

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
« Детский сад с. Октябрьское» Томского района

Паспорт физкультурного зала

Воспитатель по физической культуре: Лабецкая О.В.

ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Спортивный зал располагается в здании МБДОУ «Детский сад с. Октябрьское» Томского района. Предназначен для проведения непосредственно образовательной деятельности, развлечений и праздников по физической культуре.

Ответственный: инструктор по физической культуре Лабецкая Оксана Владимировна

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 ДОУ.

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;
- 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 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 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 метаемого, 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. 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.

Расписание на 2017 – 2018 учебный год

Утренняя гимнастика

8.00-8.09	Средняя группа (спортивный зал)
8.15-8.25	Старшая группа (спортивный зал)
8.18-8.30	Подготовительная группа (музыкальный зал)

**Непосредственно образовательная деятельность
по физической культуре**

ПОНЕДЕЛЬНИК

Подготовительная группа
10ч 20мин – 10ч.50мин.

ВТОРНИК

Старшая группа
9ч35мин – 10ч. 00мин.
Средняя группа
10ч20мин – 10ч40мин
(на воздухе)

СРЕДА

Подготовительная группа
11ч.20мин – 11ч. 50мин. (на воздухе)
Старшая группа
11ч00мин. – 11ч. 25мин. (на воздухе)
Средняя группа
9ч30мин – 9ч50мин

ЧЕТВЕРГ

ПЯТНИЦА

Подготовительная группа

**Старшая группа
10ч10мин-10ч35мин**

10ч. 20мин. – 10ч. 50мин.

**Средняя группа
9ч30мин – 9ч50мин.**

ПРАЗДНИК ПРАВИЛ ДОРЖНОГО ДВИЖЕНИЯ

Физкультурно-познавательный праздник «Правила дорожные знать каждому положено!»

Цель. Организация активного досуга старших дошкольников.

Задачи:

- закрепить знания правил дорожного движения;
- совершенствовать основные виды движений детей;
- воспитывать взаимопомощь и взаимовыручку.

Не перевелись богатыри на земле русской...»

Сценарий спортивного праздника с родителями для детей старшего дошкольного возраста.

Цель:

- привлечь к спортивной жизни детского сада родителей;
- развивать двигательные навыки детей;
- воспитывать гордость за свою страну, свой народ, дружелюбие, стремление к взаимовыручке;
- создать положительный эмоциональный настрой, веселое, бодрое настроение.

Кто-кто в теремочке живет!

Сценарий спортивного развлечения для детей среднего дошкольного возраста.
Теремок размещен у короткой стороны игровой площадки. Ведущие роли в играх исполняют дети старшей группы, костюмированные в соответствии с сюжетом игры.

День здоровья

Спортивно-развлекательное мероприятие для детей 3-4 лет

Цель:

- Формирование двигательной активности детей.
- Укрепление физического развития дошкольников.
- Развить умение выполнять движение в соответствии с текстом стихотворения.

«Улыбайтесь, детвора! Ха-Ха-Ха!»

Сценарий развлечения к 1 апреля для детей старшего дошкольного возраста.

Цель: развитие позитивного самоощущения, связанного с состоянием раскрепощенности, уверенности в себе. Вызвать интерес к персонажам праздника. Доставить детям радость и удовольствие от праздника.

Спортивный теремок

Сценарий спортивного развлечения для детей 1-ой и 2-ой младших групп

Цель: сохранение и укрепление физического здоровья воспитанников.

Программное содержание:

Спортивное развлечение в средней группе

«Веселые старты»

Программное содержание:

1. Развивать интерес к спортивным играм, укреплять здоровье детей.
2. Воспитывать коллективизм, умение играть в команде, соперничать.

Спортивный праздник «Чтоб здоровье сохранить - научись его ценить» (для дошкольников старшего возраста)

Цель:

- Привлечь детей к занятиям физической культурой и спорт
- Развивать физические качества: быстроту, силу, выносливость, гибкость.
- Обеспечивать высокую двигательную активность детей

Спортивное развлечение для детей 4-6 лет в детском саду «Дружные ребята».

Сценарий разработан для детей среднего и старшего дошкольного возраста

Данный материал может быть полезен инструкторам по физической культуре, воспитателям детских садов, родителям. Можно провести мероприятие для

нескольких разновозрастных групп (младшей, средней и старшей).

Цель: Привлечь детей к здоровому образу жизни через спортивное развлечение.

Сценарий развлечения спортивной игры "Хлопотунья Зима нам веселья принесла"

Цель: организация содержательного досуга семьи, развитие её творческих начал;

- пропаганда активного отдыха детей и родителей, семейных ценностей, здорового образа жизни;
- создание благоприятной эмоциональной атмосферы для проявления совместного творчества;
- развивать интерес к спортивным играм, укреплять здоровье детей.

Задачи: Развивать быстроту, ловкость, умение самостоятельно выполнять задание.

Воспитывать взаимодействие детей, умение играть в команде, сопереживать.
Доставить радость детям.

Спортивный праздник с родителями «Колобок» средняя группа

Цель:

сохранение и укрепление физического здоровья воспитанников и их родителей

Задачи:

- дать детям знания о культуре здоровья;
- развивать физические качества: крупную и мелкую мускулатуру, силу, ловкость, ориентировку в пространстве, координацию движений, быстроту,

равновесие;

- закреплять навыки в беге, прямом галопе, ползание на четвереньках, перешагивании;

- воспитывать у детей эмоциональное положительное отношение к занятиям физическими упражнениями на основе русского народного фольклора;

- способствовать становлению положительных детско-родительских отношений.

ГРАФИК КВАРЦЕВАНИЯ

ВРЕМЯ	ДНИ
13.30 – 13.45	ЕЖЕДНЕВНО

Библиотечно-информационные ресурсы

Картотеки:

- «Физкультурная деятельность» (2-3года)
- «Комплекс утренней гимнастики» (2-3 года)
- «Бодрящая гимнастика
- «Гимнастика после сна»
- «Гимнастика для глаз»
- _ «Утренняя гимнастика»
- «Точечный массаж»
- «Дыхательная гимнастика»

Художественная литература:

1. Программа и методические рекомендации «Физическое воспитание в детском саду»
Издательство Москва – Синтез Москва 2006г.
2. «Физическая культура в детском саду» Младшая группа Л.И. Пензулаева
Издательство МОЗАИКА – СИНТЕЗ Москва 2016г.
3. «Физическая культура в детском саду» Средняя группа Л.И. Пензулаева
Издательство МОЗАИКА – СИНТЕЗ Москва 2016г.
4. «Физическая культура в детском саду» Старшая группа Л.И. Пензулаева
Издательство МОЗАИКА – СИНТЕЗ Москва 2016г.
5. «Физическая культура в детском саду» Подготовительная группа Л.И. Пензулаева
Издательство МОЗАИКА – СИНТЕЗ Москва 2016г.
6. «Культура здоровья дошкольника Д.Б. Юматова Санкт – Петербург ДЕТСТВО –
ПРЕСС 2017г.
7. «Спортивные игры для детей» О.Е. Громова Творческий Центр Москва 2003г.
8. «Здоровый образ жизни» Е.Ю. Аронова, К.А. Хашабова Москва Школьная Пресса
2007г.
9. «Подвижные игры и игровые упражнения для детей третьего года жизни» М.Ф.
Литвинова ЛИНКА – ПРЕСС Москва, 2005г.
10. «Физкультурные комплексы дома и в детском саду» С.В. Руетский
Издательство «ТЦ СФЕРА» 2015г.
11. «Игры которые лечат» А.С. Галанов Творческий центр Москва 2006г.
12. «Конспекты занятий, физические упражнения, подвижные игры» Н.И. Соловьева, И.А.
Чаленко Москва «Школьная Пресса» 2007г.
13. «Воспитание здорового ребенка» М.Д. Маханева Москва 2000г.
14. «Спортивные праздники в детском саду» Москва 2007г.
15. «Расти здоровым малыш» П.И. Павлова, И.В. Горбунова Творческий Центр Москва
2006г.
16. «Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет» Л.И. Пензулаева Москва
2003г.
17. «Игры, занятия и упражнения с мячами» Т. Овчинникова, О. Черная, Л. Баряева Санкт –
Петербург 2010г.

18.«Воспитание ценностей здорового образа жизни у детей 3 -7 лет» М.Р. Юргова Волгоград 2012г.

19.«Утренняя гимнастика в детском саду» Т.Е. Харченко ИЗДАТЕЛЬСТВО «МОЗАИКА – СИНТЕЗ» 2008г.

20.«Утренняя гимнастика в детском саду 5-7 лет» МОЗАИКА – СИНТЕЗ 2016г.

21.«Утренняя гимнастика в детском саду 3-5 лет» МОЗАИКА – СИНТЕЗ 2016г.

22.«Утренняя гимнастика в детском саду 2-3 лет» МОЗАИКА – СИНТЕЗ 2016г.

Журналы «Инструктор по физкультуре»

Оснащенность физкультурного зала

№	Пособия и оборудования	Количество	Примечание
Оборудование			
1	Стенка гимнастическая 2 пролета	1	
3	Лестница деревянная с зацепами	2	
4	Доска гладкая с зацепами	1	
5	Доска с ребристой поверхностью	2	
7	Скамейка гимнастическая	4	
10	Дуга модуль	2	
12	Щит баскетбольный навесной с корзиной	1	
13	Щит навесной для метания	1	
14	Корзина для мячей большая	1	
16	Стойка для пособий для пособий	1	
Пособия			
1	Мат	1	
2	Канат	1	
4	Шнур плетенный короткий	15	
5	Скакалка короткая	15	
7	Палка гимнастическая деревянная	15	

8	Обруч малый диаметр	10	
9	Обруч большой диаметр	7	
12	Кубик деревянный большой	2	

№ п/п	Наименование оборудования, инвентаря и пособия	Количество (шт.)	Примечание
15	Пластмассовый шар	40	
18	Канат 175 см	1	
19	Канат 5 м	1	
20	Мяч резиновый малый диаметр	15	
22	Мяч резиновый средний диаметр	20	
25	Мяч фитобол	6	
27	Лента короткая разноцветная	15	
29	Мешочек с песком	10	
31	Кегля пластмассовая	10	
32	Дорожка для массажа ступни ног	2	
36	Стойка деревянная	4	
37	Горка пластмассовая	1	
38	Клюшки пластмассовые	4	
41	Стойки пластмассовые	6	

ТСО

ТСО		
1.	Магнитофон	1
2.	Кассеты	10
3.	Диски	4

