

10 КЛАС. ТРЕНІНГ № 4

ОЗБРОЄННЯ ТА ВІЙСЬКОВА ТЕХНІКА. СТРІЛЕЦЬКА ПІДГОТОВКА

Урок 1-8

**Індивідуальні бойові
навички поводження
зі стрілецькою зброєю**



Watch video on YouTube

Error 153

Video player configuration error



КРОКИ ФОРМУВАННЯ ТАКТИЧНОЇ СТІЙКИ

СТОПИ

ставимо паралельно,
носки спрямовані у
бік противника



НОГИ

ліва нога попереду,
права трохи позаду,
щоб утворилася одна
лінія від п'ятки
задньої ноги до
носки передньої



ШИРИНА

ноги на ширині
плечей. Це дає
стабільність і
свободу руху



КОЛІНА

трохи зігнуті,
«пружні». Тіло
готове до руху, але
не зафіксоване у
статичному
положенні



КОРПУС

таз, бедра й груди
розташовані
фронтально до
противника. Верх
корпусу трохи
подаємо вперед



КРОКИ ФОРМУВАННЯ ТАКТИЧНОЇ СТІЙКИ

ПЛЕЧІ

зведені, корпус напружений, готовий тримати віддачу



РУКИ І ЗБРОЯ

приклад – упираємо в «нішу» між плечем та ключицею. Це дає контроль над віддачею і стабільність



ЛІКОТЬ

правий лікоть притиснутий до корпусу



ПРИЦІЛЮВАННЯ

зброю піднімаємо на рівень очей. Важливо: очі не «опускаються» до прицілу, а саме зброя підводиться до рівня зору





СТІЙКА З КОЛІНА

Класичний варіант

Три точки опори (нога, коліно, стопа), кут між стегнами 90° . Рука впирається в ногу перед коліном. Це найбільш стабільне положення, але мобільність збережена.



СТІЙКА З КОЛІНА

Високе коліно

Швидко зайняти, знижує силует, легко змінювати позицію. Недолік – не дуже стабільне для стрільби. Акуратно ставимось до своїх колін.



СТІЙКА З КОЛІНА

Низьке коліно

Максимальне зниження силуету, майже як лежачи. Недолік – складно змінювати позицію.



СТІЙКА З КОЛІНА

Навпочіпки

Швидкий перехід, легко рухатись. Недолік – погано компенсує віддачу.



СТІЙКА З КОЛІНА

На два коліна

Швидко сісти й зменшити силует.
Недолік – важко встати, особливо
з бронею чи спорядженням.

ПОЛОЖЕННЯ ЛЕЖАЧИ

- Лягайте так, щоб зброя, корпус і опорна нога утворювали одну лінію.
- Лікті впираються в землю й розводяться в сторони для стабільності.
- Ліва нога трохи відведена вбік, стопи притиснуті до землі.
- Ніколи не ставте магазин на землю.





Watch video on YouTube

Error 153

Video player configuration error





Як зайти в положення:

- Без перешкоди: заводимо приклад зброї під руку, займаємо положення навпочіпки, спираємося на коліна, виставляємо ліву руку вперед та лягаємо корпусом вперед і займаємо класичне положення.
- З перешкодою: заводимо приклад зброї під руку, займаємо положення навпочіпки, виставляємо ліву руку перед собою та відкидаємо ноги та корпус назад і займаємо класичне положення лежачи.

Як піднятись:

- Приклад під руку, підтягнути праву ногу, виставити ліву руку вперед, відштовхнутися і перейти в «коліно», а далі у верхнє положення.

ПОЛОЖЕННЯ ЗБРОЇ: «СТВОЛ ВГОРУ»





- **Ствол угору**

- Зброя у двох руках, ствол спрямований під кутом угору і трохи вбік.
- Варіант: приклад заводимо під руку, опускаємо вниз — край ствола опиняється навпроти обличчя.
- Варіант: утримання однією правою рукою, приклад під рукою.
- Варіант: утримання однією правою рукою з поворотом ствольної коробки — це зручніше для швидкої заміни магазину.

- **Коли застосовуємо:** у тісних приміщеннях, коли потрібно підняти ствол, щоб не зачепити людей попереду; під час пересування в колоні.

ПОЛОЖЕННЯ ЗБРОЇ: «СТВОЛ ВНИЗ»





- **Ствол вниз**

- Зброя у двох руках, ствол спрямоване вниз.
- Тримаємо зброю двома руками та приклад заводимо вгору відносно плеча.

- **Коли застосовуємо:** на відкритій місцевості, щоб швидко вивести зброю у сектор. Безпечніше при пересуванні, якщо попереду нікого немає.



Перекладання зброї у неробоче плече

- Перекладання робимо, щоб вести вогонь з-за укриття, мінімізуючи свій силует.
- Є два варіанти: неповне і повне перекладання.



Watch video on YouTube

Error 153

Video player configuration error



СЕКТОРИ

"3-6-9-12"





Watch video on YouTube

Error 153

Video player configuration error





Корисні відео для підготовки:

- [«Єдина процедура заряджання АК»](#)
- [«Процедура Заряджання-Розряджання зброї системи AR»](#)