Паспорт физкультурного зала.

Общие сведения.

Физкультурный зал располагается в здании МБДОУ «Детский сад №6-центр развития ребенка».

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

Общая площадь составляет: 71/8 кв.м.

Ответственный: инструктор ФК - Даштамирова Н.М.

Перечень оборудования физкультурного зала.

Тип оборудования	Наименования	Размер, масса	Кол-во
Для ходьбы, бега. Равновесия.	Бревно гимнастическое	дл. -125см.	1 шт.
	Доска с зацепом	дл. -250см. шир. -25см.	1 шт.
	Доска с зацепом	дл. -250мс. шир. -20см.	1 шт.
	Ребристая доска	дл. -150см. шир.- 19см.	2 шт.
	Ребристая доска	дл.- 145см. шир.-24см.	1 шт.
	Скамейка	дл. -300см. шир. -23см. выс.-35см.	2шт.
	Скамейка	дл. -147см. шир. -22см. выс. -25см.	2шт.
	Скамейка	дл. -150см. шир. -20см. выс. -20см.	1шт.
	Скамейка	дл. -150см. шир. -10см. выс. -15см.	1шт.
	Лесенка для перешагивания	дл. -250см. шир. -40см.	4шт.

Для прыжков.	Стойки металлические	высота -150см.	4шт.
	Маты	дл. -200см. шир.-100см.	2шт.
	Маты	дл. -150см. шир. -60см.	2шт.
	Маты	дл. -80см. шир. -38см.	4шт.
	Тумба для спрыгивания	высота -40см.	1шт.
		высота -30см	1шт.
		высота -20см.	1шт.
		высота -10см.	1шт.
Физкультурный инвентарь	Кубики деревянные	20 \ 20 см.	2шт.
		15 \ 15 см.	3шт.
		13 \ 13 см.	3шт.
		10 \ 10 см.	4шт.
	Кубики мягкие	20 \ 20 см.	4шт.
	Скакалки		25шт.
	Пуф –трансформер мягкий с цилиндрическим вкладышем		2+1 шт.
	Мячи резиновые	диаметр -10 см.	15 шт
		диаметр -15 см.	22 шт
		диаметр -20 см.	11 шт
	Мячи	теннисные	27шт.
		массажные	10шт.
		волейбольные	2шт.
		футбольные	2шт.
		баскетбольные	1шт.
		мячи-фитбол	4шт.
		мячи мягкие	2шт.
	Мешочки с песком	14 \13	20шт.
	Обручи	большие	5шт.
		средние	10шт.
		маленькие	10шт.

	Баскетбольная корзина		2шт.
	Кольцеброс		2шт.
	Корзина для бросков		2шт.
	Круги для бросков на стене		4шт.
	Шветская стенка	6 пролетов	1шт.
	Дуги	Большие	3шт.
		Средние	3шт.
		малые	2шт.
	Флажки большие		15шт.
	Флажки маленькие		40шт.
	Тазики		5шт.
	Кольца с лентами		40шт.
	Палки с лентами		62шт.
	Канаты тонкие		3шт.
	Канаты толстые		1шт.
	Ракетки с воланчиками		2шт.
	Бубен Кубики маленькие		1шт.
	Дорожка для плоскостопия		2шт.
	Коврики для плоскостопия		5шт.
	Ведерки		5шт.
	Вертушки		25шт.
	Кегли – набор		1шт.
	Кегли россыпью		15шт.
	Палки пластмассовые	длина 70см.	25шт.
	Конус- фишки большие		5шт.
	Конус- фишки маленькие		5шт.
	Круги для метания		2шт.
	Стол письменный		1шт.
	Стул		2шт.
	Шкаф		1шт.
	Пианино		1шт.
	Магнитофон		1шт.
	Огнетушитель		1шт.
	Велотренажер		1шт.
	Райдер (наездник)		1шт.
	Бегущая по волнам		1шт.
Тренажеры.	Подставка под штангу		1шт.
	Жим от груди		1шт.
	Жим ногами сидя		1шт.
	Бицепс сидя		1шт.
	Мульти- ровер		1шт.

	Спеппер		1шт.
	Беговая дорожка		1шт.
	Разгибание ног		1шт.
	Балансир		1шт.

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, непрочно 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; электрических звуковоспроизводящих музыкальных аппаратов.

- травмы при неправильном определении оптимального объема физической нагрузки, а также при нарушениях установленных режимов занятий и отдыха.

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.

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 инструктора по физическому воспитанию.

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

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

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

3.8. 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.

3.9. страховать ребенка вместе приземления.

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

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

3.12. Не разрешать детям спрыгивать с большой высоты.

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

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

3.15. Не подавать снаряд для метания друг другу броском.

3.16. 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).

3.17. В место спрыгивания ребенка постелить мат. Страховать ребенка при необходимости, продвигаясь вдоль скамейки.

3.18. 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).

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

3.20. 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.

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

3.22. Обучить детей старшего дошкольного возраста страховке.

3.23. 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.

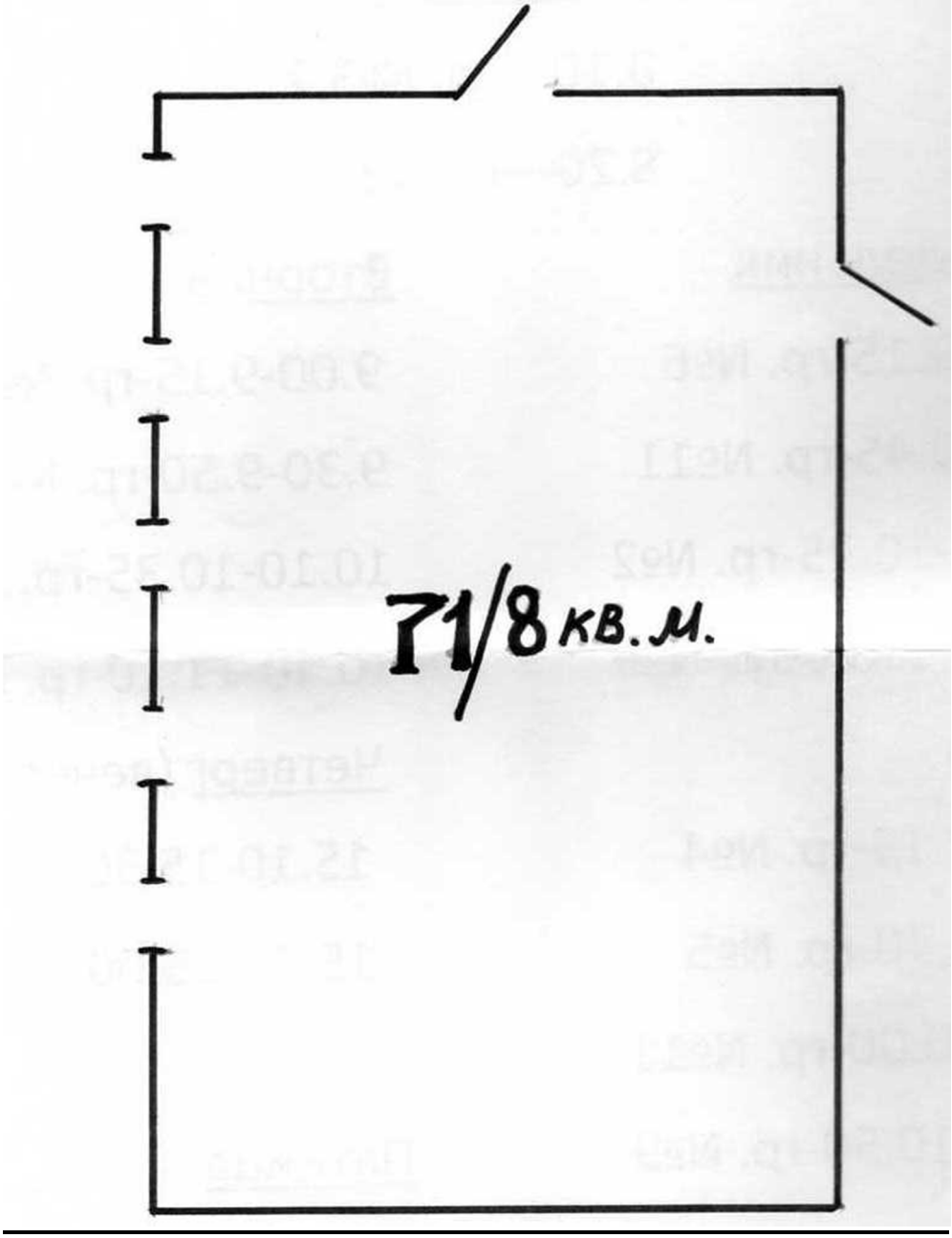
4.1. При возникновении неисправности в работе спортивного оборудования или его поломке, прекратить занятие. Упражнение продолжать только после устранения неисправности.

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.

ПЛАН - СХЕМА



ЛИТЕРАТУРА:

1. «Детский фитнес» занятия для детей 5-7 лет Е.В. Сулим ООО «ТЦ Сфера» Москва 2014г.

2. Двигательная деятельность детей старшей группы по программе «Детство». Т.В.Хабарова. М.С.Анисимова. Издательство «Детство-Пресс» 2011г.

3. Инструктор по физической культуре. Научно практический журнал №1-12 за 2014г. Дошкольное образовательное учреждение.

4. Физическое воспитания в детском саду. Э.Я.Степаненкова. Программа воспитания и обучения под редакцией М.А. Васильевой. Москва. Просвещение. 2007 г.

5. Физическая культура с средней группе детского сада. В.Н.Шебеко, Л.В.Карманов. Москва. Просвещение. 1986г

6. Физкультурные занятия с детьми 5-6 лет. Л.И. Пензулаева. Москва. Просвещение. 1987г

7. Физкультурные занятия и спортивные игры в детском саду. А.И. Фомина. Москва. Просвещение. 1984г

8. Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость. Е.Н. Вавилова. Москва. Просвещение. 1981г

9. Занимательная физкультура в детском саду для детей 5-7 лет. К.К.Утробина. Москва. Гнои и Д. 2005г.

10. Игры и развлечения детей на воздухе. Т.И. Осокина, Е.А. Тимофеева. Москва. Просвещение. 1983г

11. Спортивные праздники и физкультурные досуги. Л.М.Алексеев. Ростов-на-Дону. 20