

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего профессионального образования
«Курганский государственный университет»

Кафедра «Теоретические основы физического воспитания
и адаптивная физическая культура»

**ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫЕ СООРУЖЕНИЯ
В АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

Методические указания
к выполнению практических работ
для студентов-магистрантов очной и заочной форм обучения
направления 034400.68

Курган 2014

Кафедра: «Теоретические основы физического воспитания
и адаптивная физическая культура»

Дисциплины: «Физкультурно-спортивные сооружения
в адаптивной физической культуре»
(направление 034400.68).

Составитель: канд. биол. наук, доцент Д.А. Корюкин.

Утверждены на заседании кафедры «27» августа 2013 г.

Рекомендованы методическим советом университета «20» декабря 2013 г.

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	4
ТЕМА 1. ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ СПОРТОВЫХ СООРУЖЕНИЙ	5
ТЕМА 2. КЛАССИФИКАЦИЯ СПОРТИВНЫХ СООРУЖЕНИЙ	5
ТЕМА 3. СЕТЬ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ СПОРТИВНЫХ СООРУЖЕНИЙ	7
ТЕМА 4. ОТКРЫТЫЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫЕ СООРУЖЕНИЯ	8
ТЕМА 5. КРЫТЫЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫЕ СООРУЖЕНИЯ	9
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	10

ВВЕДЕНИЕ

Развитие физической культуры при любых условиях невозможно без строительства материальной базы в виде спортивных сооружений, специально оборудованных и правильно эксплуатируемых.

На территории нашей страны действует государственная программа «Здоровье нации», предусматривающая повсеместное развитие сети спортивных сооружений. Это важнейшее для страны мероприятие требует значительных финансовых ресурсов. На местных уровнях (в городах и селах) предпринимаются некоторые меры по обеспечению населения всех возрастов сооружениями различных категорий.

Для самостоятельных занятий физическим воспитанием по месту жительства, в зонах отдыха, парках и скверах также необходимо строить простейшие сооружения в виде игровых площадок по различным видам спорта (волейбол, баскетбол, футбол), «дорожек здоровья», гимнастических городков и т.п.

Для более широкого охвата населения занятиями спортом и физическими упражнениями в течение всего года служат крытые спортивные сооружения, в частности спортивные залы. Как правило, этот вид спортивных сооружений принадлежит учебным заведениям – вузам, техникумам, школам. Многие школы, особенно построенные в 50-60-е гг., имеют открытые спортивные площадки для различных игр. Также школы имеют спортивные залы размерами от 12x18, 12x24. Многокомплектные школы современной постройки имеют, кроме спортивного зала, комплексную игровую площадку, а некоторые – игровой стадион уменьшенных размеров.

Таким образом, массовое строительство простых спортивных сооружений с привлечением самих занимающихся во дворах жилых домов, в жилых микрорайонах, на школьных свободных земельных участках, в сельской местности, при учебных заведениях является важнейшей проблемой в решении задач оздоровления населения. Реализация этой проблемы – прямая обязанность преподавателей, тренеров, инструкторов и руководителей органов управления физической культурой и спортом. Особая роль при этом должна отводиться выпускникам институтов и академий физической культуры, которым предстоит осваивать и работать на существующей спортивной и физкультурной базе с различными и возрастными категориями населения – дошкольниками, школьниками, студентами, спортсменами, пенсионерами и т.д.

В перспективе выполнение общегосударственной программы «Здоровье нации» будет связано с реконструкцией старых и строительством новых спортивных сооружений различного класса. Поэтому выпускники вузов физической культуры должны знать нормативные показатели, приемы и методы строительства спортивных и оздоровительных сооружений, техническое их оснащение, правила ухода и эксплуатации.

Тема 1. История развития спортивных сооружений

Практическая работа № 1

I Выбрать правильный ответ из предложенных вариантов.

1 Спортивное сооружение, представленное лужайкой, окаймленной деревьями, называется ...

- а) гимназия;
- б) палестра;
- в) ксисос;
- г) эйфебий.

2 Первый стадион с местами для зрителей был построен 776 году до н.э.:

- а) в Афинах;
- б) в Спарте;
- в) в Олимпии;
- г) в Риме.

3 Стадиодром – это ...

- а) дорога на одну стадию;
- б) дорога в две стади;
- в) дорога на много стадий;
- г) лошадиная дорога.

4 Какой период не существовал в античности?

- а) эллинский;
- б) эллинистический;
- в) древнеримский;
- г) древнегреческий.

5 Циркус Максимус – это ...

- а) гипподром;
- б) амфитеатр;
- в) стадион;
- г) терма.

II Дать характеристику эллинскому, эллинистическому и древнеримскому периоду.

III Охарактеризовать периоды развития спортивных сооружений в России.

Тема 2. Классификация спортивных сооружений

Практическая работа № 2

I Выбрать правильный ответ из предложенных вариантов.

1 Спортивные сооружения, которые обслуживают жилой район, называются ...

- а) микрорайонные;
- б) районные;
- в) межрайонные;

г) общегородские.

2 Спортивные сооружения, расположенные в лесных массивах, парковых зонах, у водоемов, называются ...

а) учебно-спортивные;

б) демонстрационные;

в) для активного отдыха;

г) спортивные сооружения специального назначения.

3 Спортивные сооружения, состоящие из нескольких спортивных сооружений, объединенных общностью территории или размещенных в одном здании, относятся к ...

а) объемным;

б) плоскостным;

в) отдельным;

г) комплексным.

4 К комплексным крытым спортивным сооружениям не относятся:

а) площадки по видам спорта;

б) конные манежи;

в) спортзалы;

г) дворцы спорта.

5 Спортивные сооружения, предназначенные для занятий с детьми, а также для лечебно-оздоровительных целей, называются ...

а) учебно-спортивные;

б) демонстрационные;

в) для активного отдыха;

г) спортивные сооружения специального назначения.

II Заполнить таблицу спортивных сооружений (см. таблицу 1).

Таблица 1 – Классификация спортивных сооружений

СПОРТИВНЫЕ СООРУЖЕНИЯ			

III Дать классификацию спортивным сооружениям по признаку:

- в соответствии с планировочной структурой населенных мест;

- по характеру использования и специфике назначения различают;

- по архитектурно-планировочным и объемно-конструктивным особенностям;
- по архитектурно-планировочным и объемно-конструктивным особенностям.

Тема 3. Сеть физкультурно-спортивных сооружений

Практическая работа № 3

I Выбрать правильный ответ из предложенных вариантов.

1 Уровень теоретической модели сети физкультурно-спортивных сооружений, находящийся в пределах 30-минутной пешеходной доступности и предназначенный для систематических тренировочных занятий массовыми видами спорта, называется ...

- а) квартальный;
- б) жилого района;
- в) планировочного района;
- г) общегородской.

2 Уровень теоретической модели сети физкультурно-спортивных сооружений, находящийся в пределах 5-минутной пешеходной доступности и предназначенный для ежедневных физкультурно-оздоровительных занятий, называется ...

- а) квартальный;
- б) жилого района;
- в) планировочного района;
- г) общегородской.

3 Уровень теоретической модели сети физкультурно-спортивных сооружений, находящийся в пределах 30-минутной транспортной доступности и предназначенный для систематических тренировочных занятий по видам спорта, называется ...

- а) квартальный;
- б) жилого района;
- в) планировочного района;
- г) общегородской.

4 Уровень теоретической модели сети физкультурно-спортивных сооружений, находящийся свыше 30-минутной транспортной доступности и предназначенный для систематических тренировочных занятий спортсменов высокой квалификации, называется ...

- а) квартальный;
- б) жилого района;
- в) планировочного района;
- г) общегородской.

II Дать характеристику каждому уровню теоретической модели сети физкультурно-спортивных сооружений (квартальный, жилого района, планировочного района, общегородской), привести примеры.

Тема 4. Открытые физкультурно-спортивные сооружения

Практическая работа № 4

I Выбрать правильный ответ из предложенных вариантов.

1 Открытые спортивные сооружения относятся к ...

- а) объемным;
- б) плоскостным;
- в) отдельным;
- г) комплексным.

2 К отдельным открытым спортивным сооружениям не относятся:

- а) площадки по видам спорта;
- б) конные манежи;
- в) спортзалы;
- г) дворцы спорта.

3 Спортивное сооружение из нескольких полей для занятия одним или несколькими видами спорта с местами для зрителей называется ...

- а) спортивное ядро;
- б) спортивная арена;
- в) стадион;
- г) комплексная спортивная база

4 Какие категории инвалидов требуют наиболее существенных архитектурно-технических мероприятий в строительстве спортивных сооружений:

- а) люди с поражением опорно-двигательного аппарата;
- б) люди с дефектами зрения (полностью или частично слепые);
- в) люди с дефектами слуха;
- г) люди с поражением опорно-двигательного аппарата, люди с дефектами зрения (полностью или частично слепые), люди с дефектами слуха?

5 Спортивные сооружения, расположенные в лесных массивах, парковых зонах, у водоемов, называются ...

- а) учебно-спортивные;
- б) демонстрационные;
- в) для активного отдыха;
- г) спортивные сооружения специального назначения.

II Дать характеристику отдельным открытым спортивным сооружениям, комплексным открытым спортивным сооружениям.

III Охарактеризовать спортивное ядро, спортивную арену, стадион.

Тема 5. Крытые физкультурно-спортивные сооружения

Практическая работа № 5

I Выбрать правильный ответ из предложенных вариантов.

1 Размеры спортзала: длина – 30 м, ширина – 18 м, высота – 6 м соответствуют:

- а) большому залу;
- б) среднему залу;
- в) малому залу;
- г) гимнастическому залу.

2 Спортивные сооружения, состоящие из нескольких спортивных сооружений, объединенных общностью территории или размещенных в одном здании, относятся к ...

- а) объемным;
- б) плоскостным;
- в) отдельным;
- г) комплексным.

3 К комплексным крытым спортивным сооружениям не относятся:

- а) площадки по видам спорта;
- б) конные манежи;
- в) спортзалы;
- г) дворцы спорта.

4 В залах тяжелой атлетики, фехтования, гимнастических залах используют:

- а) жесткий пол;
- б) неравноупругий пол;
- в) равноупругий деревянный пол;
- г) равноупругий синтетический пол.

5 Что не входит в структурное подразделение спортивного сооружения:

- а) вспомогательные спортивные сооружения;
- б) основное спортивное сооружение;
- в) сооружения для зрителей;
- г) второстепенные спортивные сооружения?

II Дать характеристику отдельным крытым спортивным сооружениям, комплексным крытым спортивным сооружениям.

III Охарактеризовать отдельные залы; манежи; дворцы спорта; крытые стадионы.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Основная литература

- 1 Бурлаков И. Р., Неминуший Г. П. Спортивно-оздоровительные сооружения и их оборудование : учебное пособие. М. : СпортАкадемПресс, 2002. 136 с.
- 2 Николаенко А. В. Спортивные сооружения. М., 1980. 216 с.
- 3 Полиевский С. А., Старцева И. Д. Физкультура и профессия. М. : Физкультура и спорт, 1988. 156 с.
- 4 Физкультурные и спортивные сооружения / под ред. Л. В. Аристовой. М., 1999. 314 с.

Дополнительная литература

- 5 Булгаков А. М. Строительство плоскостных сооружений. М., 1987. 189 с.
6. Денискин Д. Н. Тренажеры во дворе. М. : Физкультура и спорт, 1986. 98 с.
- 7 Корюкин Д. А. Спортивные сооружения в процессе подготовки специалиста по физической культуре и спорту : методические рекомендации для студентов специальности 032101 (022300) «Физическая культура и спорт». Курган, 2005. 21 с.
- 8 Юшкевич Т. П., Васюк В. Е., Буланов В. А. Тренажеры в спорте. М. : Физкультура и спорт, 1988. 101 с.

Корюкин Дмитрий Анатольевич

**ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫЕ СООРУЖЕНИЯ
В АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

Методические указания
к выполнению практических работ
для студентов-магистрантов очной и заочной форм обучения
направления 034400.68

Редактор Е.А. Могутова

Подписано в печать 01.12.14	Формат 60x84 1/16	Бумага 65 г/м ²
Печать цифровая	Усл. печ. л. 0,75	Уч.-изд. л. 0,75
Заказ 300	Тираж 20	Не для продажи

РИЦ Курганского государственного университета.
640000, г. Курган, ул. Советская, 63/4.
Курганский государственный университет.