

УДК 799.31

DOI 10.5930/1994-4683-2026-2-50-63

Проблема научного, учебного, методического обеспечения спорта «Практическая стрельба»

Алборов Алан Хсарбегович^{1,2}, кандидат медицинских наук

Волков Александр Константинович², кандидат юридических наук, доктор права

Комарова Елена Михайловна³

Коростелев Дмитрий Геннадьевич

Назаров Антон Юрьевич^{1,2}

¹*Федерация практической стрельбы России*

²*Федерация практической стрельбы Санкт-Петербурга*

³*Федерация многоборья ГТО Санкт-Петербурга*

Аннотация

Цель исследования – изучение актуального научного, учебного, методического обеспечения вида спорта «Практическая стрельба».

Методы исследования: анализ имеющихся материалов по практической и пулевой стрельбе, исторический, сравнительный методы исследования.

Результаты исследования и выводы. Выявлено, что опубликованные материалы по практической стрельбе не в полной мере восполняют потребность в ее обеспечении. Данная необходимость усиливается в условиях высоких темпов развития спорта в мире и в России, изменения правил практической стрельбы, в том числе правил безопасности, разнообразия и эволюции оружия, его модификаций, оборудования, снаряжения, требований к проектированию и построению упражнений, недостатка квалифицированных тренеров, востребованности навыков практической стрельбы у сотрудников силовых и охранных структур. Издание системных, научно обоснованных и практико-ориентированных пособий позволит восполнить этот недостаток, наиболее полно раскрыть способности обучающегося при минимальном количестве ресурсов, обеспечить более высокий уровень безопасности и не допустить отставания в развитии данного вида спорта в России.

Ключевые слова: практическая стрельба, пулевая стрельба, спортивная стрельба, научно-методическое обеспечение

Challenges in scientific, educational, and methodological support for practical shooting

Alborov Alan Khsarbegovich^{1,2}, candidate of medical sciences

Volkov Aleksandr Konstantinovich², candidate of legal sciences, doctor of Law

Komarova Elena Mikhailovna³

Korostelev Dmitry Gennadievich

Nazarov Anton Yuryevich^{1,2}

¹*Federation of Practical Shooting in Russia*

²*Federation of practical shooting in St. Petersburg*

³*Federation of the all-around GTO of St. Petersburg*

Abstract

The purpose of the study is to examine the current scientific, educational, and methodological support of the sport of 'Practical Shooting'.

Research methods: analysis of existing materials on practical and target shooting, historical, and comparative research methods.

Research results and conclusions. It has been identified that the published materials on practical shooting do not fully meet the demand for its support. This need is intensified by the rapid development of the sport both globally and in Russia, changes in the rules of practical shooting, including safety regulations, the diversity and evolution of weapons, their modifications, equipment, gear, requirements for the design and structure of exercises, the shortage of qualified trainers, and the demand for practical shooting skills among law enforcement and security personnel. The publication of systematic, scientifically grounded, and practice-oriented manuals will help address this gap, fully develop the learner's abilities with minimal resources, ensure a higher level of safety, and prevent delays in the development of this sport in Russia.

Keywords: practical shooting, target shooting, sport shooting, scientific and methodological support

Введение. Практическая стрельба представляет собой одну из разновидностей стрелковых видов спорта. В связи с тем, что стрельба давно обеспечена научными и обучающими материалами, можно предположить, что требуется лишь воспользоваться имеющимися, выбрав необходимые, актуальные и подходящие. Сомнения в правильности подобного подхода могут возникнуть, если удастся доказать наличие существенных особенностей практической стрельбы, отличающих ее от всех остальных разновидностей стрельбы и требующих особого подхода. В то же время, в связи с развитием этого спорта в мире и в России, вероятно, спортсмены уже обеспечены научными и методическими материалами. Как следствие, необходимо определиться с тем, насколько разработка новых пособий актуальна именно в настоящий момент. Однако актуальность автоматически не предполагает необходимость или важность издания подобных материалов. Лишь исследовав все перечисленные аспекты, возможно охарактеризовать проблему, обозначенную авторами настоящей статьи.

Методы и организация исследования. В ходе выполнения работы были исследованы все доступные в Российской национальной библиотеке и в свободном доступе в сети интернет на русском языке (и в некоторых случаях на английском) научные, учебные и методические материалы по практической стрельбе, а также основные работы, посвященные пулевой стрельбе. Выявленные пособия были проанализированы на предмет их полноты, специфики содержания и возможности удовлетворения интересов спортсменов и тренеров.

Результаты исследования. *Общая характеристика практической стрельбы.* Практическая стрельба – это вид спорта, в котором стрелок выполняет упражнения в условиях, приближенных к реальным. Как и в боевой стрельбе, используются нестандартные положения (стрельба может вестись из положения лежа, с колена, с качелей, из-за укрытия, с упором, с разворотом и пр.), обстановка (организаторы соревнований могут использовать декорации, имитирующие помещения аэропорта, детскую площадку, барьеры, физические ограничения и пр.), разнообразные мишени (прикрепленные, движущиеся, качающиеся, бумажные, металлические), условия (ограниченная видимость, физические и психические нагрузки), выстрелы могут производиться в различном темпе, на разные дистанции, с переносом направления ведения огня, «сильной» и «слабой» рукой. Это стрельба с перемещениями между стрелковыми позициями, часто – в движении, и всегда – в условиях жесткого дефицита времени.

Стрельба осуществляется из трех видов огнестрельного/пневматического оружия: пистолетов (револьверов), гладкоствольных ружей и нарезных карабинов (самозарядных и с ручной перезарядкой), каждый из которых подразделяется на классы: открытый, стандартный, модифицированный, серийный. Кроме того, все виды оружия по фактору мощности делятся на две группы: мажорный и минорный. При стрельбе из оружия мажорной группы отдача больше (что существенно для скоростной стрельбы), поэтому сложность компенсируется увеличением числа очков. Таким образом, при одинаковой точности выстрелов по бумажным мишеням за попадание из оружия из первого списка начисляется большее количество очков.

В практической стрельбе, в отличие от классического стрелкового спорта, применяются упражнения, требующие комплексного проявления физических качеств и двигательных навыков в условиях переменных режимов двигательной деятельности, непрерывных изменений ситуаций и форм действий [1]. Каждое упражнение включает в себя стрелковое задание, моделирующее потенциально возможную ситуацию использования огнестрельного оружия. При этом стрелку предоставляется свобода выбора способа и порядка действий в ходе упражнения. Таким образом, спортсмену необходимо достигнуть индивидуального баланса точности, мощности и скорости. Неслучайно эти три элемента и являются девизом практической стрельбы: точность (лат. *diligentia*), мощность (лат. *vis*), скорость (лат. *celeritas*) (DVC). Как следствие, такой спорт предполагает устойчивость и адаптивность психики, развитые когнитивные способности (тактическое мышление, память, контроль внимания, высокий уровень аналитических способностей, моторно-когнитивную координацию – это «умный» спорт), существенную физическую подготовку и технические навыки.

Подводя итог, отметим, что, несмотря на то, что практическая стрельба является лишь одним из видов стрелкового спорта, она имеет ярко выраженное своеобразие и представляет собой наиболее многогранную и разноплановую из стрелковых дисциплин [2].

Возникновение и развитие спорта практическая стрельба. Основные черты практической стрельбы – спорта, приближенного к реальным условиям, обнаруживаются уже в начале XX в. В ходе подготовки шанхайской полиции к ведению перестрелок с преступниками майоры британской армии, инструкторы У. Е. Фейсербейн и Е. А. Сайкс, моделируя реалистичные ситуации, используя силуэтные мишени и самозарядные пистолеты, тренировали схожие навыки полицейских [3]. Прототип данного вида спорта прослеживается и в соревнованиях по стрельбе по бегущему оленю на дистанции 100 м, проводимых в Лондоне начиная с 1862 г. [4] (с 1908 по 1924 гг. данный вид стрельбы являлся частью олимпийской программы). Во всех вышеперечисленных случаях не осуществлялся контроль времени – существенная составляющая данного вида спорта. Поэтому возникновение практической стрельбы традиционно относят лишь к 50-м гг. и связывают с популярными на тот момент в США, Калифорнии, соревнованиями по «скоростному выхватыванию» оружия.

Достаточно быстро назрела необходимость создания всемирной организации для объединения спортсменов и выработки единых принципов спорта, организации и проведения соревнований. В 1976 г. в г. Колумбия (Миссури, США) международной группой энтузиастов была проведена Международная конференция по пистолетному спорту, на которой было принято решение о необходимости учреждения Международной конфедерации практической стрельбы, МКПС (International Practical Shooting Confederation, IPSC) со штаб-квартирой в Амстердаме (Нидерланды). Новый вид спорта очень быстро становится популярным и получает развитие. Неудивительно, что сегодня региональные организации МКПС функционируют уже в 108 государствах [5].

Отметим, что на соревнованиях по практической стрельбе российские спортсмены достигли существенных успехов. Так, уже в 2003 г. В. А. Крючин стал чемпионом Европы по практической стрельбе из ружья, в 2007 г. – из пистолета. По

итогах чемпионата мира по карабину 2017 г. сборная команда России стала золотым призером в командном зачете.

В России группа энтузиастов начала заниматься практической стрельбой в 1999 г. [6]. В 2006–2007 гг. была зарегистрирована и аккредитована Федерация практической стрельбы России, ОСОО «ФПСР». Официальное государственное признание и регистрацию как вида стрелкового спорта практическая стрельба получила в Приказе Федерального агентства по физической культуре и спорту Российской Федерации № 914 от 27 декабря 2007 г. «О регистрации во Всероссийском реестре видов спорта». В 2022 г. Приказом Министерства спорта РФ № 1052 от 22 ноября 2022 г. «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта "практическая стрельба"» (с изменениями и дополнениями от 26 ноября 2024 г.) был утвержден стандарт спортивной подготовки по виду спорта практическая стрельба, устанавливающий цели, характеристику образовательной программы, виды, формы, объем обучения практической стрельбе, а также систему контроля, что создало возможности для преподавания дисциплины в вузах.

Таким образом, практическая стрельба активно развивается на планете и в России. МКПС включает в себя уже более 200 000 активных членов, в последнем чемпионате мира по практической стрельбе из ружья 2025 г. приняли участие более 1100 спортсменов [7].

Научное, учебное, методическое обеспечение практической стрельбы в России. Первые российские спортсмены руководствовались преимущественно собственным опытом, рекомендациями инструкторов (главным образом иностранных) [3], а также «классической» методикой пулевой стрельбы [8]. Применительно к третьему источнику следует упомянуть пособие Л. М. Вайнштейна [9], подробно описывающего физиологию процесса стрельбы и указавшего еще в 1960 г. на методическое отставание советского спорта и важность его преодоления. Кроме того, следует указать труд В. А. Кинля [10], содержащий сведения о внутренней и внешней баллистике, траектории, рассеивании; М. П. Шпака [11], предложившего подробное описание физической (силы, быстроты, ловкости, выносливости) и психической подготовки стрелка на основе научных данных того времени. Спортсмены ориентировались на материалы В. Лобаева [12], опубликовавшего в 2004 г. первое в России наиболее полное руководство по снайперскому делу. Подготовка к стрельбе по движущимся мишеням нашла отражение в трудах Б. А. Крейцера [13], Д. И. Козлова [14] и А. П. Кедярова [15]. Теоретические вопросы пулевой стрельбы освещены М. М. Кублановым [16], основы техники – И. А. Сабировой [17]. Подготовке тренеров посвящен учебник коллектива авторов А. Я. Корха, Т. Д. Полякова, И. О. Кутателадзе [18]. Особо ценны статьи и пособия 13-кратного чемпиона мира по стрельбе из винтовки М. А. Иткиса [19–22], обзорный труд А. А. Юрьева [23], И. С. Багаева [24], В. Б. Федорцова [25], И. М. Эсельсона [26], пособие по стрельбе из пистолета В. Г. Колохова [27]. Непосредственно тренировочному процессу посвящается работа М. Я. Жилиной [28], И. С. Володиной [29]. Отдельно отметим публикацию 1991 г., в которой описывается с акцентом на психологическую подготовку подход тренеров национальной команды США по стрельбе Б. Пуллэма и Ф. Т. Хейненкрата [30].

Однако, поскольку данный спорт обладает рядом особенностей, выявленных выше, этих материалов было недостаточно для полноценного учебного, научного, методического обеспечения практической стрельбы. В 2005 г. на русском языке выходит малодоступная монография одного из лучших на тот момент стрелков С. Кирша [2]. В ней он рассказывает о практической стрельбе, о своем опыте участия в соревнованиях, делится наработанными способами подготовки к ним, описывает правильное питание, отмечает важность формулирования целей, разработки программы тренировок, иными словами, пишет обо всем, за исключением техники стрельбы. Данный труд был полезен, но все же, даже судя по наименованию, не в полной мере выполнял методическую функцию.

Несмотря на то, что использование термина «практическая стрельба» мы обнаруживаем уже в методическом пособии Г. Е. Азеряна и Б. А. Крейцера 1931 г. [31] (речь в данном издании шла лишь о стрельбе по тарелкам в целях тренировки базового навыка стрельбы из ружья), первое в России пособие по стрелковой подготовке в практической стрельбе было издано лишь в 2006 г. [32]. Его автор, А. И. Кондрух, предлагает ознакомительную информацию. Пособие представляет огромную ценность еще и как памятник, как один из этапов возникновения этого спорта в России. В последующем исследователь пишет серию статей, пособий, монографий, посвященных практической стрельбе [33-40].

В том же 2006 г. выходит содержащая элементы методического пособия монография В. А. Крючина «Практическая стрельба» – первое в мире по охвату материала и подробно иллюстрированное издание [41]. Автор предлагает обзор видов и типов используемого оружия, детально и наглядно иллюстрирует разновидности мишеней, снаряжения, на примерах демонстрирует важность соблюдения правил безопасности, правил поведения в тире и на стрельбище, достаточно детально описывает тренировочный процесс. С акцентом на стрельбу из пистолета в работе предлагаются необходимые упражнения (в том числе разработанные автором), обращается внимание на ошибки и методы их устранения, подробно разбираются виды перемещения, описывается, как готовиться, настраиваться на соревнования. Труд неоднократно переиздавался, в 2021 г. вышло его третье издание [42].

В 2016 г. публикуется краткое по объему пособие по подготовке сотрудников уголовно-исполнительной системы [43]. Его вряд ли возможно отнести к исчерпывающим по содержанию, однако следует расценивать как один из первых шагов в формализации подготовки по практической стрельбе в специальных подразделениях.

Начиная с 2017 г. переводится и издается в России серия монографий, пособий многократного чемпиона по практической стрельбе Б. Стэгера [44-47]. Неакадемичный, свободный стиль изложения материала легко увлекает и вдохновляет на освоение базовых аспектов техники стрельбы из пистолета, на выполнение многочисленных упражнений, а также на понимание психологии соревнования. Ценным является наличие включений, написанных другими мастерами практической стрельбы.

В 2018 г. сначала на русском [48], а в 2020 г. на английском языке [49] П. Орловым и М. Скопиным публикуется одна из первых методик подготовки спортсмена практической стрельбы, проведения тренировок, в том числе самостоятельных, по стрельбе из гладкоствольного ружья. К. А. Бочавер, М. В. Шварц характеризуют в своем малодоступном труде 2018 г. психологическую составляющую

обучения стрелка [50]. Процессу подготовки тренеров по практической стрельбе посвящается пособие А. В. Рагозина, А. В. Павлова, Д. П. Пахомова и А. Н. Тамбовского 2020 г. [51].

Среди учебно-методических пособий необходимо отметить труд [52] коллектива авторов: А. Х. Алборова, О. А. Козлова, Е. М. Комаровой, В. Н. Конева, Р. А. Кучина, В. В. Михайлова, А. Ю. Назарова, Е. В. Шевченко, изданный в 2025 г. Его отличают практический и научный характер. Работа основана на применении знаний о физиологии тела, мозга, психики, физических процессов, педагогики. В то же время она касается лишь тренировки базового навыка стрельбы новичков и только из карабина. Авторы планируют издание отдельных пособий по физической, психологической подготовке, материальной части оружия, обеспечению безопасности, по освоению дополнительных навыков опытными стрелками, спортсменами, принимающими участие в соревнованиях, подготовке тренеров.

Подводя итог обзору, учитывая многоаспектность исследуемого спорта, необходимо отметить недостаток материалов по практической стрельбе. При оценке достаточности только методических пособий необходимо учитывать, что они, в зависимости от цели, могут быть методическими, учебно-методическими, научно-методическими; по содержанию – общими, то есть затрагивающими все аспекты стрельбы, и специальными. При этом специализацию возможно выделять по виду, классу оружия, по виду развиваемого навыка (стойка, удержание оружия, прицеливание, первый выстрел, сдвоенный выстрел, дозарядка, перезарядка оружия, умение переносить точку прицеливания по фронту и направлению, стрелять через порт или из-за укрытия, навыки поражения движущихся мишеней, стрельба из положения лежа, стрельба по скрытым мишеням, прицеливание, перемещение, тактическая подготовленность и пр.), по цели (спортивные, прикладные). Следует учитывать возрастные, гендерные особенности стрелка. Кроме того, целесообразно разделять пособия на основные, посвященные непосредственно стрельбе, и вспомогательные. Несмотря на свое наименование, вторые не менее важны, являются базой для реализации первых. Это, например, труды, посвященные психологии (в настоящий момент в практической стрельбе самым неисследованным и одновременно многообещающим является психологическое направление комплексной подготовки спортсменов [53]), физической подготовке, безопасности, питанию, знанию материальной части оружия и его баллистики.

Актуальность разработки новых пособий по практической стрельбе. Определение актуальности предполагает выяснение, насколько разработка пособия соответствует настоящему моменту, современным условиям. Характеризуя последние, отметим, во-первых, рост интереса к этому спорту, увеличение числа стрелков-любителей, участников соревнований в России. Сегодня практической стрельбой занимается более 30 000 россиян, 18 000 из них вступили в ФПСР. В 74 регионах функционируют региональные федерации практической стрельбы, по всей стране активно строятся тир и стрельбища, спорт практикуется на базе более двухсот негосударственных образовательных учреждений и стрелковых спортивных клубов; в Министерстве обороны РФ; в Федеральной службе войск национальной гвардии РФ; в Федеральной службе охраны РФ; в Федеральной службе безопасности РФ; в ДОСААФ России и в охранных предприятиях. Неудивительно, что в 2010 г. и в

2016 г. Россия заняла первое место из 95 стран – участниц IPSC как самый быстро развивающийся в этом плане регион мира [54].

Во-вторых, в условиях недоступности пособий на иностранных языках, отметим недостаток материалов как по количеству, так и по качеству. Как мы уже указывали, даже подсчитать общее количество необходимых методических пособий затруднительно. Накопленный опыт тренеров, профессионалов, вступает в противоречие с доступными материалами. В связи с наличием разных подходов к перезарядке, выхватыванию оружия, входу в стрелковую позицию и пр., требуется издание труда, содержащего оценку различных практик, указывающего, как стрелку подобрать наиболее подходящую ему технику, стиль стрельбы. Необходимо признать, что назрела потребность в издании трудов системного характера. Действительно, как правило, в пособиях описываются все составляющие практической стрельбы, в большинстве параграфов приводятся конкретные упражнения, однако материалы не объединены в систему, не включены во временную последовательность и взаимосвязь с другими знаниями.

В-третьих, еще одно условие – недостаток квалифицированных тренеров. Нежелательно начинать заниматься практической стрельбой самостоятельно. В связи с ростом числа спортсменов возрастает и потребность в подготовленных инструкторах. С 2020 г. данная функция входит в задачи региональных центров подготовки сертифицированных инструкторов ОСОО «ФПСР» (22 шт.). Однако, несмотря на данный факт, специалисты отмечают, что в сфере практической стрельбы почти полностью отсутствует целенаправленная подготовка и повышение квалификации тренерских кадров, отсутствует адекватная такой задаче социально-педагогическая система практической стрельбы как вида спорта [6, 55].

В-четвертых, важным условием является продолжающееся активное развитие науки. Л. М. Вайнштейн начинает изложение пособия 1960 г. с относительно подробного обзора строения нервной системы человека, строения клетки. На проблемах зрения стрелков, офтальмоэргономики прицеливания, в частности, и спортивной деятельности в целом, специализировались А. Н. Тамбовский, Г. Г. Демирчоглян, О. Ершова, М. А. Иткис, Н. А. Количенко, Ю. В. Менхин. В то же время современные авторы пособий, как правило, не основываются на базовых физических возможностях человека и лишь иногда, объясняя необходимость совершать определенные действия, обращают внимание на отдельные научные факты. Отметим, что в некоторых пособиях приводится подробный анализ двигательного аппарата, функциональной анатомии, сердечно-сосудистой системы, в то же время взаимосвязь со стрельбой поясняется нечетко [56].

Представляется странным игнорирование того факта, что за последние 20–30 лет наука «ушла» далеко вперед, особенно в сфере изучения человеческого организма, функционирования органов чувств, мозга, психики. Данное утверждение несправедливо лишь в отношении достижений педагогической науки, что подтверждают труды А. А. Каримова [8], А. И. Кондруха [53], В. А. Крючина [57], В. Н. Константинова [58], С. В. Орлова [59]. Результаты исследований нашли отражение в методических блоках их публикаций.

В-пятых, отмечаем эволюцию правил (регламента) стрельбы, в том числе безопасности, выбора оружия и его модификаций, мишенного оборудования, снаряжения, требований к проектированию и построению упражнений. Таким образом, существующие материалы зачастую устарели, не учитывают современные стандарты Международной конфедерации практической стрельбы. В качестве убедительного примера можно привести практически полное отсутствие упоминания стрельбы из пневматического оружия в любых трудах по практической стрельбе.

В-шестых, в силу военно- и служебно-прикладного значения спорта для всех силовых и охранных структур [55, 60], важным фактором развития практической стрельбы является запрос на подготовку сотрудников силовых структур, охранных предприятий. Практическая стрельба с момента становления, в силу специфики своего содержания, приближенного к реальному огневому столкновению, оказалась широко востребованной Министерством обороны РФ, Федеральной службой войск национальной гвардии РФ, Федеральной службой охраны РФ, Федеральной службой безопасности РФ, Министерством внутренних дел РФ, охранными предприятиями в целях совершенствования стрелковой подготовки военнослужащих и сотрудников [6]. В то же время ныне существующая система огневой подготовки [61-65] не отвечает современным требованиям практической стрельбы и формирует, в основном, базовые технические элементы стрелковой подготовленности [55, с. 60]. Неудивительно, что на соревнованиях по практической стрельбе почти всегда одерживают победы гражданские спортсмены, что опять-таки свидетельствует о недостаточном уровне огневой подготовленности спортсменов специальных подразделений [55, с. 59].

Вместе с тем отметим и прогресс. Почти треть активных членов Федерации практической стрельбы России составляют сотрудники силовых структур [55, с. 59]. Ежегодно в России, помимо чемпионатов и первенств, проводится Кубок ФСО России по практической стрельбе, чемпионат ФСБ России, раз в 2 года – чемпионат Вооруженных Сил по практической стрельбе. Исследователи отмечают, что в тех специальных подразделениях, в которых методика практической стрельбы использовалась для совершенствования огневой подготовки сотрудников, резко сократились или даже полностью прекратились несчастные случаи [3, с. 57]. Практическая стрельба все чаще становится базовой дисциплиной подготовки спецподразделений, включается в учебные программы военных и иных силовых училищ, центров, вузов, что предполагает запрос на специальную литературу [53, с. 8].

Необходимость разработки новых пособий. Слово «необходимость» означает невозможность «обойти» или проигнорировать выявленную потребность, проблему. Таким образом, далее мы рассмотрим обоснование важности разработки научных, учебных и методических пособий в актуальных условиях.

С одной стороны, российские спортсмены все чаще выигрывают международные соревнования, спорт активно развивается, практическая стрельба преподается учащимся специализированных учреждений и подразделений. Ограниченный комплекс пособий уже разработан, и может сложиться мнение, что его доработка не является столь важной задачей. В то же время, обосновывая необходимость разработки научных и обучающих материалов в новых условиях, отметим следующие обстоятельства.

Во-первых, как мы уже писали ранее, российские спортсмены, хотя и все чаще одерживают победы на международных соревнованиях, рекордсменами по-прежнему в основном являются представители США [66], что указывает на отсутствие должного методического обеспечения.

Во-вторых, до сих пор, несмотря на опыт в пулевой стрельбе и спортивные достижения, особая российская школа практической стрельбы со своим стилем не создана.

В-третьих, отставание методического обеспечения от достижений науки приводит к недостаточно глубокому пониманию тренировочного процесса, которое зависит от качества обоснования. Тренер и обучающийся должны понимать причины совершаемых действий. Кроме того, наличие научного объяснения процессов, происходящих в практической стрельбе, – условие для самостоятельного прогресса обучающегося. Благодаря осознанию того, что происходит с телом и психикой человека во время стрельбы, каждый обучающийся является исследователем процесса, наблюдателем за собой и становится способным адаптировать полученные знания под индивидуальные особенности. Лишь в таком случае стрелок сможет осознать себя как сложную, самостоятельную и особую систему, к которой требуется индивидуальный подход. В таких условиях потенциал практически каждого спортсмена может быть раскрыт.

В-четвертых, необходима разработка пособий системного характера. Требуется единый документ или набор трудов, описывающих весь взаимосвязанный комплекс процессов, происходящих во время стрельбы: как психических, так и физических (внутренних и внешних). Необходимо увязать их, не перегрузив при этом обучающегося. Так, недавно многие тренеры и ученые полагали, что успех в спорте зависит только от физических способностей и навыков, а также проведения правильных тренировок и глубоких знаний. Психологическое состояние спортсмена не учитывалось. В то же время С. Кирш пишет: «Спросите любого успешного стрелка, какую роль в его спортивной карьере играет отработка техники, а какую – психологическое состояние, он вероятно ответит, что психологическое состояние на 80% определяет его успех» [2, с. 36]. Несмотря на признание роли спортивной психологии, большинство тренеров и спортсменов продолжают основной упор делать на отработку технических навыков, фактически игнорируя работу над психологическим состоянием. И это лишь одна из составляющих тренировочного процесса. Благодаря системному подходу инструктор и обучающийся большее значение придадут аспектам, которые на первый взгляд имеют вспомогательное значение. Следует изучать и преподавать правильное питание, спортивную медицину, безопасность с возможностью углубления знаний.

Таким образом, отсутствие системного труда и подхода в практической стрельбе приводит к фрагментарности в подготовке спортсменов. Инструкторы вынуждены опираться на разрозненные источники или собственный опыт, что не всегда обеспечивает должное качество обучения.

В-пятых, пособия должны основываться на актуальных правилах безопасности и знаниях о новых видах и марках оружия, спортивного оборудования. Игнорирование этого требования повышает риски нарушения техники безопасности и приводит к отставанию в развитии данного вида спорта в России.

В-шестых, требуется выполнение лакуны методического обеспечения в преподавании для силовых и охранных структур, подготовке тренеров, стрельбе из отдельных видов оружия.

И наконец, резюмируя, системный, научно обоснованный и практико-ориентированный подход является наиболее эффективным путем для получения результата – освоения навыков и высоких спортивных достижений.

Выводы. Настоящее исследование показало, что практическая стрельба существенно отличается от других стрелковых видов спорта. Она выделяется многоаспектностью и многозадачностью. Как следствие, научные, учебные и методические пособия, разработанные для «классической» стрельбы, могут лишь частично применяться обучающимися и тренерами. В то же время опубликованные на настоящий момент материалы по практической стрельбе не в полной мере восполняют потребность в ее обеспечении. Данная необходимость усиливается в условиях высоких темпов развития спорта в мире и в России, изменения правил практической стрельбы, в том числе правил безопасности, разнообразия и эволюции оружия, его модификаций, обслуживания, снаряжения, требований к проектированию и построению упражнений, недостатка квалифицированных тренеров, востребованности навыков практической стрельбы у сотрудников силовых и охранных структур. Таким образом, издание системных, научно обоснованных и практико-ориентированных пособий позволит восполнить этот недостаток, наиболее полно раскрыть способности обучающегося при минимальном количестве ресурсов, обеспечить более высокий уровень безопасности и не допустить отставания в развитии данного вида спорта в России.

Список источников

1. Каримов А. А. Особенности техники стрельбы из пистолета с элементами тактико-специальной подготовки : учеб. пособие. Иркутск : ВСИ МВД России, 2005. 68 с.
2. Кириш С. Размышления о практической стрельбе. Нидерланды: Double-Alpha Academy, 2005. 221 с. ISBN 97890808880535.
3. Крючин В. А. Практическая стрельба. Челябинск: Издательство Василия Курбацких; Аркаим, 2006. 263 с. ISBN 978-5-8029-1555-4.
4. Madison R. J. Shooting at Moving Targets. Revised 19 April 2011. 254 p. URL: <https://bsrc.co.uk/wp-content/uploads/2022/12/Moving-Target-Shooting-R-J-Maddison-1.pdf> (дата обращения: 22.08.2025).
5. International Practical shooting confederation [официальный сайт]. URL: <https://www.ipsc.org/regions/> (дата обращения: 28.08.2025).
6. Кондрух А. И. Социально-педагогическая система практической стрельбы в Российской Федерации : автореф. дис. ... д-ра пед. наук. Санкт-Петербург, 2019. 41 с.
7. The Inaugural 2025 PCC / Mini Rifle World Shoot Set The Bar For Excellence in PCC/MR Shooting! URL: <https://www.ipsc.org/category/worldshoot/#:~:text=The%20Inaugural%202025%20PCC%20/%20Mini,Excellence%20in%20PCC/MR%20Shooting!&text=The%202025%20IPSC%20PCC%20/%20Mini,all%20competitors%2C%20winners%20and%20champions!> (дата обращения: 28.08.2025).
8. Каримов А. А. Повышение качества тренировочного процесса в прикладном виде спорта «Практическая стрельба» : автореф. дис. ... канд. пед. наук. Улан-Удэ, 2004. 24 с.
9. Вайнштейн Л. М. Основы стрелкового мастерства. Москва : Изд-во ДОСААФ СССР, 1960. 230 с.
10. Кинль В. А. Пулевая стрельба : учеб. пособие. Москва : Просвещение, 1989. 208 с. ISBN 5-09-000945-7.
11. Шпак М. П. Физическая и психическая подготовка стрелка-спортсмена. Москва : Издательство ДОСААФ СССР, 1979. 72 с.
12. Лобаев В. Снайпинг. Москва : Минувшее, 2004. 256 с. ISBN: 5-902073-31-6.
13. Крейцер Б. А. Методика спортивной стрельбы дробью. Москва : Наука, 1932. 90 с.
14. Козлов Д. И. Обучение стрельбе по движущимся целям. Москва : Воениздат, 1970. 123 с.
15. Кедяров А. П. Подготовка стрелков по движущимся мишеням. Москва : Издательский дом «Руда и металлы», 2000. 168 с. ISBN 5-8216-0016-2.
16. Кубланов М. М. Теоретические основы пулевой стрельбы: учеб. пособие. Воронеж: ВГАС, 2022. 174 с. ISBN 978-5-87172-113-1. EDN: AJFEFA.
17. Сабирова И. А., Кубланов М. М. Основы техники стрельбы. Воронеж : ВГУ, 2005. 134 с.

18. Спортивная стрельба : учебник для институтов физической культуры / под общ. ред. А. Я. Корха. Москва : Физкультура и спорт, 1987. 255 с.
19. Иткис М. А. Визуальная оценка техники производства выстрела при стрельбе из винтовки // Теория и практика физ. культуры. 1974. № 7. С. 73–76.
20. Иткис М. А. Значение проприоцептивной чувствительности мышц указательного пальца для стрелков при пулевой стрельбе // Теория и практика физ. культуры. 1968. № 5. С. 31–34.
21. Иткис М. А. Огневая подготовка из стрелкового оружия. Ленинград : Ленингр. Военная инженерно-космическая академия, 1972. 21 с.
22. Иткис М. А. Техника стрельбы из винтовки. Москва : Изд-во ДОСААФ СССР, 1982. 128 с.
23. Юрьев А. А. Спортивная стрельба. 2-е изд., перераб. и доп. Москва : Физкультура и спорт, 1962. 543 с.
24. Багаев И. С. Стрелковый спорт. Москва : Изд-во ДОСААФ СССР, 1988. 96 с.
25. Федорцов В. Б. Вопросы теории техники пулевой спортивной стрельбы. Москва: ДОСААФ СССР, 1987. 61 с.
26. Эсельсон И. М. Стрелковый спорт в СССР. Москва : Изд-во ДОСААФ СССР, 1959. 104 с.
27. Колохов В. Г. Обучение стрельбе из боевого пистолета : в 2 ч. : учеб. пособие. Домодедово : РИПК работников МВД РФ, 1998.
28. Жилина М. Я. Методика тренировки стрелка-спортсмена. Москва : Изд-во ДОСААФ, 1986. 104 с.
29. Володина И. С. Подготовка стрелка-спортсмена : учебное пособие для студентов и слушателей ФПК РГАФК. Москва : Российская государственная академия физической культуры, 1995. 117 с.
30. Пуллэм Б., Хейненкрат Ф. Т. Спортивная стрельба из винтовки. Руководство для стрелков и тренеров. Москва : Физкультура и спорт, 1991. 272 с.
31. Азерлян Г. Е., Крейцер Б. А. Практическая стрельба из охотничьих ружей. Москва : Московский охотник и рыбовод, 1931. 27 с.
32. Кондрух А. И. Практическая стрельба : метод. пособие. Москва : Человек, 2006. 91 с.
33. Кондрух А. И., Богородецкий Д. А. Вид спорта «Практическая стрельба»: вопросы и перспективы научно-теоретического и учебно-методического обеспечения // Теория и практика физической культуры. 2014. № 7. С. 40. EDN: SFQBYZ.
34. Кондрух А. И. Влияние тренера и спортивного психолога на психическую организацию личности спортсменов по практической стрельбе (социологические аспекты) // Личность. Культура. Общество. 2016. Т. XVIII, вып. 3–4 (91–92). С. 120–124. EDN: XBJRPT.
35. Кондрух А. И. Психологические аспекты практической стрельбы (на примере концепции С. Кириша) // Личность. Культура. Общество. 2015. Т. XVII, вып. 3–4 (87–88). С. 266–276. EDN: VCIFYJ.
36. Кондрух А. И. Введение в теорию и методику практической стрельбы. Москва : Физическая культура, 2014. 110 с. ISBN 978-5-9746-0182-8.
37. Кондрух А. И. 30 тренировок по практической стрельбе из пистолета : учебное пособие. Москва : Sport, 2014. 118 с. ISBN 978-5-9907240-2-0.
38. Кондрух А. И. Организация и проведение соревнований по практической стрельбе в России. Москва : Sport, 2016. 134 с. ISBN 978-5-906839-40-4.
39. Кондрух А. И. Основы практической стрельбы из пистолета: науч.-метод. пособие. Москва : Sport, 2016. 166 с. ISBN 978-5-906839-32-9.
40. Кондрух А. И. Терминологический словарь по практической стрельбе. Москва : Спорт, 2017. 108 с.
41. Крючин В. А. Практическая стрельба. Челябинск : Изд-во Василия Курбацких, Аркаим, 2006. 258 с.
42. Крючин В. А. Практическая стрельба: искусство владения пистолетом, сверхскоростная стрельба, безопасное обращение с оружием : книга для спортсменов, сотрудников силовых структур, военных, охотников, владельцев оружия и просто для добропорядочных граждан. 3-е изд., доп. Челябинск : Аркаим Курбацких, 2021. 272 с.
43. Практическая стрельба в боевой подготовке сотрудников уголовно-исполнительной системы : учеб.-метод. пособие / под общ. ред. А. А. Гофмана. Владимир : ВЮИ ФСИН России, 2016. 47 с.
44. Стэгер Б. Навыки и дриллы по практической стрельбе из пистолета. Владивосток : Полиграф-Сервис-Плюс, 2017. 185 с. : ил. ISBN 978-5-9905694-8-5.
45. Стэгер Б. Практический пистолет. Перезаряжено : основные техники и соревновательные навыки. Владивосток : Шульга В. Б., 2018. 262 с. : ил. ISBN 978-5-6040778-0-1.
46. Стэгер Б. Постижение искусства стрельбы: инструментарий практической стрельбы. Владивосток : Шульга В. Б., 2020. 109 с. ISBN 978-5-6040778-5-6.
47. Стэгер Б., Пак Д. Психология соревнования: воплощение навыков и настроев в результат. Владивосток : Шульга В. Б., 2021. ISBN 978-5-6040778-7-0.
48. Орлов П. В., Скопин М. Ю. Практическая стрельба из ружья: тренировочные методики. Санкт-Петербург : Контраст, 2018. 182 с. ISBN 978-5-4380-0207-9.
49. Orlov P., Skopin M. Essential Guide to Practical Shotgun Shooting: Training Programmes and Techniques. St. Petersburg : Contrast, 2020. 172 с.

50. Бочавер К. А., Шварц М. В. Психологическая подготовка спортсмена в практической стрельбе. Москва : [б. и.], 2018. 87 с.
51. Рагозин А. В., Павлов А. В., Пахомов Д. П., Тамбовский А. Н. Методические особенности подготовки тренеров (инструкторов, специалистов) по виду спорта «Практическая стрельба» : учеб.-метод. пособие. Ярославль : Канцлер, 2020. 229 с. (Сер. учеб.-метод. литературы для подготовки инструкторов, тренеров, специалистов по виду спорта "Практическая стрельба" ; вып. 2). ISBN 978-5-91730-985-9.
52. Практическая стрельба из карабина. Основной курс : учеб.-метод. пособие / под общ. ред. А. Х. Алборова. Санкт-Петербург : ПОЛИТЕХ-ПРЕСС, 2025. 61 с.
53. Кондрух А. И., Передельский А. А., Передельская Р. А. Психология практической стрельбы. Основы психологической подготовки и сопровождения. Москва : Спорт, 2017. 127 с. ISBN 978-5-906839-31-2.
54. Федерация практической стрельбы России. URL: <https://ipsc.ru> (дата обращения: 28.08.2025).
55. Гаськов А. В., Константинов В. Н., Сахиуллин А. А. Планирование тренировочного процесса в практической стрельбе // Вестник Бурятского государственного университета. Образование. Личность. Общество. 2012. № 1. С. 203-210. EDN WEEVUD.
56. Пулевая стрельба : учеб.-метод. пособие / под ред. И. Золотарева. Москва : Стрелковый союз России, 2011. 314 с.
57. Крючин В. А. Соревновательная подготовка спортсменов в области практической стрельбы : дис. ... канд. пед. наук. Челябинск, 2006. 202 с.
58. Константинов В. Н. Методические основы построения и организации тренировочного процесса в практической стрельбе : автореф. дис. ... канд. пед. наук. Улан-Удэ, 2010. 22 с. EDN: QGUWMN.
59. Орлов С. В. Дидактические основы проектирования курса «Стрельба и управление огнем» в системе военной подготовки студентов в гражданском вузе : автореф. дис. ... канд. пед. наук. Воронеж, 2000. 20 с.
60. Иванов В. В., Конилов С. Л., Передельский А. А. Практическая стрельба как спортивное и прикладное единоборство // Мир науки. Социология, филология, культурология. 2021. Т. 12, № 3. URL: <https://sfk-mn.ru/PDF/32SCSK321.pdf> (дата обращения: 19.08.2025). EDN: QBTNTY.
61. Огневая подготовка : учебник / под общ. ред. В. Л. Кубышко. Москва : ДГСК МВД России, 2016. 286 с.
62. Дворяк И. А. Огневая (стрелковая) подготовка работников органов внутренних дел : учебник. Москва : ЦОКР Росгвардии, 2005. 327 с.
63. Ларин А. М. Стрелковая подготовка сотрудников спецподразделений. Москва : Гранд-Фаир, 2002. 252 с. ISBN 5-8183-0246-6.
64. Торопов В. А., Скрипов В. М. Огневая подготовка в частных охранных предприятиях : учебное пособие / под общ. ред. В. П. Сальникова. Санкт-Петербург : С.-Петерб. ун-т МВД России, 2000. 338 с.
65. Поспеев К. Ю., Астафьев Н. В. Огневая подготовка сотрудников правоохранительных органов : учебник для вузов. 2-е изд. Москва : Юрайт, 2025. 206 с. ISBN 978-5-534-12779-9.
66. World records are based on the number of points actually achieved by a competitor at an IPSC Handgun World Shoot multiplied by 100 and divided by the total points available. URL: <https://www.ipsc.org/ipsc-match-results/world-records/> (дата обращения: 12.10.2025).

References

1. Karimov A. A. (2005), "Features of pistol shooting techniques with elements of tactical and special training", Irkutsk, 68 p.
2. Kirsh S. (2005), "Reflections on practical shooting", The Netherlands, Double-Alpha Academy, 221 p., ISBN 9789080880535.
3. Kryucin V. A. (2006), "Practical shooting", Chelyabinsk, Publishing House of Vasily Kurbatsky, Arkaim, 263 p., ISBN 978-5-8029-1555-4.
4. Madison R. J. (2011), "Shooting at Moving Targets", Revised 19 April 2011, 254 p., URL: <https://bsrc.co.uk/wp-content/uploads/2022/12/Moving-Target-Shooting-R-J-Maddison-1.pdf>.
5. "International Practical shooting confederation", URL: <https://www.ipsc.org/regions/>.
6. Kondrukh A. I. (2019), "Socio-pedagogical system of practical shooting in the Russian Federation", abstract of the dissertation Doctor of Pedagogical Sciences, St. Petersburg, 41 p.
7. "The Inaugural 2025 PCC / Mini Rifle World Shoot Set The Bar For Excellence in PCC/MR Shooting!", URL: <https://www.ipsc.org/category/worldshoot/#:~:text=The%20Inaugural%202025%20PCC%20%20Mini,Excellence%20in%20PCC/MR%20Shooting!&text=The%202025%20IPSC%20PCC%20%20Mini,all%20competitors%2C%20winners%20and%20champions!>
8. Karimov A. A. (2004), "Improving the quality of the training process in the applied sport "Practical shooting"", abstract of the dissertation candidate of Pedagogical Sciences, Ulan-Ude, 24 p.
9. Weinstein L. M. (1960), "Fundamentals of shooting skill", Moscow, DOSAAF Publishing House of the USSR, 230 p.
10. Kinl V. A. (1989), "Bullet shooting", Moscow, Prosveshchenie Publ., 208 p., ISBN 5-09-000945-7.
11. Shpak M. P. (1979), "Physical and mental training of an athlete shooter", Moscow, DOSAAF Publishing House of the USSR, 72 p.
12. Lobaev V. (2004), "Sniping", Moscow, The Past, 256 p., ISBN: 5-902073-31-6.

13. Kreutzer B. A. (1932), "The technique of sports shooting with a shotgun", Moscow, Nauka Publ., 90 p.
14. Kozlov D. I. (1970), "Training in shooting at moving targets", Moscow, Voenizdat Publ., 123 p.
15. Kedyarov A. P. (2000), "Training of shooters on moving targets", Moscow, Ore and Metals Publishing House, 168 p., ISBN 5-8216-0016-2.
16. Kublanov M. M. (2022), "Theoretical foundations of bullet shooting", Voronezh, VGAS, 174 p., ISBN 978-5-87172-113-1.
17. Sabirova I. A., Kublanov M. M. (2005), "Fundamentals of shooting technique", Voronezh, VSU, 134 p.
18. Korkh A. Ya. (ed.) (1987), "Sports shooting", Moscow, Physical Culture and Sport, 255 p.
19. Itkis M. A. (1974), "Visual assessment of the technique of firing a shot when firing a rifle", *Theory and practice of physical culture*, No. 7, pp. 73–76.
20. Itkis M. A. (1968), "The importance of proprioceptive sensitivity of the muscles of the index finger for shooters during bullet shooting", *Theory and practice of physical culture*, No. 5, pp. 31–34.
21. Itkis M. A. (1972), "Small arms fire training", Leningrad, Military Engineering and Space Acad., 21 p.
22. Itkis M. A. (1982), "Rifle shooting technique", Moscow, DOSAAF Publishing House of the USSR, 128 p.
23. Yuriev A. A. (1962), "Sports shooting", 2nd ed., revised and add., Moscow, Physical Culture and Sport, 543 p.
24. Bagaev I. S. (1988), "Shooting sports", Moscow, DOSAAF Publishing House of the USSR, 96 p.
25. Fedortsov V. B. (1987), "Questions of the theory of bullet sports shooting technique", Moscow, DOSAAF USSR, 61 p.
26. Eselson I. M. (1959), "Shooting sports in the USSR", Moscow, DOSAAF Publishing House, 104 p.
27. Kolyukhov V. G. (1998), "Combat pistol shooting training", at 2 parts, Domodedovo, RIPK of employees of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation.
28. Zhilina M. Ya. (1986), "Methods of training an athlete shooter", Moscow, DOSAAF Publishing House, 104 p.
29. Volodina I. S. (1995), "Training of an athlete shooter", Moscow, Russian State Academy of Physical Culture, 117 p.
30. Pullam B., Heinenkrat F. T. (1991), "Sports rifle shooting. A guide for shooters and trainers", Moscow, Physical Culture and Sport, 272 p.
31. Azerlyan G. E., Kreutzer B. A. (1931), "Practical shooting from hunting rifles", Moscow, Moscow Hunter and Angler, 27 p.
32. Kondrukh A. I. (2006), "Practical shooting", Moscow, Man, 91 p.
33. Kondrukh A. I., Bogorodetsky D. A. (2014), "The sport of "Practical shooting": issues and prospects of scientific, theoretical and educational methodological support", *Theory and practice of physical culture*, No. 7, p. 40.
34. Kondrukh A. I. (2016), "The influence of a coach and a sports psychologist on the mental organization of athletes' personalities in practical shooting (sociological aspects)", *Personality. Culture. Society*, Vol. XVIII, vol. 3-4 (91-92), pp. 120–124.
35. Kondrukh A. I. (2015), "Psychological aspects of practical shooting (on the example of S. Kirsch's concept)", *Personality. Culture. Society*, Vol. XVII, vol. 3-4 (87-88), pp. 266–276.
36. Kondrukh A. I. (2014), "Introduction to the theory and methodology of practical shooting", Moscow, Physical Culture, 110 p., ISBN 978-5-9746-0182-8.
37. Kondrukh A. I. (2014), "30 practical pistol shooting trainings", Moscow, 118 p., ISBN 978-5-9907240-2-0.
38. Kondrukh A. I. (2016), "Organization and holding of practical shooting competitions in Russia", Moscow, Sport, 134 p., ISBN 978-5-906839-40-4.
39. Kondrukh A. I. (2016), "Fundamentals of practical pistol shooting", Moscow, Sport, 166 p., ISBN 978-5-906839-32-9.
40. Kondrukh A. I. (2017), "Terminological dictionary of practical shooting", Moscow, Sport, 108 p.
41. Kryuchin V. A. (2006), "Practical shooting", Chelyabinsk, Publishing House of Vasily Kurbatsky, Arkaim, 258 p.
42. Kryuchin V. A. (2021), "Practical shooting: the art of using a pistol, high-speed shooting, safe handling of weapons", a book for athletes, law enforcement officers, military personnel, hunters, gun owners and just for respectable citizens, 3rd ed., supplement, Chelyabinsk, Arkaim Kurbatskiikh, 272 p.
43. Hoffman A. A. (ed.) (2016), "Practical shooting in combat training of employees of the penal correction system", Vladimir, VUI FSIN of Russia, 47 p.
44. Stager B. (2017), "Practical pistol shooting skills and drills", Vladivostok, Polygraph-Service-Plus, 185 p., ill., ISBN 978-5-9905694-8-5.
45. Stager B. (2018), "Practical pistol. Recharged: Basic techniques and competitive skills", Vladivostok, Shulga V. B., 262 p., ill., ISBN 978-5-6040778-0-1.
46. Stager B. (2020), "Comprehension of the art of shooting: tools of practical shooting", Vladivostok, V. B. Shulga, 109 p., ISBN 978-5-6040778-5-6.
47. Stager B., Pak D. (2021), "Psychology of competition: translating skills and attitude into results", Vladivostok, V. B. Shulga, ISBN 978-5-6040778-7-0.

48. Orlov P. V., Skopin M. Yu. (2018), "Practical rifle shooting: training techniques", Saint Petersburg, Contrast, 182 p., ISBN 978-5-4380-0207-9.
49. Orlov P., Skopin M. (2020), "Essential Guide to Practical Shotgun Shooting: Training Programmes and Techniques", St. Petersburg, Contrast, 172 p.
50. Bochaver K. A., Shvarts M. V. (2018), "Psychological training of an athlete in practical shooting", Moscow, 87 p.
51. Ragozin A. V., Pavlov A. V., Pakhomov D. P., Tambovsky A. N. (2020), "Methodological features of training coaches (instructors, specialists) in the sport "Practical shooting"", Yaroslavl, Kanzler, 229 p., (A series of educational and methodological literature for the training of instructors, coaches, and specialists in the sport "Practical shooting"; issue 2), ISBN 978-5-91730-985-9.
52. Alborov A. H. (ed.) (2025), "Practical shooting with a carbine. Main course", St. Petersburg, POLYTECH PRESS, 61 p.
53. Kondrukh A. I., Peredelsky A. A., Peredelskaya R. A. (2017), "Psychology of practical shooting. Fundamentals of psychological training and support", Moscow, Sport, 127 p., ISBN 978-5-906839-31-2.
54. "Russian Practical Shooting Federation", URL: <https://ipsc.ru>.
55. Gaskov A. V., Konstantinov V. N., Sakhiullin A. A. (2012), "Planning the training process in practical shooting", *Bulletin of the Buryat State University. Education. Personality. Society*, No. 1, pp. 203–210.
56. Zolotarev I. (ed.) (2011), "Bullet shooting", Moscow, Rifle Union of Russia, 314 p.
57. Kryuchin V. A. (2006), "Competitive training of athletes in the field of practical shooting", dis. ... candidate of Pedagogical Sciences, Chelyabinsk, 202 p.
58. Konstantinov V. N. (2010), "Methodological foundations of the construction and organization of the training process in practical shooting", abstract of the dissertation, Ulan-Ude, 22 p.
59. Orlov S. V. (2000), "Didactic principles of designing the course "Shooting and fire control" in the system of military training of students at a civilian university", abstract of the dissertation, Voronezh, 20 p.
60. Ivanov V. V., Konikov S. L., Peredelsky A. A. (2021), "Practical shooting as a sports and applied martial art", *The world of science. Sociology, philology, cultural studies*, Vol. 12, No. 3, URL: <https://sfk-mn.ru/PDF/32SCSK321.pdf>.
61. Kubyshko V. L. (ed.) (2016), "Fire training", Moscow, DGSK of the Ministry of Internal Affairs of Russia, 286 p.
62. Dvoryak I. A. (2005), "Fire (rifle) training of law enforcement officers", Moscow, Tsokrosogvar-diya, 327 p.
63. Larin A. M. (2002), "Rifle training of special forces personnel", Moscow, Grand Fair, 252 p., ISBN 5-8183-0246-6.
64. Salmikov V. P. (ed.), Toropov V. A., Skripov V. M. (2000), "Fire training in private security companies", Saint Petersburg, Saint Petersburg University of the Ministry of Internal Affairs of Russia, 338 p.
65. Pospeev K. Yu., Astafyev N. V. (2025), "Fire training of law enforcement officers", 2nd ed., Moscow, Yurait, 206 p., ISBN 978-5-534-12779-9.
66. "World records are based on the number of points actually achieved by a competitor at an IPSC Handgun World Shoot multiplied by 100 and divided by the total points available", URL: <https://www.ipsc.org/ipsc-match-results/world-records/>.

Информация об авторах:

Алборов А.Х., мастер спорта России международного класса по практической стрельбе, трижды бронзовый призер чемпионатов мира, чемпион России, руководитель тренерского совета Федерации практической стрельбы России, член Исполнительного комитета Федерации практической стрельбы России, председатель Совета Федерации практической стрельбы Санкт-Петербурга, SPIN-код: 7195-0010.

Волков А.К., заместитель президента Федерации практической стрельбы Санкт-Петербурга по науке, SPIN-код: 4638-9977.

Комарова Е.М., мастер спорта России, четырехкратная чемпионка России, тренер спортивной сборной команды Санкт-Петербурга по общей физической подготовке, президент Федерации многоборья ГТО Санкт-Петербурга, ORCID: 0009-0005-3586-8330.

Коростелев Д.Г., мастер спорта России международного класса по практической стрельбе, чемпион России, член сборной России по практической стрельбе из карабина, ORCID: 0009-0008-3759-024X.

Назаров А.Ю., мастер спорта России международного класса, бронзовый призер чемпионата мира, чемпион России, старший тренер спортивной сборной команды России по дисциплине «Троеборье», вице-президент Федерации практической стрельбы России, президент Федерации практической стрельбы Санкт-Петербурга, ORCID: 0009-0002-2789-1715.

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Поступила в редакцию 29.11.2025.

Принята к публикации 21.01.2026.