

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
центр развития ребенка –
детский сад № 44 «Светлячок»

Утверждаю
Заведующий МБДОУ № 44
Платонова Г.Н.
2022 г



Паспорт физкультурного зала

ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Спортивный зал располагается в здании МБДОУ ЦРР детский сад № 44 «Светлячок».

Предназначен для проведения непосредственно образовательной деятельности, развлечений и праздников по физической культуре. .

Ответственный: инструктор по физической культуре Бабухипа Елена Александровна

ИНСТРУКЦИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА ПРИ ОБУЧЕНИИ ДЕТЕЙ ОСНОВНЫМ ВИДАМ ДВИЖЕНИЙ В СПОРТИВНОМ ЗАЛЕ

1. Общие требования безопасности

1.1. К занятиям физическими упражнениями допускаются дети прошедшие медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.2. Воспитанники должны соблюдать правила использования физкультурного оборудования, установленные режимы занятий и отдыха.

1.4. При проведении занятий физическими упражнениями возможно воздействие на воспитанников, следующих опасных факторов:

- травма при использовании неисправного, непрочного установленного и не закрепленного спортивного оборудования и инвентаря;
- травмы при нарушении правил использования спортивного оборудования и инвентаря;
- нарушение остроты зрения при недостаточном освещении спортивного зала;
- травмы при падении детей во время проведения подвижных игр и упражнений;
- получении заболеваний в случае перетаскивания воспитанниками тяжелого спортивного оборудования;
- поражение электрическим током при использовании неисправных электрических звуковоспроизводящих музыкальных аппаратов.
- травмы при неправильном определении оптимального объема физической нагрузки, а также при нарушениях установленных режимов занятий и отдыха.

Для реализации индивидуально-дифференцированного подхода следует распределить детей на две подгруппы, учитывая три основных критерия: состояние здоровья, уровень физической подготовленности, уровень двигательной активности. Первую подгруппу составляют практически здоровые дети, имеющие средний и высокий уровень двигательной активности и хорошую физическую подготовленность. Во вторую подгруппу включают детей второй и третьей групп

здоровья и с низким уровнем двигательной активности и слабой физической подготовленности.

1.5. Занятия в спортивном зале необходимо проводить в спортивной одежде и спортивной обуви с нескользкой подошвой.

1.6. Во время занятий воспитанники должны соблюдать правила ношения спортивной одежды и спортивной обуви, правила личной гигиены.

1.7. В спортивном зале должен быть вывешен комнатный термометр для контроля температурного режима.

1.8. Спортивный зал должен быть оснащен аптечкой, укомплектованной необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи при травмах.

1.9. Руководитель физического воспитания, воспитатель и воспитанники должны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения. Спортивный зал должен быть оснащен огнетушителем, автоматической системой пожаротушения и приточно-вытяжной вентиляцией.

1.10. Спортивное оборудование должно быть обеспечено инструкцией по безопасности проведения занятий.

1.11. О каждом несчастном случае с воспитанниками воспитатель или руководитель физического воспитания или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить администрации и принять меры по оказанию первой помощи пострадавшему.

1.12. Лица, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к дисциплинарной ответственности в соответствии с правилами внутреннего трудового распорядка и при необходимости, подвергаются внеочередной проверке знаний норм и правил охраны труда.

2. Требования безопасности перед началом образовательной деятельности по физической культуре

2.1. Включить полностью освещение и убедиться в исправной работе светильников. Наименьшая освещенность должна быть: не менее 200 лк (13 Вт/кв.м.) при люминесцентных лампах не менее 100 лк (32 Вт/кв.м.) при лампах накаливания.

2.2. Тщательно проверить санитарное состояние спортивного зала.

2.3. Перед занятием проветрить спортивный зал, открыв окна или фрамуги и двери. Окна в открытом положении фиксировать крючками, а фрамуги должны иметь ограничители. Проветривание закончить за 30 мин. до прихода детей.

2.4. Проверить исправность и надежность установки спортивного оборудования и инвентаря.

2.5. При использовании на занятиях электрических звуковоспроизводящих музыкальных аппаратов убедитесь в их исправности и целостности подводящих кабелей и электровилок.

2.6. Во избежание падения детей убедитесь в том, что ковры и дорожки надежно прикреплены к полу.

2.7. Спортивный инвентарь должен размещаться так, чтобы избежать его падений на воспитанников.

2.8. Протереть насухо спортивный инвентарь необходимый для данного занятия.

2.9. Провести целевой инструктаж воспитанников по безопасным приемам проведения занятий физическими упражнениями в физкультурном зале.

2.10. Надеть спортивную одежду и спортивную обувь с нескользкой подошвой.

3. Требования безопасности во время образовательной деятельности по физической культуре

3.1. Все занятия по обучению детей основным видам движений должны составляться согласно педагогическим принципам и по своему содержанию должны соответствовать возрастным особенностям занимающихся, их физической подготовленности, уровню здоровья.

3.2. Структура занятий должна соответствовать современным требованиям построения и проведения учебно-оздоровительных занятий по физической культуре для детей дошкольного возраста. За основу построения занятия принято деление его на три части: подготовительную, основную, заключительную. Наличие этих частей и расположение их только в этой последовательности обеспечивается биологическими закономерностями функционирования организма, определяющими его работоспособность и логикой развертывания учебно-воспитательного процесса в двигательной деятельности.

3.3. Не выполнять упражнения на неисправном оборудовании и с поломанным инвентарем.

3.4. Соблюдать дисциплину и порядок, следить за тем, чтобы дети выполняли все указания руководителя по физическому воспитанию или воспитателя.

3.5. Начинать выполнение упражнений и заканчивать их только по команде воспитателя или руководителя физическим воспитанием.

3.6. Не разрешать детям самовольно покидать место проведения занятия.

3.7. Не оставлять детей одних в спортивном зале.

3.8. Во время занятия выбирать место так, чтобы все дети были видны.

3.9. *При ходьбе и беге* в колонне по одному соблюдать дистанцию в два шага.

3.10. Убрать с дороги все предметы мешающие идти, бежать.

3.11. При выполнении упражнений потоком соблюдать достаточный интервал между детьми, чтобы не было столкновений.

3.12. При групповом старте на короткие дистанции бежать только по своей дорожке.

3.13. Во избежание столкновений у детей младшей, средней группы исключить при беге резко «стопорящую» остановку.

3.14. *При выполнении прыжков* и соскоков со спортивных снарядов приземляться мягко, пружинисто приседая. В местах соскоков со снарядов положить гимнастические маты так, чтобы их поверхность была ровной.

3.15. Прыгать только в спортивной обуви.

3.16. страховать ребенка вместе приземления.

3.17. Веревку для прыжков в высоту не привязывать к стойкам, а класть на штырьки в стойках.

3.18. При прыжках в длину с места, с продвижением вперед на одной, двух ногах давать указание прыгать «мягко», «тихо» на носках.

3.19. Не разрешать детям прыгивать с большой высоты.

3.20. При выполнении упражнений по метанию посмотреть, нет ли детей в секторе метания.

3.21. Упражнения по метанию выполнять только по сигналу воспитателя или руководителя по физическому воспитанию.

3.22. Не оставлять без присмотра спортивный инвентарь.

3.23. Не стоять справа от метящего, не находиться в зоне броска, не ходить за снарядами для метания без разрешения руководителя по физическому воспитанию или воспитателя.

3.24. Не подавать снаряд для метания друг другу броском.

3.25. При выполнении упражнений в равновесии, на гимнастической скамейке, напомнить детям правила поведения на спортивном снаряде (не толкаться, не подгонять друг друга, не обгонять, если теряешь равновесие, не держись за товарища, а сойди со снаряда).

3.26. В место прыгивания ребенка постелить мат. Страховать ребенка при необходимости, продвигаясь вдоль скамейки.

3.27. Чтобы не получить челюстно-лицевую травму, при ползании по гимнастической скамейке следить за постановкой рук (обхватить ее с боку так, чтобы большой палец был сверху, а остальные пальцы под скамейкой). Правильно принимать и.п. (сначала поставить руки на скамейку, затем ноги) и сойти со снаряда после выполнения упражнений (сначала поставить ноги на пол, затем выпрямиться).

3.28. При лазании по шведской стенке обязательно страховать детей от падения, не разрешать им самостоятельно подниматься на высоту.

3.29. При лазании не провисать, не висеть на одной руке, лазать не пропуская реек, не прыгивать с высоты, руки отпускать тогда, когда обе ноги будут стоять на полу.

3.30. Вдоль шведской стенки расстелить маты, встать справа от ребенка, оказывая помощь при необходимости, следить за правильным хватом рук, постановкой стопы на рейку.

3.31. Обучить детей старшего дошкольного возраста страховке.

3.32. При лазании по веревочной лестнице см. выше п. 3.28, 3.29, 3.30.

3.33. Если у ребенка запутались ноги в веревочной лестнице, у него устали руки, он должен немедленно сказать об этом руководителю по физическому воспитанию или воспитателю.

3.34. При работе с гимнастическими палками соблюдать дистанцию при выполнении упражнений, палками не драться, не махать, держать их в двух руках внизу или на плече как «ружье» (палку поставить на ладонь правой руки опущенной вниз, левой рукой прижать к правому плечу) при объяснении задания или перестроения.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях в ходе образовательной деятельности по физической культуре

4.1. При возникновении неисправности в работе спортивного оборудования или его поломке, прекратить занятие. Упражнение продолжать только после устранения неисправности.

4.2. При получении воспитанником травмы немедленно сообщить об этом руководителю учреждения, оказать первую помощь пострадавшему. При необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.

4.3. При плохом самочувствии прекратить занятие и сообщить об этом воспитателю группы.

4.4. При возникновении пожара немедленно эвакуировать воспитанников из спортивного зала, сообщить о пожаре в ближайшую пожарную часть и приступить к тушению пожара с помощью первичных средств пожаротушения.

5. Требования безопасности по окончании образовательной деятельности по физической культуре

5.1. Снять спортивную одежду, обувь и тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

5.2. Привести в исходное положение все физкультурное оборудование, проверить его исправность.

5.3. Проветрить спортивный зал и по возможности провести влажную уборку.

5.4. Проверить противопожарное состояние спортивного зала: выключить свет и электрические звуковоспроизводящие аппараты.

Технические характеристики

Параметры	Характеристика параметров
Общая площадь (кв. м)	85 кв.м.
Освещение естественное	16 окон
Освещение искусственное	лампы дневного света с защитой
Уровень освещенности	норма
Наличие системы пожарной безопасности	имеется
Наличие системы отопления	имеется
Возможность проветривания помещения	имеется
Поверхность пола (удобная для обработки)	имеется

ДОКУМЕНТАЦИЯ ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

- 1) Годовой план работы инструктора по физкультуре
- 2) Диагностика уровня освоения программы области «Физическое воспитание».
- 3) Дополнение к тематическому плану по НОД для детей всех возрастных групп.
- 4) Картотека физкультминуток.
- 5) Картотека игр по формированию здорового образа жизни.
- 6) Наглядно – просветительский материал.
- 7) Папка приказов.
- 8) План – график распределения рабочего времени инструктора по физкультуре
- 9) Планы – конспекты утренней гимнастики 02.44.06
- 10) Планы – конспекты игровых занятий на улице для детей старшей группы.
- 11) Планы – конспекты игровых занятий на улице для детей подготовительной к школе группы.
- 12) Планы – конспекты гимнастики после дневного сна.
- 13) Планы – график физкультурных развлечений и спортивных досугов.
- 14) Подвижные игры для детей дошкольного возраста.
- 15) Подвижные игры для детей **второго-третьего** года жизни.
- 16) Подвижные игры для детей **третьего- четвертого** года жизни.
- 17) Подвижные игры для детей **четвертого - пятого** года жизни.
- 18) Подвижные игры для детей **пятого - шестого** года жизни.
- 19) Подвижные игры для детей **шестого-седьмого** года жизни.
- 20) Портфолио инструктора по физкультуре (1 папки).
- 21) Родительские собрания.
- 22) Сценарии и конспекты праздников и досугов
- 23) Тематический план непосредственно образовательной деятельности по физической культуре для первой младшей группы.
- 24) Тематический план непосредственно образовательной деятельности по физической культуре для второй младшей группы.
- 25) Тематический план непосредственно образовательной деятельности по физической культуре для средней группы.

26) Тематический план непосредственно образовательной деятельности по физической культуре для старшей группы.

27) Тематический план непосредственно образовательной деятельности по физической культуре для подготовительной к школе группы..

Оснащенность физкультурного зала

№	Пособия и оборудования	Количество	Примечание
Оборудование			
1.	Стенка гимнастическая	6	
2.	Стеллаж для пособий	2	
3.	Стол	1	
4.	Кварцевая лампа	1	
5.	Лестница деревянная с зацепами	1	
6.	Тренажер детский «Велосипед»	1	
7.	Корзина пластиковая	1	
8.	Доска с ребристой поверхностью 2 метра	1	
9.	Скамейка гимнастическая 3 метра	2	
10.	Скамейка гимнастическая 2,5 метра	4	
11.	Ящик пластмассовый для пособий	4	
12.	Дуга большая высота - 60см.	4	
13.	Дуга малая высота - 40см.	4	
14.	Дуга малая высота . 30см.	2	
15.	Щит баскетбольный навесной с корзиной	3	
16.	Щит навесной для метания	1	
17.	Корзина пластмассовая для мячей большая	3	
18.	Корзина горизонтальная для метания	2	
19.	Спортивный комплекс «Сальсо»	2	
20.	Ворота футбольные	2	
Пособия			
21.	Мат поролоновый	2	
22.	Веревка 5метров диаметр- 3см	1	
23.	Веревка 10 метров диаметр- 0,5 см	1	
24.	Шнур плетенный короткий длина- 25см	10	
25.	Скакалка короткая длина	15	
26.	Палка гимнастическая	20	

27.	Обруч плоский малый диаметр - 60 см	12	
28.	Обруч плоский малый диаметр - 50 см	10	
29.	Обруч плоский малый диаметр 40 см	10	
30.	Кольцо резиновое диаметр - 20 см	5	
31.	Обручи малого диаметра 60 см	6	
32.	Обручи большого диаметра 70-90	6	
33.	Шарики игольчатые разного диаметра	20	
34.	Массажные кочки	6	
35.	Массажная дорожка	1	
36.	Весёлые кочки	2	

№ п/п	Наименование оборудования, инвентаря и пособия	Количество (шт.)	Примечание
37.	Мягкие Кирпичики	48	
38.	Платочек 20/20см	10	
39.	Пластмассовый шар диаметр-8см	20	
40.	Мешок для прыжков с ручками	2	
41.		6	
42.	Канат 175 см	1	
43.	Канат 5 м	1	
44.	Мяч резиновый малый диаметр - 7,5см	8	
45.	Мяч для фитбола малый	17	
46.	Мяч для фитбола большой	15	
47.	Мяч резиновый большой диаметр - 20 -25 см	20	
48.	Медицинбол (мяч утяжеленный)	10	
49.	Мяч футбольный	18	
50.	Мяч баскетбольный	18	
51.	Набор разноцветных мячиков-мякишей	1	
52.	Лента короткая разноцветная длина -25- 30 см'	10	
53.	Лента короткая разноцветная длина -50- 60 см	10	
54.	Мешочек с песком	20	
55.	Кегля пластмассовая	40	
56.	Дартс с рыбками	2	
57.	Игра «Снежный ком»	1	
58.	Серсо	1	
35	Клюшки пластмассовые	4	

Библиотечно-информационные ресурсы

1.	Н.Е. Веракса; Т.С. Комарова; Э.М. Дорофеева .Инновационная программа дошкольного образования «От рождения до школы» Мозаика синтез, Москва 2019 г.	1
2.	Степаненкова Э.Я. «Физическое воспитание в детском саду. Программа и методические рекомендации. Для занятий с детьми 2-7 лет.-М: Мозаика-Синтез,2009 г.	1
3.	Осокина Т.И.,Тимофеева Е.А., . Рунова М.А. «Физкультурное и спортивно-игровое оборудование для дошкольных образовательных учреждений. – М.: Мозаика-синтез, 1999.	1
4.	Вавилова Е.Н. Учите бегать, прыгать, лазать, метать: пособие для воспитателя детского сада. : - М. : Просвещение, 1983.	1
5.	Глазырина Л.Д. «Физическая культура- дошкольникам- старший возраст» - М. «Владос». 1999г..	1
6.	Глазырина Л.Д. «Физическая культура- дошкольникам-младший возраст» - М. «Владос». 1999г.	1
7.	Гришин В.Г. Серсо в детском саду: Пособие для воспитателя дет. сада. – М.: Просвещение, 1985.	1
8.	Детские подвижные игры народов СССР – пособие для воспитателя детского сада. : - М. : Просвещение, 1989.	1
9.	Доскин В.А., Голубева Л.Г. Растем здоровыми: Пособие для воспитателей, родителей и инструкторов физической культуры : - М. : Просвещение, 2002.	
10.	Игрушки и пособия для детского сада. Из опыта работы. – М.: просвещение, 1982.	1
11	ПЕНЗУЛАЕВА Л.И. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет: Пособие для воспитателя дет. сада. – М.:Просвещение,1983.	
12.	ПЕНЗУЛАЕВА Л.И. Физкультурные занятия с детьми 4-5 лет: Пособие для воспитателя дет. сада. – М.:Просвещение,1986.	1

13.	ПЕНЗУЛАЕВА Л.И. Физкультурные занятия с детьми 5-6 лет: Пособие для воспитателя дет. сада. – М.:Просвещение,1988.	
14.	ПЕНЗУЛАЕВА Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа детского сада. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2011.	
12.	Календарные и народные праздники в детском саду. Выпуск 1 / составитель Г.А. Лапшина. – Учитель, 2001.	1
13.	Календарные и народные праздники в детском саду. Выпуск 2 / составитель Г.А. Лапшина. – Учитель, 2001.	1
14.	КАРТУШИНА М.Ю. Быть здоровыми хотим Творческий центр Москва 2004	1
15.	Козырева О.В. Лечебная физкультура для дошкольников: Пособие для инструкторов лечеб.физкультуры, воспитателей и родителей.: - Просвещение, 2003.	1
16.	ЛАЙЗАНЕ С.Я. Физическая культура для малышей. Москва Просвещение 1987.	1
17.	ЛИТВИНОВА М.Ф. физкультурные занятия с детьми раннего возраста: третий год жизни: практ. пособие. – М. : Айрис – пресс, 2005.	1
18.	ЛИТВИНОВА М.Ф. Русские народные подвижные игры для детей дошкольного и младшего школьного возраста: Практическое пособие. – М. : Айрис – пресс, 2008.	1
	Лосева В.С. Плоскостопие у детей 6 -7 лет: профилактика и лечение. – М.: ТЦ Сфера, 2007.	1
19.	Лялина Л.А. Народные подвижные игры в детском саду. Методические рекомендации.: - М. : ТЦ Сфера, 2009.	1
	Осокина Т.И. Физическая культура в детском саду. – М.: Просвещение, 1973.	1
20.	Осокина Т.И., Тимофеева Л.С., Фурмина Л.С. Игры и развлечения детей на свежем воздухе. – М.: Просвещение, 1983.	1
21.	В.В Красовской, проводившей исследования в г. Красноярске;	

	А.А.Николаевой (г.Москва); С.Н.Поповой «Лечебная физическая культура».	1
ТСО		
1.	Музыкальный центр	1