

А. В. Абрамов

**ТЕХНИКА И ТАКТИКА
СПОРТИВНОЙ РАДИОПЕЛЕНГАЦИИ**

Учебно-методическое пособие

Ставрополь
2020

УДК 796.015.134/136 (075.8)

ББК 75.1/.729 я73

А 16

Рецензент

канд. пед. наук, заслуж. тренер РСФСР,
заслуж. мастер спорта ***К. Г. Зеленский***

Абрамов А. В.

А 16 **Техника и тактика спортивной радиопеленгации:** учебно-методическое пособие / А. В. Абрамов. – Ставрополь: Изд-во СКФУ, 2020. – 121 с.

В пособии детально рассмотрены аспекты технической и тактической подготовки спортсмена в спортивной радиопеленгации. Особый акцент сделан на деятельность спортсмена на соревновательной дистанции. Рассмотрен комплекс навыков и приемов, необходимых для успешного выступления в соревнованиях.

Адресовано тренерам, спортсменам и другим специалистам в области радиоспорта.

УДК 796.015.134/136 (075.8)

ББК 75.1/.729 я73

© Абрамов А. В., 2020

© Издательство Северо-Кавказского
федерального университета, 2020

Предисловие

Современная спортивная радиопеленгация представляет собой чрезвычайно сложный и многогранный по содержанию феномен. Соревновательная деятельность в спортивной радиопеленгации характеризуется как полиметрическая, основанная на сложном сочетании двигательного, энергетического, технического, мыслительного и эмоционального компонентов. В то же время технико-тактический компонент подготовленности в этом виде спорта занимает центральное место в системе подготовки спортсмена.

Особенности учебно-методического пособия российского тренера и исследователя проблем современной тренировки в спортивной радиопеленгации А.В. Абрамова заключаются в том, что в нем простым языком описаны фундаментальные технические и тактические умения, навыки и приемы оперативной радиопеленгации, радиопоиска и ориентирования на местности, а также технология их освоения и совершенствования.

Главное, что выделяет его труд из традиционных методических разработок, – это конкретика изложения задач технико-тактической подготовки с момента начала занятий спортивной радиопеленгацией и вплоть до выхода на уровень спортсмена-разрядника. В этой связи вполне логичным выглядит появление в пособии отдельных разделов, отражающих методику обучения как элементарным действиям оперативной радиопеленгации, так и сложнейшим технико-тактическим приемам радиопоиска.

Особый интерес тренеров вызовут разделы этой работы, посвященные освоению навыков и приемов определения расстояния до радиопередатчика, определению варианта поиска радиопередатчиков и анализу участия спортсмена в соревнованиях.

Дополнительную ценность данному учебно-методическому пособию придает то обстоятельство, что А.В. Абрамов имеет многолетний опыт работы со спортсменами и выдающиеся тренерские достижения, выраженные в том, что его воспитанники занимают верхние ступени пьедесталов почета чемпионатов и первенств мира, Европы и России по спортивной радиопеленгации.

Тренеры и педагоги дополнительного образования с выходом данного учебно-методического пособия получают мощный стимул для дальнейшего повышения уровня педагогического и

тренерского мастерства, развития новых творческих инициатив на благо прогресса российской тренерской школы спортивной радиопеленгации.

К. Г. Зеленский,
*заслуженный работник физической культуры РФ,
заслуженный тренер РСФСР,
заслуженный мастер спорта,
кандидат педагогических наук*

От автора

Это пособие дает знания, необходимые для успешного выступления на соревнованиях по спортивной радиопеленгации и смежному виду спорта – спортивному ориентированию.

В основе пособия лежит система правильных действий спортсмена на соревнованиях по спортивной радиопеленгации. Технические и тактические элементы спортивной подготовленности изложены в тесной связи с работой спортсмена на соревновательной дистанции. Изложение материала опирается на тщательно описанную систему действий спортсмена. Далее, каждый элемент системы подробно раскрывается.

Пособие в первую очередь адресовано начинающим спортсменам и тренерам по спортивной радиопеленгации, а также будет полезным представителям «смежных» видов спорта – спортивного ориентирования, трейлраннинга и другим желающим попробовать себя в радиоспорте. Пособие подойдет и руководителям радиолоубительских объединений, желающим расширить свою деятельность занятиями спортивной радиопеленгацией.

Пособие поможет начать занятия лесными видами спорта «с нуля». Вместе с тем глубина проработки материала позволит и спортсмену-разряднику привести свое понимание спортивной радиопеленгации в стройную систему, и, возможно, квалифицированный спортсмен найдет в этой книжке то, что может пополнить его копилку знаний и навыков.

Содержание

Предисловие	3
От автора	5
Спортивная радиопеленгация. Экипировка спортсмена...	6
Технические и тактические навыки и приемы, используемые спортсменом при прохождении дистанции	15
Настройка на частоту, позывные и расписание работы радиопередатчиков	24
Усиление. Определение расстояния до радиопередатчика .	31
Диапазоны радиочастот, используемые в спортивной радиопеленгации. Определение направления на радиопередатчик	39
Измерение и нанесение пеленгов на карту	50
Определение варианта поиска	55
Чтение карты. Классификация условных знаков	58
Основы изображения рельефа	62
Масштаб. Измерение расстояний	66
Ориентирование карты и бег по азимуту	70
Основные технические элементы ориентирования	76
Тактика ориентирования	83
Основы ближнего радиопоиска на диапазоне 144 МГц	87
Основы ближнего радиопоиска на диапазоне 3,5 МГц	91
Особенности работы на дистанции в дисциплинах «Спринт» и «Радиоориентирование»	93
Средства и способы отметки	97
Контрольное время, аварийный азимут и действия в чрезвычайных ситуациях	100
Участие в соревнованиях по спортивной радиопеленгации	103
Легенды контрольных пунктов	
Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию	108
Анализ участия в соревнованиях	113
Заключение	117
Литература	118

Учебное издание

Абрамов Алексей Валерьевич

ТЕХНИКА И ТАКТИКА СПОРТИВНОЙ РАДИОПЕЛЕНГАЦИИ

Учебно-методическое пособие

Компьютерная верстка М. И. Толмачёв

Подписано в печать 25.04.2020

Формат 60x84 1/16

Усл. печ. л. 7,04

Уч.-изд. л. 6,27

Заказ 254

Тираж 100 экз.

Отпечатано в Издательско-полиграфическом комплексе
ФГАОУ ВО «Северо-Кавказский федеральный университет»
355009 г. Ставрополь, пр-т Кулакова, 2.