

Проведение учебных  
стрельб из  
пневматической  
ВИНТОВКИ

# Инструкция по соблюдению мер безопасности при стрельбе для учащихся

1. Всегда обращайтесь с пневматическим оружием как с заряженным и взведённым.
2. Никогда не направляйте оружие на то, во что не собираетесь стрелять. Ни в коем случае не направляйте оружие на людей!
3. Оружие всегда должно быть направлено стволом в сторону мишеней, при переноске - стволом вверх.
4. Никогда не держите палец на спусковом крючке, даже если оружие разряжено и не взведено.
5. Заряжать и взводить оружие можно только на огневом рубеже по команде руководителя стрельбы.
6. Учитывайте возможную траекторию полёта пули при пробитии мишени, при рикошете и при промахе.
7. При стрельбе из винтовки с установленным оптическим прицелом учитывайте, что ось канала ствола находится ниже оси прицела. Возможно попадание пули в близко расположенные предметы, не видимые в прицел или расположенные ниже прицела, но напротив ствола.
8. При прицеливании через телескопический оптический прицел не касайтесь окуляра бровью. Пневматическое оружие обладает отдачей и при выстреле возможна травма брови или глаза.

# Инструкция по соблюдению мер безопасности при стрельбе для учащихся

9. Контролируйте территорию, на которой ведётся стрельба. Особенно при использовании оптического прицела.
10. При стрельбе на короткие (менее 5 метров) дистанции используйте защитные очки.
11. Не передавайте друг другу заряженное и (или) взведённое оружие.
12. Не оставляйте заряженное и (или) взведённое оружие.
13. Старайтесь не оставлять оружие без присмотра.
14. Не прикасайтесь к чужому оружию без разрешения руководителя стрельбы.
15. Не трогайте оружие, если в районе мишеней находятся люди, даже если оружие не взведено и не заряжено.
16. Когда стрельба не ведётся, держите оружие открытым (с открытым затвором), но не взведённым и не заряженным.
17. Перед стрельбой проверяйте техническое состояние оружия, затяжку крепёжных винтов.
18. Не разбирайте заряженное и (или) взведённое оружие.
19. Ремонт, настройка и проверка работоспособности оружия производится в специально отведённом месте с соблюдением всех мер безопасности.
20. Беспрекословно выполняйте команды руководителя стрельбы, в противном случае вас отстранят от стрельбы.

# Позиции при стрельбе из пневматического оружия (винтовки)

## Для позиции "сидя"

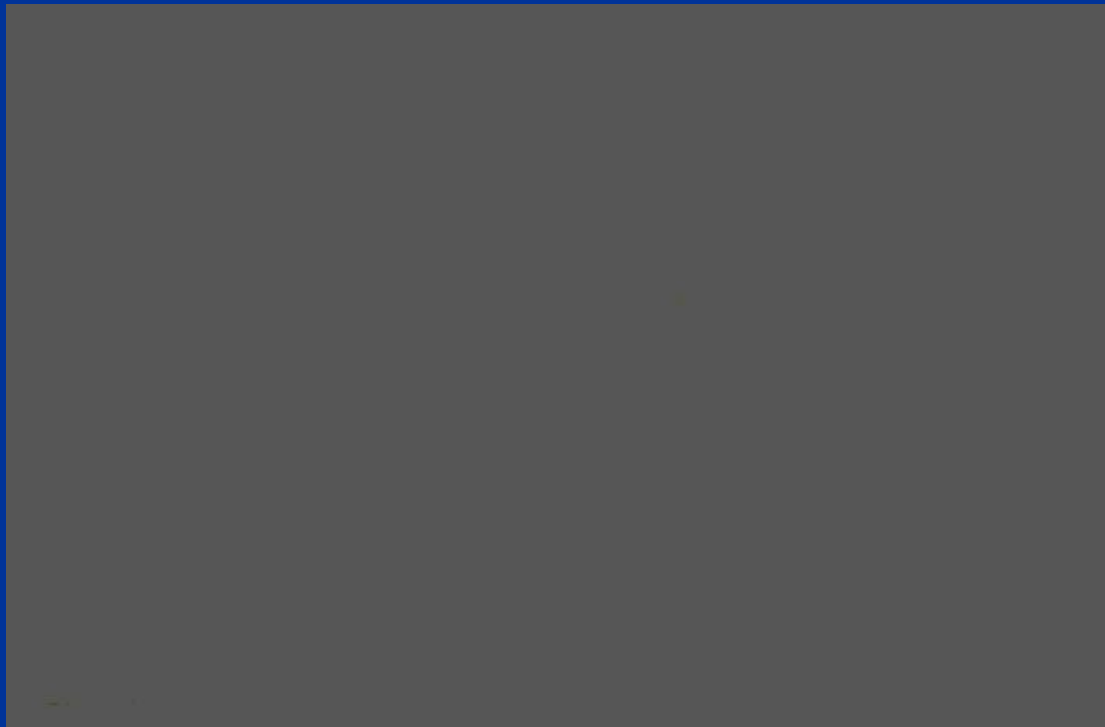
- глубоко вдохните;
- повернитесь на 30 градусов от цели (вправо);
- ваша левая нога должна располагаться по направлению к цели;
- поднимите винтовку к плечу и приложите приклад к плечу так, как вы обычно стреляете;
- расположите винтовку на ладони левой руки;
- поставьте левый локоть на упор (колени, поверхность стола);
- поставьте правый локоть на упор, или оставьте "свисать" вдоль тела;
- расслабьте левую руку;
- расслабьте плечи;
- расслабьте спину;
- расслабьте все тело;
- сделайте вдох;
- выдохните наполовину;
- увеличьте давление на спусковой крючок (примерно в два раза);
- прицельтесь (не цельтесь слишком долго, не более 6 секунд);
- произведите выстрел;
- проследите за попаданием;
- выдохните;
- для последующих выстрелов повторяйте с п.4.



# Изготовка для стрельбы лежа с руки

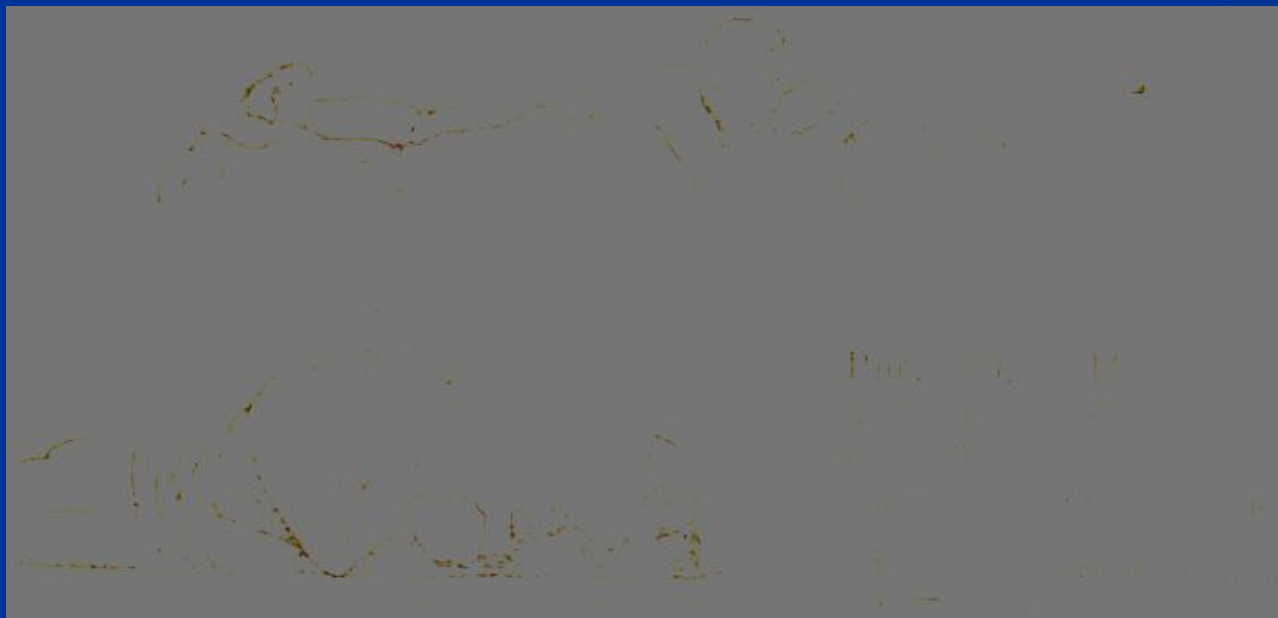
Ложиться надо после команды руководителя стрельбы «ЛОЖИСЬ». Лечь на живот, опираясь на локти и слегка раскинув прямые ноги в стороны носками наружу. Правая нога может быть немного согнута в колене. Мышцы ног расслаблены. Тело стрелка немного развернуто влево

Правая нога может быть немного согнута в колене. Мышцы ног расслаблены. Тело стрелка немного развернуто влево

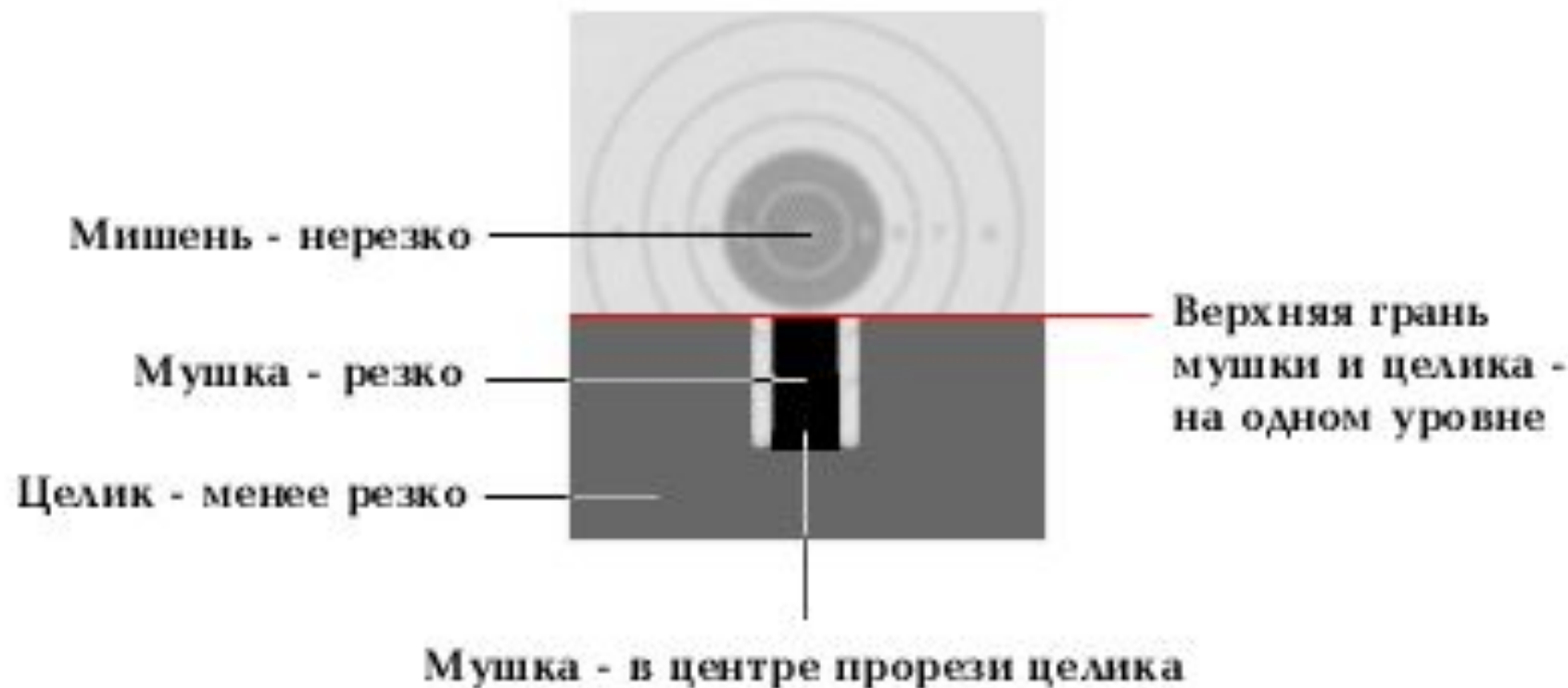


# Изготовка для стрельбы лежа с упора

- Упор значительно повышает меткость стрельбы, если им правильно пользоваться. В качестве упора используются (1) мешочки с песком, опилками, ватой и т. п. Если они маленькие, то под них можно класть деревянный ящик. При стрельбе с упора на него кладется кисть левой руки (вид а), а на ее ладонь цевьем кладется винтовка. Возможен и второй способ стрельбы с упора (вид б) - на упор кладется не кисть руки, а цевье винтовки, а кисть руки снизу поддерживает приклад винтовки.
- Высота упора около 25см и подбирается индивидуально для каждого стрелка.



## Правила прицеливания - винтовка



# Нормативы (оценки) за выполнение упражнений по стрельбе

## 1-ое упражнение по спортивной стрельбе из пневматической винтовки.

- - цель – спортивная с кругами мишень "П", на 10м и 5м;
- - расстояние до цели – 10м или 5м (в зависимости от мишени);
- - количество пульек – 6(3+3) шт., (три пробных выстрела и три – зачетных);
- - время на стрельбу – неограниченное;
- - положение – сидя, с руки.

### Оценка:

- "отлично" – выбить 22 очка, в том числе попасть тремя выстрелами в черный круг;
- "хорошо" – выбить 16 очков, в том числе попасть двумя выстрелами в черный круг;
- "удовлетворительно" – выбить 12 очков, в том числе попасть одним выстрелом в черный круг.