



Spúšťanie spúšte (kohútika)

Podolie – september 2013

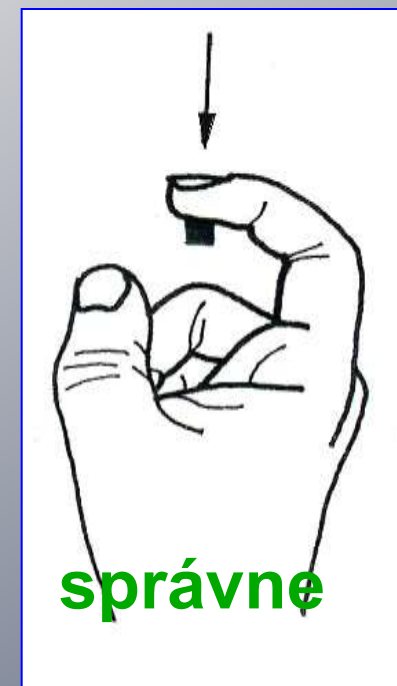


Spúšťanie

- Od kvality spúšťania závisí presnosť streľby každého jedného výstrelu a nesmie v žiadnom prípade ovplyvniť stabilitu pušky – preto je dôležité sa tomu venovať.

Priebeh správneho spúšťania je nasledovný:

- Po zaujatí polohy, ukludnení, nasleduje navedenie zbrane na terč a k položeniu prstu na spúšť.
- Pravá ruka drží zbraň zľahka a pravý ukazovák sa dotýka spúšte pričom nevytvára žiaden tlak.
- Dotyk ukazováka je asi v 1/3 alebo 1/2 posledného článku.





Spúšťanie

- Vlastné spúšťanie sa vykonáva súčasne s jemným mierením pri zatajenom dychu.
- Spúšťanie by malo byť plynulé a sila na spúšti musí smerovať kolmo dozadu v smere hlavne zbrane.
- Celý dej má trvať 1,5 až 2,5 sekundy.

Zlé návyky:

- Strhnutie spúšte – strelec v okamihu výstrelu aktivoval ďalšie svalové partie t.j. predovšetkým na pravom ramene, na chrbte a na prsiach. Takáto akcia svalov má za následok zhoršenie stability zbrane pri výstrele = zlý zásah.



Spúšťanie

- Chytanie desiatky – strelec nie je schopný ustáliť zbraň do zámerného bodu (vysvetľovali sme pri mierení), puškou krúži a keď si myslí, že má správne namierené spustí spúšť. Tu sú v činnosti viaceré (nepotrebné) svaly ktoré zapríčinia odskočenie zbrane = zlý zásah.
- Pomalé spúšťanie – strelec v snahe o najpresnejší zásah neodpáli v dobe, keď ešte vidí mušku ostro, dochádza k rozmazaniu zamierenia a tým k zväčšeniu rozptylov v terči = zlý zásah.
- Púšťanie pušky po odpálení – strelec vo chvíli odpálenia rany akoby spustí pušku dole = zlý zásah. Príčinou je podvedomé uvoľnenie svalov ruky držiacu zbraň.



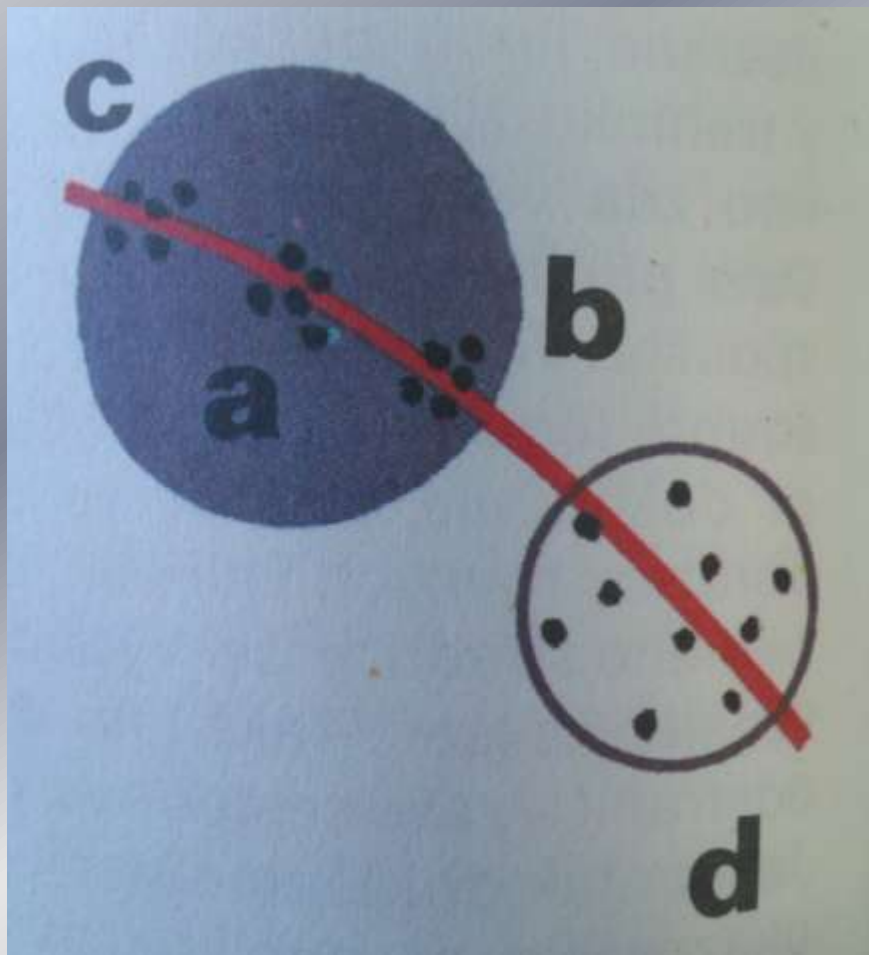
Spúšťanie

- Priloženie pravého ukazováka končekom prsta je nevhodné. Nedržíme spúšť rovnomerne, hrozí zošmyknutie a strhnutie zbrane smerom vľavo = zlý zásah. Porušili sme pravidlo, že sila na spúšti musí smerovať kolmo dozadu.
- Priloženie pravého ukazováka koncom prvého článku a druhým článkom má za následok strhnutie zbrane smerom vpravo = zlý zásah. Porušili sme pravidlo, že sila na spúšti musí smerovať kolmo dozadu.





Spúšťanie



Chyby pri spúšťaní:

a - správne spúšťanie

b – príliš rýchle spúšťanie

c – príliš pomalé spúšťanie

d – strhávanie

Pozor - je jasné že v priebehu streľby si nemôžeme dovoliť meniť spôsob spúšťania, musíme zvoliť jeden a ten nacvičiť!!!



Zdroje

- Ing. Jan Brych, Vladislav Šaňák: Přesně do terče, Svazarm Praha 1988
- Ing. Jan Brych: Sporovní střelba – metodyka výcviku ve střelbě puškou, Svazarm 1985





Veľa športových úspechov!

Inštruktor: Ing. Peter Košút
Email: ing.peter.kosut@gmail.com

Adresa: ZŠ s MŠ Podolie
Hlavná 804
916 22 PODOLIE

Telefón: +42132 / 7408411
Internet: <http://www.zspodolie.sk>
Email: zspodolie@gmail.com

