания в них пуль заклеиваются бумажным скотчем, цвет которого должен соответствовать цвету картона мишени;

в) металлические мишени, по форме и размерам соответствующие картонным мишеням, так называемые «гонги». Гонги закрепляются на стойках на высоте не выше 1,5 метра над землей.

Такие мишени окрашиваются белой краской для того, чтобы при попадании пули на них оставался четко видимый след.

После нескольких попаданий мишени вновь окрашивают краской. Отметина на стальной мишени и характерный звук удара пули позволяют сразу же, не подходя к мишени, определить попадание.

г) для построения упражнений в качестве декораций используются щиты различных размеров, выполненные из деревянного бруса и обтянутые синтетической сеткой или другим не рикошетирующим материалом. Из щитов изготавливаются стены, укрытия, препятствия. В стенах оборудуются проходы, двери и порты (проемы) для стрельбы. В качестве ограничительных и штрафных линий используются деревянные доски и бруски, окрашенные, соответственно, белой и красной краской.

3. Начисление очков за попадание в мишени осуществляется в соответствии с требованиями, установленными в Правилах практической стрельбы.

*4. Учет времени выполнения выстрела во время практических занятий, учебных, контрольных и основных соревнований.*

4.1. В практической стрельбе на результат стрелка влияют, как очки за попадания, так и время стрельбы, начиная от стартового сигнала до последнего выстрела на упражнении.

4.2. Для учета времени стрельбы используется таймер времени. Таймер, при нажатии на кнопку, издает громкий звуковой сигнал и далее фиксирует время каждого выстрела с точностью до сотой доли секунды.

Просматривая результат каждого выстрела, можно определять следующие параметры стрельбы:

а) время первого выстрела;

б) время между выстрелами;

в) время, затраченное на перемещение между стрелковыми позициями;

г) время, затраченное на перезарядку;

д) общее время выполнения упражнения.

*5. Использование имитации стрельбы (тренировки «вхолостую») в учебно-тренировочном процессе.*

5.1. При подготовке граждан Российской Федерации по практической стрельбе используется тренировка «вхолостую», представляющая собой отработку элементов стрельбы: без оружия, с массогабаритным макетом оружия или с не заряженным оружием. В ходе таких тренировок «вхолостую» отрабатываются приемы: удержание оружия, стойка для стрельбы, выхватывание оружия, перенос точки прицеливания с одной мишени на другую, безопасное перемещение, стрельба через порт, из-за укрытия, перезарядка.

5.2. Время тренировок «вхолостую» не должно превышать, как правило, 10-20% от общего времени, отведенного на курс подготовки по учебно-тренировочной программе.

*6. Типовые команды, используемые в учебно-тренировочном процессе при проведении практических занятий с обучаемыми гражданами.*

6.1. Во время учебно-тренировочного процесса руководитель стрельб (тренер, инструктор) должен находиться на расстоянии вытянутой руки сзади сбоку обучаемого со стороны оружия. В одной руке он должен держать таймер, другая рука должна быть свободной для того, чтобы остановить обучаемого в случае, если он по неосторожности будет поворачивать оружие в запрещенный для стрельбы сектор.

6.2. Команды руководителем стрельб должны произноситься четко и громко, чтобы обучаемый мог хорошо слышать их через наушники.

6.3. В практической стрельбе применяются следующие типовые команды и действия по ним:

а) обучаемый становится лицом к мишеням, проверяет защиту для глаз и ушей. Затем обучаемый занимает стартовую позицию, предусмотренную условиями выполнения упражнения. После этого, руководитель стрельб подает команду: «Зарядить оружие, приготовиться!» или «Приготовиться!». Данная команда означает начало упражнения. После подачи команды обучаемый приводит оружие в состояние готовности в соответствии с условиями выполнения задания.

б) «Готов?» При этом отсутствие какого-либо отрицательного ответа, со стороны обучаемого указывает на то, что требования упражнения ему полностью ясны, и он готов продолжать выполнение упражнения. Если обучаемый не готов на момент подачи команды «Готов?», то он должен ответить: «Не готов».

Если обучаемый занял позицию готовности и разместил руки согласно требованиям упражнения, установленным для стартовой позиции, то руководитель стрельб вправе считать, что обучаемый готов к выполнению упражнения.

в) «Внимание!». Через одну - четыре секунды после этой команды должен последовать стартовый сигнал используемого таймера или световой сигнал, который подается в соответствии с Правилами практической стрельбы.

г) «Стартовый сигнал». Звуковой или световой сигнал для начала выполнения упражнения.

д) «Стоп!». Эта команда может подаваться руководителем стрельб в любое время на протяжении всего упражнения. Обучаемый должен немедленно прекратить огонь и спокойно ожидать дальнейших распоряжений руководителя стрельб.

е) «Если закончил, разрядить оружие, показать!». Когда руководитель стрельб подает эту команду, и обучаемый закончил выполнение упражнения, то последний опускает оружие, разряжает и показывает его руководителю стрельб для проверки.

Ствол оружия всегда должен быть направлен в сторону мишеней. При этом на проверку револьверы предъявляются с откинутым (открытым) и пустым барабаном, самозарядные пистолеты – с извлеченным магазином, пустым патронником и затвором, который удерживается или фиксируется в заднем положении, а ружья и карабины – с открытым затвором.

ж) После проверки пистолетов и револьверов – «Если разряжено, контрольный спуск, в кобуру», а ружей и карабинов – «Если разряжено, закрыть затвор, контрольный спуск, открыть затвор». Эти команды подаются, когда руководитель стрельб убедился, что оружие разряжено и безопасно для последующих действий.

*При выполнении указанной команды обучаемый переводит оружие в безопасное положение, а пистолет или револьвер помещает в кобуру, при этом:*

- у револьвера барабан должен быть пустой и закрытый, курок спущен;

- у самозарядного пистолета – магазин извлечен, затвор в переднем положении, курок спущен.

По завершении выполнения команды и помещения пистолета в кобуру или открытия затвора ружья или карабина, упражнение считается выполненным.

з) «Отбой!». Никто не должен двигаться вперед или назад с линии огня до тех пор, пока руководитель стрельб не подаст эту команду. После этой команды обучаемый и инструкторы могут идти к мишеням для подсчета очков, заклеивания пробоин, установки мишеней.

7. Основные виды положений оружия перед стрельбой.

7.1. Положение I – оружие на предохранителе, патрон находится в патроннике.

7.2. Положение II – магазин вставлен в оружие, патронник оружия – пустой.

7.3. Положение III – оружие разряжено, магазин (при наличии) – отдельно от оружия.

*8. В учебно-тренировочном процессе используется оружие и патроны к нему, только строго соответствующие Правилам практической стрельбы.*

## **МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ОБРАЩЕНИИ С ОРУЖИЕМ В УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ**

1. В учебно-тренировочном процессе обучаемый должен соблюдать правила безопасности при обращении с оружием, перечисленные в Кодексе стрелка МКПС (I.P.S.C.):

Правило № 1: «Я буду всегда обращаться с оружием, как с заряженным».

Каждый раз, когда стрелок берет оружие в руки, он должен проверить это оружие: осмотреть его, показать руководителю стрельб, обязательно отсоединить магазин (если он имеется) и проверить, нет ли патрона в патроннике, передернуть затвор два раза. Данную процедуру контроля оружия стрелок должен выполнять всегда, даже если он уверен, что оружие разряжено.

Правило № 2: «Я никогда не направлю оружие туда, куда я не хочу стрелять».

При извлечении оружия из кобуры, из сейфа, из чехла и т.д., всегда необходимо следить за направлением ствола. Запрещается направлять ствол оружия на людей, животных или в другое не безопасное направление. Стрелок всегда должен контролировать, куда направлен ствол оружия, при этом не имеет значения заряжено оно или нет.

Правило № 3: «Перед тем как выстрелить, я всегда проверю, что перед мишенью и за ней».

При стрельбе по мишени следует помнить о том, что пуля, пробив мишень, не теряет своей разрушительной способности и может попасть в объект, который стрелок не хочет поразить. В тире, на стрельбище стрелок всегда должен контролировать ситуацию и учитывать возможные варианты движения людей и техники.

Правило № 4: «Я никогда не коснусь пальцем спускового крючка, пока ствол оружия не будет направлен на мишень».

Это одно из важнейших правил безопасного обращения с оружием непосредственно при стрельбе. При извлечении оружия из кобуры, чехла, сейфа, при его перезарядке, замене магазина, перемещении с оружием, в том числе при смене стрелковой позиции или стойки, в других случаях, когда стрелок не направляет оружие в мишень, палец не должен касаться спускового крючка оружия. Данный навык должен отрабатываться во всех случаях, его следует отрабатывать до автоматизма.

## 2. Правила поведения на стрельбище и в тире:

2.1. Стрелкам, имеющим разрешение на хранение и ношение оружия, необходимо при входе на стрельбище или в тир разрядить имеющееся у них оружие в отведенном для этого месте (пункте разрядки-зарядки оружия).

2.2. Оружие на территории стрелкового объекта, за исключением времени выполнения упражнений, должно находиться в разряженном состоянии, без магазина (при его наличии). Пистолет (револьвер) – в кобуре или футляре для транспортировки; ружье и карабин – в чехле или с открытым затвором, стволом вверх (при закрытом затворе – в ствол ружья или карабина вставляется сигнальный флажок яркого (обычно желтого) цвета).

2.3. Отъемный магазин, за исключением времени выполнения упражнения, должен находиться отдельно от оружия (в под сумке, кармане и т.д.).

2.4. Доставать оружие из кобуры или футляра без разрешения руководителя стрельб запрещается.

2.5. Зарядание оружия должно производиться только по команде руководителя стрельб в исходном положении, предусмотренном условиями выполнения упражнения, непосредственно перед началом выполнения упражнения.

2.6. Доставать короткоствольное оружие (в том числе без магазина) из кобуры, перемещать оружие из футляра, в кобуру и обратно, чистить и обслуживать оружие, тренировать с оружием «вхолостую» можно только в специально отведенных для этого местах - зонах безопасности стрелкового объекта.

В зонах безопасности должны быть столы, размещенные перед глухой стеной с антирикошетным покрытием или земляным валом. Кроме того, должно быть обозначено безопасное направление для ствола при тренировке с оружием «вхолостую».

Касаться патронов в зонах безопасности стрелкового объекта запрещается.

2.7. Во время выполнения упражнения ствол оружия, независимо от того заряжено оно или нет, должен быть направлен только в сторону мишеней, в том числе при перемещении с оружием между установленными положениями (местами, позициями) для стрельбы.

2.8. Запрещается во время занятий, тренировок и соревнований стрелять выше пулезащитного вала, пуленепробиваемых стен или перегородок тира.

2.9. Если стрелок случайно уронил оружие, находясь в любом месте на стрельбище или в тире, то поднимать его самостоятельно запрещается. Он должен пригласить руководителя стрельб, который безопасно поднимет оружие и приведет его в безопасное состояние.

2.10. Нельзя удаляться от своего оружия далее, чем на расстояние вытянутой руки.

2.11. На стрельбище и в тире запрещается:

- нахождение лиц в состоянии опьянения (алкогольного, наркотического или иного), под воздействием запрещенных для занимающихся спортом лекарственных и других химических препаратов, ухудшающих реакцию и внимание стрелка;
- стрельба, если стрелок находится в болезненном или утомленном состоянии, ставящим под угрозу безопасность лиц, находящихся на стрелковом объекте;



- нахождение стрелков под воздействием, либо использование ими запрещенных допинговых средств и (или) методов (приказ Минспорттуризма России от 2 февраля 2009 г. № 22 «Перечни допинговых средств и (или) методов, запрещенных к использованию в спорте»).

*3. Защита органов зрения и слуха стрелков и других лиц, находящихся на стрельбище или в тире.*

Руководитель стрельбы, обучаемые и зрители, находящиеся на стрельбище или в тире, обязаны использовать защитные очки.

При стрельбе оболочечными или полуболощечными пулями, особенно по стальным мишеням, возникают мелкие фрагменты, которые разлетаются в плоскости мишени, долетают до стрелка и могут нанести травму незащищенным глазам. Такая же опасность связана с вылетом из оружия стреляных гильз.

Лица, находящиеся на стрельбище или в тире во время стрельбы, обязаны использовать защиту для ушей: наушники или беруши.

*4. Углы безопасности при стрельбе на стрельбище или в тире.*

Для каждого упражнения существуют «углы безопасности» стрельбы, которые находятся в пределах 180 ( $\pm 90$ ) от основного направления стрельбы. Если стрелок находится лицом к мишеням, то угол безопасности стрельбы ограничивается его вытянутыми в стороны руками.

Для отдельных упражнений стрельбы углы безопасности устанавливаются менее 180. В таких случаях они обозначаются хорошо заметными, специальными метками на пулезащитных валах стрельбища или стенах стрелкового объекта. Направлять ствол оружия за пределы угла безопасности - запрещается.

При проведении соревнований за нарушение перечисленных правил следует дисквалификация стрелка, а при проведении учебно-тренировочного процесса – отстранение обучаемого от стрельбы.

*5. Другие нарушения, которые влекут отстранение от стрельбы:*

5.1. Короткоствольное оружие обучаемого находится в кобуре с магазином, вставленным в рукоятку оружия.

5.2. Обучаемый достал короткоствольное оружие из кобуры без команды руководителя стрельбы.

5.3. Обучаемый уронил оружие во время выполнения упражнения или в промежуточное время (неосторожное обращение с оружием).

5.4. Во время выполнения упражнения обучаемый произвел выстрел, и пуля попала в землю (пол тира) на расстоянии ближе 3 м от него (случайный выстрел).

5.5. Во время выполнения упражнения обучаемый направил ствол оружия под углом более 90 от направления к мишени.

5.6. Обучаемый при перезарядке магазина или при перемещении из одного места стрельбы к другому держал палец на спусковом крючке оружия (опасное обращение с оружием).

5.7. Во время выполнения упражнения или после него обучаемый позволил себе грубо выразиться вслух или пререкаться с руководителем стрельбы (неспортивное поведение).

***Зачетные упражнения для стрельбы из пистолета, револьвера.***

**Упражнение № 1**

Цель: Классическая бумажная мишень IPSC. Дальность до мишени: 10 м. Количество патронов: 2. Время: условно не ограничено. Максимально возможное количество очков: 10.

Стартовая позиция: стоя, расслабившись, лицом к мишени на площадке А. Руки свободно опущены вдоль туловища, ноги произвольно. Пистолет (револьвер) – в кобуре (в Положении 2). Магазин с двумя патронами в рукоятке (барабан с двумя патронами) курок спущен. Оружие на предохранителе. Порядок выполнения: По звуковому сигналу, находясь на площадке А, обучаемый извлекает пистолет из кобуры, снимает с предохранителя, досылает патрон в патронник и производит два выстрела в одну мишень М1. Задача - поразить мишень дважды. Окончание упражнения: последний (второй) выстрел. Примечание: - из револьвера стрельба производится самовзводом.

### Упражнение № 2

Цели: Три классические бумажные мишени IPSC, расположенные по фронту с интервалом 1 м. Дальность до мишеней: 10 м. Количество патронов: 6. Время: условно не ограничено. Максимально возможное количество очков: 30. Стартовая позиция: стоя, расслабившись, лицом к мишени на площадке А. Руки свободно опущены вдоль туловища, ноги произвольно. Пистолет (револьвер) – в кобуре (в Положении 2). Магазин с тремя патронами в рукоятке (барабан с тремя патронами), курок спущен. Запасной магазин находится в кобуре (подсумке), запасные патроны для револьвера находятся в подсумке. Оружие на предохранителе. Порядок выполнения для пистолета: По звуковому сигналу, находясь на площадке А, обучаемый извлекает пистолет из кобуры, снимает с предохранителя, досылает патрон в патронник и производит по одному выстрелу в мишени М1, М2 и М3. Произведя смену магазина, производит еще по одному выстрелу в те же мишени. Задача – поразить три мишени дважды. Порядок выполнения для револьвера: По звуковому сигналу, находясь на площадке А, обучаемый извлекает револьвер из кобуры, снимает с предохранителя и производит по одному выстрелу в мишени М1, М2 и М3. Заряжает три патрона и производит еще по одному выстрелу в те же мишени. Задача – поразить три мишени дважды. Окончание упражнения: последний (шестой) выстрел. Примечание: - из револьвера стрельба производится самовзводом.

### Упражнение № 3

Цель: классическая бумажная мишень IPSC.

Дальность до мишени: 20 м, 15 м, 10 м. Количество патронов: 6. Время: условно не ограничено. Максимально возможное количество очков: 30. Стартовая позиция: стоя, расслабившись, лицом к мишени на площадке А. Руки свободно опущены вдоль туловища, ноги произвольно. Пистолет (револьвер) – в кобуре (в Положении 2). Магазин (барабан) с шестью патронами в рукоятке, курок спущен. Оружие на предохранителе. Порядок выполнения: По звуковому сигналу, находясь на площадке А (рубеж 20м), обучаемый извлекает пистолет (револьвер) из кобуры, снимает с предохранителя, досылает патрон в патронник и производит два выстрела в одну мишень М1. Переместившись на площадку В (рубеж 15 м), производит два выстрела в ту же мишень. Переместившись на площадку С (рубеж 10 м), производит два выстрела в мишень М1. Задача - поразить мишень 6 раз. Окончание упражнения: последний (шестой) выстрел. Примечания: - из револьвера стрельба производится самовзводом.

### Условия сдачи зачета

при стрельбе из пистолета, револьвера.

Для сдачи зачета необходимо выполнить три упражнения, и набрать не менее 7 баллов. При попадании начисляются очки: зона А – 5, зоны С и В – 3, зона D - 1. За промах начисляется штраф – минус 10 очков. Для начисления баллов, в каждом упражнении выбитые очки с учетом штрафов за промахи делятся на общее время выполнения упражнения (по последнему выстрелу). Если сумма штрафов в упражнении превышает сумму выбитых очков, то за упражнение ставится 0 баллов. Неудовлетворительная оценка выставляется: а) если обучаемый получил менее 7 баллов; б) при нарушении мер безопасности: - при направлении ствола оружия на угол более 90 от перпендикуляра к линии мишеней; - при движении обучаемого или при перезарядке оружия, его палец находился в пределах спусковой скобы оружия; - при направлении ствола оружия на какую-

либо часть своего тела, за исключением случаев выхватывания оружия из кобуры или помещения его в кобуру; - во время выполнения упражнения, в том числе при зарядании и разрядании, был произведен случайный выстрел;

- во время выполнения упражнения произошло падение оружия.

Цель: классическая бумажная мишень IPSC. Дальность до мишени: 10 м. Количество патронов: 1. Время: условно не ограничено. Максимально возможное количество очков: 5.

Стартовая позиция: стоя, расслабившись, лицом к мишени на площадке А. Ноги произвольно. Ружье заряжено, патрон в патроннике (пустой магазин присоединен) затвор закрыт, на предохранителе, курок спущен. Ружье удерживается двумя руками горизонтально, приклад не выше уровня пояса, ствол - в сторону мишени. Порядок выполнения: по звуковому сигналу, находясь на площадке А (рубеж 10 м), обучаемый снимает ружье с предохранителя и производит один выстрел в одну мишень М1. Задача – поразить мишень. Окончание упражнения: выстрел.

#### Упражнение № 5

для стрельбы дробовыми патронами из гладкоствольного ружья

Цели: две металлические опрокидывающиеся тарелки диаметром 20 см или металлических квадрата 15x15 см. Дальность до мишени: 15 м. Количество патронов: 2. Время: условно не ограничено. Максимально возможное количество очков: 10. Стартовая позиция: стоя, расслабившись, лицом к мишени на площадке А. Ноги произвольно. Ружье заряжено, патрон в патроннике (магазин с одним патроном присоединен) затвор закрыт, на предохранителе, курок спущен. Ружье удерживается двумя руками горизонтально, приклад не выше уровня пояса, ствол - в сторону мишени. Порядок выполнения: По звуковому сигналу, находясь на площадке А (рубеж 15 м), обучаемый снимает ружье с предохранителя и производит два выстрела в мишени М1 и М2. Задача – поразить 2(две) мишени М1 и М2. Окончание упражнения: последний (второй) выстрел. Примечание: - допускается произвольный порядок поражения мишеней.

#### Упражнение № 6

для стрельбы дробовыми патронами из гладкоствольного ружья

Цели: четыре металлические опрокидывающиеся тарелки диаметром 20 см или металлических квадрата 15x15 см. Дальность до мишени: 15 м. Количество патронов: 4. Время: условно не ограничено. Максимально возможное количество очков: 20. Стартовая позиция: стоя, расслабившись, лицом к мишени на площадке А. Ноги произвольно. Ружье заряжено, патрон в патроннике (магазин с тремя патронами присоединен) затвор закрыт, на предохранителе, курок спущен.

Ружье удерживается двумя руками горизонтально, приклад не выше уровня пояса, ствол - в сторону мишени. Порядок выполнения: по звуковому сигналу, находясь на площадке А (рубеж 15 м), обучаемый снимает ружье с предохранителя и производит четыре выстрела в мишени М1, М2, М3 и М4. Задача – поразить 4 (четыре) мишени М1, М2, М3 и М4. Окончание упражнения: последний (четвертый) выстрел. Примечания: - допускается произвольный порядок поражения мишеней.

#### Упражнение № 7

для стрельбы дробовыми патронами из гладкоствольного ружья

Цели: три металлические опрокидывающиеся тарелки диаметром 20 см или металлический квадрат 15x15 см. Дальность до мишени: 10 м, 15 м, 25 м. Количество патронов: 3. Время: условно не ограничено. Максимально возможное количество очков: 15. Стартовая позиция: стоя, расслабившись, лицом к мишени на площадке А. Ноги произвольно. Ружье заряжено, патрон в патроннике (магазин с двумя патронами присоединен) затвор закрыт, на предохранителе, курок спущен. Ружье удерживается двумя руками горизонтально, приклад не выше уровня пояса,

ствол – в сторону мишени. Порядок выполнения: по звуковому сигналу, находясь на площадке А (рубеж 10 м), обучаемый снимает ружье с предохранителя и производит один выстрел в мишень М1 из положения «Стоя». Переместившись на площадку В (рубеж 15 м, оружие направлено в сторону мишени М2), обучаемый производит один выстрел в мишень М2» из положения «Стоя». Переместившись на площадку С (рубеж 25 м, оружие направлено в сторону мишень М3), обучаемый производит один выстрел в мишень М3 из положения «Стоя». Задача – поразить 3 (три) мишени: М1, М2 и М3. Окончание упражнения: последний (третий) выстрел. Примечания: - допускается произвольный порядок поражения мишеней.

Условия сдачи зачета при стрельбе из ружья.

Для сдачи зачета необходимо выполнить четыре упражнения и набрать не менее 12 баллов. Металлическая тарелка (квадрат) считается пораженным, если она (он) упала (упал). За пораженную цель насчитывают 5 очков.

За промах начисляется штраф – минус 10 очков. Для начисления баллов в каждом упражнении выбитые очки с учетом штрафа за промахи делятся на время выполнения упражнения (по последнему выстрелу). Если сумма штрафов в упражнении превышает сумму выбитых очков, то за упражнение ставится 0 баллов. Неудовлетворительная оценка выставляется: а) если обучаемый набрал менее 40 очков; б) при нарушении мер безопасности: - при направлении ствола оружия на угол более 90 от перпендикуляра к линии мишеней; - при движении обучаемого или при перезарядке оружия, его палец находился в пределах спусковой скобы оружия; - при направлении ствола оружия на какую-либо часть своего тела, за исключением случаев выхватывания оружия из кобуры или помещения его в кобуру; - во время выполнения упражнения, в том числе при зарядании и разрядании, был произведен случайный выстрел; - во время выполнения упражнения произошло падение оружия.

### Упражнение № 8

Цель: классическая бумажная мишень IPSC.

Дальность до мишени: 100 м. Количество патронов: 2.

Время: условно не ограничено.

Максимально возможное количество очков: 10.

Стартовая позиция: лежа на площадке А, лицом вниз. Ноги произвольно. Карабин заряжен, патрон в патроннике (магазин с одним патроном присоединен), затвор закрыт. Оружие на предохранителе, курок спущен.

Оружие лежит рядом со стрелком, ствол направлен в сторону мишени.

Порядок выполнения: по звуковому сигналу, находясь на площадке А (рубеж 100 м), обучаемый снимает карабин с предохранителя и производит два выстрела из положения «Лежа» в мишень М1.

Задача – поразить мишень дважды.

Окончание упражнения: последний (второй) выстрел.

### Упражнение № 9

Цели: две классических мишени IPSC. Дальность до мишени: 50 м. Количество патронов: 4.

Время: условно не ограничено.

Максимально возможное количество очков: 20.

Стартовая позиция: стоя, расслабившись, лицом к мишеням, между площадками А и В. Ноги произвольно. Карабин заряжен, патронник пустой (магазин с четырьмя патронами присоединен), затвор закрыт, курок спущен. Оружие в положение «На ремень» и на предохранителе.

Порядок выполнения: по звуковому сигналу, переместившись на площадку А (рубеж 50 м), обучаемый снимает карабин с предохранителя, производит

досылание патрона в патронник и производит по два выстрела в мишени М1 и М2.

Переместившись на площадку В, производит по два выстрела в каждую мишень.

Задача – поразить мишени М1 и М2 по 2 (два) раза каждую.

Окончание упражнения: последний (четвертый) выстрел.

Примечание:

допускается произвольный порядок поражения мишеней на площадках.

#### Упражнение № 10

Цель: одна классическая мишень IPSC. Дальность до мишени: 30 м, 50 м и 70 м. Количество патронов: 6.

Время: условно не ограничено.

Максимально возможное количество очков: 30.

Стартовая позиция: стоя, расслабившись, лицом к мишени, на площадке А. Ноги произвольно. Карабин заряжен, патрон в патроннике (магазин с пятью патронами присоединен), затвор закрыт, на предохранителе, курок спущен. Карабин удерживается двумя руками горизонтально, приклад не выше уровня пояса, ствол - в сторону мишени.

Порядок выполнения: по звуковому сигналу, находясь на площадке А (рубеж 30 м), обучаемый снимает карабин с предохранителя, производит два выстрела в мишень М1 из положения «Стоя»  
Переместившись на площадку В (рубеж 50м), обучаемый производит 2 выстрела в мишень М1 из положения «С колена».

Переместившись на площадку С (рубеж 70 м), обучаемый производит два выстрела в мишень М1 из положения «Лежа».

Задача – поразить мишень М1 6 (шесть) раз.

Окончание упражнения: последний (шестой) выстрел.

Условия сдачи зачета при стрельбе из карабина

Для сдачи зачета необходимо выполнить три упражнения, и набрать не менее 4 баллов.

При попадании в мишень начисляют:

- при стрельбе патронами 7,62x39 мм и меньшего типоразмера: зона А – 5 очков, зона С – по 3 очка, зона D – 1 очко.

- при стрельбе патронами типоразмера более 7,62x39 мм: зона А – 5 очков, зона С – по 4 очка, зона D – 2 очка.

За промах начисляется штраф – минус 10 очков. Для начисления баллов в каждом упражнении выбитые очки с учетом штрафов за промахи делятся на время выполнения упражнения (по последнему выстрелу). Если сумма штрафов в упражнении превышает сумму выбитых очков, то за упражнение ставится 0 баллов.

Неудовлетворительная оценка выставляется:

а) если стрелок набрал менее 4 баллов;

б) при нарушении мер безопасности:

- при направлении ствола оружия на угол более 90 от перпендикуляра к линии мишеней;

- при движении обучаемого или при перезарядке оружия, его палец находился в пределах спусковой скобы оружия;

- при направлении ствола оружия на какую-либо часть своего тела, за исключением случаев выхватывания оружия из кобуры или помещения его в кобуру;

- во время выполнения упражнения, в том числе при зарядании и разрядании, был произведен случайный выстрел;

- во время выполнения упражнения произошло падение оружия.

#### **ТРЕБОВАНИЯ К ИТОГОВОЙ ПРОВЕРКЕ. ОФОРМЛЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ.**

Проверка знаний правил безопасного обращения с оружием и наличия навыков безопасного обращения с оружием у обучаемых проводится комиссией, назначаемой приказом руководителя спортивной организации или образовательного учреждения, в котором происходило обучение. Проверка проводится в форме собеседования по освоенной Программе (Программам).

К проверке допускаются обучаемые, успешно выполнившие зачетные упражнения.

Результаты проверки знаний и приобретения навыков безопасного обращения с оружием оформляются протоколом.

По результатам проверки знаний и приобретения навыков безопасного обращения с оружием, гражданину Российской Федерации выдается свидетельство о прохождении обучения по Программе и пройденной проверке знаний, установленного образца.

## МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ СРЕЛЬБА ИЗ ПНЕВМАТИЧЕСКИХ ВИНТОВОК

Современное пневматическое оружие – винтовки и пистолеты – это сложные и совершенные машины. Лучшие типы пневматического оружия делаются с высокой точностью, из высококачественных материалов.

Пневматическое оружие имеет те же технические данные, что и огнестрельное, но уступает огнестрельному в дальности стрельбы и убойной силе пуль. Поэтому пневматическое оружие используется в основном как тренировочное и спортивное.



Пневматич

ески

е винтовки имеют целый ряд ценных качеств, благодаря которым должны занять важное место как при массовом обучении начинающих стрелков, так и при дальнейшем совершенствовании мастерства лучших стрелков. Во-первых, усилия спуска с боевого взвода у простейших пневматических винтовок около 2,5кг, т.е. такое же, как и у боевого.

Во-вторых, тир для стрельбы из пневматической винтовки можно оборудовать в любом месте из подручных материалов своими силами, в любой комнате, где будет свободна одна стена, так как требуется всего 6-12м свободного пространства. Следовательно, не нужны капитальные затраты на строительство новых помещений, специальную охрану, штатных работников и др. При использовании пневматического оружия дульной энергией до 7,5Дж по «**Закону об оружии**» (Статья 10) лицензия не требуется.

В-третьих, пропускная способность такого комнатного тира намного больше. Стрельба из пневматического оружия очень информативна (дистанция стрельбы мала), поэтому стрелки сами видят пробоины и быстрее выясняют причины ошибок при стрельбе. Это позволяет ускорить процесс обучения стрельбе и сделать его интереснее, что очень важно для молодежи.

В-четвертых, стрельба из пневматических винтовок обходится намного дешевле, а эксплуатация тира требует минимальных затрат.

Опыт стрельбы из простейших пневматических винтовок убедительно показал, что молодежь получает достаточно хорошие навыки и потом успешно может стрелять из других видов оружия.

**Но недопустимо пренебрежительное отношение к пневматическому оружию – обращаться с ним надо так же осторожно, как и с огнестрельным.**

**Общие требования к организации хранения пневматического оружия и другого учебного имущества и меры безопасности при проведении стрельб.**

1. За организацию хранения и учет пневматического оружия, макеты массогабаритных автоматов Калашникова (ММГ АК) и учебного имущества, а также их правильное использование несут персональную ответственность руководители образовательного учреждения и преподаватели, осуществляющие подготовку по основам военной службы.

Пневматическое оружие, ММГ АК, инженерное, химическое, медицинское и другое учебное имущество хранятся в специально оборудованном помещении, отдельно по каждому виду, на стеллажах и в шкафах, исключающих возможность проникновения и выноса названного имущества. Другое имущество хранить в этом помещении не разрешается.

#### **В образовательных учреждениях запрещается:**

хранить боевое и учебное оружие, боеприпасы к нему, гранаты, взрыватели, взрывчатые вещества, мины и т. п.;

хранить малокалиберные винтовки и патроны;

хранить пневматическое оружие, ММГ АК, инженерное, химическое, медицинское и другое учебное имущество на частных квартирах, в учительских, в кабинетах и прочих не предусмотренных разрешением помещениях; выдавать пневматическое оружие, ММГ АК, инженерное, химическое, медицинское и другое учебное имущество отдельным лицам для личного пользования.

Осмотр пневматического оружия, ММГ АК, инженерного, химического, медицинского и другого учебного имущества с целью проверки наличия, состояния, условий хранения и сбережения, а также правильности учета осуществляется **преподавателем**, осуществляющим подготовку по основам военной службы, **один раз в месяц, руководителем** образовательного учреждения

#### Приемы стрельбы из винтовки

Стрельба из длинноствольного оружия в принципе более статична, чем стрельба из пистолета, хотя бы потому что ведется на больших дистанциях. Обычно при стрельбе из винтовки есть время принять устойчивую позу, использовать упор и тщательно прицелиться. На охоте это вообще должно стать правилом.

Подобно стрельбе из пистолета процесс стрельбы из винтовки также складывается из изготовления, прицеливания и спуска. Если действия при прицеливании и спуске мало отличаются при стрельбе из короткоствольного и длинноствольного оружия, то отличия в изготовке определяются тем, что винтовка при стрельбе удерживается двумя руками. Линейные размеры винтовки и значительный вес приводят к тому, что наилучшие результаты стрельбы обычно получаются при стрельбе лежа или сидя, хотя для пневматического оружия с рычагом взведения или нагнетания зарядание в таком положении затруднено, так как заставляет менять позу. Кроме того, при стрельбе из пружинно-поршневой винтовки (особенно класса магнум) от стрелка требуются особые навыки удержания оружия, что будет особо отмечено далее.

В описании принято, что винтовка прикладывается к правому плечу.

Изготовка должна обеспечивать хорошую устойчивость винтовки при наименьшем напряжении мышц тела; длительное пребывание стрелка в одной позе; такое положение головы стрелка при котором создаются наиболее благоприятные условия глазу стрелка для прицеливания.

При стрельбе лежа положение стрелка наиболее устойчиво - на ровной, жесткой поверхности, однако быстрое изменение точки прицеливания в горизонтальной плоскости затруднено, потому что требует изменять положение всего тела, а в вертикальной плоскости - ограничено необходимостью опоры на локти. Кроме того, даже невысокая трава или кусты резко ограничивают обзор.



Для принятия положения для стрельбы лежа стрелок опускается на колени, выносит винтовку перед собой и, опустившись на живот, опирается на локти. Некоторые стрелки опускаются только на левый локоть, а с правой стороны опираются в землю носком приклада винтовки, наклоняясь вперед. В этом случае, чтобы не сломать приклад, рекомендуется удерживать его не в районе шейки, а ближе к затыльнику.



Тело стрелка должно быть развернуто влево относительно линии стрельбы примерно на 15-20°. При этом лучше лечь не плашмя на живот, а несколько на левый бок, что создаст лучшие условия для дыхания. Ноги должны быть раскинуты в стороны, правая нога слегка согнута в колене, а выпрямленная левая упирается в землю носком ноги.

Существует и другой вариант позиции: стрелок плашмя ложится на живот, разбрасывает выпрямленные ноги в стороны, а ступни прижаты к земле носками наружу.

Левая рука, воспринимающая основную тяжесть винтовки, согнута в локте и опирается локтем в землю.

Левая рука поддерживает винтовку за цевье снизу, которое должно лежать не на пальцах, а на ладони. Удерживать цевье следует без напряжения. Локоть левой руки находится чуть левее вертикальной плоскости винтовки. Приклад достаточно плотно и однообразно должен прижиматься к правой стороне груди. Голову нужно держать по возможности прямо, не наклоняя вперед, вправо или влево - чтобы избежать чрезмерного напряжения мышц шеи и глаз. Чтобы положение головы при прицеливании было однообразным, необходимо щекой касаться гребня приклада. При наличии оптического прицела полезен резиновый наглазник. Для пружинно-поршневой пневматики усилие соприкосновения с прикладом должно быть минимальным. Кисть правой руки должна без особых усилий охватывать шейку приклада, при этом указательный палец не должен участвовать в удержании оружия - его первая фаланга касается только спускового крючка. Локоть правой руки не должен быть чрезмерно сдвинут вправо или влево (к туловищу) - после охвата шейки приклада локоть свободно опирается на землю.

Неправильная наводка оружия в горизонтальной и вертикальной плоскостях исправляется не перемещением рук, а перемещением туловища вправо-влево или вперед-назад, не отрывая левого локтя от земли.

При стрельбе с колена положение тела стрелка более неестественное, чем при изготовке лежа или стоя. Поэтому, принимая во внимание особенности строения своего тела, каждый стрелок должен подбирать такую позу, при которой его мышечные усилия по изготовке будут минимально влиять на результаты стрельбы. Для принятия изготовки для стрельбы с колена нужно опуститься на правое колено так, чтобы согнутая правая нога располагалась по углом примерно 45° к направлению стрельбы.



Левая нога, согнутая в колене, всей ступней опирается на землю. Голень перпендикулярна земле. Стопа левой ноги примерно параллельна бедру правой ноги. Носок правой ноги согнутыми пальцами (не подъемом) упирается в землю. Стрелок садится на пятку правой ноги таким образом, чтобы опираться на нее в точке, расположенной между ягодицами. Основной точкой опоры треугольника (носок и колено правой ноги, ступня левой ноги) является пятка правой ноги. Левая рука согнута в локте и опирается локтем в коленную чашечку левой ноги. Локоть не следует смещать вправо под винтовку. Правая рука без особого напряжения удерживает шейку приклада. Локоть правой руки не следует прижимать к туловищу - чем выше поднят локоть, тем больше

поверхность соприкосновения затыльника приклада с телом стрелка. При изготовке следует несколько сутулиться, смещая центр тяжести тела внутрь опорного треугольника. Голову нужно держать по возможности прямо, не наклоняя вперед, вправо или влево - чтобы избежать чрезмерного напряжения мышц шеи и глаз. Чтобы положение головы при прицеливании было однообразным, необходимо щекой касаться гребня приклада.

При стрельбе сидя, без опоры спиной на вертикальную поверхность, обычно согнутую в локте левую руку располагают горизонтально на согнутых коленях, а цевье просто кладут на сгиб локтя. При стрельбе сидя некоторые стрелки предпочитают садиться "по-турецки", удерживая



винтовку на весу или опираясь локтями на ноги. Часто применяют позицию, когда стрелок, сидя, сгибает ноги в коленях и опирается ступнями в землю. В зависимости от наклона тела руки, держащие оружие, опираются на бедра, колени, голени локтями, кистями или предплечьями. Заметьте, что в сидячей позиции необходимо наклонять туловище вперед, чтобы центр тяжести находился внутри опорного треугольника. Если вы опираетесь на локти, то их нужно упирать в мягкую часть бедра или голени, а если вы опираетесь на колени, то опирайтесь на них не локтем, а мягкой частью предплечья или плеча. Для охоты сидячая позиция с упором рук является наиболее оптимальной, тем более, что для пневматики выбираются неподвижные или малоподвижные цели.

Положение, сидя на корточках, применяется довольно редко. Стрелок глубоко садится на корточки, опираясь всей поверхностью ступней в землю. Колени находятся практически под мышками, а предплечья по всей своей длине лежат на голени. Заметьте, что при стрельбе из оружия с сильной отдачей эта позиция может оказаться недостаточно устойчивой.

При стрельбе стоя стрелок становится в пол-оборота к линии стрельбы, левое плечо впереди, ступни ног расположены примерно на ширине плеч, носки ступней слегка разведены.



Стопа левой ноги находится левее линии стрельбы, а середина правой стопы располагается на линии стрельбы. Ноги выпрямлены в коленных суставах, а туловище несколько отклонено назад, чтобы компенсировать вес винтовки и левой руки стрелка. Левая рука, воспринимающая основную тяжесть винтовки, согнута в локте таким образом, чтобы образовывать тупой угол. Рука поддерживает винтовку за цевье снизу, которое должно лежать на ладони - ближе к основанию большого пальца. Удерживать цевье всеми пальцами следует без особого напряжения. Существует способ удержания, когда цевье просто лежит на выпрямленной ладони. Правая рука удерживает шейку приклада, прижимая его к плечу. Локоть правой руки не следует прижимать к туловищу - его следует поднять примерно на 40-50°. Голову нужно держать прямо, не наклоняя вперед,

вправо или влево - чтобы избежать чрезмерного напряжения мышц шеи и глаз. Щека более плотно, чем при стрельбе лежа и с колена, прижимается к гребню приклада. При скоростной стрельбе локоть правой руки удерживается на уровне приклада и даже выше.

При использовании опоры для винтовки необходимо всегда помнить, что опора не должна быть твердой и оружие не должно непосредственно касаться опоры никакой своей частью (кроме сошек, если они есть). Почти всегда промежуточной, более мягкой опорой служит рука стрелка, которую в свою очередь опирают на твердую и обычно неподвижную основу - ствол дерева, камень, стену, колено стрелка и т.п. Опора должна быть прочной, устойчивой как при прицеливании, так и во время стрельбы. Допускается опираться цевьем винтовки (ни в коем случае не стволом !) на мешок с песком, мягкую землю и т.п.

Такой широко распространенный способ повышения устойчивости винтовки как использование ремня обычно не применяется из-за отсутствия соответствующих конструктивных элементов в пневматических винтовках.

Поскольку ремень можно установить самостоятельно, заметим, что появляется возможность использовать ремень не только для ношения, но и в качестве дополнительного фиксатора - когда ремень внатяг зажимается в ладони у передней антабки и таким образом цевье жестко фиксируется на кулаке, а кулак в свою очередь опирается жесткую опору. Но есть способ использования ремня для стрельбы без опоры.

Обычно крепление антабок ремня осуществляется в двух точках - на цевье и на прикладе, что удобно для ношения, но почти бесполезно при стрельбе. В последнем случае обычно используют особые ремни, закрепленные на цевье и перед спусковой скобой. Тем не менее, даже с помощью стандартного ремня можно улучшить фиксацию винтовки при стрельбе.

Напомним, что ремень имеет вид петли - при смещении фиксирующей пряжки на ремне изменяется длина ремня. Петля пропущена через заднюю антабку. При удержании винтовки ремень от точки крепления на цевье проходит с правой стороны запястья левой руки, охватывает сверху бицепс левой руки и проходит снизу из-под мышки ко второй точке крепления на прикладе. Изменяя длину ремня при помощи фиксирующей пряжки, нужно добиться того, чтобы винтовка - даже без поддержки кистью правой руки - жестко удерживалась ремнем.

Для улучшения удержания обычно используют два дополнительных хомутика, скользящих между пряжкой и задней антабкой. В этом случае левая рука пропускается внутрь петли ремня между хомутиками, затем оба хомутика с обеих сторон сдвигаются к левому плечу, как бы зажимая плечо между двумя ремнями. Обычно задний хомутик (со стороны приклада) фиксируется на выбранном месте винтом. Поэтому при подготовке к стрельбе с использованием ремня стрелок просто продевает левую руку в петлю чуть выше локтя и сдвигает назад до упора передний хомутик.

Заметим, что при стрельбе из оружия с магазином ремень пропускают с левой стороны запястья левой руки, затем с правой стороны магазина и далее как обычно к плечу левой руки.

Хватка при стрельбе из винтовки имеет свои особенности. Левая рука поддерживает винтовку за цевье снизу, которое должно лежать не на пальцах, а на ладони - ближе к основанию большого пальца. Удерживать цевье пальцами следует без напряжения. Для пружинно-поршневой пневматики цевье должно просто лежать на ладони без охвата его пальцами. Положение ладони на цевье должно быть всегда однообразным, при этом чем больше ладонь сдвинута вперед к стволу - в пределах разумного - тем больше устойчивость оружия.

Приклад достаточно плотно и однообразно должен прижиматься к правой стороне груди. Мышцы правой части груди и плеча - расслаблены. Для пружинно-поршневой пневматики приклад должен гораздо слабее прижиматься к плечу, чем обычно.

Кисть правой руки должна без особых усилий охватывать шейку приклада, при этом указательный палец не должен участвовать в удержании оружия - его первая фаланга касается только спускового крючка. Для пружинно-поршневой пневматики хват кистью шейки приклада должен быть менее плотным, а большой палец может вообще не касаться приклада.

Таким образом, особенностью стрельбы из мощной пружинно-поршневой пневматики с ее "двойной отдачей" являются минимальные усилия по удержанию винтовки - фактически она должна "лежать" на руках как на лафете, ведь ее свободное движение после выстрела - обязательно условие точной стрельбы.

Заметим, что пружинно-поршневые винтовки, снабженные демпфером отдачи, - например, Диана 54 - могут при стрельбе удерживаться жестко, подобно пневматике "без отдачи" (компрессионной, CO2 и т.д.)

Стрельба из пневматической винтовки.

Подготовительные упражнения при обучении стрельбе по круглым мишеням

Упражнение 1

Это упражнение является тренировочным и используется на начальном этапе обучения. Изготовка к стрельбе из винтовки сидя за столом с опорой локтями о стол. Рекомендуется как начинающим, так и опытным стрелкам для выработки и поддержания автоматизма и постоянства усилия и мест удержания оружия.

Упражнение выполняется в заданном для стрельбы положении. Стрелок принимает изготовку без прицеливания, обращая внимание на постоянство мест удержания винтовки и постоянство усилия удержания.

После освоения правильной изготовки надо тренироваться в длительности изготовки, постепенно увеличивая время удержания винтовки до утомления (но не переутомления). Это упражнение будет способствовать увеличению статической выносливости позы для стрельбы, а значит, повышению мастерства стрельбы. Затем следует изготовка с прицеливанием.

Рекомендуется применение удлинителя прицельной линии.

Изготовка для стрельбы из винтовки сидя за столом или около стойки с опорой локтями на стол или стойку

Эта изготовка является самой простой и удобной для начального обучения пулевой стрельбе из винтовки. Положение тела стрелка наиболее привычное, не требуется никакого напряжения, устойчивость винтовки и рук наибольшая, а зарядание оружия самое удобное.

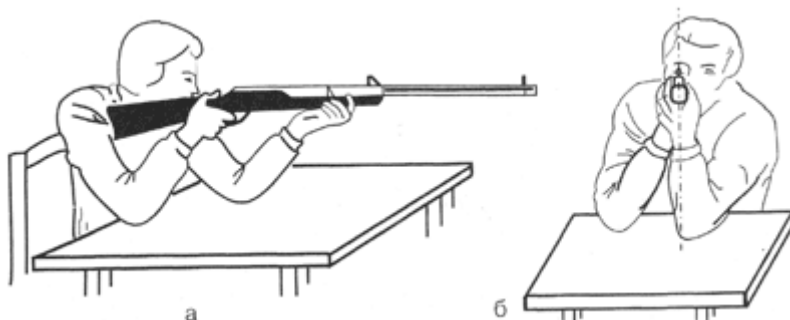


Рис. 1. Изготовка для стрельбы сидя за столом:

а – вид сбоку; б – вид спереди

Стрелок садится за стол или становится около стойки, выбирая наиболее удобную для себя позу. Все тело несколько повернуто вправо от линии прицеливания. Рекомендуется при стрельбе слегка прислоняться грудью к ребру стола или стойки, но при этом сохранять свободную позу с минимальным напряжением грудных мышц.

Винтовку надо взять правой рукой за шейку ложи так, чтобы большой палец обхватил шейку ложи слевасверху, а остальные три пальца – слеваснизу.левой рукой взять цевье ложи снизу так, чтобы большой палец обхватывал левый бок цевья, а остальные четыре пальца обхватывали цевье с правого бока. Винтовка должна лежать не на пальцах, а на ладони, ближе к большому пальцу. Затем надо наклониться над столом и опереться на него локтями. При этом левые локоть и плечо должны быть выдвинуты вперед как можно дальше. Левый локоть должен находиться под

винтовкой или несколько левее – в зависимости от телосложения стрелка. Правый локоть располагается сбоку, ближе к себе. Винтовку надо вставить затыльником в выемку правого плеча и прижать к нему. Голову опустить на приклад так, чтобы она всем весом опиралась на гребень приклада, а мышцы шеи не напрягались. Глаза по возможности смотрят прямо в прицел.

Ноги стрелок располагает так, как ему удобно, примерно на ширине плеч.

Самоконтроль принятого положения производится 2–3 раза. Он заключается в том, что после принятия данного положения стрелок закрывает глаза на несколько секунд, затем открывает их и проверяет совмещение точек наводки винтовки и прицеливания. Если оказалось, что ровная мушка винтовки не совпадает с точкой прицеливания, то надо уточнить наводку винтовки, не нарушая систему «стрелок – оружие», т.е. не сдвигая винтовку относительно тела стрелка.

Если точка наводки винтовки оказалась сбоку по отношению к точке прицеливания, то надо повернуть все тело вместе с винтовкой вокруг вертикальной оси, проходящей через точку опоры левого локтя, до совмещения точки наводки винтовки с точкой прицеливания.

Если точка наводки винтовки оказалась ниже (выше) точки прицеливания, то надо немного отодвинуться (придвинуться) со стулом от стола или встать немного дальше (ближе) от стойки, но не сдвигать с места локти.

#### Учебный удлинитель прицельной линии оружия

Учебный удлинитель предназначен для выработки навыков лучшей устойчивости оружия во время тренировки в стрельбе. Он представляет собой деревянный стержень длиной 300 мм с высокой и широкой мушкой на дальнем конце. Ближний конец – направляющая – изготавливается диаметром 4,3 мм, чтобы она вставлялась в канал ствола с дульной части. При этом длина прицельной линии увеличивается на 300 мм. Поэтому при неточностях прицеливания мушка удлинителя даст отклонение на 70% больше, чем мушка оружия, что будет заметно самому стрелку. Устойчивость оружия будет быстро расти. Высоту мушки удлинителя надо сделать примерно 20 мм, чтобы мушка оружия не загораживала мушку удлинителя. Ширину мушки удлинителя следует сделать около 5 мм, чтобы она занимала ? ширины прорези прицела. Окрасить ее нужно в черный цвет.

#### Упражнение 2

Контроль однообразия прицеливания из винтовки. Контроль однообразия прицеливания с использованием прицельных станков и ручных указок контроля прицеливания

Это упражнение можно проводить с ожидающей сменой в другом помещении.

Винтовка жестко закрепляется в прицельном станке. На дистанции 5 (10) м вывешивается белый лист бумаги размером приблизительно 400?300 мм или более. Около него находится помощник – один из учащихся с ручной указкой контроля прицеливания и карандашом.

Преподаватель без учеников наводит винтовку со станком в лист бумаги (но не в середину), а затем прицеливается и дает команды помощнику двигать указку по листу бумаги: «Выше», «Ниже», «Правее», «Левее». Когда указка расположится рядом с нижним краем черного круга – «яблочком» точно на линии прицеливания «с просветом», руководитель дает команду: «Отмечай!», и помощник через центральное отверстие в указке ставит карандашом точку на бумаге. Эта точка будет контрольной для обучаемых стрелков.

После того как помощник уберет указку, учащиеся по одному подходят к прицельному станку с винтовкой, смотрят в прицел и дают необходимые команды помощнику о перемещении указки. После команды: «Отмечай!» помощник делает отметку карандашом. Затем первый стрелок еще два раза наводит указку. Поставив три точки наводки указки, помощник соединяет их прямыми линиями. Получается треугольник рассеивания наводки указки стрелком. Чем меньше этот треугольник, тем точнее умеет прицеливаться стрелок.

Для оценки этого упражнения на указке надо вырезать оценочные отверстия диаметрами 1,5, 3,0 и 10,0 мм.

Помощник накладывает указку на треугольник рассеивания наводки указки стрелка, подбирая наименьшее оценочное отверстие, в которое умещается весь треугольник. При этом треугольник рассеивания стрелка должен примерно совмещаться с контрольной точкой наводки преподавателя, хотя в отдельных случаях этого может и не быть. Самое главное – выработать у начинающих стрелков однообразие прицеливания.

#### Ручная указка контроля прицеливания для начинающих стрелков

Ручная указка предназначена для тренировки навыков прицеливания. Изготавливается диск диаметром около 100 мм из тонкого листа металла, пластика и т.п. В середине диска наклеивается черный круг от мишени. В центре просверливается отверстие диаметром 1–2 мм для отметки карандашом контрольных точек прицеливания. На краю диска делается три оценочных отверстия диаметрами 1,5, 2,5 и 5 мм для дистанции 5 м. При стрельбе на 10 м отверстия следует сделать в два раза больше. С другого края диска крепится рукоятка длиной 300 мм.

#### Упражнение 3

Прицеливание из винтовки по фигурным мишеням М.А. Иткиса

Данное упражнение развивает и закрепляет координацию движений стрелка. Он принимает заданную изготовку к стрельбе, прицеливается в прямую крестообразную мишень. Затем медленно и плавно передвигает ровную мушку по мишени вверх – вниз и слева направо, останавливаясь посередине. Преподаватель контролирует точность наводки оружия по ортоскопу (описание ортоскопа см. ниже). То же самое надо проделать по диагональной крестообразной мишени, а затем по кольцеобразной. Задание – удержание ровной мушки с наименьшими колебаниями. Данные размеры мишеней рекомендуются для дистанции 5 м для начинающих стрелков. Чем выше мастерство стрельбы, тем меньше должны быть размеры мишеней.

#### Фигурные мишени М.А. Иткиса



Нарисовать данные мишени на листе бумаги согласно рисунку и закрепить на стене около основных мишеней. Для начинающих стрелков размеры увеличенные, для разрядников – уменьшенные.

#### Магнитный прибор контроля наводки пневматического оружия типа ИЖ38 (ортоскоп)

Ортоскоп изготавливается путем переделывания из заводского прибора. Для этого надо выпрямить кронштейн его крепления так, чтобы он плотно прилегал к левой стороне оружия. Затем отпилить лишнюю часть кронштейна, оставив конец 40 мм. Сформировать ферритовый магнит и приклеить его (использовать клей «БФ6», «Момент» и др.). Полученный прибор устанавливается сверху на заднюю часть ствольной коробки и удерживается на ней достаточно прочно силой магнитного поля. Снимается прибор с небольшим усилием одной рукой.

#### Упражнение 4

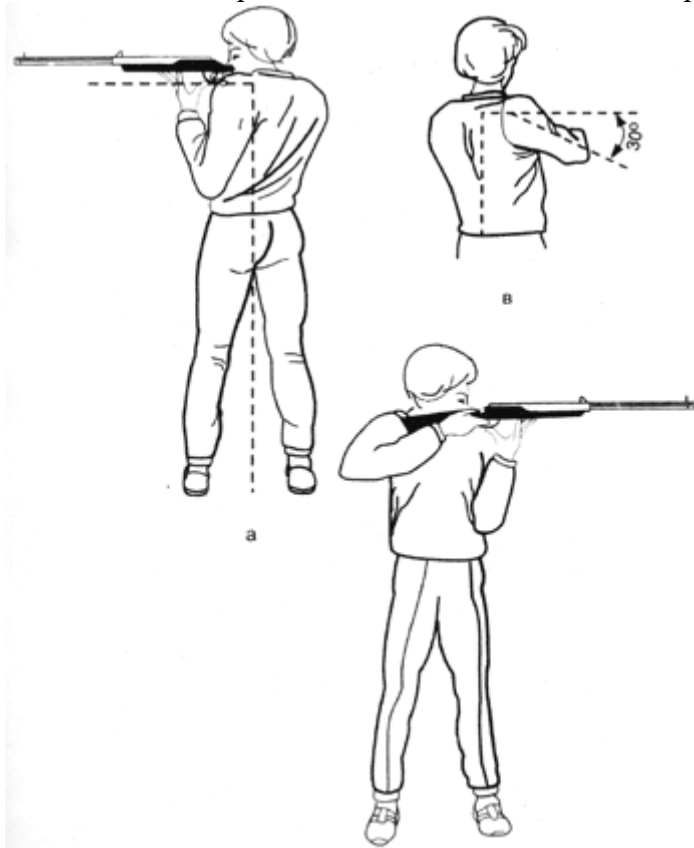
Принятие устойчивой изготовки для стрельбы из винтовки стоя без опоры длительностью до 5 мин. и более; самоконтроль изготовки

Принять заданную изготовку для стрельбы с винтовкой или ее макетом, прицелиться в мишень, задержать дыхание и закрыть глаза примерно на 10 сек. Затем открыть глаза и проверить точность

совпадения точки наводки винтовки и точки прицеливания. Как правило, эти точки не совпадают. Надо постараться выяснить, изза каких групп мышц и суставов произошло отклонение винтовки.

После этого найти такое изменение положения частей тела, чтобы изготовка была более устойчивой, т.е. с минимальным мышечным напряжением. Повторить это упражнение несколько раз, увеличивая время закрывания глаз примерно до 20 сек. и добиваясь большей точности положения частей тела без визуального корректирования.

Изготовка для стрельбы из винтовки стоя без опоры



Это положение является самым трудным, так как у стрелка имеются только две точки опоры – они весьма удалены от центра тяжести системы «стрелок – оружие». Поэтому надо предварительно хорошо усвоить приемы стрельбы сидя за столом. Сначала надо отработать приемы изготовки в положении стоя без прицеливания, а затем уже приступить к отработке всех элементов стрельбы. Только после этого можно приступить к практической стрельбе. Начинать стрелять рекомендуется по белому листу бумаги, чтобы не выработалась вредная привычка дергать спусковой крючок.

В дальнейшем необходимо продолжать тренировки в положении стоя без стрельбы, что позволит укрепить специальную физическую подготовку стрелка и повысить устойчивость системы «стрелок – оружие» во время выстрела.

Для стрельбы стоя надо встать около линии огня, не наступая на нее, примерно вполборота направо по отношению к линии прицеливания. Ноги прямые, ступни примерно на ширине плеч или несколько уже, тяжесть тела распределена поровну на обе ноги, но есть небольшой наклон тела к носкам; туловище немного прогнуть назад, чтобы компенсировать тяжесть винтовки; носки раздвинуты без напряжения в удобном для стрелка положении.

Рис. 3. Изготовка для стрельбы стоя:

а – вид слева сзади; б – вид справа спереди; в – вид сзади

Зарядив винтовку, стрелок производит ее прикладку. Для этого, удерживая винтовку правой рукой за шейку приклада, надо взять левой рукой за цевье под прицелом и вставить затыльник приклада в выемку правого плеча. В зависимости от телосложения или прижать локоть левой руки к грудной клетке и животу, или опереться локтем на тазобедренный сустав.

Поднять правый локоть до положения ниже горизонтального примерно на 30 см и удерживать его во время стрельбы без напряжения. Затем кистью левой руки поддержать винтовку внизу.

Применяются четыре способа поддержки винтовки снизу кистью левой руки.

Первый способ – винтовка поддерживается на всех выпрямленных пальцах ногтевыми фалангами. Большой палец поддерживает винтовку под спусковой скобой, а остальные четыре пальца, собранные вместе, противостоят большому и поддерживают спереди снизу цевье ложи.

Второй способ – большой палец так же находится под спусковой скобой, а остальные четыре пальца, собранные вместе, прижаты к ладони так, что цевье ложи будет лежать на средних фалангах.

Третий способ – пальцы левой руки сжаты, но ладонь раскрыта. Средние фаланги поддерживают цевье ложи, а ладонь – спусковую скобу.

Четвертый способ – пальцы левой руки сжимаются в кулак, и цевье винтовки лежит на основных фалангах пальцев.

Рис. 4. Способы поддержания винтовки при стрельбе стоя:

а – на выпрямленных пальцах ногтевыми фалангами;

б – средними фалангами пальцев; в – средними фалангами и раскрытой ладонью;

г – основными фалангами пальцев, сжатых в кулак

Каждый стрелок должен выбрать для себя наиболее удобный для него способ поддержки винтовки при стрельбе стоя без опоры и отрабатывать его.

Самоконтроль изготовки для стрельбы стоя

Самоконтроль изготовки заключается в том, что стрелок проверяет правильность угла поворота корпуса к мишени, постановку ног и положение пальцев левой руки. Когда все эти элементы изготовки будут отработаны, после каждого нового заряжания поднятая винтовка окажется наведенной точно в цель.

Самоконтроль производится следующим образом. После изготовки и прицеливания стрелок закрывает глаза на несколько секунд. При этом его тело несколько расслабляется. Когда стрелок откроет глаза, винтовка будет направлена в точку прицеливания, если изготовка была правильной. Но если она была неточной, винтовка окажется направленной в сторону, так как во время закрывания глаз тело приняло менее напряженную позу. Для уточнения изготовки в таком случае надо переставить ступни ног. Если винтовка оказалась направленной ниже (выше) точки прицеливания, то надо придвинуть (отодвинуть) пальцы левой руки, поддерживающие цевье винтовки.

При стрельбе стоя во время предварительной и подготовительной фаз выстрела не рекомендуется сразу реагировать на отклонения мушки от точки прицеливания – надо сохранять выдержку и спокойствие.

Упражнение 4

Тренировка в стрельбе без пуль из винтовки

Задание – координация всех подготовительных действий стрелка: удержание винтовки, прицеливание, нажатие на спусковой крючок, режим дыхания, координация всех действий при стрельбе.



Изготовиться для стрельбы и прицеливаться в мишень. Удерживать наводку винтовки в течение 2–10 мин. в зависимости от подготовки стрелка. При этом приклад винтовки все время находится в выемке плеча, руки устойчиво держат винтовку, положение ведущего глаза относительно прицела фиксируется прижатой к прикладу щекой.

Дыхание ровное и неглубокое. Через равные промежутки времени дыхание надо задерживать на полувдохе на 7–10 сек. для выработки полного автоматизма однообразного и плавного нажатия на спусковой крючок.

Повторить то же самое с прицеливанием с помощью учебного удлинителя прицельной линии.

Это упражнение повышает специальную физическую выносливость стрелка и дает значительное улучшение результатов стрельбы.

## ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ

№ п/п	Наименование разделов и тем занятий	Количество часов		
		Всего	Из них занятий	
			теория	практ. зан.
1.	Оказание доврачебной помощи пострадавшим от применения огнестрельного и газового оружия.	12	4	8
	<b>ИТОГО</b>	<b>12</b>	<b>4</b>	<b>8</b>

### СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ.

#### Тема № 1 Оказание доврачебной помощи пострадавшим от применения огнестрельного и газового оружия.

1. Понятия и виды кровотечения. Способы временной остановки кровотечений.
2. Признаки ран Первичная обработка ран. Последовательность оказания первой помощи при ранениях.
3. Понятие травмы, их классификация, помощь при различных видах травмах. Особенности иммобилизации при повреждении различных частей тела.
4. Отработка методик наложения бинтовых повязок, кровоостанавливающего жгута, закрутки. Правила шинирования.

Всякое ранение сопровождается кровотечением вследствие повреждения стенок кровеносных сосудов. Различают кровотечения артериальные, венозные, смешанные (артериовенозные) и капиллярные (рис.1).

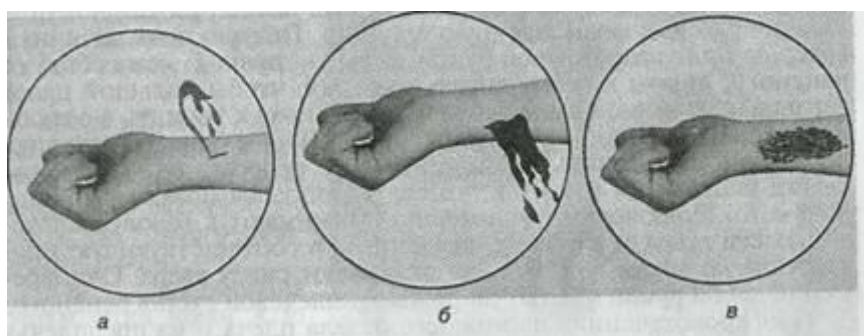


Рис 1

Виды кровотечений: *а* — артериальное; *б* — венозное; *в* — капиллярное

При артериальных кровотечениях кровь вытекает из раны сильной пульсирующей струей ярко-красного цвета. При повреждении артерии смерть от кровотечения может наступить в течение 3—5 мин с момента ранения. Поэтому при артериальных кровотечениях первая помощь должна быть

оказана немедленно. Чтобы остановить кровотечение, артерию прижимают пальцами к кости выше места ранения. Для этого нужно точно знать места прижатия артерий (рис. 2). Артерию прижимают пальцами на короткое время, только до наложения закрутки или жгута. Пальцевое прижатие производится большим пальцем, концами сведенных вместе четырех пальцев, а иногда и кулаком.

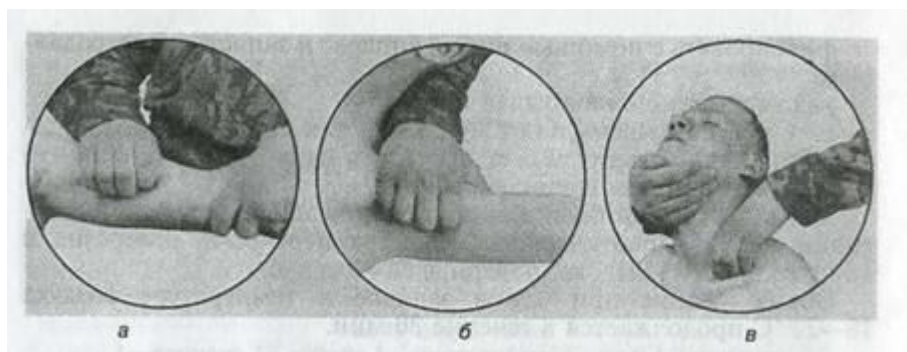


Рис. 2. Места пальцевого прижатия артерий: а — плечевой; б — подмышечной; в — подключичной

При наличии кровотечения из ран лица нужно прижать сонную, височную или нижнечелюстную артерию на стороне кровотечения. Сонную артерию придавливают большим пальцем к позвоночнику, сбоку от гортани, а остальные пальцы кладут сзади на шею. При кровотечении из верхнего отдела плеча прижимают подключичную или подмышечную артерию. Правую подключичную артерию прижимают левой рукой, левую — правой. Лежа сбоку от раненого, лицом к нему, кладут руку так, чтобы большой палец лег в надключичной ямке вдоль верхнего края ключицы, а остальные пальцы — сзади, на спину раненого. Чтобы прижать артерию, достаточно повернуть большой палец ребром, одновременно слегка надавливая вниз так, чтобы он оказался позади ключицы раненого. Подключичную артерию прижимают к головке плечевой кости правым кулаком, введенным в соответствующую подключичную впадину. Давление оказывают снизу вверх. Одновременно левой рукой крепко удерживают плечевой сустав раненого.

При кровотечениях из нижнего отдела плеча и из предплечья нужно прижать плечевую артерию, ее придавливают одним или четырьмя пальцами к плечевой кости у внутреннего края двуглавой мышцы.

Кровотечение из бедра останавливают, прижимая бедренную артерию: обеими руками охватывают верхнюю часть бедра у пахового сгиба так, чтобы большие пальцы, положенные один на другой, сошлись у середины бедра и придавливали артерию к кости. Для остановки артериального кровотечения используют табельные средства (жгут кровоостанавливающий), а при их отсутствии — различные подручные средства: полосы материи, оторванные от обмундирования, ремни, носовые платки и пр. Места наложения кровоостанавливающего жгута показаны на рис. 3.

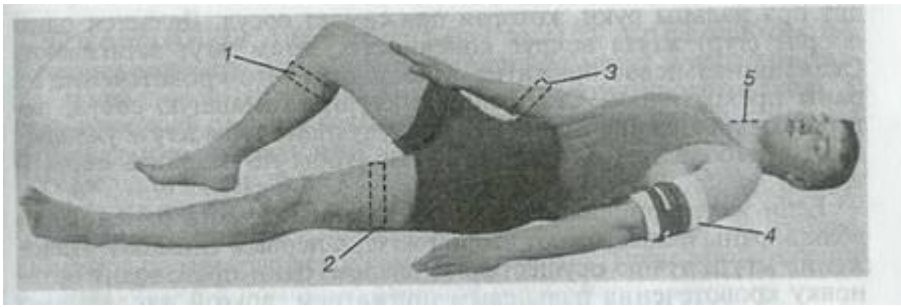


Рис. 3. Места наложения кровоостанавливающего жгута: 1 — на голень; 2 — на бедро; 3 — на предплечье; 4 — на плечо; 5 — на шею

При наложении жгута (рис. 4) соблюдают следующие правила: накладывают жгут всегда выше места ранения в целях прекращения тока крови от сердца к ране и возможно ближе к ране (исключение составляет средняя треть плеча, где проходит лучевой нерв, самая нижняя часть плеча и предплечья, где между костями и кожей нет мышечной прослойки); затягивают жгут до полного прекращения кровотечения из раны, но не чрезмерно, чтобы не вызвать паралича от сдавления нервов; накладывают жгут не на голое тело, а поверх одежды или подкладки из материи, не допуская грубого сдавления кожи; для исключения ущемления кожи жгут накладывают так, чтобы каждый следующий его виток покрывал часть предыдущего; чтобы жгут не расслабился, его закрепляют специальным крючком или цепочкой, которые прикреплены на концах; если с помощью крючка и цепочки сохранить нормальное натяжение не удастся, то концы жгута нужно связать узлом и закрепить крючком и цепочкой; раненый с наложенным кровоостанавливающим жгутом подлежит эвакуации в первую очередь; конечность после наложения жгута летом следует охлаждать, а зимой — согревать (утеплять). Наложение жгута оказывающий помощь начинает с остановки кровотечения с помощью пальцевого прижатия сосуда в типичном месте. Не прекращая прижатия, один из концов жгута подводят под пальцы руки, которая прижимает сосуд. Делается один оборот (тур) жгута вокруг конечности, затем жгут затягивают. Ослабив пальцевое прижатие, убеждаются, что кровотечение из раны прекратилось. Освободив руку, прижимавшую сосуд, завершают наложение жгута. Все последующие туры жгута укладывают с небольшим натяжением, так чтобы не ослабить первый тур.

Если жгут пришлось наложить далеко от места ранения, то вблизи раны накладывают второй жгут, а первый снимают. Наложение жгута лучше осуществлять вдвоем: один производит остановку кровотечения пальцевым прижатием, другой накладывают жгут вблизи раны. Последовательность наложения и затягивания жгута такая же, как и в первом случае. При отсутствии жгута раненую конечность можно перетянуть свернутой косынкой медицинской (платком). Завязав концы косынки, под нее подводят палку и закручивают ее до тех пор, пока не прекратится кровотечение. Чтобы такая закрутка не раскрутилась и перетяжка не ослабла, конец палки подвязывают к конечности. Наложив на конечность жгут или закрутку (рис. 5), рану прикрывают первичной повязкой, на которой цветным или химическим карандашом отмечают время наложения жгута. Пометку можно сделать на листке бумаги, который прикрепляется к повязке последними оборотами бинта. Жгут нельзя оставлять на конечности более 2 ч летом и 0,5 ч зимой, иначе она омертвеет. Если раненый со жгутом не был доставлен в медицинский пункт в течение указанного времени, оказывающий помощь прижимает пальцем соответствующую артерию, как было ранее указано, и затем ослабляет жгут. Когда конечность порозовеет и потеплеет, он снова накладывают жгут выше или ниже прежнего места. При венозном кровотечении кровь течет равномерной струей и имеет более темный цвет, чем артериальная. Кровотечение останавливают давящей повязкой. Она отличается от обычной тем, что на рану накладывается больше слоев плотно свернутой марли и производится более тугое бинтование.

Смешанные (артериовенозные) кровотечения в разные моменты от начала кровотечения могут носить признаки, присущие то артериальному, то венозному кровотечению. В сомнительных случаях все кровотечения нужно расценивать как артериальные, так как они наиболее опасны и

требуют энергичных мер для быстрой их остановки. При капиллярном кровотечении кровь выступает из мельчайших сосудов — капилляров (сочится, как из губки). Обычно оно прекращается самопроизвольно. Такое кровотечение останавливают с помощью давящей повязки. Внутреннее кровотечение бывает при ранении черепа, органов грудной и брюшной полостей, легкого, печени, селезенки, почки и др. Внутреннее кровотечение обильное, продолжительное, остановить его трудно. Кроме того, внутреннее кровотечение трудно распознать. Нередко при таком кровотечении необходима срочная операция. При внутреннем кровотечении пострадавший бледен, покрыт холодным потом, испытывает сильную жажду, зевает; пульс у него частый и слабый (иногда совершенно исчезает), дыхание поверхностное, учащенное. Раненого с внутренним кровотечением нужно немедленно отправить в лечебное учреждение для оказания ему неотложной квалифицированной хирургической помощи. При отрыве конечностей необходимо наложить жгут выше ранения, независимо от того, продолжается ли кровотечение или оно остановилось.

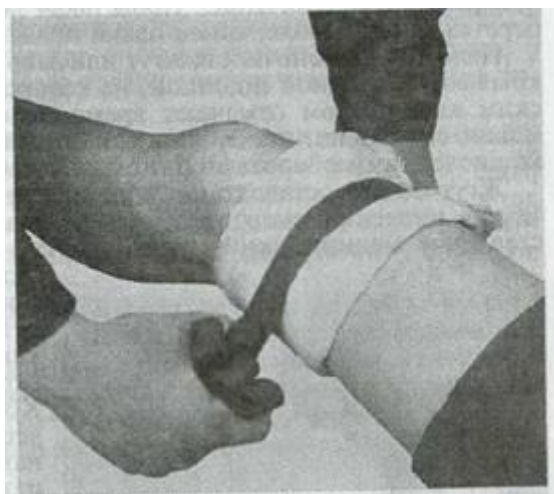


Рис 4



Рис 5

При наложении жгута соблюдают следующие правила: накладывают жгут всегда выше места ранения с целью прекращения тока крови от сердца к ране и возможно ближе к ране (исключение составляет средняя треть плеча, где проходит лучевой нерв, самая нижняя часть плеча и предплечья, где между костями и кожей нет мышечной прослойки); затягивают жгут до полного прекращения кровотечения из раны, но не чрезмерно, чтобы не вызвать паралича от сдавления нервов; накладывают жгут не на голое тело, а поверх одежды или подкладки из материи, не допуская грубого сдавления кожи;

Для исключения ущемления кожи жгут накладывают так, чтобы каждый следующий его виток покрывал часть предыдущего;

чтобы жгут не расслабился, его закрепляют специальным крючком или цепочкой, которые прикреплены на концах; если с помощью крючка и цепочки сохранить нормальное натяжение не удастся, то концы жгута нужно связать узлом и закрепить крючком и цепочкой; раненый с наложенным кровоостанавливающим жгутом подлежит эвакуации в первую очередь; конечность после наложения жгута летом следует охлаждать, а зимой — согревать (утеплять).

При наложении жгута оказывающий помощь начинает с остановки кровотечения с помощью пальцевого прижатия сосуда в типичном месте. Не прекращая прижатия, один из концов жгута подводят под пальцы руки, которая прижимает сосуд. Делается один оборот (тур) жгута вокруг конечности, затем жгут затягивают.

Ослабив пальцевое прижатие, убеждаются, что кровотечение из раны прекратилось. Освободив руку, которая производила прижатие сосуда, завершают наложение жгута. Все последующие туры жгута укладывают с небольшим натяжением так, чтобы не ослабить затянутый первый тур.

Если жгут пришлось наложить далеко от места ранения, то вблизи раны накладывают второй жгут, а первый снимают. Наложение жгута лучше осуществлять вдвоем: один производит остановку кровотечения пальцевым прижатием, другой — накладывает жгут вблизи раны. Последовательность наложения и затягивания жгута такая же, как и в первом случае.

При отсутствии жгута раненую конечность можно перетянуть свернутой косынкой медицинской (платком). Завязав концы косынки, под нее подводят палку и закручивают ее до тех пор, пока не прекратится кровотечение. Чтобы такая закрутка не раскрутилась и перетяжка не ослабла, конец палки подвязывают к конечности.

Наложив на конечность жгут или закрутку, рану прикрывают первичной повязкой, на которой цветным или химическим карандашом отмечают время наложения жгута. Пометку можно сделать на листке бумаги, который прикрепляется к повязке последними оборотами бинта.

Жгут нельзя оставлять на конечности **более двух часов (зимой - один час)**, иначе она омертвеет. Если раненый со жгутом не был доставлен на медицинский пункт в течение двух часов, оказывающий помощь прижимает пальцем соответствующую артерию, как было ранее указано, и затем ослабляет жгут. Когда конечность порозовеет и потеплеет, он снова накладывает жгут выше или ниже прежнего места.

При венозном кровотечении кровь течет равномерной струей и имеет более темный цвет, чем артериальная. Кровотечение останавливают путем давящей повязки. Она отличается от обычной тем, что на рану накладывается больше слоев плотно свернутой марли и производится более тугое бинтование.

Смешанные (артериовенозные) кровотечения в разные моменты от начала кровотечения могут носить признаки, присущие то артериальному, то венозному кровотечению. В сомнительных случаях все кровотечения нужно расценивать как артериальные, т.к. они наиболее опасны и требуют энергичных мер для быстрой их остановки.

При капиллярном кровотечении кровь выступает из мельчайших сосудов — капилляров (сочится, как из губки). Обычно оно прекращается самопроизвольно. Такое кровотечение останавливают при помощи давящей повязки.

Внутреннее кровотечение бывает при ранении черепа, органов грудной и брюшной полостей, легкого, печени, селезенки, почки и др. Внутреннее кровотечение обильное, продолжительное, остановить его трудно. Кроме того, внутреннее кровотечение трудно распознать. Нередко при таком кровотечении необходима срочная операция.

При внутреннем кровотечении пострадавший очень бледен, покрыт холодным потом, испытывает сильную жажду, зевает; пульс у него частый и слабый (иногда совершенно исчезает), дыхание поверхностное, учащенное. Раненого с внутренним кровотечением нужно немедленно отправить в лечебное учреждение для оказания ему неотложной квалифицированной хирургической помощи.

При отрыве конечностей необходимо наложить жгут выше ранения, независимо от того, продолжается кровотечение или остановилось.

**Раны.** Наибольшую опасность при ранениях представляют кровотечения, загрязнение и инфицирование ран. При оказании первой помощи необходимо соблюдать следующие правила: не прикасаться к ране руками, не промывать ее, не извлекать из раны попавшие в нее инородные тела: песок, землю. Для перевязки раны пользоваться индивидуальным перевязочным пакетом или стерильными бинтами. При отсутствии стерильного перевязочного материала можно использовать чистый носовой платок или полотняную тряпочку, на которые следует накапать несколько капель йодной настойки, чтобы получить пятно размером больше раны.

Для остановки кровотечения необходимо поднять раненую конечность вверх и наложить давящую повязку. При сильном кровотечении, если оно не останавливается повязкой, следует сдавить кровеносные сосуды, питающие кровью раненую область, пальцами, жгутом или закруткой, или сгибанием конечности в суставах. Оставлять жгут на месте его наложения можно не более двух часов. В случае сильного кровотечения необходимо срочно вызвать врача.

При попадании инородного тела в глаз необходимо промыть его раствором борной кислоты (одна чайная ложка на стакан воды) или чистой кипяченой водой; нельзя тереть глаз рукой. Если промыванием инородное тело извлечь не удастся, необходимо обратиться к врачу.

## *РАНЫ*

В зависимости от особенностей ранящего предмета и механизма различают резаные, колотые, рваные и ушибленные раны. Они могут быть поверхностными или глубокими, с повреждением внутренних органов. Основные опасности связаны с кровотечением из поврежденных тканей и органов и возможностью инфицирования раны. Необходимо помнить, что по внешнему виду раны не всегда удается установить характер имеющихся повреждений. Например, при колотых ранах внешнее кровотечение может быть незначительным, тогда как имеющееся внутреннее кровотечение угрожает жизни пострадавшего. Кроме того, некоторые даже незначительные по своим размерам раны (вследствие укуса, причиненные животными или раны, сильно загрязненные землей) требуют проведения специальных профилактических прививок. Вопрос об объеме и характере медицинской помощи при ранах может быть решен только врачом. Однако первая помощь, правильно оказанная на месте происшествия, во многом определяет исход лечения и часто является решающей в сохранении жизни пострадавшего ребенка (острая потеря даже 1/3 общего объема циркулирующей крови почти всегда ведет к смерти ребенка). Всякое ранение мягких тканей сопровождается повреждением кровеносных сосудов и неизбежным кровотечением. В зависимости от характера и величины поврежденных сосудов кровотечение может быть артериальным, венозным или капиллярным. Артериальное кровотечение характеризуется пульсирующей струей крови алого цвета. При венозном кровотечении кровь темного цвета вытекает из поврежденного сосуда непрерывной струей. При капиллярном кровотечении, связанном с повреждением мельчайших кровеносных сосудов, отмечается кровоточивость всей поврежденной поверхности. (Подобное разделение видов кровотечения является условным, так как практически всегда имеет место их сочетание, однако для оказания первой помощи установление преобладающего вида кровотечения имеет большое значение.) Первая помощь при ранениях состоит из остановки кровотечения, предупреждения инфицирования раны, иммобилизации места повреждения. Способ остановки кровотечения зависит от характера и силы кровотечения. Артериальное кровотечение, не прекращающееся после наложения тугих давящих повязок, должно быть остановлено наложением специального или импровизированного жгута (веревка с закруткой, ремень, полоска прочной ткани и т. п.). При этом необходимо соблюдение следующих правил: при артериальном кровотечении жгут накладывается выше места повреждения с обязательным указанием точного времени его наложения. Необходимо помнить, что срок, в течение которого жгут может быть оставлен на конечности, ограничен 1,5—2 часами. Дальнейшее пережатие сосудов может привести к гибели ткани в связи с длительным нарушением кровообращения. Экстренная остановка артериального кровотечения в течение времени, необходимого для изготовления и наложения жгута, может быть осуществлена путем пальцевого прижатия сосуда выше места повреждения. Эта манипуляция легче осуществима в тех зонах, где

артерии располагаются поверхностно и рядом с костью (паховая область, внутренняя поверхность плеча и т. д.). Остановка венозного и капиллярного кровотечения осуществляется наложением давящей повязки и приданием возвышенного положения поврежденной конечности. Предупреждение инфицирования раны состоит из промывания сильно загрязненных ран раствором перекиси водорода или струей чистой воды и обработки кожи в окружности раны настойкой йода или раствором бриллиантовой зелени. Накладываемая вслед за этим повязка должна быть чистой (стерильной) и хорошо предохранять рану от возможного загрязнения. Она не должна сильно сдавливать ткани, за исключением тех случаев, когда накладывается с целью остановки кровотечения. Имобилизация места повреждения осуществляется с помощью косыночной повязки, в которую помещается поврежденная конечность, специальной или импровизированной шины. После оказания первой помощи пострадавший должен быть срочно доставлен в лечебное учреждение, где будет продолжено необходимое лечение.

## Литература.

1. Кодекс РФ об административных правонарушениях, 2002 г.
2. Собрание законодательства Российской Федерации, 2011, N 37, ст. 5243.
3. Постановлением Правительства Российской Федерации от 5 сентября 2011 г. N 731 "Об утверждении перечня организаций, имеющих право проводить подготовку лиц в целях изучения правил безопасного обращения с оружием и приобретения навыков безопасного обращения с оружием, а также проверку знания указанных правил и наличия соответствующих навыков"
4. Комментарий к Уголовному кодексу РФ под ред. Ю.И. Скуратова, Лебедева, 1996 г.
5. Уголовное право России, учебник, общая часть, под ред. А.И. Рарога. №- 111 ФЗ РФ «Об образовании» от 10 июля 2012г.
6. Приказ Минздравсоцразвития России № 199 от 17 апреля 2009г.
7. Гражданский кодекс Российской Федерации от 30 ноября 1994 № 51 - ФЗ
7. Федеральный Закон от 13.12.1996 № 150-ФЗ «Об оружии»
8. Приказ МВД РФ № 955 от 11.09.2000 г. «Об утверждении Наставления ОП в ОВД РФ».
9. «Наставления по стрелковому делу» Воениздат 1985 г.
10. Бубнов В.Г. «Первая медицинская помощь».
11. Величко В.Н. «Основы доврачебной помощи».
12. Хованский Б.Ф. «Первая помощь до прихода врача».
13. Законодательство России об оружии. Сборник нормативных актов. / Под ред. В. Л. Миронова. М.: «Мир безопасности». 1999.- 608с. 45. Козак В.Н. Право граждан на необходимую оборону. Саратов: Изд. Саратовского университета, 1972.
14. Юсупов Р.М. Необходимая оборона в законодательстве и судебной практике М., 1999.
15. Опорные конспекты-схемы по психологии. Л., 1989.
16. Психологические проблемы деятельности в особых условиях. – М., 1985.
17. Психология. Словарь. Изд. 2-е.-М., 1990
- 18.. А.Д.Дворкин «Стрельба из пневматических винтовок».
19. Сборник руководящих документов по стрелковому спорту.
20. Правила соревнований по пулевой стрельбе.
21. ДО г.Москвы ЦВП и ГВ методические материалы и нормативные документы «Основы подготовки к военной службе».
22. ДО г.Москвы ЦВП и ГВ «Методические рекомендации по организации учета, хранения и выдачи оружия и боеприпасов».
23. Военная академия имени Ф.Э.Дзержинского методические рекомендации «Организация и проведение занятий по огневой подготовке из стрелкового оружия».



24. Материалы семинара «Методика обучения точному выстрелу, в том числе в сложных условиях».
25. Опыт ГОУ СЗОУО г.Москвы по оборудованию тиров для стрельбы из пневматической винтовки, организации и работе кружков.
26. А.С.Кузнецов программа кружка «Стрелковые кружки».

***Приложение: служебное и гражданское оружие (10 листов)***