**Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Московской области**

**«Училище олимпийского резерва №3»**

Конспект урока

Дисциплина: «материально-техническое обеспечение физической культуры и спорта»

Тема: спортивная подготовка, степень ее материально-технического обеспечения.

Специальность 49.02.01 Физическая культура

Преподаватель: Горюшкин Никита Константинович

Химки 2023

|  |  |
| --- | --- |
| Дата |  |
| Группа | Б-20-1 |
| Дисциплина | Материально-техническое обеспечение физической культуры и спорта |
| Тема занятия | Спортивная подготовка, степень ее материально-технического обеспечения. |
| Цель занятия | Усовершенствование знаний инвентаря и экипировки в ивс. |
| Задачи занятия | Обучающая: создание условий для систематизации знаний студентов о материально-технической базе в спортивной подготовке.  Развивающая: Способствовать составлению плана материально-технического обеспечения физкультурно-спортивного сооружения. Воспитательная: Воспитывать интерес к материально-техническому обеспечению ФКиС. |
| Вид занятия | Комбинированный |
| Тип занятия | Урок усовершенствования знаний |
| Применяемые технологии | Личностно-ориентированная технология |
| Оснащение урока | Компьютер, экран, тетради. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Результат | Должны знать | Что такое ФССП, кем разработан. Требования к материально-технической базе. |
| Должны уметь | Определять материально-техническую базу для избранного вида спорта. |
| Показатели оценки результата | | Краткий план материально-технического обеспечения физкультурно-спортивного сооружения. |
| Тестирование |

|  |  |
| --- | --- |
| Средства обучения | Рабочая тетрадь, листы с тестом. |

**Содержание занятия**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № этапа | Этапы занятия, учебные вопросы, формы и методы обучения | Временная регламентация этапа |
| **1** | **Организационный этап** | 2 мин |
|  | Проверка готовности студентов к занятию |  |
|  | Настройка обучающихся к занятию |  |
| **2** | **Основная часть** |  |
|  | Организацтонный момент | 1 мин |
|  | Постановка цели и задач урока. Мотивация учебной деятельности. | 3 мин |
|  | Актуализация знаний | 3 мин |
|  | Изучение нового материала. Первичное усвоение новых знаний | 25 минут |
|  | Первичная проверка понимания | 2 мин |
| **3** | **Заключительная часть** |  |
|  | Первичное закрепление полученных знаний | 5 мин |
|  | Информация о домашнем задании, инструктаж по его выполнению | 2 мин |
|  | Рефлексия | 2 мин |

**Ход урока:**

1 Организационный момент. Преподаватель приветствует, проверяет готовность учащихся к уроку, отмечает отсутствующих на уроке, организует внимание.

2 Постановка цели и задач урока. Мотивация учебной деятельности.

3 Актуализация знаний.

4 Изучение нового материала. Первичное усвоение новых знаний

Цель: Усовершенствование знаний инвентаря и экипировки в ивс.

Задачи занятия:

**Актуализация знаний.**

На предыдущем занятии мы проходили про эксплуатацию спортивных объектов. Какие виды осмотров вы знаете и их особенности?...

Стратегической целью государственной политики в сфере физической культуры и спорта является повышение конкурентоспособности российского спорта на международной спортивной арене, для чего необходимо совершенствование системы спортивной подготовки и ее материально-техническое обеспечение, включающее физкультурно-спортивные объекты и сооружения, оборудование, инвентарь и снаряжение современного уровня, отвечающее отечественным и мировым стандартам.

Спортивная подготовка, ее уровень, а также степень ее материально-технического обеспечения – основа побед наших спортсменов на общероссийских и международных соревнованиях, матчах, чемпионатах мира и Олимпийских играх.

Спортивная подготовка спортсменов по олимпийским и неолимпийским видам спорта осуществляется в соответствии с законом «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и регламентируется федеральными стандартами спортивной подготовки.

Разработка федеральных стандартов спортивной подготовки по видам спорта начата в 2012 году в соответствии со статьей 33 Федерального закона Российской Федерации от 6 декабря 2011 г. № 412-ФЗ. ФНЦ ВНИИФК за период 2012–2015 гг. разработаны Федеральные стандарты спортивной подготовки по 82 олимпийским и неолимпийским видам спорта, в т.ч. в 2015 году – по 12 видам спорта. В 2016 г.

ФНЦ ВНИИФК разработаны еще 8 проектов Федеральных стандартов спортивной подготовки по неолимпийским видам спорта: сават, капоэйра, го, планерный спорт, сквош, автомобильный спорт, чир-спорт, кинологический спорт.

В составе стандартов содержится раздел «Требования к условиям реализации программ спортивной подготовки, в том числе кадрам, материально-технической базе и инфраструктуре организаций, осуществляющих спортивную подготовку, и иным условиям», который является одним из важных разделов федеральных стандартов спортивной подготовки по видам спорта.

Разделы федеральных стандартов: «Требования к условиям реализации программ спортивной подготовки», а конкретно «Требования к материально-техническому обеспечению спортивной подготовки спортсменов по видам спорта» основаны на научно-нормативных разработках, содержат конкретные требования к материально технической базе, т.е. к составу спортивных объектов и сооружений, спортивному оборудованию, инвентарю, снаряжению с указанием их параметров и типоразмеров, к критериям их пригодности с учетом специфики каждого вида спорта.

Организации, осуществляющие спортивную подготовку спортсменов по тому или иному виду спорта, Массовая физическая культура и оздоровление населения должны соблюдать установленные требования к материально-технической базе, иметь в своем составе спортивные объекты и сооружения, спортивное оборудование, инвентарь и снаряжение определенных параметров в количестве, соответствующем реализации программы спортивной подготовки по конкретным видам спорта. И как прогрессивное направление – создавать в своем составе рекомендуемые, вновь разработанные спортивные центры и комплексы для спортивной подготовки по видам спорта.

И так, что же такое ФССП?...  
Кто их разработал?...

В случае отсутствия требуемых спортивных сооружений необходимо арендовать их у других организаций (муниципальных и частных).

Кто скажет, где в основном проводится спортивная подготовка?

Спортивная подготовка спортсменов по видам спорта должна осуществляться и в основном осуществляется на базе отделений и секций федеральных и региональных учебно-тренировочных центров и баз, детско-юношеских спортивных школ (ДЮСШ), специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (СДЮШОР), училищ олимпийского резерва (УОР), школ высшего спортивного мастерства (ШВСМ), спортивных клубов и специализированных детско-юношеских клубов.

Приступая к спортивной подготовке спортсменов по конкретному виду спорта, организации, осуществляющие спортивную подготовку, должны составить перечень необходимых и требуемых спортивных сооружений, оборудования, инвентаря, снаряжения, сопоставить его с имеющимися в их составе спортсооружениями и оборудованием, уточнив при этом их требуемые параметры. При отсутствии требуемых для спортивной подготовки спортсооружений, как вариант, можно их создать путем реконструкции учреждения, оборудовать, построить на свободных резервных территориях из легких быстровозводимых конструкций недостающие спортсооружения, а также арендовать муниципальные, ведомственные, частные спортсооружения.

Недостающее оборудование, инвентарь, снаряжение необходимо приобретать за счет дополнительного финансирования спортивной подготовки спортсменов

**Понятие инвентаря и экипировки**

Краткое понимание, что такое спортивный инвентарь? Что такое спортивный снаряд?

**Спорти́вный инвента́рь** — устройство, приспособление узкоспециального назначения, используемое при занятии различными [видами спорта](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%92%D0%B8%D0%B4_%D1%81%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82%D0%B0). Спортивный инвентарь — термин, обобщающий использование различных спортивных снарядов, приспособлений, устройств, механических и электронных средств, использование которых предусмотрено правилами соревнований по отдельным видам спорта.

**Спортивный снаряд** — особый предмет, используемый для какого-либо вида [спорта](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82) и имеющий строго определённые характеристики.

Большинство современных видов спорта предполагают использование спортивных снарядов ([гиря](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%93%D0%B8%D1%80%D1%8F), [лента](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9B%D0%B5%D0%BD%D1%82%D0%B0_(%D1%81%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82%D0%B8%D0%B2%D0%BD%D1%8B%D0%B9_%D1%81%D0%BD%D0%B0%D1%80%D1%8F%D0%B4)), [брусья](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D0%B0%D1%80%D0%B0%D0%BB%D0%BB%D0%B5%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%8B%D0%B5_%D0%B1%D1%80%D1%83%D1%81%D1%8C%D1%8F), [бревно](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%91%D1%80%D0%B5%D0%B2%D0%BD%D0%BE_(%D0%B3%D0%B8%D0%BC%D0%BD%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B0)) и другие) и/или специальных приспособлений ([лыжи](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9B%D1%8B%D0%B6%D0%B8), [коньки](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D0%BE%D0%BD%D1%8C%D0%BA%D0%B8), [шлем](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A8%D0%BB%D0%B5%D0%BC_(%D0%B7%D0%B0%D1%89%D0%B8%D1%82%D0%B0)), [клюшка](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D0%BB%D1%8E%D1%88%D0%BA%D0%B0), [очки](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9E%D1%87%D0%BA%D0%B8), [велосипед](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%92%D0%B5%D0%BB%D0%BE%D1%81%D0%B8%D0%BF%D0%B5%D0%B4), [парашют](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D0%B0%D1%80%D0%B0%D1%88%D1%8E%D1%82), [ледоруб](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9B%D0%B5%D0%B4%D0%BE%D1%80%D1%83%D0%B1) и т. д.), являющихся неотъемлемой частью вида спорта, способствующих достижению наивысших достижений в том или ином виде спорта и/или обеспечивающих безопасность.

Спортивная индустрия при производстве спортивного инвентаря широко использует новейшие достижения [научно-технического прогресса](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9D%D0%B0%D1%83%D1%87%D0%BD%D0%BE-%D1%82%D0%B5%D1%85%D0%BD%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9_%D0%BF%D1%80%D0%BE%D0%B3%D1%80%D0%B5%D1%81%D1%81), благодаря которому, может возникнуть ситуация, когда спортсмен побеждает не благодаря своим физическим и интеллектуальным способностям или возможностям, а благодаря тому, что у него есть инвентарь, которого нет у соперников. Это нарушает принцип честного спортивного соревнования. Поэтому очень часто спортивное сообщество, [спортивные федерации](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%BF%D0%B8%D1%81%D0%BE%D0%BA_%D1%81%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82%D0%B8%D0%B2%D0%BD%D1%8B%D1%85_%D1%84%D0%B5%D0%B4%D0%B5%D1%80%D0%B0%D1%86%D0%B8%D0%B9_%D0%A0%D0%BE%D1%81%D1%81%D0%B8%D0%B8) устанавливают определённые ограничения на использование тех или иных достижений с целью создания равных возможностей для участников спортивных соревнований.

Спортивная форма – это одежда для занятий спортом. Она специально разрабатывается с учетом эргономики, возможности воздействия неблагоприятных погодных условий и необходимости выполнять защитные функции. Существует экипировка для профессиональных спортсменов и одежда спортивного стиля.

Сегодняшний мир сложно представить без обилия средств и устройств для занятий спортом и фитнесом. Современные тренажеры помогают поддерживать себя в форме, наращивать мышечную массу, увеличивать выносливость. С помощью специальных приспособлений люди тренируют разные группы мышц, обеспечивая себе гармоничное тело со сбалансированными нагрузками.Разумеется, так было не всегда. Развитие спортивных тренажеров берет свое начало еще в глубокой древности, а в современном виде они сформировались лишь ближе к 70-м годам прошлого века. Это долгий путь, который привел нас от примитивных приспособлений к шедеврам техники и биомеханики.

В чем же различие между спортивным инвентарем и спортивным снарядом?...

**Появление специализированного инвентаря и индустрии производства инвентаря и экипировки.**

***Самые ранние тренажеры***

Тренироваться, увеличивая силу и выносливость, людям приходилось всегда. Даже до изобретения специальных аппаратов спортсмены прошлого изобретали разные способы поддерживать себя в форме: например, кое-где хорошей силовой тренировкой считалось поднятие на руки теленка или перемещение камней. Конечно, животное или камень сложно назвать тренажером, но начало было положено.

Тренировки людей древности тоже не слишком походили на сегодняшний фитнес. Из-за отсутствия знаний об устройстве человеческого тела люди действовали интуитивно, иногда добиваясь поразительных результатов, но только к Новому времени этим вопросом начали интересоваться всерьез.

В XVI веке начали появляться самые первые тренажеры, которые можно было назвать таковыми. Это были очень простые конструкции, не идущие в сравнение с современными моделями.

Известный прусский деятель Фридрих Людвиг Ян (1778–1852), которого называют «отцом современной гимнастики», посвятил всю жизнь укреплению духа и тела людей своего народа. Он написал множество книг об упражнениях, которые можно назвать прообразом современного фитнеса. Ему приписывают изобретение гимнастических колец, коня и брусьев – или как минимум широкую их популяризацию.

Пер Хенрик Линг (1776–1839) – еще один ученый, много сделавший для развития тренажеров для фитнеса и самих методов тренировок. Линг был врачом, разработавшим шведскую систему гимнастики. В частности, именно благодаря ему в обиходе появилась так называемая «шведская стенка».

Одна из самых значимых фигур в истории возникновения спортивных тренажеров – Густав Цандер (1835–1920), последователь Линга, который первым предложил использовать разные аппараты для воздействия на разные части тела. Еще одно его нововведение – применение динамометров для контроля мускульной силы тренирующегося. За свою жизнь Цандер открыл более 200 гимнастических залов, а многие из его аппаратов легли в основу современных тренажеров для силовых и кардиотренировок, а также для лечебной гимнастики.

Стоит заметить, что во времена Линга и Цандера фитнес считался в первую очередь лечебным мероприятием: в те времена идея, что физические нагрузки могут улучшить физическое состояние и помочь в лечении заболеваний, казалась революционной.

В **XVIII** веке был изобретен велотренажер, а в XIX – гребной тренажер, для создания которого использовалась обычная лодка.

**Экипировка как один из основных факторов повышения уровня результатов в спорте**

Современный спорт немыслим без [технологий](https://rb.ru/tag/technology/). Чтобы вырастить чемпиона, одних физических нагрузок недостаточно. К борьбе за высокие результаты подключены не только медики, психологи, диетологи и ученые, но и бизнесмены, [маркетологи](https://rb.ru/tag/marketing/) и инженеры.

Спортсмены должны выступать и тренироваться эффективнее, получать меньше травм и быстрее восстанавливаться после нагрузок.

Спортивные технологии в последние годы развиваются космическими темпами. В условиях высочайшей конкуренции во всех видах спорта лучшие инженерные решения немедленно проходят полевые испытания и идут в производство, а затем стремительно дешевеют и внедряются на массовый рынок.

***Экипировка***

**Одежда**

Сегодня любой спортсмен круглосуточно окружен технологиями. Он спит в специальной пижаме, тренируется в особой одежде, а для выступлений у него есть специальная форма. Мировые бренды спортивной одежды соревнуются в разработке самой эргономичной, удобной и прочной формы для спортсменов и любителей.

Американский бренд The North Face [разработал](https://www.thenorthface.co.uk/about-us/our-story.html) специальную коллекцию из 60 предметов для сборной США в лыжных видах спорта. На это ушло два года и тысячи часов работы дизайнеров и модельеров, которые подбирали цвета и фасоны, подчеркивающие зрелищность трюков в халф-пайпе и слоуп-стайле.

Сноубордисты США и Канады [выступают](http://www.underarmour.com/en-us/technology/coldgear) в высокотехнологичной форме Coldgear® Infrared компании UnderArmour. Эта одежда поддерживает оптимальную температуру тела между разогревом и состязаниями. На ее внутреннюю сторону наносится слой специальной керамики. Это позволяет воздушному слою под одеждой быстрее прогреться и хранить тепло.

Горнолыжная одежда RECCO® [оснащена](https://en.wikipedia.org/wiki/RECCO) системой спасения в лавинах. В костюм монтируется датчик и встраиваются специальные отражатели. В случае ЧП можно быстро определить точное местонахождение спортсмена.

Североамериканские конькобежцы используют спортивную форму Mach39, которую UnderArmour [разработал](http://www.complex.com/sneakers/2014/01/armour-reveals-mach-39-speed-skating-suit-us-olympic-team) совместно с самолетостроительной корпорацией LockheedMartin. В основе технолоии – 3D-модели захвата движений спортсменов, которые фиксируют позы во время гонки. Созданная по этим моделям и испытанная в аэродинамической трубе форма из стеклопластика идеально уменьшает сопротивление и позволяет показывать лучшие результаты.

Одним из примеров инновации является компания Pentland Group (бренд Speedo). Эта компания [создала](https://www.proswim.ru/article/speedo-istoriya-kompanii/) плавательный костюм, который, уменьшая лобовое сопротивление пловца всего лишь на 2%, позволил установить 108 мировых рекордов.

***Обувь***

Передовиком производства в изготовлении высокотехнологичной спортивной обуви является компания Nike, регулярно представляющая новинки для профессиональных спортсменов, которые затем запускаются в широкую серию.

В Nike первыми [внедряют](https://www.gazeta.ru/business/2013/06/10/5375421.shtml) технологии 3D-печати в производство кроссовок и бутсов по индивидуальным меркам. Технология сверхточной шнуровки [HyperAdapt](https://hypebeast.com/2016/3/nike-hyperadapt-power-laces?utm_campaign=VigLink&utm_medium=commissionjunction&utm_source=affiliates) с помощью системы сенсоров обеспечивает идеальную фиксацию обуви и подстраивается под особенности движений ее владельца.

Система сцепления [Nike Anti-Clog Traction](https://news.nike.com/news/anti-clog) активизируется при попадании на подошву воды и препятствует налипанию грязи благодаря адаптивным полимерным материалам. Специальная ткань [Nike Flyknit](https://www.nike.com/ru/ru_ru/c/innovation/flyknit) обеспечивает гибкость и поддержку стопы в разных условиях, точное плетение почти невесомых синтетических волокон обеспечивает воздухопроницаемость.

5 Первичная проверка понимания.

6 Первичное закрепление полученных знаний.

7 Информация о домашнем задании, инструктаж по его выполнению.

Предлагаю изучить вышеизложенный теоретический материал, на

основании которого необходимо расписать, согласно федеральному стандарту по ивс, требования к материально-техническому обеспечению.

8 Рефлексия. Какова была цель нашего урока? Удалось ли достичь

поставленной цели? Какие выводы можно сделать из сегодняшнего урока?