

та готові надати її при невідкладних станах, але саме як зрозуміти, що з людиною, до якої застосували шокер не так, в якому вона стані і що необхідно робити – цьому також необхідно бути навчатися і в подальшому навчати інструкторам з домедичної допомоги або інструкторам з тактичної медицини.

Всі розглянуті нами питання є досить великими і для повного їх висвітлення необхідно провести більш ґрунтовне дослідження, і відповідно в межах нашої роботи ми не можемо повністю все розглянути, що дає змогу на подальше висвітлення цих проблем як нами в інших роботах, так і можливість висказати свою думку іншим науковцям.

#### ***Бібліографічні посилання:***

1. Електрошокери замість зброї та кийків. URL: <https://www.ukrinform.ua/rubric-society/3134174-elektrosokeri-zamist-zbroi-ta-kijkiv-kabmin-pogodiv-zakonoproekt.html> (дата звернення - 12.04.2021)
2. URL: <https://www.ukrinform.ua/rubric-society/3160576-policia-ne-zastosovuvatime-elektrosokeri-na-masovih-akciyah-klimenko.html> (дата звернення – 12.04.2021)

**Грицієнко В.В.**

*Курсант 2 курсу факультету підготовки фахівців для органів досудового розслідування Дніпропетровського державного університету внутрішніх справ*

***Науковий керівник:***

***Зеленський Є.С.***

*старший викладач кафедри тактико-спеціальної підготовки Дніпропетровського державного університету внутрішніх справ*

## **ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ПІД ЧАС ВИКОНАННЯ ВПРАВ ЗІ СТРІЛЬБИ**

Вогнева підготовка - один з основних елементів курсу бойової і тактико-спеціальної підготовки, що викладається у вищих навчальних закладах України. Дана дисципліна включає навчання прийомам, пов'язаним із застосуванням вогнепальної зброї. Процес вивчення «Вогневої підготовки» спрямований на формування в учнів таких навичок, як впевнене володіння вогнепальною зброєю, влучна стрільба по нерухомих, які з'являтимуться і рухомих цілях (мішенях) з різних положень і правомірне і ефективно застосування зброї при вирішенні завдань оперативно-службового характеру. В

ході проведення всіх видів занять, зокрема навчальних стрільб, перш за все необхідно приділяти увагу морально-психологічній підготовці здобувача вищої освіти. Так, актуальною проблемою є психологічний стан курсантів перед виконанням вправ навчальних стрільб.

Для вивчення психологічного стану курсантів перед проведенням навчальних стрільб була розроблена анкета яка включала в себе питання, пов'язані з якісною і кількісною оцінкою виконання курсантами вправ навчальних стрільб, психологічними і фізіологічними явищами у курсантів під час перебування на вогневому рубежі. Це призводить до наступних змін в техніці стрільби: значно збільшується час прицілювання; змінюється характер впливу на спусковий гачок (затримка або ривок); порушуються тимчасові характеристики стрільби (темп стрільби і її ритм). [1]

Проаналізувавши усне опитування курсантів 2 курсу факультету підготовки підрозділів досудового розслідування, ми отримали наступні результати. Переважна кількість курсантів 80% перед здійсненням пострілу відчувають емоційне хвилювання. У той же час 20% опитаних курсантів не відчувають труднощів під час виконання практичних стрільб, виконують вправи навчальних стрільб на позитивні оцінки, хоча, виходячи з даних, в переважній більшості відчувають почуття хвилювання. Останнє в фізичному плані може проявлятися у вигляді прискореного дихання і прискореного серцебиття. Рішення проблеми в даній ситуації бачиться в навчанні курсантів дихальним вправам, що обумовлюється прямим зв'язком дихання зі станом і роботою нервової системи. Так, визначивши для себе необхідне положення для стрільби, після його прийняття стрілок в момент прицілювання повинен дихати вільно і рівномірно, затамувавши подих на природному видиху лише при натисканні на спусковий гачок, безпосередньо перед самим пострілом. При цьому затримка дихання не повинна бути більше 5-7 секунд, що цілком достатньо для здійснення пострілу. Також необхідно враховувати, що при стрільбі після фізичних навантажень дихання потрібно затримувати на вдиху.

По-друге, при знаходженні на вогневому рубежі частина курсантів відчувають почуття страху, яке представляє собою негативно забарвлений емоційний відгук стрілка на очікуваний звук пострілу і віддачу зброї. У фізичному плані він являє собою різке скорочення м'язових груп, які беруть участь в утриманні зброї. Результат цього процесу - явне відхилення польоту кулі, внаслідок цього виставляється незадовільна оцінка за стрільбу. Дану проблему можна вирішити за допомогою відпрацювання прицілювання і спуску курка з бойового взводу, а також самостійного створення індивідуального алгоритму при виробництві пострілу, до складу якого входять наведення зброї на ціль, хват зброї, наслідки відхилення мушки і різкого впливу на спусковий гачок.

По-третє, у частині опитаних курсантів відзначається наявність фізіологічного тремору рук (коливань), ініційованого стресовою ситуацією. Однак в більшості своїй курсанти не можуть самостійно зняти напругу. За нашими спостереженнями, зниження психологічної напруги сприяють фізичні навантаження. Так, з курсантами, у яких був помічений тремор рук, була

проведена легка розминка, що включає віджимання, вистрибування, присідання. Як підсумок, дані курсанти поліпшили свої результати за рахунок зменшення коливань рук. Важливо, щоб розминка відповідала таким критеріям, як короткочасність і мало інтенсивної, так як слід тільки розігріти м'язи, а не давати їм сильне навантаження. [2]

Таким чином, психологічний стан курсанта впливає на результативність виконання вправ навчальних стрільб. Зокрема, нами були відзначені наступні проблеми: наявність у більшості курсантів таких психофізичних явищ, як прискорене серцебиття і дихання, фізіологічний тремор рук, розкоординація рухів, погіршення зорового сприйняття, емоційне хвилювання і наявність почуття страху. Для вирішення зазначених проблем ми рекомендуємо запровадити в освітній процес:

- проведення розминки в ході навчального заняття;
- розробку у курсанта індивідуального алгоритму дій при виконанні вправ навчальних стрільб;
- навчання курсантів застосовувати дихальні вправи і словесні форми самонавіювання.

#### **Бібліографічні посилання:**

1. Лопаєва О.М. Психологічна підготовка курсантів для виконання вправ стрільби з бойової зброї на заняттях з вогневої підготовки в Академії митної служби України. Новини от добрата науки-2009: між нар. Наук.-практ. Конф. Болгарія, Софія, 17-25 травня 2009 р. Том 15. С. 45-50.
2. Казначеев Д.Г., Лопаєва О.М. Особливості формування психологічної стійкості і готовності працівників поліції у процесі навчання з вогневої підготовки *Науковий вісник Дніпропетровського державного університету внутрішніх справ.* /2018/№4с.URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvdduvs\\_2018\\_4\\_16](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvdduvs_2018_4_16) (дата звернення 25.03.2021)