

**Муниципальное дошкольное образовательное бюджетное учреждение
«Сертоловский детский сад комбинированного вида № 3»
(МДОБУ «Сертоловский ДСКВ №3»)**

**ПАСПОРТ
ФИЗКУЛЬТУРНОГО ЗАЛА**

2020 г.

Физкультурный зал располагается в здании Муниципального дошкольного образовательного бюджетного учреждения «Сертоловский детский сад комбинированного вида №3»

Предназначен для проведения непосредственно-образовательной деятельности, развлечений и спортивных праздников.

Ответственный: инструктор по физической культуре Фоминенко Ольга Евгеньевна

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

Инструкция разработана на основе СанПиН 2.4.1.2660-10, и ИОТ-43-2002, которая устанавливает основные требования по технике безопасности при проведении занятий в спортивном зале и является обязательной для использования всеми сотрудниками ДООУ.

1. Общие требования безопасности

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

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

1.4. При проведении занятий физическими упражнениями возможно воздействие на обучающихся, 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;
- получение повреждений и заболеваний в случае перетаскивания обучающимися 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 обучающиеся 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 обучающиеся 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 обучающимися 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 обучающиеся.

2.8. Протереть насухо спортивный инвентарь необходимый для данного занятия.

2.9. Провести целевой инструктаж обучающиеся 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 метającego, 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 сходиться 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 обучающимся 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 обучающихся 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.

Виды деятельности

Основными направлениями деятельности инструктора по физической культуре в МДОУ являются:

- занятия по физической культуре;
- коррекционная работа с детьми;
- консультативная работа;
- индивидуальная работа с детьми.

Техническая характеристика физкультурного зала:

– Площадь спортзала – 76.2 кв.м.

– Высота – 2,95 м.

Освещенность: – светопроёмы /окна/ – 5

– искусственная – 12 люминесцентных ламп

– Пол – полиуретановый на цементной стяжке

– Отопление – радиаторы закрыты деревянными щитами (5 шт)

Из спортзала есть запасной выход в холл второго этажа.

Спортивный инвентарь хранится в контейнерах на стеллажах.

Расписание

Непрерывной образовательной деятельности по «Физической культуре»

Расписание НОД по «Физической культуре»

№	Группы	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
1	№ 1 общ. 5-7лет	9.35-10.00	11.15-11.40 улица		9.45-10.10	
2	№ 3 общ. 3-4 года	9.00-9.15		9.00-9.15		9.25-9.40

3	№ 4 общ. 5-6 лет		9.35-10.00	11.25-11.50 улица		10.00-10.25
4	№ 5 общ. 4-5 лет	16.00-16.20		9.30-9.50		9.40-10.00
5	№ 6 общ. 5-6 лет	11.35-12.00 улица	10.10-10.35		9.00-9.25	
6	№ 7 общ. 5-7 лет		10.40-11.10		10.40-11.10 улица	10.30-11.00
7	№ 8 4-5 лет		9.00-9.20		9.25-9.45	9.00-9.20
8	№ 9 ТНР 5- 6 лет	15.30-15.55	11.45-12.10 улица		15.30-15.55	
9	№ 10 ТНР 6-7 лет		15.30-16.00	16.00-16.30		11.50-12.20 улица
10	№ 12 ТНР 5-6 лет		16.05-16.30	15.30-15.55	16.00-16.25	11.20-11.45 улица
11	№ 11 ЗПР 5-6 лет	10.45-11.05		10.35-10.55	11.15-11.35 улица	
12	№ 13 ЗПР 4-7 лет	10.20-10.40		10.10-10.30	11.40-12.00 улица	

Игровое и спортивное оборудование

Наименование	Количество, шт
Скамья гимнастическая	4
Беговая дорожка	2
Велотренажер	2
Бревно гимнастическое	1
Дорожка балансир	1
Дорожка-змейка	1
Дорожка-мат	1
Доска гладкая с зацепами	1
Доска ребристая	3
Дуга для подлезания большая	1
Дуга для подлезания маленькая	4
Канат гл. 2.7-3 м.	2
Канат с узлами	1
Качалка-мостик	1
Лестница веревочная	1
Лестница с деревянными зацепами	1

Стойка для прыжков	1
Гантели 0.5 кг	20
Кольцеброс	2
Мат гимнастический	1
Мат гимнастический складываемый	1
Мешочки утяжелители	20
Мячи большие 200-220	10
Мячи малые 60-80	20
Мячи средние 100-120	20
Обручи гимнастические большие	5
Обручи гимнастические малые	20
Палка гимнастическая	20
Мяч для мини баскетбола	20
Мяч массажный	20
Коврик гимнастический	20
Ролик гимнастический	20
Скакалка	20
Эспандер детский	2
Мяч мякиш	8
Мешочки для метания	8
Канат 5м	1
Комплект вертикальных стоек	4
Медицин бол 1кг	4
Мяч мягко набитый 0.5 кг	3
Мяч мягко набитый 1.5 кг	3
Напольная игра «Классики»	1
Тоннель для пролезания «Гусеница»	2
Парашют 16 секторов, 4 цвета	1
Эстафетная палочка 35 см	4
Блок-кирпич для спортивных игр	20
Корзина для заброса мячей «Весёлые старты» Д-54	2
Мяч резиновый 10см	12
Мяч резиновый 7.5 см	20
Конус с отверстиями	20

Методическая литература

1. Рабочая программа педагога ДОО. Из опыта работы. Сост. Н.В. Нищева – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2015. – 320с.
2. Система оценки качества образовательной работы и индивидуального развития детей к примерной основной образовательной программе «Истоки» Науч. Рук. Л.А. Парамонова; Сост. Е.В. Трифонова. – М.: ТЦ Сфера, 2015. – 96с. (Истоки)
3. Шорыгина Т.А. Спортивные сказки. Беседы с детьми о спорте и здоровье. – М.: ТЦ Сфера, 2018.- 64 с.

4. Харченко Т.Е. Утренняя гимнастика в детском саду: для занятий с детьми 5-7 лет.- М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016.-160с.
5. Харченко Т.Е. Утренняя гимнастика в детском саду: для занятий с детьми 3-5 лет.- М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016.-128с.
6. Николаева Н.И. Школа мяча: Учебно-методическое пособие для педагогов и специалистов дошкольных образовательных учреждений.- СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2012.-96с.
7. Харченко Т.Е. Спортивные праздники в детском саду.- 2-е изд.- М.: ТЦ Сфера, 2017.-128с.
8. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Младшая группа.- М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2017-80с.
9. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Средняя группа.- М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2017- 112с.
10. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа.- М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2017- 128с.
11. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа.- М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2017- 112с.
12. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений. Для занятий с детьми 3-7 лет. – М.: МОЗАИКА- СИНТЕЗ, 2018 – 128с.
13. Кириллова Ю.А. Парциальная программа физического развития в группе компенсирующей направленности для детей с тяжелыми нарушениями речи (ОНР) с 3 до 7 лет.- Изд. 2-е – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО - ПРЕСС», 2017 – 128с.
14. Кириллова Ю.А. Карточка подвижных игр в спортивном зале и на прогулке для детей с ТНР с 3 до 4 лет. СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2018.- 144с.
15. Кириллова Ю.А. Карточка подвижных игр в спортивном зале и на прогулке для детей с ТНР с 4 до 5 лет. СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2018.- 128с.
16. Кириллова Ю.А. Карточка подвижных игр в спортивном зале и на прогулке для детей с ТНР с 5 до 6 лет. СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2018.- 128с.
17. Кириллова Ю.А. Карточка подвижных игр в спортивном зале и на прогулке для детей с ТНР с 6 до 7 лет. СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2018.- 160с.
18. Токаева Т.Э. Будь здоров, дошкольник. Программа физического развития детей 3-7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2016.- 112с.
19. Токаева Т.Э. Технология физического развития детей 3-4 лет.- М.: ТЦ Сфера, 2017. – 360с.
20. Токаева Т.Э. Технология физического развития детей 4-5 лет.- М.: ТЦ Сфера, 2017. – 416с.
21. Токаева Т.Э. Технология физического развития детей 5-6 лет.- М.: ТЦ Сфера, 2018. – 432с.
22. Токаева Т.Э. Технология физического развития детей 6-7 лет.- М.: ТЦ Сфера, 2018. – 432с.

