

普通射手訓練教材

(初 稿)

中央國防體育俱樂部軍事訓練與運動處印

一九五六年二月 北京

前 言

爲適應廣泛開展射擊運動的需要，特制訂此教材(初稿)供各地區教練員訓練普通射手教學之用。此教材發下後，原發的射擊講義作廢。因時間匆促與缺乏經驗，在此教材內容上需待修改之處是所難免的，希同志們隨時提出意見，以備重新整理印發。

中央國防體育俱樂部軍事訓練與運動處

目 錄

題目一：射擊運動的意義

題目二：55式——1小口徑步槍兵器教練

- 作業一：55式——1小口徑步槍的用途、性能、諸
元、大部構造和保管使用規則…………… 9
- 作業二：55式——1小口徑步槍槍機和擊發機的構造
及各部機件的機能和不完全的分解與結合……18
- 作業三：55式——1小口徑步槍的檢查和故障的預防
與排除……………25
- 作業四：55式——1小口徑步槍的試槍和矯正射效……32

題目三：簡易射擊學理

- 作業一：發射現象、瞄準要素和求平均彈着點的方
法……………37
- 作業二：彈道要素、彈丸侵徹力、射彈散佈……………44
- 作業三：影響射擊精度的諸原因……………49

題目四：射擊預習

- 作業一：驗槍、裝退子彈、定復表尺、臥射動作……57

- 作業二：臥姿有依托據槍、瞄準、擊發，架上瞄準，
示範瞄準器的使用和檢查，瞄準校準器的使
用.....63
- 作業三：臥姿有依托據槍、瞄準、擊發，架上瞄準檢
查，瞄準檢查鏡使用及檢查，正確瞄準要
領.....69
- 作業四：臥姿有依托據槍、瞄準、擊發，四點瞄準，
空槍擊發檢查器的使用要領，汽槍使用要
領.....70
- 作業五：臥姿無依托的據槍、瞄準、擊發，瞄準檢查
鏡的檢查，射擊的正確（臂、腿、身體）姿
勢，汽槍射擊。.....75
- 作業六：臥姿無依托利用槍皮帶的射擊動作，利用空
槍擊槍檢查器、瞄準檢查鏡進行練習，汽槍
射擊.....79

題目五：實彈射擊

- 一、實彈射擊第一——八練習的組織實施方法.....82
- 二、射擊場安全規則.....84
- 三、報靶的方法.....87
- 四、一、二級勞衛制射擊測驗標準.....87

題目一 射擊運動的意義

訓練的目的：在使學員瞭解射擊運動的重要性及其目的。

訓練的問題：

- 一、射擊運動在國防上的意義。
- 二、射擊運動在群眾中開展對和平建設的意義。
- 三、射擊運動在品質鍛鍊方面的意義。
- 四、射擊運動在體育鍛鍊方面的意義。
- 五、射擊運動在蘇聯和兄弟國家及我國發展的簡況。
- 六、射擊運動在我國開展的方向及目前具備的條件。

地點：教室。

時間：一小時。

訓練的方法：講授。

參考材料：

作業指導：

- 一、本作業應結合學員對射擊運動的認識，進行具體生動的講解，並批判那些不正確的看法。
- 二、在整個作業中貫徹愛國主義教育，從而激發學員自覺地熱愛射擊運動。

作業內容：

射擊運動是軍事體育的一種，是面向廣大的勞動人民進行共產主義教育的手段之一。它培育人們機智、頑強、剛毅不撓的高貴品質和充滿樂觀情緒從事和平建設與準備捍衛祖國的無

比信心。

射擊運動在群眾中的廣泛開展，是以支援國防建設事業為首要目的，在全國各地工廠、企業、機關、學校和農莊中建立射擊運動組織，經常舉行活動，使人們普遍掌握射擊技術和科學常識，為義務兵役制充實後備力量，使青年們在沒入伍前就掌握了一定的射擊技術和知識，熟悉一般的軍事生活，入伍以後可為軍隊中的主兵——步兵——及其它凡持用輕兵器戰鬥的部隊提供兵源，這就相對地縮短了訓練時間而提高了質量。例如一個新兵到部隊去，在戰術演習之前一定得學會射擊動作，而這些射擊動作、實彈射擊、兵器、學理和簡易的持槍教練，最少需要訓練幾個月。如果人民中利用業餘時間基本上掌握了這些初步技術，那末入伍之後稍經複習和提高就可以結合其它科目進一步學習了，這就縮短了正式訓練的時間，將這節省的時間用於其它訓練或執行勤務，則既提高了質量，也保證更多的服務時間和加強了軍隊的戰鬥力。

射擊運動在群眾中為部隊培養了大批後備人員，在國家大規模建設的時期來說，是一種為國家節約資金的經濟辦法，因為保持大量的常備部隊和維護日常部隊訓練，國家需支出鉅大費用，而群眾射擊運動是利用業餘時間進行，既能從事自己的正常工作不影響國家生產建設任務，而又能不消耗國家金錢為部隊準備後備力量，到部隊中只要短期訓練就成一個勝任的戰士，這樣將給國家節約很多資金而投入社會主義建設。

射擊運動擁有了群眾基礎，除對部隊戰鬥力的保持與兵源補給起了很大作用外，蘊育在人民中間這股力量是巨大的，倘若帝國主義胆敢發動戰爭那是他自取滅亡。蘇聯在衛國戰爭之前訓練了500萬伏羅希洛夫射手，和五十萬少青年射手。當戰

爭發生後，這些受過射擊訓練的人們拿起武器投入了戰鬥，其中有許多人短時期裏成了優秀的狙擊手，他們百發百中的給侵略者予以嚴重的打擊。蘇聯英雄伊里亞·哥里高里在戰場上消滅了 328 名侵略者的官兵。女狙擊手綠得密拉·芭芙麗清珂曾是射擊俱樂部的會員，戰爭中她一個人就擊斃了 309 個德國鬼子。蘇聯功勛射擊運動員，曾於我國北京舉行的國際射擊比賽步槍射擊獲得冠軍的佩列別林也曾消滅了 120 名敵人，其中還有五個校官。這就構成了保衛國土的無窮力量。土地淪陷了，他們有的留在敵人後方，和敵人進行了無休止的鬥爭，舉世皆知的丹娘和那些無畏的青年近衛軍們，都是這些堅貞不屈的祖國捍衛者。我們是六億人口的大國，如果加上這培育出的廣大後備武裝力量，該是如何使帝國主義者發抖啊！

射擊運動深入到部隊中去，對軍人來說更能幫助他們掌握自己的武器，提高射擊的成績，使他們熟習和確信自己武器，以加強信念而確立蔑視敵人獲得必勝信心的物質基礎。且這些嫺熟射擊技術的人員退役之後，將是射擊運動的骨幹，他們可通過社會工作鞏固既有的技術和加深自己的造詣，因之射擊運動的開展正是給軍隊中掌握兵器的人員提供了預習和複習的機會，一旦敵人企圖侵犯我們神聖的國土時，這些已是和將成為軍人的人都會熟練的射擊，予敵人以致命的打擊。◎

射擊運動在鍛鍊身體上直接有助於增強人民體質，它能發展人們的目測力、觀察力、迅速的反應和注意力。只有通過艱苦的學習，才能取得卓越的成績，這需要經常的鍛鍊以加強體力、持久力和堅韌性。因為射擊練習中不祇是臥倒射三槍就算滿足合格了，在較高的競賽項目中，有的須用將近九公斤的槍支進行臥、跪、立姿 150 發約四小時多的連續射擊，每一次的據

槍和瞄準都需在高度集中精力、屏止呼吸的情況下進行，這種體力的消耗和堅持負重，是不遜於一個舉重的運動員的。只有日常有恆的練習才能勝任愉快地做個射擊運動員。同時也說明只有沉着、忍耐、集中精力具有堅毅不拔的意志與當機立斷的決心才能學好射擊，這些良好的素養是可以由射擊運動中汲取且可結合實用的。射擊雖是瞬間的動作，但它有一系列的準備條件，從端起槍瞄準了目標起，尤其是扣引扳機這些動作都要力求穩靜的；儘管呼吸屏止了，而在脈搏和肌肉跳動、槍支晃動與移動地尋求正確的瞄準點當中均勻地、恰到好處地扣引扳機是要有堅毅的耐力和果斷的決心的。射擊運動和一般體育運動中的擲鐵餅、推鉛球不一樣，那些每種項目都有幾次的記分機會，而射擊却是一發射空就會再也難以挽回地丟失了十環，所以有經驗的優秀射手們，他們寧可據槍數十次在沒有充分必中的信心堅決不妄射一發的。如上所述據槍、瞄準、擊發是一個整體，是應互相關聯和配合的。一種動作的失當都直接影響着準確的命中，而當精確瞄好目標的瞬間必須機斷的擊發，不然就會失去一個難得的目標的機會。另外一方面，射擊鍛鍊人們的準確性、敏捷、靈巧及使習慣於控制情緒；在射擊中，無論平時射擊或競賽，由於爭勝和希望獲得榮譽，射手的心情總是激動的，這種興奮的心情非常明顯地降低着射擊成績，需要着不斷地控制和克服，所以說要想成個好射手，不完全決定在人的體力，而神經系統的關係確很重要，只有那些神經堅強的人，才能是射擊成果的勝利者。射擊精確的要求，確是「失之毫厘、差之千里」的，在射擊位置槍口稍微有毫許偏差，射到靶位時就相差很大了，由此，我們應知道像蘇聯勁勛運動員在50公尺遠，槍槍命中姆指大的十環四十槍達到400圓滿額的成績，該

是多麼精確不易啊！有人認為射擊是緩慢甚而是靜止的，這種說法不夠恰當，無論是戰鬥或是打獵，活的目標很少是靜止不動等待你射擊的，必需機智靈活才能獲得成果。在射擊項目中如手槍對人像靶的射擊，要在四秒鐘裏發射五發子彈，且槍槍命中人像中心，該是需多麼敏捷、迅速和準確。還有在決鬥射擊項目中，在躍進幾十公尺後臥倒急速射擊，如果還沒來得及發射而先被對方消滅了代表自己的目標時，就喪失了獲得勝利的機會了，這又是需要多機動、果斷與神速的技術啊！但射擊運動不僅能提高人們的射擊技術和體力，並從而能養成人們集體主義觀念和團結一致的精神，樹立自信心與嚴密的組織性與遵守紀律及對武器的信賴、愛護武器的優良作風。武器是戰士的第二生命，正因為需要它共同完成戰鬥任務。而日常射擊與競賽，也只有熟悉武器性能、嫺熟地使用它才能創造優良的成績，這應該像保護眼球一樣去保護它，謹慎地使用它，因為武器的掌握使用不當，往往容易肇事傷人，所以在凡拿起武器以至預習和實彈射擊時都要嚴密組織，慎重檢查和強調射擊紀律與規則，以防發生危險，並通過射擊教育使持用武器的人養成高度的組織性、紀律性。射擊的具體應用，無論是戰鬥環境或競賽、學習裏，都要集體支持與配合，在戰場上要火力配系、互相掩護，在競賽時着重於全隊的共同成績，這樣，只有團結互助爭取集體的提高和共同的努力，才能獲得勝利。當然，射擊運動也和其它事物一樣，它之能夠有顯著成績，也不是孤立的，要有健壯的體格做基礎，要多從事各種體育的活動和積累經驗，如蘇聯功勳射擊運動員哥里高里·康普柯自己介紹時說：「我所獲得的成就，應歸功於我從小的運動……在任何比賽中要善於掌握自己，要壓制住不由自主的激動，和集中注意力是很

重要的……此外，鍛鍊，堅忍、頑強，就是我成功的秘訣。」要鑽研射擊技術，瞭解學理和兵器機件常識，要學習有關的軍事條令知識，要初步學會組織教學的方法以便廣泛地在群眾中普及，傳播軍事技術和科學知識，對鞏固國防，充實祖國武裝的後備力量及維護世界和平都有着極為重要的意義。

射擊運動由事實證明是為廣大人民所喜愛的，可藉以進行愛國主義的教育與豐富生活的內容，將這種運動普及到群眾中去，可提高人民的政治覺悟，增加生產與工作的活力，並培養工作中的精細和周密，進一步提高工作質量與效率。這裏我們應該強調的說，在我們祖國和平的日子裏，培養人民對射擊運動的愛好，不是僅僅為了戰爭時期擊退敵人，而是因為這種運動對人們有着很大的好處，它幫助人們養成很多寶貴的品質，它要求人們很好地鍛鍊體格，它促成人們習於團結互助和組織性，紀律性的生活，而這些，在戰鬥的年代裏，在和平的日子裏，在任何的建設和生產的事業中都是需要的。

射擊運動在世界上已有很長的歷史了，蘇聯在革命勝利以前就已經萌芽，有一些射手在從事這種有興趣的運動，但在沙皇制度統治之下，也不過是少數人玩樂或藉為奪取錦標爭勝而已。及至偉大的十月社會主義革命以後，射擊運動才真正開始具有群眾性與人民性的基礎。在廣大人民群眾中逐漸建立了基層組織並開始舉行了全蘇射擊競賽，並於1939年開始參加國際射擊競賽中露出了頭角。也祇有在社會主義國家裏，體育運動才能蓬勃的發展，才能為國家爭取榮譽，在1935——1939年期間蘇聯曾和美國進行了七次射擊競賽，蘇聯有五次佔先；與英國進行了五次競賽，蘇聯四次獲勝。及至戰後時期，蘇聯共產黨更加重視體育運動，號召在群眾中開展，普遍提高技巧，並

在這個基礎上，使蘇聯運動員在主要運動項目上奪取世界冠軍，且為打破世界紀錄而奮鬥。於是在1952年第15屆奧林匹克射擊比賽中蘇聯射擊代表隊奪得了世界冠軍，在1954年36屆世界射擊冠軍賽中蘇聯代表隊在14項競賽中奪得了九項冠軍。

射擊運動在人民民主國家中大部份也有着悠久的歷史，有着廣泛的群眾基礎和光輝的成就，波蘭在解放以後，參加射擊運動的已有250萬人，而羅馬尼亞、保加利亞等國的射擊運動也都普及到工廠、農莊、學校和機關中，其它捷克等國家也有全面的開展，由於他們將這種運動都基於群眾活動上，所以才廣泛為人民所喜愛且培養出傑出的運動員給他們的祖國爭取了榮譽。

中國共產黨向來是重視群眾性的射擊運動的，遠在抗日戰爭時期於各抗日根據地組織的民兵武裝，就是一支強大的持有步槍和手榴彈的群眾隊伍。中華人民共和國成立之後，黨和政府關懷改善人民健康狀況和增強人民體質，同時也推動了國防體育及其中的射擊運動。

射擊運動是我國當前國防體育開展項目中的重點之一，自1953年起在北京、天津、武漢等城市中就有了些萌芽，隨着社會主義建設事業的前進，射擊運動也將在短期間推行到全國的各個地區，在工人、農民、職員及青年學生中廣泛開展活動，深入到群眾中去，建立基層組織。首先從人口密集的大中城市起，一直隨着農業合作化的社會主義改造，將射擊運動普及到全國的已有和即將是的集體農莊及任何一個邊隅的角落去。

在我國開展射擊運動，是有着迫切需要與較成熟的條件的，這首先是黨和政府非常關心和支持這一事業；同時配合着兵役法的宣佈及高等學校即將進行的軍事訓練，廣大人民的覺

悟日益提高，迫不及待地要求參加軍事學習，這種熱情保衛祖國的高潮，構成運動的廣泛基礎；在射擊運動的組織領導經驗上，我們雖沒有系統的經驗可循，但本着一般體育開展的心得和部隊射擊教練的收穫，參照蘇聯和兄弟國家的先進經驗，我們認為是可以搞起來的，在器材供應上，我國工業化正在蓬勃邁進，槍支子彈在國內完全可以自行生產且較之進口的毫無遜色，在師資培養方面，大批久經戰鬥鍛鍊的軍隊幹部，及目前大批訓練的教練員，是能够完成這項任務的。這批最初撒下的種子，將會在全國各地生長出射擊運動豐盛的果實。

總之，射擊運動在全國範圍的普遍開展，是黨和政府爲了保衛祖國及人類利益的正確措施，它廣泛地進行着愛國主義的教育，使人民掌握了保衛祖國的知識與技能，爲國防貯備了雄厚的後備力量，爲和平建設起着積極的推動作用。爲了保衛祖國的安寧，爲了保障祖國順利的和平建設，廣大的人們尤其是青年人應熱烈地參加射擊運動，時刻準備着，響應祖國的號召到祖國需要的鬥爭最前綫去。

題目二 55式——1小口徑步槍兵器教練

訓練的目的： 在使學員瞭解55式——1小口徑步槍的用途、性能、諸元、大部構造、各部機件的機能，保管使用規則，和學會不完全的分解結合、擦拭上油要領及故障預防與排除。

時 間： 四小時。

作 業 一： 55式——1小口徑步槍的用途、性能、諸元、大部構造和保管使用規則。

訓練的目的： 使學員瞭解55式——1小口徑步槍的用途、性能、諸元、並學會大部構造，保管使用規則和擦拭上油要領。

訓練的問題：

- 一、55式——1小口徑步槍的用途、性能、諸元。
- 二、55式——1小口徑步槍的大部構造。
- 三、55式——1小口徑步槍保管使用規則。
- 四、55式——1小口徑步槍的擦拭上油。

地 點： 教室。

時 間： 一小時。

訓練方法： 實習作業。

參考資料： 射擊講義。

物質保障：

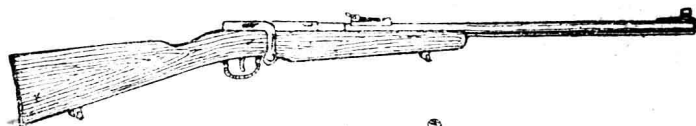
- 一、55式——1小口徑步槍3——4人一枝。
- 二、教育彈每枝槍一發。
- 三、55式——1小口徑步槍兵器教育掛圖一套。

作業指導：

- 一、教練員在上課前，應做好一切準備工作：教材的熟悉和試講，檢查所使用的武器和教育彈、器材、圖表及必要用品（如擦槍油、布等），並佈置教室。
- 二、學員進入課堂後，教練員按槍的數量區分學員為若干組。作業中教練員應特別注意嚴格執行作業紀律。學員未經教練員許可不許玩弄槍支，以免發生危險，損壞或遺失機件。
- 三、教練員應周密檢查武器是否完好，槍膛內是否有子彈，並仔細檢查教練彈中是否有實彈。
- 四、教練員上課時應先說明本作業的目的和訓練的問題，並指出本作業的重點是大部構造和使用保管規則。在每講述一節後，進行小結和抽問，待學員瞭解後，再講述下一節內容。
- 五、作業完畢後，教練員應檢查武器，進行本作業的講評，並宣佈下一作業的課題及參考材料，指示學員如何進行自習。

作業內容

- 一、55式——1小口徑步槍的用途、性能、諸元：



圖一：55式——1小口徑步槍

55式——1小口徑步槍是我國仿照蘇聯陶茲——8式小口徑步槍製造而成。此槍於1955年第一批出產，所以我們現在就

叫它55式——1小口徑步槍。這種槍構造簡單，使用方便，命中精確，射擊時不易發生故障。

(一) 用途：

55式——1小口徑步槍是用以在25、50、100和200公尺的距離上作射擊運動用。

(二) 性能：

1. 單發裝填。
2. 彈丸初速310公尺／秒，飛行距離1200公尺，殺傷力在800公尺以內有效。
3. 構造簡單，使用方便，射擊時不易發生故障，射擊極為精確。

(三) 諸元：

口徑——5.6公厘。

全重——3.12公斤。

槍全長——110公分。

槍管長——64公分。

瞄準基綫長——58公分。

膛綫——四條右旋。

彈丸直徑——5.7——5.75公厘。

子彈全重——3.5——3.6克。

彈丸重——2.55——2.6克。

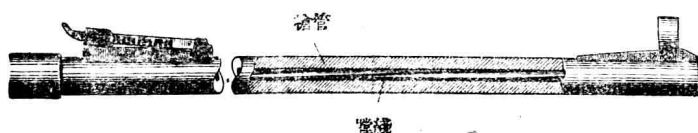
裝藥量——無煙火藥0.06克；少煙火藥0.12克。

底火重——0.02克。

二、55式——1小口徑步槍的大部構造：

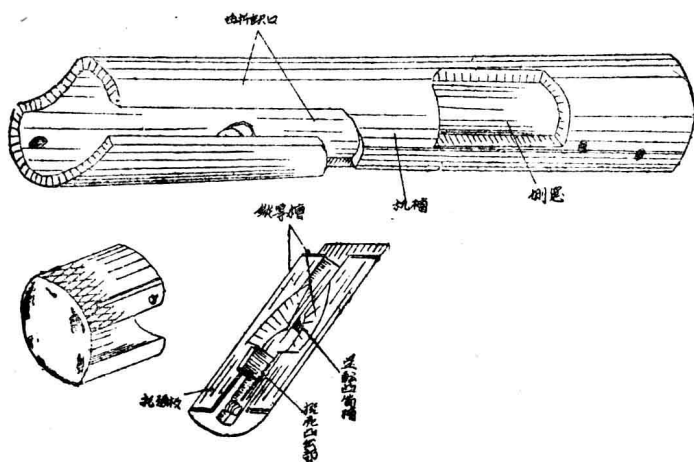
55式——1小口徑步槍是由槍管、機槽、瞄準具、槍機、擊發機、木托等六大部組成，並有附屬品。

(一)槍管：是用以發射彈丸和賦予彈丸飛行的方向。



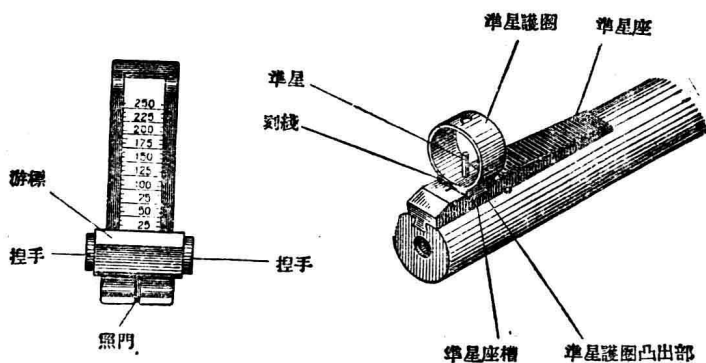
圖二：槍管

(二)機槽：用以容納槍機。



圖三：機槽

(三)瞄準具：包括表尺和準星。表尺是爲了將小口徑步槍指向目標並在各種距離上射擊時賦予小口徑步槍以適當的角度。準星是爲瞄準之用。



圖四：表尺、準量

(四)槍機：用以推送子彈進入彈膛、閉鎖槍膛，進行擊發及從彈膛中抓出彈壳（子彈）。