

Пәні бойынша оқыту
бағдарламасының титулдық
парағы (Syllabus)

Нысан
ПМУ ҰС Н 7.18.3/30

Қазақстан Республикасының Білім және ғылым министрлігі

С. Торайғыров атындағы Павлодар мемлекеттік университеті

Дене шынықтыру және спорт кафедрасы

ӘДІСТЕМЕЛІК НҰСҚАУЛАР

«Спорттық курлыстар және тренажерлар» пәні бойынша

050108 Дене шынықтыру және спорт мамандығының студенттеріне арналған

Павлодар

Пәні бойынша оқыту
бағдарламасын бекіту парағы
(Syllabus)



Нысан
ПМУ ҰС Н 7.18.3/31

БЕКІТЕМІН
УР проректоры
_____ Н.Э.Пфейфер
2012 ж. «__» _____

Құрастырушы: аға оқытушы Балтабаев Е.С.

Дене шынықтыру және спорт кафедрасы

ӘДІСТЕМЕЛІК НҰСҚАУЛАР

«Спорттық курлыстар және тренажерлар» пәні бойынша

050108 Дене шынықтыру және спорт мамандығының студенттеріне арналған

2012 ж. «__» _____ кафедра отырысында ұсынылған № ____
хаттама.

Кафедра меңгерушісі _____ Ю.А. Мастобаев 2012 ж. «__» _____

Химиялық технологиялар және жаратылыстану факультетінің оқу-
әдістемелік кеңесімен құпталған 2012 ж. «__» _____ № ____
хаттама

ОӘК төрағасы _____ Р.Ж.Нургожин 2012 ж. «__» _____

Факультет деканы _____ К.К. Ахметов 2012 ж. «__» _____

ҚҰПТАЛҒАН:

ОпиМОУП бастығы _____ Е.Н. Жуманкулова 2012 ж. «__» _____

Университеттің оқу-әдістемелік кеңесімен құпталған

Пән тақырыбының мазмұны

Тақырып 1. «Спорттық курлыстар және тренажерлар» пәні және курстың тақырыптары.

Спорттық жабдықтар мен тренажерлардың классификациясы. Спорттық жабдықтар туралы ұғым. Спорттық жабдықтардың дене шынықтыру тәрбиесі мен спорттық жаттығулар жүйесіндегі рөлі мен маңызы. Спорттық жабдықтардың терминологиясы және олардың мінездемелері.

Ұсынылатын әдебиеттер:

Тақырып 2. Ежелгі дүниенің, орта ғасырлардың, Жаңа және жаңашыл заманның спорттық жабдықтары.

Бірінші арнайы спорттық жабдықтардың пайда болуы. Функциялары, культтік-діни, тұрмыс техникасы. Көне Грецияның спорттық жабдықтары. Олимпиадалық ойындардың қайта тууы. Қазақстан Республикасының спорттық жабдықтары.

Ұсынылатын әдебиеттер:

Тақырып 3. Жоспарлаудың, жобалаудың және спорттық жабдықтардың құрылысының негізгі ұйым түрлері.

Дене шынықтыру ұйымы қызметкерлерінің спорттық жабдықтарды жобалау және құрастырудағы ролі. Жобалауға дайындық және тапсырмаларды құрастыру (спорттық педагогикалық, санитарлық-гигиеналық, техникалық және экономикалық талаптармен сәйкес). Типтік және дара жобалар. Жобалау.

Ұсынылатын әдебиеттер:

Тақырып 4. Спорттық жабдықтарды қолданудың негіздері

Спорттық жабдықтарды жоспарлау қызметі. Жоспарлы-финанстық жұмыс. Медициналық қызмет көрсету. Тіркеу және есептеу.

Ұсынылатын әдебиеттер:

Тақырып 5. Спорттық жабдықтарды жобалау желісін есептеу. Қала мен ауылдық жерлердегі спорттық кешендер.

Спорттық және дене шынықтырулық жабдықтарының желілік құрамы бойынша жалпы құрамы. Желінің құрылуының теориялық негіздері. Мемлекет, облыс, қала аумағында біркелкі орналасуы.

Ұсынылатын әдебиеттер:

Тақырып 9. Дене шынықтыру тәрбие мен спорттағы тренажерлар

Тағайындау және квалификация. Әмбебап тренажерлар. Спортсмендерді жаттықтыру және оқыту кезінде, балаларды дене шынықтырумен тәрбиелеуде, сауықтыру мақсатымен, емді қалыптастыру уақытында тренажерларды қолдану. Тренажерларға талаптар.

1)Тақырып 5. Спорттық жабдықтарды жобалау желісін есептеу

Мекен-жайы бойынша спорттық кешендер. Мектептік және мектепке дейінгі спорттық жабдықтар. Жоғары оқу орындарына арналған спорттық жабдықтар.

2)Тақырып 6. Жеңіл атлетика және спорттық ойын түрлеріне арналған спорттық жабдықтар. Спорттық жабдықтардың құрылыстық соттық өлшемдері

Техникалық құрылғылар мен снарядтар. Көпқұбырлармен тіркелген механикалық және электромеханикалық аппаратуралар. Жүгіру жолақтарының аумақтары. Секторлардың құрылғылары. Жабдықтарға арнайы талаптар, спорттық ойын түрлерінің квалификациясы мен мінездемесі. Құрылыстық және соттық өлшемдер, біруақыттық өткізу қабілетінің нормалары.

3)Тақырып 8. Қысқы және мергендік спорт түрлеріне арналған спорттық жабдықтар

Шаңғы стадионы. Шаңғы трассасы. Дистанция түрлері. Биатлонға арналған шаңғы трассасы мен мергендеу орындары. Мергендік спортқа арналған жабдықтарының жалпы талаптары, классификация және мінездеме. Қауіпсіздік техникасының талаптары.

4)Тақырып 10. Техника-тактикалық дайындықтағы тренажерлар мен жаттықтырушы құрылғылары және оларды қолдану әдістемесі

Техникалық дайындықтың маңызы. Қозғалту дағдысы. Спорттық тактика. Тренажерлар мен жаттықтыру құрылғыларын қолдану принциптері. Тренажерларды қолданудың қажеттілігі. Оларды қолданудың әдістемелік ұсыныстар.

5)Тақырып 12. Спорттағы техникалық құралдарды оқыту және бақылау

Техникалық құралдарды оқыту жайлы ұғым. ТҚО және оны тағайындау. ТҚО-ның классификациясы мен бақылау. Оқыту-жаттықтырушылық процесс пен жарыстарды ақпаратты-техникалық қамтамасыз ету.

Студенттердің өздігінен оқуға арналған тақырыптар тізбегі

1) Тақырып 7. Суға арналған, гимнастикалық, жекпе-жектік, автотто-вело спортқа, ат үстіндегі спорт түрлеріне арналған спорттық жабдықтар.

Жүзуге арналған бассейндер. Бассейндерді қолдану. Суды тазарту мен зарарсыздандыру. Температуралық режим. Жарықтандыру және вентиляция. Жекпе-жек үшін спорттық жабдықтарға арналған жалпы талаптар. Жарыс трассалары, велотректер, қолдану және күтім. Мотожарысқа арналған жолақтар. Атты-спорттық базалар.

Ұсынылатын әдебиеттер:[5] 64 бет, [6]29 бет, [8]150 бет, [21] 205бет.

2) Тақырып 11. Қауырт дене шынықтыру мен спорттың барлық түріне арналған тренажерлар.

Қауырт дене шынықтыруға арналған тренажерлардың классификациясы. Үй жағдайындағы тренажерлар. Мекен-жайы бойынша спорттық қалашықтар тренажерлары.

Ақтау мен қалыпқа келуге арналған тренажерлар. Массажерлар және оларды қолдану. Мүгедек балаларға арналған тренажерлар.

Жеңіл атлетика мен гимнастикадағы тренажерлар. Қозғалыс үйлесімінің жақсаруы және тепе-теңдікті жаттықтыруға арналған тренажерлар.

Судағы спорт түріне арналған тренажерлар. Жүзушілерге арналған тренажерлар. Ескек, серфингке арналған бассейндерді арнайы жабдықтау.

Спорттық ойындарға арналған тренажерлар. Спорттық ойындарға, ОФП және СФП-ға арналған тренажерлар.

Спорттық жекпе-жекке арналған тренажерлар. Велосипедшілердің жылдамдығы мен күшін жаттықтыруға арналған құрылғылар. Фигуристердің вестибулярлық аппаратты жаттықтыруға арналған құрылғылар. Сайысшыларға арналған жаттықтырушы құрылғылар.

Ұлттық спорт түрлеріндегі тренажерлар.

Ұсынылатын әдебиеттер:[1]137 бет, [4]192 бет, [16]120 бет, [17]78 бет, [20]210 бет.

Әдебиеттер

Негізгі:

1. Байболов С.М., Ломоносов Г., Сарапаниди П.И. Плоскостные спортивные сооружения. - Алма-ата: 1981
2. Булгаков А.М. Строительство плоскостных сооружений. - М., 1987
3. Вершило Р. Спортивные сооружения. Варшава, 1965.
4. Герасименко В.Г., Наканов М.Г. Методические рекомендации по созданию пришкольных физкультурно-игровых площадок. - Алма-ата, 1989.
5. Кистяковский А.Ю. Проектирование спортивных сооружений. - М.: Высшая школа, 1980.
6. Лещинская С., Сарапаниди П.И. Лабораторный практикум по курсу «Спортивные сооружения». - Алма-ата, 1981
7. Резников Н. Универсальные зрелищно-спортивные залы. - Москва: Издательство по строительству, 1969
8. Роганов А.В., Сарапаниди П.И., Федулова О.Б. Методика выполнения расчетно-графических работ по спортивным сооружениям. - Алматы, 1986

9. Родиченко В. Гостеприимный стадион. - Москва: ФиС, 1969
10. Родиченко В. Технический прогресс — союзник спорта. М., 1980
11. Сарапаниди П.И., Федулова О.Б., Герасименко В.Г. Строительство и разметка легкоатлетической беговой дорожки. - Алма-ата, 1985
12. Сарапаниди П.И., Федулова О.Б. Методические разработки по строительству площадок для спортивных игр. - Алма-ата, 1990
13. Сарапаниди П.И. Строительство и эксплуатация футбольных полей. - Алма-ата, 1983
14. Страшнов В.Г. Оформление стадионов и спортивных площадок. - М.: ФиС, 1971
15. Стригалева Н.С. Спортивные корпуса. - М.: Стройиздат, 1976
16. Уткин В.Л. Спортивная метрология. Тренажеры в спорте: уч. пособие для вузов. - М., 1977
17. Юшкевич Т.П. Тренажеры в спорте. - М.: ФиС, 1989

Қосымша:

18. Николаенко А.В. Спортивные сооружения. Уч. пособие для факультетов физвоспитания педагогических институтов. - М., 1976
19. Поликарпов В.П. Проектирование спортивных сооружений. М., 1948
20. Поликарпов В.П. Спортивные и физкультурные сооружения. Уч. пособие для физкультурных учебных заведений. - М., 1965
21. Спортивные сооружения. Учебник для институтов физической культуры (под общ.ред. Гагина Ю.А.). - М.: ФиС, 1976.