

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ ВЛАДИМИРСКОЙ ОБЛАСТИ
«ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ПО КОННОМУ СПОРТУ»**

Методическая работа

**ОТРАБОТКА НАВЫКА ПОИСКА «ЛИС»
НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНА
В СПОРТИВНОЙ РАДИОПЕЛЕНГАЦИИ**

Выполнил:

Тренер – преподаватель
Королев Л.А.

Владимир 2013

Основной формой подготовки «охотников на лис» являются систематические занятия по физической и специальной, тактической и морально-волевой подготовке. Только комплексное сочетание всех форм и методов тренировок позволяет готовить всестороннее развитие спортсменов, в совершенстве владеющих мастерством поиска «лис».

Специальная тактико-техническая подготовка включает в себя занятия на местности и в классе, в процессе которых спортсмены приобретают знания по пеленгации и тактике поиска, навыки работы с приемником, умение вести ближний поиск, оперативно работать с картой, правильно выбирать вариант поиска.

Приступать к обучению начинающих «охотников» надо с изучения телеграфной азбуки, а более опытным следует совершенствоваться в приеме «морзянки» круглый год. *(На соревнованиях часто бывают случаи, когда даже опытные спортсмены в условиях сильных помех не могут отличить позывные «лисы» от сигналов других станций, а некоторые из-за незнания телеграфной азбуки по два раза ищут одну и ту же «лису»)*

Настоящий «охотник» не только должен знать позывные «лис», но и хорошо разбираться в хаосе телеграфных сигналов, которые он принимает на свой приемник.

Обучать спортсменов телеграфной азбуке можно в радио-классе или же при помощи и простейшего генератора, собранного на одном транзисторе с нагрузкой на головные телефоны или обычный громкоговоритель.

В любое время года должны проводиться занятия по физической (кроссы от 30 до 50 минут) и специальной подготовке. В настоящей работе мы рассмотрим именно специальную часть тренировки.

В первую очередь необходимо научиться и в совершенстве отработать навыки настройки приемника на частоты «лисы».

Для этого в классе, либо на местности включается передатчик, который работает постоянно. Вначале ручки приемников выводятся в крайнее положение. Спортсмены по команде включают приемники, увеличивая их мощность до среднего уровня, затем включают второй гетеродин и, плавно поворачивая ручку настройки, находят сигнал «лисы». Услышав его, можно

выключить второй гетеродин и пользоваться тональным генератором (если такой имеется), после чего свести громкость сигнала до минимальной.

Только при минимальной громкости нужно определять направление на передатчики. Исходным нормативом для выполнения этого упражнения можно считать 30 секунд и постепенно довести его до 5 секунд. Рекомендуется выполнять данное упражнение 15-20 раз за одно занятие (использовать метод повторной тренировки, т.к. упражнение, выполненное один раз, не приводит к выработке устойчивых навыков у спортсмена).

После того, как будет достигнута оперативность в настройке приемника, необходимо развивать навыки в быстром определении направления на постоянно работающую «лису». Начинать лучше со следующего упражнения: «лису» располагают на открытой местности, так чтобы все спортсмены могли ее видеть. Затем тренер практически показывает, как определить направление на передатчик и объясняют тактику поиска по максимуму и минимуму сигнала. После этого спортсмену дается возможность самостоятельно с разных сторон пеленговать передатчик.

(Выполнение этого упражнения важно не только новичкам, но и опытным спортсменам, так как при этом проверяются многие качества приемника и антенны, в том числе и ее диаграмма направленности).

После того, как спортсмены смогут легко выполнять эти упражнения, можно приступить к так называемому «слепому» поиску, где все операции по настройке приемника выполняются с завязанными глазами.

Для этого на поляне, либо футбольном поле устанавливается сначала один, а затем, при усложнении задания, до трех передатчиков, которые на первых тренировках могут работать одновременно, на разных частотах без перерыва.

При «слепом» поиске быстрее достигается уверенность спортсмена в правильности выполнения упражнения по настройке приемника и определения направления на передатчик. Во время «слепого» поиска нужно страховать спортсмена, ведущего поиск, чтобы предупреждать его о встречающихся на его пути препятствиях.

Следующее упражнение, на которое необходимо обратить самое серьезное внимание всем без исключения спортсменам, невзирая на опыт и мастерство, это тренировка в ближнем поиске «лисы».

Проводится она на дистанции от 100 метров до двух километров.

Начинать тренировку нужно с того, что на открытой местности устанавливается передатчик на расстоянии 100 метров от старта.

Спортсмены должны настроить приемник на частоту «лисы» и подходить к ней, непрерывно проверяя диаграмму направленности и степень нарастания уровня сигнала. С каждым шагом приближаясь к передатчику, спортсмен слышит, что громкость сигнала нарастает, поэтому через каждые 10-15 метров нужно уменьшать ее до минимальной слышимости. Увеличение громкости сигнала показывает, что «лиса» находится в непосредственной близости от спортсмена.

Почувствовать момент непосредственного обнаружения «лисы», можно только сравнивая уровень громкости сигнала в начале и в конце минутного цикла работы «лисы». А это может быть достигнуто лишь при работе с минимальной громкостью, так как при высоком уровне сигнала момент нарастания громкости не чувствуется и, кроме того, искажаются показания диаграммы направленности антенны.

Когда будут закреплены навыки работы с приемником при поиске открытой «лисы», можно приступать к поиску передатчиков, расположенных на расстоянии 100-200 метров от старта, но уже замаскированных так, чтобы передатчик можно было увидеть только с расстояния от одного до трех метров.

Старт – по донному спортсмену, как на эстафете. Начинать нужно с поиска одной «лисы», работающей постоянно. Когда все «охотники» обнаружат лису, ее следует установить в другом месте и продолжить в том же порядке.

При этом следует приучать спортсменов к тому, чтобы они успевали обнаружить «лису», расположенную на расстоянии 100 метров от старта, за одну минуту. По мере повышения мастерства это расстояние должно увеличиваться на 200-300 метров. Количество «лис» так же можно увеличивать, но работать они должны по-прежнему постоянно на разных частотах.

При такой тренировке спортсмены от момента старта до финиша, имеют возможность отрабатывать ближний поиск, не теряя ни одной секунды на ожидание следующего сеанса «лисы». За один час тренировки можно сделать 2 – 3 забега с пятью «лисами» при общей длине трассы до двух

километров, меняя каждый раз месторасположение «лис».

Только после того, как спортсмены овладеют искусством ближнего поиска постоянно работающих «лис», можно приступать к поиску передатчиков с пятиминутным циклом работы.

На первых тренировках поиск нужно проводить в заданном направлении, а затем усложнять задание путем самостоятельного выбора вариантов поиска, вначале на дистанции один – два километра с тремя «лисами», постепенно увеличивая дистанцию и количество «лис».

Для того, чтобы придать тренировочным занятиям эмоциональную насыщенность, можно применять эстафетный метод тренировки. В этом случае все спортсмены делятся на команды, в каждой должно быть столько участников, сколько «лис» находится на трассе.

Пример: на трассе размещены 4 «лисы», состав команды 4 человека. За 10 мин. до первого старта разрешается прослушать всех «лис». Стартуют одновременно 4 человека – по одному от каждой команды. Каждый спортсмен должен обнаружить только одну «лису», определенную путем жеребьевки, т.е. спортсмены бегут на разных «лисах». В это время капитаны распределяют в своих командах, кому бежать на последующих этапах и какую из трех «лис» искать каждому спортсмену. Эстафетной палочкой служит приемник (Один на команду). Побеждает та команда, которая обнаружит все 4 «лисы» раньше других.

Пройдя курс такой подготовки, а также научившись пользоваться компасом и картой, можно приступать к тренировке по полной программе предстоящих соревнований.