

ДИЗАЙН ИНТЕРЬЕРА СПОРТИВНЫХ ПОМЕЩЕНИЙ, КАК НЕОТЪЕМЛЕМАЯ ЧАСТЬ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ

Куличенов И.А.

**научный руководитель старший преподаватель кафедры физической культуры
Ярославцева И.А.**

*Национальный исследовательский Иркутский государственный технический
университет*

Спортзал, как известно, представляет собой специально оборудованное помещение, предназначенное для проведения спортивных соревнований и учебно-тренировочных занятий в любое время года. Поскольку занятия физической культурой являются неотъемлемой частью учебной программы любого вуза, и проводятся не реже одного-двух раз в неделю, то спортзал является для студента вуза неотделимой частью его учебной жизни. К тому же спортзал – это одно из немногих мест, в котором результат обучения зависит непосредственно от самого помещения. По данным ряда исследователей здесь огромную роль играет то, что называется дизайном интерьера/помещения, или иными словами художественно-техническим проектированием интерьера.

Спортзал, как помещение для физического воспитания учащихся вузов должен всем своим видом стимулировать студента к занятиям физической культурой и самосовершенствованию, создавая атмосферу сотрудничества, здорового соперничества и стремления к высоким достижениям. От правильного оформления спортзала во многом зависят спортивные результаты, качество спортивного воспитания учащихся, настрой на занятия спортом. Оно должно создавать обстановку, при которой каждый учащийся сам начинал бы стремиться к здоровому образу жизни, незаметно вливаясь в спортивную жизнь института.

Поэтому, как свидетельствуют наблюдения отечественных исследователей, при разработке внешнего вида спортзала, в соответствие с учебными целями нужно уделить основное внимание планировке, освещению и использованию цвета как основной формообразующей структуры будущего помещения, а также оформлению и расположению информационных стендов.

Освещение учебного помещения, особенно такого типа, имеет довольно большое значение. Хорошее освещение необходимо не только для нормального видения окружающих предметов и предотвращения заболеваний зрительного анализатора. Оно оказывает большое влияние на функциональное состояние слухового аппарата, эндокринных органов, на память, физическую и умственную работоспособность, настроение, предупреждает быструю утомляемость, улучшает настроение, имеет бактерицидное и витаминообразующее действие.

Согласно СНиП средняя освещенность рабочей поверхности спортивного зала, иначе говоря, пола должна быть не менее двухсот люксов. Ориентировочно определить природную освещенность помещения довольно не сложно. Для этого всего лишь вычислить световой коэффициент, т.е. соотношение площади застекленной поверхности окон (она обычно равна 80-85% от площади всего светопроема) к площади пола помещения, это соотношение должно быть примерно 1:3 – 1:4.

Но зачастую природного освещения бывает не достаточно для полноценного освещения помещения, а в вечернее время суток его роль и вовсе сходит на нет. Поэтому основную роль играют осветительные приборы. Поскольку спортзал представляет собой, как правило массивную конструкцию, то учитывая это и всё вышперечисленное, для его светообеспечения должно использоваться

децентрированное освещение, создающее эффект просторного, хорошо освещенного помещения.

В связи с чем осветительные приборы должны равномерно располагаться по всему помещению, для того чтобы соответственно обеспечить равномерное и полноценное освещение всего зала. Препятствуя, таким образом, созданию тусклого освещения, которое в свою очередь создает неблагоприятную атмосферу для учебных занятий и негативно сказывается на эмоциональном состоянии и здоровье учащихся и как следствие – результате обучения.

Для спортивных залов высших учебных заведений, как правило, отличающихся большими размерами, оптимальным вариантом будет установка современного подвесного потолка, со встроенными осветительными приборами. Уже одно это преобразит такое помещение до неузнаваемости, придав ему современный и приятный вид (рис. 1).



Рис. 1. Фрагмент подвесного потолка в спортзале

Тем не менее, освещение помещения, играет хоть и существенную, но меньшую роль в формировании его визуального образа в отличие от цветового оформления. Роль цветового оформления материально-предметной среды человека, в данном случае помещения для занятий физической культурой и спортом, сложно переоценить.

Цвета, оказывают огромное влияние на формирование психического состояния человека. И поэтому игнорирование цветового оформления помещения является большой ошибкой, которая, тем не менее, совершается повсеместно по самым разным причинам, среди которых чаще всего нехватка средств и игнорирование самого вопроса как такового.

Для того чтобы убедиться в этом достаточно заглянуть в современные российские школы, до сих пор носящие на себя отпечаток советского прошлого. В большинстве из них спортзалы представляют собой однотипные по своей цветовой палитре помещения, монотонно выкрашенные по всему периметру грязно-голубой, синей или вообще серой краской или же разными, но опять же тусклыми и плохо-сочетающимися цветами. Зачастую с низко профессиональными изображениями на стенах, тусклым освещением и грубо уложенным деревянным полом, выбивающимся из общей цветовой гаммы и зачастую значительно снижающим эффективность занятий в целом.

Человеку, даже если он не придает большого значения вопросам эстетического характера, некомфортно находится в таком помещении, не говоря уже о том, что сам внешний вид его скорее угнетает, чем располагает к занятиям физической культурой.

Для того чтобы наполнить спортзал энергией и свежестью нужно использовать в его оформлении светлые цвета. Для создания психологического комфорта и атмосферы располагающей к занятиям физической культурой и спортом может вполне подойти один основной цвет и его оттенки. Поэтому нежелательно при оформлении сочетать несколько принципиально разных цветов, выбрав один или несколько близких по тону цветов предпочтительно использовать их для оформления всего помещения, декора стен, окон, пола, потолков. Для большого помещения, такого как спортзал ИрГТУ лучше всего подойдут теплые, не слишком яркие пастельные цвета, например, такие как бежевый, светло-золотистый и т.д. В идеале для спортзала такого типа, являющегося частью высшего учебного заведения, была бы уместна профессиональная художественная роспись, например, на тематику неразрывной связи художественной и физической культуры. Которая бы в свою очередь взяла бы на себя одновременно часть идейно-воспитательной функции спорта и стала бы мощным источником вдохновения и стимула для студентов занимающихся физической культурой. К сожалению, в современных условиях такой вариант выглядит трудно осуществимым, если не утопичным и в связи с этим от него приходится отказаться.

Также большое значение имеет покрытие поверхностей в спортзале. От покрытия в спортивном зале напрямую зависят эффективность тренировок и дальнейшие достижения спортсменов в играх и соревнованиях.

Современные спортивные покрытия отличаются большим разнообразием, и каждый вид материала выбирается с учетом характерных особенностей вида спорта и тренировок. Во время игр с мячом, силовых состязаний учащиеся подвергаются высокому риску получения травмы при падениях, поэтому спортивное покрытие должно максимально смягчать удары, то есть обладать упругостью, эластичностью, противоскользящими свойствами.



Рис. 2. Паркетный пол в спортзале

На сегодняшний день наиболее популярны покрытия из ПВХ, полиуретана и прочных пород дерева. Синтетические покрытия наиболее удобны, упруги и просты в уходе, но имеют один существенный недостаток, низкую степень амортизации удара. Эта особенность крайне важна для помещений, в которых проходят тренировки и соревнования по таким видам спорта, как баскетбол и волейбол. И в этом случае, пол из дерева в отличие от синтетических покрытий в момент соприкосновения с мячом прогибается не только в точке удара, но и вокруг ног спортсмена, благодаря чему обеспечивается дополнительная защита игрока. Также большое значение имеет то, что деревянные полы не скользят, это сводит вероятность случайных падений и травм к минимуму.

Из вышесказанного следует, что наиболее оптимальным покрытием для спортзала подобного типа является деревянный паркет, цвета которого в свою очередь отличаются большим разнообразием. Поэтому не составит никакой сложности подобрать цвет паркета, гармонично сочетающийся с другими цветами, использованными при оформлении помещения, какими бы они не были (рис. 2, 3).



Рис. 3. Паркетный пол в спортзале

Последним штрихом оформления спортивного зала является размещение информационных стендов. Информационные стенды – это необходимый атрибут интерьера спортзала, так как они несут множество функций, а именно – украшают помещение, информируют о состязаниях, победителях и т.д. И самое главное значение стендов – это стимулирующее воздействие на учащихся, направляющее их на путь здорового образа жизни, дальнейшего самосовершенствования и достижения всё новых горизонтов на поприще физической культуры и спорта.

Таким образом, спортзал должен представлять собой современно оснащенное и хорошо-освещенное в любое время суток помещение. Цветовое оформление, которого должно базироваться на гармоничном сочетании, как цветов помещения и материалов, использованных при его художественно-техническом проектировании, так и спортивного инвентаря. А сам внешний вид спортзала должен вдохновлять учащихся на занятия физической культурой и спортом.