



Сербина Кристина Васильевна, магистрант,
ФГБОУ ВО ГУЗ, г. Москва

Быкова Галина Ивановна, доцент кафедры архитектуры,
ФГБОУ ВО ГУЗ, г. Москва

ПЕРСПЕКТИВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ В ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ НА ПЛОСКОСТНЫХ СООРУЖЕНИЯХ

Аннотация: В данной статье представляются методы организации обычных и спортивных площадок в целях их широкого использования среди всех групп населения.

Ключевые слова: физкультурно-оздоровительные занятия, спорт, оборудование, площадка.

В нашей стране осуществляется широкая программа внедрения физической культуры в повседневную жизнь россиян. В связи с этим возрастает значение массовых физкультурно-оздоровительных занятий, для проведения которых необходима целостная система сооружений. В частности, спортивные площадки, как более экономичные сооружения по сравнению с залами и бассейнами, являются наиболее перспективными.

С каждым годом идет развитие как спортивных и компьютерных технологий, так и появляются новые виды занятий. Широкий охват населения различными видами спортивных занятий приводит к появлению новых видов спорта. С возрастанием популярности того или иного вида занятий, его могут в конечном счете даже включить в состав Олимпийских видов спорта.

Одновременно с возрастанием популярности определенного вида, появляется потребность в большом количестве тренировок по определенному виду с использованием определенных приспособленных для этого площадок, оборудования и инвентаря.



Можно не ограничивать вид спорта только в профессиональном плане, а также приобщать к нему обычных людей разных групп населения. Именно через массовый охват физкультурно-оздоровительными занятиями рождаются олимпийские чемпионы. Это получится за счет оснащения спортивных и обычных площадок необходимым оборудованием.

Как пример: в последнее время очень востребован такой вид спорта, как скалолазание. Площадки для скалолазания как правило платные и их не так много. Так почему бы не обустроить спортивные площадки скалодромами. На открытых территориях парков и дворов для организации спортивно-оздоровительного времяпрепровождения хорошо подойдет установка скалолазных стендов. Существуют как отдельно стоящие скалолазные стенды (Рис. 1), так и внедренные в существующий ландшафт (Рис. 2).



Рис. 1.
Отдельно стоящий
скалодром



Рис. 2.
Скалодром совмещенный
с ландшафтом

Траверс – невысокая вертикальная конструкция, позволяющая передвигаться горизонтально на относительно небольшой высоте от земли. Такой вид скалодрома не требует специализированного оборудования, а само лазание является очень тихим процессом, что, без сомнений, оценят жильцы близлежащих домов или отдыхающие парка [1].



Использование траверса подходит и для детей, поддерживая органичное интеллектуальное и физическое развитие, и для профессиональных спортсменов, которые могут своими силами назначить себе необычные задачи и оттачивать мастерство, не посещая специальные скалолазные центры. Для любителей здорового образа жизни траверс станет интересной альтернативой занятиям на воркауте, позволит натренировать силу, выносливость и гибкость.

На примере скалолазания видно, что спортивную площадку можно оснастить любым оборудованием в зависимости от определенного вида спорта.

Если говорить о новых технологиях и внедрения их в физкультурно-оздоровительную жизнь, то ярким примером будет появление «умной» спортивной площадки. Умные площадки представлены в виде спортивной зоны, которая снабжена современным оборудованием с QR-кодами (Рис. 3) и интернет-доступом. Такие комплексы решают главную проблему неопытных спортсменов – незнание, как правильно заниматься на уличных тренажерах.

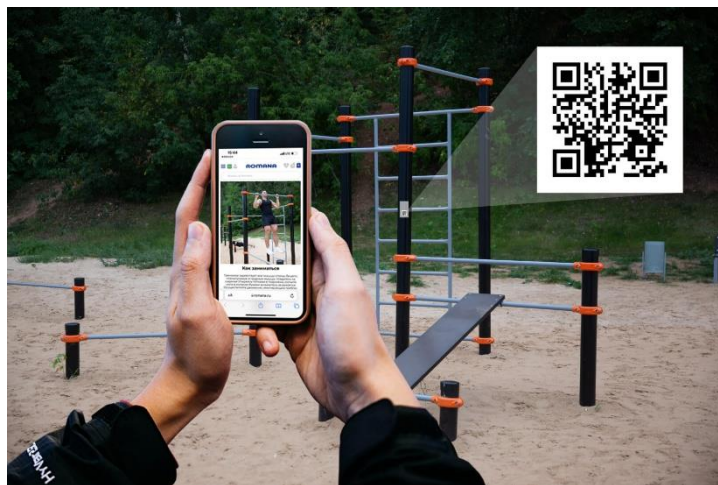


Рис. 3. Умная спортплощадка

Также появляются многофункциональные тренажеры, которые позволяют тренировать базовые спортивные упражнения, что может стать хорошим подспорьем для достижения отличных результатов в любом виде спорта, будь то теннис или прыжки на батуте, гимнастика или гребля, тяжелая атлетика или боевые искусства, такие как самбо или каратэ и т.д. Некоторые из таких тренажеров оснащены солнечными панелями, благодаря которым можно зарядить телефон в специальной подставке с разъемами (Рис. 4).



Рис. 4. Многофункциональный тренажер

Спортивные площадки пока только в начале пути своего развития, в будущем хотелось бы, чтобы они стали главной составляющей безопасного, бесплатного и эффективного улучшения физических сноровки у разных слоев населения, разных возрастов.

Список литературы:

1. Скалодромы для парков и спортивных площадок [Электронный ресурс]
URL: <https://skalodrom.ru/ru/skalodromy-dlya-parkov-i-sportivnykh-ploshchadok>
2. Умные площадки: создание проекта по приказу минспорта [Электронный ресурс] URL: https://outdoor.romana.ru/statji/umnye_ploshchadki_sozdanie_proekta_po_prikazu_minsporta/
3. Быкова Г. И. Определение рациональных типов сооружений для физкультурно-оздоровительных занятий. Новые направления в развитии зданий культуры, спорта и их сетей: сб. науч. тр. / Г. И. Быкова - М.: ЦНИИЭП учебных зданий, 1987. - С. 27-32.