



弗·日爾廷大君

射擊運動俱樂部

人民體育出版社

射擊運動俱樂部

弗·日爾托夫著
周隆濱
張·鐘模合譯
王保民
魯芒校

人民體育出版社

一九五四年·北京

射擊運動俱樂部

內容提要 本書生動地敘述了蘇聯廣大青年們有着高度的愛國主義精神，對射擊運動有着無比的熱愛，蘇聯共產黨和蘇聯政府爲了適應青年們和勞動人民的要求，在各大城市與農莊中建立了一種群眾性的組織——射擊運動俱樂部。每一個政治品質優良、身體健康、具有一定的文化水平和熱愛射擊運動的青年，都能運用業餘時間充分得到學習、掌握射擊知識和技術的機會。青年們在這裏鍛鍊和培養着自己的勇敢、機智、堅強等優良品質，來準備保衛自己的社會主義國家。

原本說明 書名 Стрелково-спортивный клуб досарм
著者 Всесоюзное добровольное общество содействия армии В. И. Желтов
出版者 Издательство досарм
出版地點及日期 Москва 1950

書號 82 軍體 8 32 開本 45 千字 82 定價頁

原著者	弗 · 日 爾 托 夫
譯者	周隆濱 張鐘樸 王保民
校者	魯 芒
編輯者	中華全國體育總會 中央國防體育俱樂部
出版者	人民體育出版社 北京八面槽九號
發行者	新 華 書 店
印刷者	回 民 印 刷 廠

印數 1—5,000 冊 一九五四年八月第一版
每冊定價 2,300 元 一九五四年八月第一次印刷

引 言

蘇聯人民無限熱愛自己的社會主義祖國。在布爾什維克黨及偉大的人民領袖斯大林同志的領導下，他們順利地實現着偉大的共產主義建設的計劃。

從事和平建設的蘇聯人民，一分鐘也沒有忘記過英美侵略者的陰謀。他們記得斯大林同志的話：「現今美國和英國執政者的政策是侵略的政策，發動新戰爭的政策。」蘇聯人民考慮到這一點，因而不斷地增強着祖國的經濟力量和軍事力量。

勞動人民積極參加「支援陸軍、空軍、海軍、志願協會」的行動是鞏固社會主義祖國的有效方式之一。蘇聯人民在這些協會裏鑽研着軍事技術知識，從事各種體育運動，準備保衛自己的社會主義國家。

與資本主義國家相反，在那裏體育是為統治、剝削階級服務的；青年的體育教育，服從於幻想利潤和新的侵略戰爭的資產階級的利益。而在我們國家裏，體育則成為勞動人民共產主義教育的方式之一；在我們國家裏體育使蘇聯人民養成了高尚的道德品質。數百萬蘇聯青年男女，在體育小組和體育隊中，參加國家的社會生活。在這裏養成他們的集體主義精神和高度的紀律性。蘇聯人民從事體育活動，鍛鍊自己的身體，發展和鍛鍊自己的體力、勇敢、敏捷、堅忍以及祖國保衛者所必須具備的其他品質。

我們的青年特別喜愛射擊運動，遠在偉大衛國戰爭以前，這項運動在蘇聯就已經得到廣泛的開展。數千個體育工作者掌握了精確射擊的技能，成為狙擊手。在與德國法西斯侵略者

及日本帝國主義侵略者殘酷戰鬥的年月裏，以往所積累起來的知識和經驗對他們是有幫助的。

蘇聯人民很熟悉那些著名的狙擊手的姓名：蘇聯英雄弗拉基米爾·普柴林采夫、瓦西里·扎依采夫、留德密茲·巴甫留欽柯、依里亞·哥里高里也夫及其他的許多狙擊手。這些光榮的祖國保衛者，他們中的每一個人，在保衛祖國的戰鬥中都消滅了數百個敵人的軍官和士兵。蘇軍中的許多著名狙擊手都在射擊運動小組、射擊運動俱樂部中受到了最初的射擊運動的訓練。還是在戰前，數千個精確的射手就已經在這些俱樂部中成長了起來，而在偉大衛國戰爭之後，射擊運動在我國變得更加廣泛和群眾性了。青年們熱望着掌握精確射擊的技能及不斷關懷着增強蘇聯的軍事力量，表現了蘇聯人民高度愛國主義的精神。

與其他體育組織一樣，我們國家的「支援陸軍志願協會」射擊運動俱樂部肩負着滿足勞動人民掌握射擊技能的愛國願望的任務。

目 錄

群眾性射擊運動的工作中心.....	1
射擊技術學校.....	6
狙擊手的運動.....	17
合理化建議者們創造性的發明.....	26
俱樂部培養着愛國的人們.....	34
爲群眾性的射擊運動而鬥爭.....	49
爲創造新的紀錄而鬥爭.....	47
附錄：1953年1月1日蘇聯射擊比賽紀錄.....	54
1954年1月1日蘇聯射擊運動紀錄.....	59

群眾性射擊運動的工作中心

在「支援陸軍志願協會」射擊運動俱樂部的章程上規定着：射擊運動俱樂部的中心工作是開展群眾性的射擊運動。

這種廣大的俱樂部網已在我國建立，它們遍佈各大城市，在工人宿舍區，在集體農莊中都有俱樂部的組織。這些俱樂部的基本任務是在廣大勞動人民中普及與宣傳射擊運動，訓練射擊運動的各級射手、狙擊手和教練員。

俱樂部培養能精確射擊的運動家，並以無限忠於社會主義祖國、忠於列寧—斯大林黨的偉大事業的精神教育青年，培養運動員的道德品質和技能——這些都是祖國的保衛者所必須具備的。

射擊運動俱樂部是怎樣組織起來的呢？是怎樣從事自己的工作呢？

射擊運動俱樂部分為加盟共和國俱樂部、邊區俱樂部、州俱樂部、城市俱樂部和區俱樂部。它們的活動受支援陸軍「志願協會」同級委員會領導。「支援陸軍志願協會」的射擊運動俱樂部有着設備得很好的教室、小型射擊場及制式射擊場，此外爲了有系統地提高會員們的射擊水平，俱樂部供給會員們所需要的一切，使他們能免費使用武器、彈藥、實物教學器材及學習資料。

俱樂部的全體會員都按照自己的運動水準編入固定的射擊運動隊，由有經驗的教練員來領導他們。希望掌握數種射擊運動的運動員們，則允許他們根據各種不同的武器另外組成兩三個射擊運動隊。

在「支援陸軍志願協會」的各個俱樂部裏，定期地舉行比賽，以選拔優秀隊、狙擊手小組及優秀的射手。在這些比賽中，先進運動員的經驗成為俱樂部全體會員的寶貴財富，把獲得優秀成績的射手編入代表隊裏。當與協會其他組織及其他俱樂部比賽時，這些代表們負有保持俱樂部的運動聲譽的責任。

俱樂部教育青年們不斷追求高深的運動技能，同時在改進射擊運動武器、學習材料及實物教學器材的發明和合理化建議的工作上，給會員們創造了許多方便的條件。「支援陸軍志願協會」的俱樂部不僅是訓練精確射手的學校，而且是改進射擊運動武器和儀器的實驗室。

射擊運動俱樂部的章程規定：每一個已參加「支援陸軍志願協會」的年滿十六歲的運動員，其射擊訓練成績不低於全蘇統一體育運動等級標準所規定的三級射手標準者可以成為該俱樂部的成員。對未滿十九歲的運動員（非會員）是優待的，只要能勝利地完成了小口徑運動步槍的簡單射擊練習，而達到有「少年射手」水平者，可吸收為俱樂部的成員。

加入俱樂部的方法是由加入者用書面申請來進行的。被吸收的人可領一個一定樣式的會員證，並繳納入會費及每月的會費。

1949年3月3日全蘇「支援陸軍志願協會」中央委員會決定：協會的基層組織——射擊運動俱樂部的會員。這就意味着：俱樂部的任務不僅限於對自己的運動隊進行工作，同時還負有改進協會基層組織的射擊工作之責。俱樂部會員與「支援陸軍志願協會」的小隊及小組保持着緊密的聯系，不斷地在學習方法上幫助他們，俱樂部為「社會教練員」組織專門的訓練班和專題討論。

俱樂部的積極分子在群眾中宣傳射擊運動，在各企業、機關、學校、集體農莊和國營農場中舉行以射擊運動為題的座談會，進行關於祖國武器的演講，放映軍事技術影片，組織青年與協會優秀運動員及偉大衛國戰爭的英雄——蘇軍中著名的狙擊手、衝鋒槍手、機關槍手的聯歡會。

俱樂部與「支援陸軍志願協會」委員會共同組織群眾性的軍事體育遊戲、射擊比賽，廣泛的交流比賽者的經驗，宣傳優秀射手的成就。

每一個「支援陸軍志願協會」的會員可以在俱樂部中得到口頭及書面的輔導、可以閱讀新的有關射擊的著作及成績紀錄表。

所有俱樂部都是在廣泛的民主、創造性的建議及會員自覺行動的基礎上來建立自己的工作的。俱樂部最高的領導機關是全體會員大會，以公開投票的方式選舉委員會，由七人至十一人組成，任期一年。

委員會協助俱樂部主任領導整個的社會活動，教學、群眾運動等工作，負責發展及開除俱樂部的會員，並同俱樂部主任一起研究、審查代表隊的成員及射擊比賽的成績，討論每一年和每月的工作計劃，組織與領導俱樂部各部門的工作。

由委員會中選出主席、副主席及書記。委員會向俱樂部全體會員大會報告自己的工作，一年不得少於二次。

俱樂部全體會員大會的決議，經協會委員會批准後，俱樂部主任必須執行。委員會的決議，在俱樂部主任批准後，俱樂部會員及工作人員就必須執行。

射擊運動俱樂部的活動分為「俱樂部工作」與「分部工作」。

演講、報告、座談、爲居民舉行的展覽、有關射擊理論及技術的輔導均屬於「俱樂部工作」。此外州、邊區、加盟共和國的冠軍賽，協會優秀射手在全民節目的表演及其他群眾活動也都包括在「俱樂部工作」之內。

「分部工作」基本上是涉及俱樂部會員的工作。各部保證各小隊的訓練，訓練俱樂部會員參加比賽，完成全蘇統一體育運動等級標準的各級標準，開展合理化建議等等。

爲了完成所有這些任務，在俱樂部下設立有學習方法、射擊運動、群眾組織、合理化建議、物質保證及其他部門（關於這些部門的工作將在下面講到），這些部門的工作是由該部全體會員大會選出的主席直接領導的。

爲了有組織地監督財政經濟工作的進行，俱樂部在全體大會上選出檢查委員會，在俱樂部委員會上檢查委員會委員有發言權。檢查委員會要和俱樂部委員會一樣的向俱樂部全體會員大會報告自己的一切工作。

在全體大會及分部大會上，射擊運動俱樂部每一個會員都有表決權；他可以選舉也可以被選舉到俱樂部的所有社會機構中去，還可以參予製訂俱樂部及「支援陸軍志願協會」所推行的一切群眾體育措施。俱樂部會員們應準時出席會議，準時繳納會費，積極地參加各固定的小隊及各部門的工作，忠實地執行委員會、分部主席及俱樂部主任的委託。

每個俱樂部會員的義務是努力研究射擊業務，鍛鍊熟練的技能，提高運動水平，竭力遵守紀律，維護俱樂部的秩序及愛護財物。

聯共（布）中央委員會在青年的共產主義教育的事業中，對體育運動是極爲重視的。1948年12月27日通過了關於進一

步開展群眾性的體育運動，提高蘇聯運動員的技術及爭取重要體育項目的世界冠軍的決議。

很多「支援陸軍志願協會」的射擊運動俱樂部成功地執行了聯共（布）中央的這個指示，這些俱樂部的經驗是值得廣泛傳播的。

射擊技術學校

「支援陸軍志願協會」莫斯科市俱樂部的小隊是以具有高度的射擊技能而著稱的，這個俱樂部的三個會員——史古道夫、姚德柯和森久里娜榮膺「功勳運動家」的稱號；七個會員也得到「射擊運動家」的稱號。「支援陸軍志願協會」一半以上的個人紀錄和團體紀錄都是首都俱樂部的運動員們所創造的。協會的多次當選的選手——史古道夫僅在1949年就創造了七個全蘇新紀錄。他以步槍在300公尺距離上進行跪射（1948年）及臥射（1949年）其成績都打破了世界公認的紀錄。首都俱樂部的女學員——卡阿蓋也以步槍臥射打破了世界紀錄。「功勳運動家」——姚德柯在1949年用自選步槍重複了世界臥射的紀錄，並且在1948年以小口徑運動步槍創造了跪射的世界紀錄。

首都俱樂部的女子代表隊在1949年全蘇各大單位間的比賽中，獲得了全部項目的冠軍；同時在去年（1948年）莫斯科少年隊創造了小口徑運動步槍100公尺的新紀錄。

莫斯科市俱樂部領導了十五個分佈在首都各區的射擊運動俱樂部。爲了給予各區俱樂部一些訓練方法上的幫助，爲了領導莫斯科市的代表隊，所以在市俱樂部下面成立了教練員的專門委員會，其中包括有：「功勳運動家」史古道夫、姚德柯、森久里娜及射擊運動家卡阿蓋、高爾久克等人。

莫斯科的男子代表隊分爲若干小組，這些小組都分配到各區俱樂部去工作。其中一個小組是由全蘇射擊比賽的常勝者，蘇聯選手射擊運動家卡阿蓋及市俱樂部的教練主任——莫爾德欽來訓練的；另一組是由「功勳運動家」史古道夫，射

擊運動家古巴烈夫訓練的：第三組由射擊運動家高爾久克領導；第四組由首都體育界著名的射擊運動教練員傑亞史欽領導；第五組由代表隊的隊員，射擊運動的教練員——魯卡切夫領導。



「支援陸軍志願協會」的積極分子，
射擊運動的熱心家依留申父子。

女子組由「功勳運動家」森久里娜及著名女運動員亞洛芙卡姪領導，她是婦女中第一個得到「射擊運動家」稱號的人。

「功勳運動家」姚德柯及射擊運動家高爾久克也從事青年小組的教育工作。

莫斯科市俱樂部擁有十一個小型射擊場及一個制式射擊場。

俱樂部的教練員及優秀射手一面訓練着代表隊，一面給予各區俱樂部小隊及協會的基層組織以訓練方法上的幫助。例如俱樂部的積極分子——亞歷山大·伊萬諾維奇，傑亞史庚在莫斯科建築專科學校的學生中作了很多工作；他已經當了二十多年的射擊運動教練員，在二十多年中他培養了無數精確的射手。1949年首都共產國際區的十二個獎金獲得者中就有九個是他的學生，其中拉比洛夫和切爾內帥夫二個人還參加了莫斯科的代表隊。在首都高等學校的比賽中，莫斯科建築專科學校的學生切爾內帥夫達到了「絕對紀錄」——他用小口徑運動步槍臥射，達到了十發百環的成績。（十發子彈全部命中十環——編者）

他的學生的光榮的勝利是他以不少的精力贏得的。起初切爾內帥夫缺乏信心，認為他不可能達到像傑亞史庚那樣的技能。

有一次他們談話時切爾內帥夫說：「顯然，您自己一定有一些精確射擊的秘訣。」

「嚴格的遵守射擊規則及努力的操練，這就是我的全部秘訣。」傑亞史庚這樣回答。

但切爾內帥夫沒有能立刻相信這一點，他認為他在射擊時一向是遵守了射擊規則的。

「讓我們來檢查一下吧！」傑亞史庚提議說。

切爾內帥夫拿起教育槍進行瞄準。

「現在你閉住左眼，均勻地扣引板機。」

切爾內帥夫執行了命令，教練員叫他睜開眼睛檢查一下槍是否仍在原來的位罝，這時他發現槍向右偏了，而且槍身也低了不少。

「你的手太緊張了，」傑亞史庚解釋說：「當你閉上左眼以後，你便放鬆了對手的注意，兩手應該很自然地放在較為舒服的位置上」。教練員又着重指出：「肌肉不必要的緊張能够增加槍身的顫動，如果你想做到正確的射擊預備的話，首先你應當把手、身體、頭、腳安置在一個最適當的位置，使槍在手中時就如同放在瞄準架上一樣穩固。」

教練員所提出的自我檢查的方法幫助切爾內帥夫瞭解了自己的錯誤，他因此開始了頑強的操練。

對他來說立射預備是比較困難的，需要給左肘找一個支點，他就決定把肘支在無名骨上。

傑亞史庚警告他說：「並不那樣容易！在這樣情形下射手往往使身體後傾，把身體的重量放在腳跟上。」

「你找到了一個支點，却丟失了兩個比較重要的支持點；假如減去兩腳尖所應承擔的重量的話，那就會失去平衡。這就是你最嚴重的錯誤，但它却使我高興。」

「爲什麼？」切爾內帥夫甚爲驚訝地問。

「在這裏面說明了你的長進，你是以創造的態度來對待事物的。在這種情況下你的那個輔助支撐點找得不很恰當，但是像這樣的點是應該找的，你走的是正道。」

從此以後切爾內帥夫開始按照另一種方法進行練習，他

詳細地分析自己在射擊地氈上的每一個動作，竭盡所能使槍身穩固，甚至是最細微的因素他都注意到了。

年青的射手用了許多的時間來摸索正確的射擊預備動作；終於，他獲得了參加射擊的許可。這對他來說是最值得紀念的日子，切爾內帥夫滿懷着從所未有的自信心，他很仔細地瞄準靶的「黑心」下緣，當他覺得槍在他手中一點也不晃動時，扣引了扳機。

「你的意見怎樣？」照例在沒有靠近望遠鏡之前傑亞史庚這樣問。

「我想是『十環』。」切爾內帥夫自信地宣佈，他認為在這次射擊中他很好地掌握了發射的時機。

「那就不用想得那麼幸運了。」傑亞史庚斷然作了結論。切爾內帥夫生氣地由望遠鏡一看，彈痕在「二環」上。

「我到底錯在那裏呢？」運動員懷疑地問。

「錯就錯在你急於攫取發射的時機，當槍身位置尚未完全穩定下來，就像運動員們所說的還沒放死時：你顯然是急於想不錯過時機，而猛扣了扳機。」

爲了說明自己推論的正確性，傑亞史庚用普通的紙做了一個小紙筒，並要切爾內帥夫把它戴在右手的食指上，做完了以後，切爾內帥夫重新作射擊預備，沉着地瞄準並開始扣引扳機。戴在手指上的紙筒的尖端起初移動的很均勻，過了一會就不動了，但是突然又激烈地猛扣了一下，這說明傑亞史庚的推論是正確的。

僅僅經過了一星期，當切爾內帥夫改掉了猛扣扳機的習慣以後，他又獲得了射擊的允許，這次他擊中了「三環」。傑亞史庚對着彈痕仔細的考慮了半天就走開了，返回靶場以後遞

給切爾內帥夫一副金屬片嵌成的眼鏡，右眼鏡片——金屬片的正中心有一個直徑不超過兩公厘的小孔，帶上這付眼鏡射擊成績就提高了。

「懂了嗎？」傑亞史庚肯定地說：「你沒能很精確地看到照門的上緣，在那上面有時會形成一個不大的陰影，你把準星和這個陰影取平了。」

「那個陰影有多麼大呢？」切爾內帥夫很感興趣地問。

「比頭髮稍微粗一點。」教練員回答。

「這樣一點就能使彈丸只擊中『三環』嗎？」切爾內帥夫很驚訝地問。

「是的，」傑亞史庚證實說：「把陰影誤認為照門的上緣，就像運動員們通常所說的一樣，取了個『大準星』。你幾乎把準星昇高了半公厘，這就使彈丸產生了很大的偏差」。

教練員着重指出：「這裏你要注意的是即使準星和瞄準點一致時，這種錯誤也往往會使你少打一兩環的。瞄準和射擊預備時一樣，射手應該研究每一個可能發生的錯誤，只有這樣他才能知道首先應該注意些什麼。」

在操練過程中，切爾內帥夫很快就學會了注意照門上緣的陰影。現在在簡單的射擊練習中他已經取得了很好的成績。但在需要發射許多子彈即所謂的「標準射擊」時，他又遭到失敗，最初的五、六發通常是很精確的，但到後來射擊成績就突然變壞了。運動員開始更注意地來瞄準，並減低發射速度，然而，他越是努力其命中的成績却越是不好。

當着切爾內帥夫剛要灰心的時候，教練員又來幫助他了。

「注意瞄準點，睜開左眼。」一次當切爾內帥夫瞄好了並準備擊發的時候，教練員這樣對他說。