

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Краснокаменский детский сад № 5 «Капелька»
комбинированного вида

ПАСПОРТ

физкультурного зала

Составил: инструктор по
физической культуре
Кузьмина М.А.

Краснокаменск, 2022г

Предметно-развивающая среда ДООУ – это совокупность условий, оказывающих прямое и косвенное влияние на всестороннее развитие ребёнка в детском саду, состояние его физического и психического здоровья и деятельность всех участников образовательного процесса.

Согласно ФГОС ДО предметно-пространственная среда должна быть содержательно насыщенной, трансформируемой, вариативной и безопасной.

Общие сведения

Физкультурный зал располагается в основном здании детского сада на первом этаже.

Предназначен для проведения основной образовательной деятельности по физическому развитию, развлечений спортивных праздников.

Ответственный: Кузьмина М.А.

Технические характеристики

Режим работы.

Организованная образовательная деятельность

8.00 – 16.30

График кварцевания

7.30 – 7.45

11.00 – 11.15

График проветривания

7.45 – 8.00

9.25 – 9.30

10.10 – 10.15

Параметры	Характеристики
Общая площадь (кв. м.)	
Освещение естественное	6 окон
Освещение искусственное	8 ламп
Уровень освещённости	Норма
Наличие системы пожарной безопасности	Имеется
Наличие системы отопления	Имеется
Возможность проветривания	Имеется
Поверхность пола удобная для обработки	Линолеум

Инфраструктура предметно-развивающей среды физкультурного зала

- Обеспечить реализацию Основной образовательной программы в области «Физическое развитие»

- Укреплять физическое здоровье детей.
- Развивать двигательные навыки и физические качества.
- Расширять двигательный опыт детей дошкольного возраста.
- Создавать положительный эмоциональный настрой.

Зона спортивного оборудования: традиционного, нетрадиционного.

Разнообразие организации двигательной деятельности детей.

- Формировать умение использовать спортивное оборудование на занятиях и в свободной деятельности.

- Создавать вариативные, усложнённые условия для выполнения двигательных заданий.

- Оптимизировать режим двигательной активности.

- Повышать интерес к физическим упражнениям.

- Расширять круг представлений о разнообразных видах спортивного оборудования, его назначении.

Зона метания.

Ознакомить с различными способами метания

- Развивать глазомер.
- Закреплять технику метания.
- Укреплять мышцы рук и плечевого пояса.



Зона прыжков

Создание условий для обучения прыжкам разного вида в соответствии с возрастом и Программой.

- Обучать технике прыжков.
- Развивать силу ног и прыгучесть.
- Использовать специальное оборудование.



Зона «Спортивный комплекс»

Создание условий для удовлетворения потребности в двигательной активности.

- Овладеть техникой различных способов и видов лазанья.
- Развивать силу, ловкость, смелость при выполнении упражнений на шесте, канате, верёвочной лестнице.



Зона спортивных игр

Создание условий для обучения элементам спортивных игр

- Формировать у детей устойчивый интерес к играм с элементами спорта.
- Обогащать двигательный опыт дошкольников новыми двигательными действиями.

- Развивать точность, ловкость глазомер, ориентацию в пространстве.



Оборудование физкультурного зала

№	Наименование	Размеры, масса	Количество
1	Гантели детские	Вес – 500 г.	20
2	Диск плоский	Диаметр – 230 мм. Высота – 30 мм.	10
3	Доска гладкая с зацепами	Длина – 2500 мм. Ширина – 200 мм. Высота – 30 мм.	1
4	Доска с ребристой поверхностью	Длина – 1500 мм Ширина – 200 мм Высота – 30 мм	1
5	Дорожка змейка (канат)	Длина – 2000 мм Диаметр – 60 мм	2
6	Дуга большая	Высота – 500 мм Ширина – 500 мм	5
7	Дуга малая	Высота – 300 мм Ширина – 500 мм	1
8	Канат гладкий	Длина – 2700 мм	1
9	Канат с узлами	Длина – 2300 мм Диаметр – 26 мм Расстояние между узлами – 380 мм	1
10	Кегли (набор)		1
11	Кольцеброс (набор)		3
12	Кольцо плоское	Диаметр – 180 мм	20
13	Контейнер для хранения мячей передвижной		2
14	Куб деревянный малый	Ребро – 200 мм	8

15	Куб деревянный большой	Ребро – 400 мм	10
16	Лента короткая	Длина – 500 – 600 мм	40
17	Лента длинная	Длина – 1150 – 1200 мм	20
18	Лестница веревочная	Длина – 2700 – 3000 мм Ширина – 400 мм Диаметр перекладин – 30 мм	1
19	Лестница деревянная	Длина – Ширина – Диаметр перекладины – Расстояние между перекладинами -	1
20	Мат большой	Длина – 2000 мм Ширина – 1380 мм Высота – 70 мм	2
21	Мат малый	Длина – 1000 мм Ширина – 1000 мм Высота – 70 мм	2
22	Мешочек с грузом малый	Масса – 150 – 200 г.	25
24	Мишень навесная	Длина – 600 мм Ширина – 600 мм Толщина – 15 мм	3
25	Мячи большие	Диаметр – 200 – 250 мм	20
27	Мячи малые	Диаметр – 60 – 80 мм	25
28	Мячи утяжеленные (набивные)	Масса – 0.5 кг. 1.0 кг	10
29	Обруч малый	Диаметр – 550 – 600 мм	20
30	Обруч большой	Диаметр – 1000 мм	10
31	Палка гимнастическая короткая	Длина – 750 мм	20
32	Палка гимнастическая длинная	Длина – 2500 – 3000 мм	3
33	Скакалка короткая	Длина – 1200 – 1500 мм	20
34	Скакалка длинная	Длина – 3000 мм	0
35	Скамейка гимнастическая деревянная	Длина – 3000мм Ширина – 240 мм Высота – 300 мм	4
36	Стенка гимнастическая	Высота – 2700 мм Ширина пролета – Расстояние между рейками -	3 пролета
37	Угол передвижной		1
38	Шест гимнастический	Высота – 2700– 3000 мм Диаметр – 40 мм	1
39	Шнур короткий плетеный	Длина – 750 мм	25
40	Шнур плетеный длинный	Длина – 1500 – 2000 мм	3
41	Щит баскетбольный навесной с корзиной	Длина – 590 мм Ширина – 450 мм Внутренний диаметр корзины – 450 мм	1

		Длина сетки – 400 мм	
Тренажеры			
42	Министеппер	68×40×86 см	2
43	Велотренажер	50×35×65 см	2
44	Батут		4
45	Эспандер кистевой	10 кг.	20

Оборудование для проведения игр и ОРУ

№	Наименование	Количество
1	Флажки цветные	20
2	Кубики (ребро 50 мм)	40
3	Платочки	20
4	Удочки	12
5	Рыбки	15
6	Ракеты	15
7	Дарц	2
8	Бубен	2
9	Ленты цветные	15

№	Наименование	Размеры, масса	Количество
1	Мячи средние	Диаметр – 200 – 250 мм	10
2	Мячи футбольные		4
3	Мячи баскетбольные		4
4	Мячи волейбольные		4
5	Мяч малый	Диаметр – 60 – 80 мм	10
6	Скакалка короткая	Длина – 1200 – 1500 мм	10
7	Скакалка длинная	Длина – 3000 мм	1
8	Обруч		10
9	Бадминтон		10
10	Кольцесброс (набор)		3

Литература

№	Автор	Наименование
1	Аверина И.Е.	Физкультурные минутки и динамические паузы в дошкольных образовательных учреждениях: практ. пособие / И.Е. Аверина. – 4-е изд. – М.: Айрис-пресс, 2008. – 144 с. – (Дошкольное воспитание и развитие).
2	Агапова И.А., Давыдова М.А.	Подвижные игры для дошкольников / Авт.-сост. И.А. Агапова, М.А. Давыдова. – М.:

		АРКТИ, 2008. – 156 с. (Растем здоровыми).
3	Адашкявичене Э. И.	Баскетбол для дошкольников. – М., 1983.
4	Вавилова Е. А.	Учите детей бегать, прыгать, лазать. – М., 1983
5	Вавилова Е. А.	Развивайте у дошкольников силу, ловкость, выносливость. – М., 1981
6	Воронова Е.К.	Игры-эстафеты для детей 5 – 7 лет: Практическое пособие. – М.: АРКТИ, 2009. – 88 с. (Растем здоровыми)
7	Голощекина М.П.	Лыжи в детском саду. – М., 1977
8	Железняк Н.Ч., Желобкович Е.Ф.	100 комплексов ОРУ для старших дошкольников с использованием стандартного и нестандартного оборудования. – М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2009. – 112 с.
9	Железняк Н.Ч.,	Занятия на тренажёрах в детском саду. – М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2009. – 120 с.
10	Желобкович Е.Ф.	Футбол в детском саду. Конспекты занятий. – М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2009. – 88 с.
11	Кенеман А. В., Хухлаева Д.В.	Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. – М., 1981
12	Ковалько В.И.	Азбука физкультурных минуток для дошкольников: Средняя, старшая, подготовительная группы. – М.: ВАКО, 2008. – 176 с. – (дошкольники: учим, развиваем, воспитываем).
13	Лескова Т.П., Будицкая П.П., Васюкова В.И.	Общеразвивающие упражнения в детском саду. – М., 1981.
14	Осокина Т.И.	Физическая культура в детском саду. – М., 1978.
15	Пензулаева Л.И.	Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет. Конспекты занятий. – М.: Мозаика-Синтез, 2009. – 80 с.
16	Пензулаева Л.И.	Физическая культура в детском саду: конспекты занятий для работы с детьми 4-5 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2021.
17	Пензулаева Л.И.	Физическая культура в детском саду: конспекты занятий для работы с детьми 5-6 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2021.
	Пензулаева Л.И.	Физическая культура в детском саду: конспекты занятий для работы с детьми 6-7 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2021.
18	Подольская УЕ.И.	«Профилактика плоскостопия и нарушения осанки у старших дошкольников. – М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2009ю – 80 с.
19	Пустынникова Л. М.	Коньки в детском саду. – М., 1979.
20	Степаненкова Э.Я.	Методика физического воспитания. – М., 2008.

21	Фирилёва Ж.Е., Сайкина Е.Г.	«СА-ФИ-ДАНС». Танцевально-игровая гимнастика для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. – СПб.; «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 352 с., ил. 2010.
22	Фирилёва Ж.Е., Сайкина Е.Г.	Лечебно-профилактический танец. «ФИТНЕС-ДАНС». Учебное пособие - СПб.; «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2010. – 384с., ил.
23	Харченко Т.Е.	Утренняя гимнастика в детском саду: для занятий с детьми 3-4 лет. – 2-е изд., испр. и доп. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020.
24	Харченко Т.Е.	Утренняя гимнастика в детском саду: Комплексы упражнений для занятий с детьми 4-5 лет. – 2-е изд., испр. и доп. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022.
25	Харченко Т.Е.	Утренняя гимнастика в детском саду: Комплексы упражнений для занятий с детьми 5-6 лет. – 2-е изд., испр. и доп. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022.
26	Харченко Т.Е.	Утренняя гимнастика в детском саду: Комплексы упражнений для занятий с детьми 6-7 лет. – 2-е изд., испр. и доп. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022.

ИНСТРУКЦИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА

при обучении детей основным видам движений в спортивном зале

1. Общие требования.

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 поведении занятий физическими упражнениями возможно воздействие на воспитанников следующих опасных факторов;

- травма при использовании неисправного, не прочно установленного и не закреплённого спортивного оборудования и инвентаря;
- травма при нарушении правил использования спортивного оборудования и инвентаря;
- нарушение остроты зрения при недостаточном освещении спортивного зала;
- травмы при падении во время проведения подвижных игр и упражнений;
- получение повреждений и заболеваний в случае перетаскивания воспитанниками тяжёлого спортивного оборудования;
- поражение электрическим током при использовании неисправных электрических и звуковоспроизводящих музыкальных аппаратов;
- травмы при неправильном определении оптимального объёма физической нагрузки, а так же при нарушениях установленных режимов занятий и отдыха.

1.5. Занятия в спортивном зале необходимо проводить в спортивной одежде и спортивной обуви с нескользящей 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 оснащён 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 оснащён 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 организованной образовательной деятельности по физическому развитию.

2.1. Включить полностью освещение и убедиться в исправной работе светильников. Наименьшая освещённость должна быть: не менее 200 лк (13 Вт/кв.м.), при люминесцентных лампах 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 надёжность спортивного оборудования и инвентаря.

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

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

2.7. Спортивный инвентарь должен располагаться так, чтобы избежать его падения на воспитанников.

2.8. Протереть насухо спортивный инвентарь необходимый для данного занятия.

2.9. Провести целевой инструктаж воспитанников по безопасным приёмам поведения занятий физическими упражнениями в физкультурном зале.

2.10. Надеть спортивную форму и спортивную обувь с нескользящей подошвой.

3. Требования безопасности во время организованной образовательной деятельности по физическому развитию.

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

3.2. Структура занятия 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, определяющим его работоспособность и логикой развёртывания учебно-воспитательного процесса в двигательной деятельности.

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

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

3.5. Начинать выполнение упражнений и заканчивать их только по команде воспитателя или руководителя по физическому воспитанию.

3.6. Не разрешать детям самовольно покидать место проведения занятий.

3.7. Не оставлять детей одних в спортивном зале.

3.8. Во время занятий 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. Убирать с дороги все предметы мешающие ходить или 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 и средней группы исключить при беге резко «стопорящую» остановку.

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

3.15. Прыгать только в спортивной обуви.

3.16. Страховать ребёнка в месте приземления.

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

3.18. При прыжках в длину с места, с продвижением вперёд на одной, двух ногах, давать указания прыгать «мягко», «тихо» на носочках.

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 команде руководителя по физическому воспитанию или воспитателя.

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 команды 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, если теряешь равновесие не держаться за товарища, а сойти со снаряда).

3.26. В место спрыгивания ребёнка постелить мат. Страховать ребёнка при необходимости, продвигаясь вдоль скамейки.

3.27. Чтобы не получить челюстно-лицевую травму, при ползании по гимнастической скамейке следить за постановкой рук (обхватить её сбоку так, чтобы большой палец был сверху, а остальные под скамейкой). Правильно принимать исходное положение (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 лазанье 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 ребёнка, оказывая помощь по необходимости, следить за правильным хватом рук, постановкой стопы на рейку.

3.31. Обучать детей старшего дошкольного возраста страховке.

3.32. При лазанье по верёвочной лестнице см. выше п. 3.28, 3.29, 3.30.

3.33. Если у ребёнка запутались ноги в верёвочной 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 «ружьё» (палку поставить на ладонь правой руки опущенной вниз, левой рукой прижать к правому плечу) при объяснении задания или перестроении.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях в ходе организованной образовательной деятельности по физическому развитию

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 медицинское 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 организованной образовательной деятельности по физическому развитию

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

5.2. Привести в исходное положение всё 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 звуковоспроизводящие аппараты.