

# ПСИХОЛОГИЯ МЕТКОГО ВЫСТРЕЛА

*Главная трудность стрелка, как начинающего, так и «опытного», состоит в невозможности унять волнение, связанное с дрожанием руки при прицеливании, неуверенностью в положительном результате выстрела. В этом многие специалисты видят причину плохой стрельбы. Армейский опыт огневой подготовки офицеров и прапорщиков, для которых стрельба из пистолета является делом профессиональным, однозначно говорит о практической непреодолимости волнения при стрельбе. Этим обстоятельством обычно объясняют наличие у некоторых профессиональных военных, пусть не столь многочисленных, «огневой немощи» — так называют на военном сленге неумение метко стрелять. Она отмечается у них практически на протяжении всей службы. Так же обстоит дело и в правоохранительных органах, так как многие не умеют метко стрелять в любых условиях. Решение проблемы обычно ищут в увеличении числа тренировок без боеприпасов, в регулярном проведении стрельб. Но по каким-то причинам, не всегда понятным начальникам, заметного успеха в преодолении «огневой немощи» у этих лиц не наблюдается.*

**А**нализ деятельности стрелка показывает, что есть сугубо психологическая причина непопадания в мишень, даже при самом старательном прицеливании. Она кроется в неверной трактовке (непонимании или ложном понимании стрелком) требования прицеливания под «яблочко».

Стрелок понимает данное требование по-своему: раз нужно прицеливаться в «яблочко», значит, нельзя упускать того момента, когда с трудом удерживаемая ровная мушка (линия прицеливания) «остановится» в этой точке под «яблочком». Поскольку по-

“ Главная психологическая причина промаха при стрельбе из пистолета — неверное представление стрелка о технике прицеливания и производстве выстрела, как необходимости немедленного спуска курка в тот короткий миг, когда ему кажется, что он поймал «нужный момент» ”

добная «остановка» длится лишь мгновение, равное долям секунды, то спешный спуск курка обязательно приводит к рывку, дерганью, к «клевку», вследствие этого — к отклонению от линии прицеливания вниз и полету пули ниже «яблочка» и даже ниже обреза мишени. И в результате — промах.

Психологический эффект промаха — досада, что «опять дернул», и в следующий раз стрелок еще более напрягается, чтобы этого не допустить. От такого «перестарания» мышечное напряжение еще больше возрастает, усиливается дрожь в руке и волнение, увеличивается амплитуда колебания линии прицеливания, все труднее становится уловить этот заветный миг ее «остановки» под «яблочком».

И дальнейшее понятно: человек постепенно укрепляется во мнении, что он никогда, видимо, не научится хорошо стрелять. И тренировки ему не помогают, так как он все равно хочет научиться «поймать миг удачи» — совмещение ровной мушки с точкой прицеливания под «яблочком», чтобы тут же выпустить туда пулю. Результат обычно тот же.

Таким образом, главная психологическая причина промаха при стрельбе из пистолета — неверное представление стрелка о технике прицеливания и производстве выстрела, как необходимости немедленного (рывком!) спуска курка в тот короткий миг, когда ему кажется, что он поймал «нужный момент». Рывок — клевок — отклонение линии прицеливания вниз — полет пули ниже цели или вправо-влево от нее.

Вот таковы психологическая структура действия неумелого стрелка и ее результат — промах. Есть, конечно, у новичков и другие причины промаха, но они достаточно банальны и случайны. Среди них могут быть выделены:

- забыл держать ровную мушку,
- испугался звука выстрела соседа на огневом рубеже,
- боялся собственного выстрела,
- просто сильно волновался и был напряжен,
- опасался резкой отдачи оружия.

Здесь мы разбираем типичную и присущую всем неумелым стрелкам и обязательно новичкам причину «огневой немощи».

Психологический подход к анализу причин плохой стрельбы позволил сделать вывод о необходимости создания ориентировочной основы правильного действия (ООД стрелка для достижения безошибочного попадания в цель). Иначе говоря, недостаточно, малополезно ориентировать стрелка лишь общими словами: «не дергать», «спускать курок плавно», «не напрягать мышцы руки», «не бояться выстрела», «прицеливаться под «яблочко» (или: «прицеливаться в центр мишени» — для пистолета центрального боя), «не ожидать выстрела» (он, как известно, должен быть в идеале неожиданным для стрелка, осознаваемым уже постфактум).

Все указанные, вполне правильные сентенции обычно не помогают, если стрелок продолжает думать по-своему, что успех зависит от удачного совпадения спуска курка с моментом совмещения линии прицеливания с точкой под «яблочком». Раз общие правильные слова-указания не помогают, значит, стрелку нужна другая, более точная, а значит, более правильная ориентировка.

Б. Ц. Бадмаев

По материалам: «Боевые искусства — ключи к совершенству», № 3—4, 2008