

Государственное автономное образовательное учреждение
Астраханской области дополнительного образования
«Региональный школьный технопарк»
Центр детского научно-технического творчества

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГАОУ АО ДО «РШТ»

 В.В. Войков

«25» августа 2018 год

Утверждена Педагогическим Советом
ГАОУ АО ДО «РШТ»
Протокол № 9 от «27» августа 2018г.

Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая модифицированная программа
«Охота на лис»

Возраст: 9 - 11 лет.
Срок реализации: 3 года.

Составитель программы:

Бабаев Д. П.,
педагог дополнительного
образования

Программа по спортивной радиопеленгации «Охота на лис»

Направленность программы - техническая

Актуальность: занятия спортивной радиопеленгацией ведут к гармоничному развитию целого ряда качеств, необходимых современному человеку. Системотехническая суть спортивной радиопеленгации - сбор информации об окружающей среде, выработка линии поведения, направленной на оптимальное достижение целевого состояния (нахожусь на финише, все «лисы обнаружены» и затрачен минимум времени). В связи с тем, что спортивная радиопеленгация является ситуационным видом спорта, занятия этим видом развивают способность детей быстро и правильно ориентироваться в постоянно изменяющейся обстановке, развивают гибкость и быстроту мышления. Занятия, проводимые в основном на свежем воздухе, оказывают благотворное влияние на здоровье ребенка.

Отличительные особенности программы:

Программа была создана на основе авторской программы 1998 года «Спортивная радиопеленгация в учреждениях дополнительного образования». Автор А. Абрамов. Данная программа адаптирована к климатическим и географическим условиям Астраханской местности. Содержание программы упрощено с расчётом на более младший возраст обучающихся. Младшая возрастная группа занимается преимущественно подготовкой к участию в соревнованиях по спортивному ориентированию. В связи с этим первый год обучения полностью отводится на освоение азов спортивного ориентирования: изучения карт, условных знаков, «легенд», компаса и др.

Краткая характеристика обучающихся по программе:

Объем и срок освоения программы

Программа рассчитана на три года обучения:
первый, второй, третий год – по 216 академических часов.

формы обучения

Программа реализуется очно.

Особенности организации образовательного процесса:

Образовательный процесс осуществляется в соответствии с учебным планом творческого объединения. Группы могут быть разновозрастные (в зависимости от результатов ЗУН). Состав группы – постоянный и формируются в основном из учащихся 9-11 лет

Режим работы регламентируется расписанием.

Количество учащихся в группах первого года обучения 10-12 человек;
второго года обучения 8-10 человек. Третьего года обучения 6-8 человек.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий:

занятия проводятся 2 раза в неделю по 3 академических часа.

Цель программы: Подготовка всесторонне развитых спортсменов по спортивному ориентированию и спортивной радиопеленгации в условиях дополнительного образования, развитие творческих способностей гармонично развитой личности.

Основные задачи:

Личностные:

- Подготовка физически развитых спортсменов по спортивному ориентированию и спортивной радиопеленгации.
- Развитие эмоциональной устойчивости, целеустремлённости.
- Развитие у детей таких психологических качеств, как воображение, логическое мышление, внимание, гибкость и быстрота мышления.

Метапредметные:

- Профессиональная ориентация подрастающего поколения.
- Воспитание высококвалифицированных качеств характера как проекция адаптации в социуме.

Образовательные:

- Освоение техники спортивного ориентирования и спортивной радиопеленгации.
- Тактическая и стратегическая подготовка спортсменов

Программа по спортивной радиопеленгации «Охота на лис» описывает, в основном, методику проведения занятий по освоению базовых навыков. Весь же комплекс подготовки практически не зависит от года обучения, а зависит, в основном, от возрастных и индивидуальных особенностей каждого ребенка. Практика занятий показывает, что разница в физическом и умственном развитии ребят 9-11 лет огромна, даже у ровесников, поэтому при реализации программы необходимо применение дифференцированного подхода. Реализация образовательного модуля по спортивной радиопеленгации «Охота на лис» представляет собой сложный учебный, воспитательный и развивающий процесс, состоящий из следующих блоков:

Техническая подготовка - комплекс умений и навыков, необходимых для производства всех действий на соревновательной дистанции, направленных на достижение оптимального результата. Уровень технической подготовки в спортивной радиопеленгации включает в себя целый комплекс разнообразных технических навыков: техника пеленгации, техника ориентирования и техника передвижения, обучающиеся овладевают техникой ориентирования, техникой пеленгации, техникой передвижения.

Техники ориентирования - это такие знания и умения как ориентирование по карте: чтение карты и местности, измерение расстояния по карте и на местности, использование компаса, движение по прямой линии.

Техника пеленгации - это такие знания и умения как настройка на сигнал передатчика с известной и неизвестной частотой, определение направления на передатчик на местности, оценка расстояния до передатчика, переключение приемника на различные режимы.

Техника передвижения – комплекс двигательных навыков, включающих передвижение бегом, шагом, прыжками.

Тактическая подготовка – это комплекс знаний и умений, направленных на правильный выбор действий, которые необходимо предпринять с учетом анализа информации об окружающей обстановке.

Стратегическая подготовка – умения выбрать правильную тактику действий, исходя из информации о характере местности, радиотехнической обстановке, уровне готовности спортсмена, его аппаратуры.

Психологическая подготовка направлена на развитие мыслительных способностей и обучение технике релаксации и саморегуляции.

Критерием успешности освоения ребенком Программы является успешное выступление его в соревнованиях по спортивной радиопеленгации. Соревнования не являются целью обучения, но являются определенной точкой контроля, а также средством стимулирования интереса к занятиям.

Принципиальное обоснование последовательности обучения.

В процессе реализации Программы предусматривается освоение обучающимися следующих образовательных направлений:

- Техника спортивного ориентирования.
- Техника спортивной радиопеленгации.
- Тактика в спортивной радиопеленгации.
- Основы радиотехники.
- Физическая подготовка.
- Человеческий организм. Гигиена, профилактика травм и самоконтроль.

Наилучшие результаты приносит следующая последовательность обучения: Сначала обучающиеся получают основные навыки спортивного ориентирования, закрепляют их, участвуя в соревнованиях. Затем идет обучение работе с приемником по настройке на сигнал лисы и поиска близко расположенного маяка. Целесообразно начинать обучение на диапазоне 145 МГц более простого и более быстрого обучения технике управления пеленгатором, в ущерб формированию тактического мышления. По мере роста уверенности ребят в поиске маяка, можно переходить к аналогичным занятиям в диапазоне 144 МГц, который характеризуется меньшей точностью. На этом этапе уже можно проводить соревнования среди новичков по упрощенной программе радиориентирования с поиском работающих непрерывно передатчиков. Необходимо следить за правильным выполнением действий, полностью игнорируя скорость выполнения. На этом этапе необходимо дать основы технических навыков, а совершенствовать их, уже на следующем витке спирали обучения. Не рекомендуется использовать на этой стадии, циклически работающие передатчики, которые будут вынуждать детей торопиться, в ущерб правильности действий, что отрицательно скажется в будущем. После освоения минимальных технических навыков, следует переходить к основам технической подготовки. На этом этапе ребята должны получить представление о «распеленговке» лис, определении варианта взятия, выбора точки местности, куда необходимо выйти к началу сеанса, должны научиться применять навыки ориентирования при выходе в район ближнего поиска передатчика.

Физическая подготовка ведется непрерывно в процессе двух типов тренировок: 1-й тип - тренировки в занимательной игровой форме, позволяющие развивать общую выносливость не вызывая общего переутомления. 2-ой тип – монотонные кроссовые тренировки, развивающие психологические качества - волю, умение терпеть.

Теоретические занятия по гигиене и самоконтролю проводятся по ходу основных занятий.

Обучением основам радиотехники лучше всего заниматься в зимний период и межсезонье.

Тематический план первого года обучения

№ п/п	Название темы/раздела	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Правила и традиции в творческом объединении	3	3	0	Беседа
2.	Техника безопасности и выживания.	6	3	3	Беседа
3.	Тестирование	9	0	9	Выполнение заданий
4.	Основа радиотехники и распространения радиоволн	3	3	0	Беседа
5.	Правила соревнований	6	2	4	Беседа, опрос
6.	Физическая подготовка	45	0	45	Выполнение заданий
7.	Техническая подготовка по СРП	30	6	24	Выполнение заданий
8.	Тактическая подготовка по СРП	12	3,5	8,5	Выполнение заданий
9.	Техническая подготовка по ориентированию	42	9	33	Выполнение заданий
10.	Тактическая подготовка по ориентированию	15	3,5	11,5	Выполнение заданий
11.	Участие в соревнованиях по ориентированию	18	0	18	Соревнования
12.	Участие в соревнованиях по СРП и радиориентированию	24	0	24	Соревнования
13.	Заключительное занятие	3	3	0	Беседа
	Итого:	216	36	180	

Учитывая сезонный характер занятий радиопеленгацией и спортивным ориентированием, рекомендуется содержание модуля распределять не по темам, а по месяцам года.

Сентябрь - октябрь

Теоретические и практические занятия по основам ориентирования на местности. Обучение основам техники бега. Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию. Тестирование психологических физических качеств.

Ноябрь

Начало теоретических занятий по основам радиопеленгации. Обучение элементам техники пеленгации с помощью тренажеров в помещении.

Декабрь - февраль

Продолжение работы над техникой и тактикой пеленгации в помещении. Теоретические занятия по основам радиотехники.

Основные понятия радиопеленгации. Периодичность работы передатчика «лисы». Работа передатчика в телеграфном телефонном режиме. Магнитные полюса земли их значение при работе с компасом.

Практическая работа. Нахождение направления работы «лисы» (передатчика) с помощью «охотника» (приемника).

Март - апрель

Физическая подготовка. Проведение технических тренировок с пеленгатором на местности. Восстановление технических навыков ориентирования, отработанных осенью. Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию, радиоориентированию.

Май

Итоговое тестирование. Тренировки по совершенствованию технических и тактических навыков по СРП.

Июнь.

Тренировки по совершенствованию технических и тактических навыков по СРП. Участие в областных соревнованиях по спортивной радиопеленгации.

Тематический план второго года обучения

№ п/п	Название темы/раздела	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Правила и традиции в творческом объединении	3	3	0	Беседа
2.	Техника безопасности и выживания.	6	3	3	Беседа
3.	Гигиена и самоконтроль	3	3	0	Беседа
4.	Основы радиотехники и распространения радиоволн	9	6	3	
5.	Правила соревнований	3	3	0	Беседа
6.	Физическая подготовка	48	0	48	Выполнение заданий
7.	Техническая подготовка по СРП	39	15	24	Выполнение заданий
8.	Тактическая подготовка по СРП	18	6	12	Выполнение заданий
9.	Техническая подготовка по ориентированию	33	9	24	Выполнение заданий
10.	Тактическая подготовка по ориентированию	9	3	6	Выполнение заданий
11.	Участие в соревнованиях по ориентированию	18	0	18	Соревнования
12.	Участие в соревнованиях по СРП и	24	0	24	Соревнования

	радиориентирование				
13.	Заключительное занятие	3	3	0	Беседа
	Итого:	216	54	162	

Сентябрь – октябрь

Тестирование психологических и физических качеств. Участие в соревнованиях по ориентированию, радиориентированию и спортивной радиопеленгации. Отработка отдельных тактико-технических качеств.

Ноябрь

Физическая подготовка. Отработка техники и тактики в помещении.

Декабрь – февраль

Продолжение работы над техникой и тактикой пеленгации в помещении. Теоретические занятия по основам радиотехники.

Назначение и работа антенн в приемнике «Охота на лис». Изучение работы передатчика и приемника.

Практическая работа: Отработка навыков пеленгации (определение направления работы передатчика с помощью приемника «охотаника на лис»). Ориентирование на местности по карте и компасу. Проведение областных соревнований по спортивной радиопеленгации, посвященных Дню губернии.

Март –апрель

Специальная физическая подготовка. Проведение модельных тренировок на местности. В тренировках должны преобладать упражнения, включающие полный спектр действий на дистанции. Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию, радиориентированию и радиопеленгации.

Май

Итоговое тестирование. Тренировки по совершенствованию технических и тактических навыков по СРП. Знакомство с положением об областных соревнованиях по спортивной радиопеленгации.

Июнь.

Тренировки по совершенствованию технических и тактических навыков по СРП. Участие в областных соревнованиях по спортивной радиопеленгации.

Третий год обучения

Учебно-тренировочная работа на третьем году обучения, практически совпадает с работой на втором году обучения. Однако в структуре занятий преобладают практические тренировки, так как основные теоретические моменты уже усвоены обучающимися на втором году пройденного материала. Сезонная схема организации занятий аналогична второму году обучения.

Тематический план третьего года обучения

№ п/п	Название темы/раздела	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Правила и традиции в творческом объединении	3	3	0	Беседа
2.	Техника безопасности и	6	3	3	Беседа

	выживания.				
3.	Гигиена и самоконтроль	3	3	0	Беседа
4.	Основы радиотехники и распространения радиоволн	9	1,5	7,5	Выполнение заданий
5.	Правила соревнований	3	3	0	Выполнение заданий
6.	Физическая подготовка	48	0	48	Выполнение заданий
7.	Техническая подготовка по СРП	39	1,5	37,5	Выполнение заданий
8.	Тактическая подготовка по СРП	18	0,5	17,5	Выполнение заданий
9.	Техническая подготовка по ориентированию	33	1	32	Выполнение заданий
10.	Тактическая подготовка по ориентированию	9	0,5	8,5	Выполнение заданий
11.	Участие в соревнованиях по ориентированию	18	0	18	Соревнования
12.	Участие в соревнованиях по СРП и радиоориентированию	24	0	24	Соревнования
13.	Заключительное занятие	3	3	0	Беседа
	Итого:	216	20	196	

Тестирование и контроль.

Целью тестирования и контроля, в рамках данного модуля, является: анализ и корректировка учебно-тренировочного процесса; проверка качества и уровня освоения обучающимися модуля.

Планируемые результаты

В конце I учебного года обучающиеся должны

знать:

1. Масштаб карты, северные линии, азимут, условные знаки спортивных карт.
2. Устройство компаса.
3. Спортивное ориентирование - ЗО.
4. Понятия: Маркировка, Выбор, Эстафета.
5. Порядок старта и финиша в соревнованиях СРП. Обязанности спортсмена. Ограничения на планировку дистанции (стартовая зона, край карты, расстояние между передатчиками).
6. Приёмник-передатчик. Назначение органов управления.
7. Антенна. Штыревая, рамочная, волновой канал. Диаграмма направленности.
8. Режим дня спортсмена. Личная гигиена.
9. Одежда и обувь для занятий спортом.
10. Требования к уровню спортивной подготовки.

уметь:

11. измерять азимут по карте и показывать его по карте. Уметь измерять азимут на местный предмет и нанести его на карту.

12. измерять расстояния на карте (любого масштаба) и на местности.
13. ориентировать карту.

В конце 2 учебного года обучающиеся должны

знать:

1. Рельеф на карте. Горизонталь. Высота сечения рельефа.
2. Разрядные нормы по СЮ (общие принципы)
3. Способы определения штрафа в соревнованиях по маркированной трассе. Требования к возрастным группам
4. и параметрам.
5. Разрядные нормы по СРП. Общие понятия о рейтинге.
6. Структурная схема приемника прямого преобразования. Принципы работы ограничителей-обострителей.
7. Принцип работы антенн, применяемых в СРП.
8. Отличия законов распространения радиоволн на КВ и УКВ.
9. Поляризации.
10. Основные электрические величины - Вольт, Ампер, Ватт, Ом. Закон ОМА для участка цепи. Постоянный и переменный ток.
11. Средства тренировки и восстановления.
12. Требования к уровню спортивной подготовки.

Уметь:

Строить профиль рельефа отрезка местности.

Измерять расстояния на карте (любого масштаба) и на местности.

Личностные:

Подготовка физически развитых спортсменов по спортивному ориентированию и спортивной радиопеленгации.

Развитие эмоциональной устойчивости, целеустремленности.

Развитие у детей таких психологических качеств, как воображение, логическое мышление, внимание, гибкость и быстрота мышления.

Результаты, которые приобретет обучающийся по итогам освоения

программы:

Личностные:

физически развитые спортсмены по спортивному ориентированию и спортивной радиопеленгации.

Развитые личностные качества такие как эмоциональная устойчивость, целеустремленность.

Развитые такие психологические качества, как воображение, логическое мышление, внимание, гибкость и быстрота мышления.

Метопредметные:

Профессиональная ориентация

Высококонвентвенные качества характера и успешную адаптации в социуме.

Образовательные:

Знание техники спортивного ориентирования и спортивной радиопеленгации.

Владение тактикой и стратегией спортивного ориентирования и спортивной радиопеленгации.

Условия реализации программы

Специально оборудованного помещения реализация программы не требует.

Материально-техническое обеспечение (перечень оборудования):

№ п/п	Наименование	количество	Примечание
1.	Приемник пеленгатор диапазона 3.5 МГц	12-15	По числу учащихся – 2-3 запасных
2.	Микропередатчик 3.5 МГц	5-8	Желательно на разных частотах
3.	Тренировочный маяк	6-8	Оборудован часами и генератором кода лисы. двух диапазонный
4.	Лиса	7	1 комплект на два диапазона (если однодиапазонные, то на каждый) 5 лис+ фишиш- резерв
5.	Приемник пеленгатор диапазона 144 МГц	12-15	
6.	Микропередатчик 144 МГц	5-8	
7.	Передатчик с плавной перестройкой частоты в диапазонах 3.5 МГц и 144 МГц	1	Необходим для отработки навыков настройки на лису, калибровки пеленгаторов
8.	Компас жидкостный	20-24	По 2 на учащегося – один после доработки, устанавливается на приемник, второй применяется в соревнованиях и тренировках по спортивному ориентированию.
9.	Персональный компьютер	1-3	Необходим для работы с программами-тренажерами. Работа индивидуальная по графику.
10.	Комплект электрического инструмента и приборов		Ремонт и обслуживание аппаратуры.

Формы аттестации

Критерием успешности освоения ребенком Программы является успешное выступление его в соревнованиях по спортивному ориентированию и спортивной радиопеленгации. Соревнования не являются целью обучения, но являются определенной точкой контроля, а также средством стимулирования интереса к занятиям.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:

-Результат работы: получение разрядов;

-Результат участия в соревнованиях: разряд, диплом, грамота, сертификат;

-Документация педагога: журнал посещаемости, материал анкетирования и тестирования, методическая разработка, протокол соревнований, фото, аудио и видеозапись.

Формы предъявления

Сертификаты и дипломы.

Методические материалы.

методы обучения:

1. словесный,
 2. наглядный,
 3. практический,
 4. объяснительно-иллюстративный,
 5. репродуктивный,
 6. частично-поисковый,
 7. исследовательский,
 8. проблемный,
 9. игровой,
 10. дискуссионный,
- и др.

Формы организации образовательного процесса-
групповая и индивидуальная.

Формы организации учебного занятия:

беседа, встреча с интересными людьми, игра, конкурс, практическое занятие, презентация, соревнование, экскурсия, эксперимент и т.д.

Педагогические технологии:

технология индивидуализации обучения, технология программированного обучения, технология модульного обучения, технология блокно-модульного обучения, технология дифференцированного обучения, технология разноуровневого обучения, технология развивающего обучения, технология проблемного обучения, технология исследовательской деятельности, технология игровой деятельности, коммуникативная технология обучения, технология коллективной творческой деятельности, технология портфолио, технология педагогической мастерской, технология образа и мысли, здоровье сберегающая технология, технология-диалог и др.

Дидактические материалы:

схемы, чертежи, раздаточные материалы: карты графических диктантов, плоский геометрический конструктор, технические кроссворды, инструкционные карты, задания, упражнения и др.

Организация соревнований по спортивной радиопеленгации

Соревнования по спортивной радиопеленгации проводятся следующим образом. В парке тщательно маскируется 5 автоматических радиопередатчиков, которые, сменяя друг друга по одной минуте, передают в эфир свои позывные. Спортсмен, вооруженный специальным приемником-пеленгатором с направленной антенной, имея часы, компас и чистую карту местности должен в кратчайший срок обнаружить все передатчики, побывать и отметить на них и

вернуться на финиш. Во время соревнований спортсмену приходится решать целый комплекс задач. Например, оценивать местоположение передатчиков («шис») на карте. Регулировать темп бега для выхода в район лисы к началу сезона ее работы, определять выгодный порядок обнаружения передатчиков, выбирать оптимальный путь движения по карте, оперативно перестраивать свой приемник с лисы на лису, а также быстро передвигаться по пересеченной местности.

Тактико-техническая и стратегическая подготовка.

1. Техническая подготовка.

Целевая

Техническую подготовку целесообразно осуществлять в следующей последовательности:

- Обучение настройке на чистоту лисы - известную, неизвестную, вслепую. Установка оптимального уровня усиления. Определение вида модуляции в диапазоне 2м.к передатчика комбинированным способом.
- Обучение определению направления на передатчик по максимуму диаграммы направленности.
- Обучение уточнения направления по минимуму диаграммы направленности.
- Измерения пеленга компасом.
- Нанесения пеленга на планшет.
- Поиск передатчика по максимуму диаграммы направленности. Следует уделять внимание уровню усиления приемника.
- Поиск передатчика комбинированным методом.
- Использование режима «тон» и других обострителей при ближнем поиске.
- Оценка дальности по уровню сигнала.
- Изменение дальности методом дальномерного рывка.
- Техника обхода препятствия.
- Определение поляризации принимаемого сигнала. Поиск передатчика с измененной поляризацией.

Примечание: Дальнейшая техническая подготовка идет по пути совершенствования описанных выше навыков, снижения погрешности и временных затрат.

Ориентирование

- Изучение условных знаков спортивных карт, понятие масштаба карты.
- Измерение расстояний на карте и местности.
- Движение по линейным ориентирам, отслеживание своего местоположения по карте, ориентирование карты. Переход от дорог - к контурам растительности и протяженным формам рельефа.
- Обнаружение точечных ориентиров в непосредственной близости от линейных ориентиров.
- Понятие азимут. Измерение азимута на карте и на местности.
- Отработка счета шагов и движения по азимуту по «белой карте».
- Изображение рельефа горизонталями, высота сечения рельефа.
- Прямолинейное движение без использования компаса методом трех точек.

- Движение по цепочке точечных и мелких площадных ориентиров визуально.
- Движение по цепочке привязок с использованием азимута.
- Отслеживание своего местоположения при движении по маркированной трассе.

Примечание: После освоения перечисленных навыков, следует уделить внимание формированию у спортсмена способности опускаться себя движущейся точкой в карте. Это достигается использованием следующей мыслительной модели: «Читаю карту - представляю местность, читаю местность - представляю себя в этой местности, сравнивая видимый образ местности с изображенным на карте. Черепищу себя в карту, и корректирую выбранное направление движения».

Передвижение

Техника передвижения занимает одно из ведущих мест в подготовке спортсмена – «охотника». Техника бега создается совместной работой мышц и нервной системы с целью достижения наибольшей экономичности и эффективности. При заданном расходе энергии, необходимо развивать наибольшую скорость. На коротких дистанциях (ускорение в цикле) на первом месте выходит эффективность, а на длинных – экономичность. Два следующих друг за другом шага образуют беговой цикл, во время которого выполняются все отдельные фазы движений. Во время одного бегового цикла ноги находятся поочередно в опорной и маховой фазах. Опорная фаза – это период контакта ноги с грунтом. Маховая фаза – период между двумя опорными фазами.

Обучение технике бега – длительный процесс. Тренеру следует обращать внимание на равномерное развитие мышечных групп, обеспечивающих опорную и маховую фазы бега. Слабое развитие отдельных мышц, может осложнить формирование правильной техники бега или сделать его невозможным.

Большое внимание следует уделять развитию ловкости, в связи с тем, что спортсмену приходится не только бежать. Лучшей тренировкой здесь является преодоление различных тестовых дистанций на местности.

2. Тактическая подготовка.

Тренировки в области тактики должны быть направлены на формирование системы правильных действий. Перечень тренировок:

- Спортсмен бежит на местности отрезок длиной 500-900 метров пеленгуя установленные передатчики, добежав до конца отрезка, показывает тренеру «всер» пеленгов и объясняет ему тактический план дальнейших действий.
- Устанавливается два передатчика. Спортсмен пеленгует передатчики со старта, добежав до тренера, пеленгует их оттуда. Показывает пересечение пеленгов. Если ошибка составляет более 200-300м (в зависимости от расстояния до передатчика) упражнение повторяется. В Другом случае спортсмен убегаёт обнаруживать передатчики, предварительно спрогнозировав время обнаружения каждого из них.
- Ставится дистанция на местности с применением маломощных передатчиков. На карте спортсмена рисуются «точки выхода». Каждому спортсмену дается описание обнаружения передатчиков. Цель спортсмена, вовремя выбежав по карте в «точку выхода»!

Все эти упражнения направлены, в первую очередь, на формирование у спортсмена стереотипа правильных действий. Постоянный контроль над выполнением тактических действий, позволяет на ранних этапах обучения формировать навыки планирования своих действий.

Обучение тактики ориентирования производится как одновременно с тактикой пеленгации, так и на отдельных упражнениях. Главное, научить спортсмена, применять свои навыки ориентировщика на соревнованиях по радиопеленгации.

2. Стратегическая подготовка.

Стратегическая подготовка спортсменов ведется, в основном, на теоретических занятиях. Это планирование дистанций, анализ собственных результатов и результатов других спортсменов. Но главным залогом успешной стратегической подготовки является приобретение соревновательного опыта и хорошая теоретическая подготовленность спортсмена.

3. Психологическая подготовка.

Для развития психологических качеств у спортсменов рекомендуется использовать упражнения для развития воображения, логического мышления, внимания. Упражнения педагог подбирает в зависимости от уровня развития данных качеств у спортсменов.

Список литературы

1. Гречихин А. Соревнования «Охота на «лис»», М., ДОСААФ, 1973.
2. Гречихин А. Радиопеленгация в вопросах и ответах, М., ДОСААФ, 1987.
3. Верхотуров В. И др. Радиоаппаратура для «охоты на «лис». М., Энергия, 1976.
4. Костышев В.И. Философия спортивного ориентирования, М.: Физкультура и спорт, 1985.
5. Иванов Е.И., Начальная подготовка ориентировщика, М.: Физкультура и спорт, 1985.
6. Программа детско-юношеской спортивно-технической школы ДОСААФ и профсоюзов по радио спорту, М.: ДОСААФ, 1987г.
7. Журнал «Радио».