Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

детский сад № 4 «Теремок» с. Красногорск муниципального образования

«Томаринский городской округ»

Сахалинской области

*694810, Сахалинская область, Томаринский район, с. Красногорск, ул. Карла Маркса, 42*

*телефон (факс) (42446)31-6-80 сайт:* https://krasnogorskteremok.tvoysadik.ru/

E-mail: [krasnogorskds4teremok@mail.ru](mailto:krasnogorskds4teremok@mail.ru)

**ПАСПОРТ**

**ФИЗКУЛЬТУРНОГО ЗАЛА**



2021

**СОДЕРЖАНИЕ**

1. Общие сведения

2. Инструкция по охране труда

при обучении детей основным видам движений в физкультурном зале

3. Зоны НОД по физической культуре

4. График проветривания

5. График кварцевания

6. Оснащенность физкультурного зала

7. Технические средства обучения

8. Методическое обеспечение физкультурного зала

9. Документация инструктора по физической культуре

**ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ**

Физкультурный зал располагается в здании МБДОУ детский сад № 4 «Теремок».

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

Общая площадь (кв. м) – 77 м/2

Освещение естественное -2 окна

Освещение: светильники потолочные с защитной сеткой – 6 шт.

Уровень освещенности норма.

Наличие системы пожарной безопасности имеется.

Наличие системы отопления имеется.

Возможность проветривания помещения имеется.

Поверхность пола (удобная для обработки) имеется

Ответственные: педагоги разновозрастных групп, физ. инструктор отсутствует.

**ИНСТРУКЦИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА**

**ПРИ ОБУЧЕНИИ ДЕТЕЙ ОСНОВНЫМ ВИДАМ ДВИЖЕНИЙ**

**В ФИЗКУЛЬТУРНОМ ЗАЛЕ**

Инструкция разработана на основе СанПиН 2.4.3648-20, которая устанавливает

основные требования по технике безопасности при проведении занятий в

спортивном зале и является обязательной для использования всеми

сотрудниками ДОУ.

**1. Общие требования безопасности.**

1.1. К НОД 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 НОД и отдыха.

1.4. При проведении НОД физическими упражнениями возможно воздействие

на воспитанников, следующих опасных факторов:

- травма при использовании неисправного, непрочно установленного и не

закрепленного спортивного оборудования и инвентаря;

- травмы при нарушении правил использования спортивного оборудования и

инвентаря;

- нарушение остроты зрения при недостаточном освещении физкультурного

зала;

- травмы при падении детей во время проведения подвижных игр и

упражнений;

- получение повреждений и 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 НОД 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. НОД в физкультурном зале необходимо проводить в спортивной одежде и

спортивной обуви с нескользкой подошвой.

1.6. Во время НОД воспитанники должны соблюдать правила ношения

спортивной одежды и спортивной обуви, правила личной гигиены.

1.7. В физкультурном зале должен быть вывешен комнатный термометр для

контроля температурного режима.

1.8. Физкультурный зал должен быть оснащен аптечкой, укомплектованной

необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания

первой помощи при травмах.

1.9. Инструктор по физической культуре, воспитатель и воспитанники должны

соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения

первичных средств пожаротушения. Физкультурный зал должен быть оснащен

огнетушителем, автоматической системой пожаротушения и приточновытяжной вентиляцией.

1.10. Спортивное оборудование должно быть обеспечено инструкцией по

безопасности проведения НОД.

1.11. О каждом несчастном случае с воспитанниками воспитатель или

инструктор по физической культуре 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 убедится 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 спрыгивать 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 метающего, 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 спрыгивания 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

сходить 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 спрыгивать 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.

4.3. При плохом самочувствии прекратить занятие и сообщить об этом

воспитателю группы.

4.4. При возникновении пожара немедленно эвакуировать воспитанников из

спортивного зала согласно плану эвакуации, сообщить о пожаре в ближайшую

пожарную часть.

**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 провести влажную уборку.

5.4. Проверить противопожарное состояние спортивного зала: выключить свет

и электрические звуковоспроизводящие аппараты.

**Образовательная область «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» направлена на:**

-развитие физических качеств (сила, скорость, гибкость, выносливость, координация);

-накопление обогащение двигательного опыта (овладения основными видами движения);

-формирование потребности в двигательной активности.

Виды деятельности:

-утренняя гимнастика;

-НОД по физической культуре;

-физкультурные досуги, праздники, развлечения;

-консультативная работа;

-индивидуальная работа с детьми.

**ГРАФИК ПРОВЕТРИВАНИЯ**

* **ПОСЛЕ КАЖДОГО ЗАНЯТИЯ**

**ГРАФИК КВАРЦЕВАНИЯ**

* **ЕЖЕДНЕВНО с 13.30 до 13.45**

**ОСНАЩЕННОСТЬ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ЗАЛА**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Спортивный, физкультурный инвентарь, оборудование** | **Количество** |
| **1.** | Конусы большие | 8 |
| **1.** | Скамейка гимнастическая 2,5 метра | 2 |
| **2.** | Флажки на палочке | 50 |
| **3.** | Спортивный комплекс «самсон-1» | 1 |
| **4.** | Мат гимнастический | 1 |
| **5.** | Баскетбольные кольца | 2 |
| **6.** | Мешочки с песком (для равновесия | 20 |
| **7.** | Мешочки для метания | 30 |
| **8.** | Канат диаметр – 5см 2 |  |
| **9.** | Скакалка короткая - 230см 100 | 20 |
| **10.** | Ракетки для игры в бадминтон (мяч+волан | 4 |
| **11.** | Самокат | 27 |
| **12.** | Мяч для фитнеса 4 | 2 |
| **13.** | Мяч латексный с ручками 6 | 2 |
| **14.** | Дуги большие металлические | 4 |
| **15.** | Палка гимнастическая деревянная | 25 |
| **16.** | Обруч малый диаметр - 54 см | 10 |
| **17.** | Обруч металлический | 6 |
| **18.** | Набивной мяч | 10 |
| **19.** | Клюшка хоккейная | 6 |
| **20.** | Велобег | 3 |
| **21.** | Мяч футбольный | 2 |
| **22.** | Шарики для сухого бассейна диаметр – 8см, 40шт. | 100 |
| **23.** | Шарики для сухого бассейна диаметр – 6см | 80 |

**ТЕХНИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА ОБУЧЕНИЯ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Наименование** | **количество** |
| 1. | Музыкальный центр | 1 |
| 2. | Flash накопители с музыкальными композициями | 2 |

**МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ЗАЛА**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Наименование** | **Количест-во** |
| **1.** | Н. Б. Муллаева «Конспекты – сценарии занятий по физической культуре для дошкольников: Учебно – методическое пособие – СПб.: «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2010 – 160с. | 1 |
| **2.** | Т.Е. Харченко. Бодрящая гимнастика для дошкольников Жанр: Учебники: доп. пособия Издательство: Детство-Пресс Год: 2013 | 1 |
| **3.** | Е. Р. Железнова. Развивающая гимнастика с предметами и  подвижные игры для старших дошкольников. (5—7 лет).  Санкт-Петербург ДЕТСТВО-ПРЕСС. 2017. | 1 |
| **4.** | С. В. Силантьева. Игры и упражнения для свободной  двигательной деятельности детей дошкольного возраста -  Санкт-Петербург: Детство-Пресс, 2013 | 1 |
| **5.** | Л.В. Яковлева, Р.Д. Юдина «Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет» | 3 |
| **6.** | **Вареник Е.Н. – Физкультурное-оздоровительные занятия с детьми 5-7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2009. – 128 с.** | 1 |
| **7.** | Казина, О. Б. Веселая физкультура для детей и их родителей. Занятия, развлечения, праздники, походы: моногр. / О.Б. Казина. - М.: ВКТ, Академия Развития, 2008. - 144 c. | 1 |
| **8.** | Аверина И.Е. – Физкультурные минутки и динамические паузы в дошкольных образовательных учреждениях: практ. пособие / И.Е. Аверина. – 3-е изд. – М.: Айрис-пресс, 2007. – 144 с. | 1 |
| **9.** | Гигиенические основы воспитания детей от 3 до 7 Кн. для работников дошк. учреждений / Е.М. Белостоцкая, Т.Ф. Виноградова, Л.Я. Каневская, В.И. Теленч. Сост. В. И. Теленчи. – М.: Просвещение, 1987. – 143 с. | 1 |
| **10.** | Глазырина Л.Д. – Физическая культура – дошкольникам. Младший возраст: Пособие для педагогов дошк. учреждений. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1999. – 272 с. | 1 |
| **11.** | Батечко С.А, Бирюков В.С., Арийчук Е.К., Деревянко Н.А. – Двенадцать шагов к здоровью с «Тяньши». Серия «Медицина для вас». Ростов н / Д: Феникс, 2003. – 480 с. | 1 |
| **12.** | Как расти здоровым. Развивающая игра-лото. 4-7 лет. - М.: ИП Бурдина С. В., 2016. - 599 c. | 1 |
| **13.** | Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. – Игры, которые лечат. Для детей от 5 до 7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2009. – 64 с.**.** | 1 |
| **14.** | Вавилова Е.Н. – Развитие основных движений у детей 3-7 лет. Система работы. – М.: «Издательство Скрипторий 2003», 2007. – 160 с | 1 |
| **15.** | Колдина, Д. Н. Подвижные игры и упражнения с детьми 1-3 лет / Д.Н. Колдина. - М.: Мозаика-Синтез, 2016. - 112 c. | 1 |
| **16.** | Акбашев Т.Ф. – Первые шаги в «Педагогику жизни». Издательство ТОО «Вервия», г. Челябинск, 1995 г. –89 с. | 1 |
| **17.** | Ковалева, Анна Академия солнечных зайчиков. Хочу быть здоровым. Развивающие задания и игра для детей 5-6 лет / Анна Ковалева. - М.: Сфера, 2016. - 229 c. | 1 |
| **18.** | Организация спортивного досуга дошкольников 4-7 лет. - М.: Учитель, 2011. - 136 c. | 1 |
| **19.** | Пензулаева, Л. И. Растем здоровыми и крепкими. 5-6 лет / Л.И. Пензулаева. - М.: Дрофа, 2007. - 832 c. | 1 |
| **20.** | Пензулаева, Людмила Физическая культура в детском саду. Система работы в старшей группе / Людмила Пензулаева. - М.: Мозаика-Синтез, 2014. - 626 c. | 1 |
| **21.** | Кожухова Н.Н. Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях: учеб. пособие / Н.Н. Кожухова, Л.А. Рыжкова, М.М. Самодурова; под ред. С.А. Козловой. - М.: ИЦ "Академия", 2002. - 320 | 1 |
| **22.** | Работа дошкольного образовательного учреждения с семьей / Авт.-сост. И.А. Дядюнова. - М.: АПК и ПРО, 2004. - 32 с. | 1 |
| **23.** | Рукова М. Особенности организации занятий по физкультуре / М. Рукова // Дошкольное воспитание. - 2002. - №9. - С. 6-10 | 1 |
| **24.** | Щербаков Б.В. "Некоторые особенности физического развития дошкольников" / Б.В. Щербаков // Вестник спортивной науки. - 2015. - № 1. - 44 с. | 1 |
| **25.** | Щербаков Б.В. "Некоторые особенности физического развития дошкольников" / Б.В. Щербаков // Вестник спортивной науки. - 2015. - № 1. - 44 с. | 1 |
| **26.** | Лаптева Ю.Ю. Проблемы физического воспитания дошкольников Электронный ресурс / Ю.Ю. Лаптева, И.М. Козлов [ // http // nsportal.ru] - Загл. с экрана. - (Дата доступа 29.03.2015). | 1 |
| **27.** | Щербак А.П. Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении: Влияние физического воспитания на саморегуляцию поведения дошкольника: Пособие для педагогов дошкольных учреждений.- М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2001. – 72 с.: | 1 |
| **28.** | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 3-5 лет.- М.: Гуманит.изд. центр ВЛАДОС, 2003.-112с.  4 Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет.- М.: Гуманит.изд.центр ВЛАДОС, 2002.- 112 с | 1 |
| **29.** | 5 Физкультура. Подготовительная группа. Разработка занятий. – Изд. 2-е, переработанное./Автор-сост. М.А. Фисенко. – Волгоград: ИТД «Корифей».- 96с. | 1 |
| **30.** | Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста (3-7 лет).- М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. – 128с. | 1 |
| **31.** | Сборник подвижных игр. Для работы с детьми 2-7 лет/ Авт.-сост. Э.Я. Степаненкова. – М.: МОЗАИКА- СИНТЕЗ, 2012. – 144 с. | 1 |
| **32.** | Федорова С.Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Младшая группа. – М.: МОЗАИКА- СИНТЕЗ, 2017.96с. | 1 |
| **33.** | Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Средняя группа. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2017.-112с | 1 |
| **34.** | Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009.-80с | 1 |
| **35.** | Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016.-128с | 1 |
| **36.** | Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Подготовительная к школе группа. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016.-112 с. | 1 |
| **37.** | оздоровительная гимнастика : игровые комплексы. Младшая группа (от 3 до 4 лет)/ авт.-сост. Е.И. Подольская . – Изд.2-е, испр. – Волгоград: Учитель.- 127с. | 1 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ** | | |
| **СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП** | | |
| Сертификат | 603332450510203670830559428146817986133868575782 | |
| Владелец | Ерина Елена Валерьевна | |
| Действителен | С 20.05.2021 по 20.05.2022 | |