

УТВЕРЖДЕНО

приказом

по МАДОУ детский сад «Мечта»

от 29.08.2023 г. № 84-о

# **Паспорт спортивного зала в детском саду**

**Инструктор по физической культуре Баранова Л.Н.**

## **Паспорт спортивного зала в детском саду.**

Общие сведения.

Физкультурный зал располагается в здании МАДОУ детского сада «Мечта» на втором этаже, предназначен для занятий по физической культуре с необходимым для этого оборудованием.

Ответственный: инструктор по физической культуре Баранова Любовь Николаевна

### **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.

### **Описание использования физкультурного зала.**

Для успешной деятельности инструктора физической культуры в образовании важно обеспечить его оборудованием и организовать рабочее пространство. Эффективность функционирования физкультурного зала детского сада базируется на соответствующем современным требованиям методическом и организационном обеспечении, а также подкрепляется необходимым техническим оснащением и оборудованием.

Физкультурный зал располагается на первом этаже детского сада. Цвет стен, пола, подобран по принципу использования спокойных и нейтральных тонов, не вызывающих дополнительного возбуждения и раздражения. Оборудование установлена в контексте общей композиции. Освещение в кабинете соответствует нормам СанПИНа.

С учетом задач работы инструктора помещение территориально включает несколько зон, которые имеют специфическое назначение и соответствующее оснащение.

#### **Рабочая зона**

Письменный стол, шкафы для хранения методических материалов, спортивный инвентарь для занятий физкультуры.

#### **Зона занятий по физической культуре**

спортивный зал, шведские стенки, кубы, гимнастические скамейки, обручи, мягкие модули.

#### **Образовательная область физическая культура** 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;

занятия по физической культуре;

физкультурные досуги, праздники, развлечения;

консультативная работа;

индивидуальная работа с детьми.

#### **Технические характеристики**

Освещение естественное 4 окна

Освещение искусственное лампы дневного света с защитой

Уровень освещённости норма

Наличие системы пожарной безопасности имеется

Наличие системы отопления имеется

Возможность проветривания помещения имеется

Поверхность пола (удобная для обработки) имеется

#### **Набор материалов и оборудования, необходимых для организации физического развития**

Подбор оборудования определяется задачами как физического, так и всестороннего воспитания детей. Количество оборудования определяется из расчета активного участия всех детей в процессе разных форм двигательной активности. Разнообразие оборудования обусловлено спецификой построения и содержания разных видов занятий по физической культуре (утренняя гимнастика, корригирующая гимнастика после дневного сна, занятие по физической культуре, игры и упражнения на воздухе и в помещении, физкультурные досуги и праздники).

#### **набор физкультурного оборудования для второй младшей группы**

Тип оборудования	Наименование	Размеры, масса	Кол-во
Для ходьбы, бега и	Доска с ребристой	Длина 200 см Ширина 20	2

равновесия	поверхностью	см Высота 4 см	
	Модуль "Змейка"		1
	Коврик, дорожка массажные		3
	Обруч большой	Диаметр 95-100 см	6
Для прыжков	Полусфера гимнастическая		10
	Фитбол детский с ручкой	Диаметр 50 см	12
	Обруч малый	Диаметр 50-55 см	10
	Шнур короткий	Длина 75 см	5
Для катания, бросания, ловли	Кегли (набор)		1
	Мешочек с грузом	Масса 150-200 г	30
	Мяч резиновый	Диаметр 10 см	20
	Мяч резиновый	Диаметр 20-25 см	20
	Мяч футбольный	Размер 4	20
Для ползания и лазанья	Дуги малые		4
Для общеразвивающих упражнений	Кубики		20
	Лента цветная (короткая)	Длина 50 см	20
	Мяч массажный	Диаметр 8-10 см	10
	Палка гимнастическая короткая	Длина 75-80 см	20

**набор физкультурного оборудования  
для средней группы**

Тип оборудования	Наименование	Размеры, масса	Кол-во
Для ходьбы, бега, равновесия	Дорожка массажная		1
	Канат	Длина 150-см,	2
Для прыжков	Фитбол детский с ручкой	Диаметр 50 см	12
	Палка гимнастическая короткая	Длина 75-80 см	20
	Скакалка короткая	Длина 120-150 см	12
Для катания, бросания, ловли	Кегли (набор)		1

	Кольцеброс (набор)		1
	Мешочек с грузом	Масса 150-200 г	30
	Обруч большой	Диаметр 75 см	6
Для ползания и лазанья	Дуги малые		4
Для общеразвивающих упражнений	Мешочек с грузом	Масса 150-200 г	30
	Мяч резиновый	Диаметр 10 см	20
	Мяч резиновый	Диаметр 20-25 см	20
	Мяч футбольный	Размер 4	20
	Обруч малый	Диаметр 55-65 см	10
	Кубики		20
	Ленточки разноцветные		20
	Шнур короткий	Длина 75 см	5

**набор физкультурного оборудования  
для старшей и подготовительной групп**

Тип оборудования	Наименование	Размеры, масса	Кол-во на группу
Для ходьбы, бега, равновесия	Полусфера гимнастическая		10
	Гимнастическая скамейка		2
Для прыжков	Обруч малый	Диаметр 55-65 см	10
	Скакалка короткая	Длина 100-120 см	12
Для катания, бросания, ловли	Кегли (набор)		1
	Кольцеброс (набор)		1
	Мешочек с грузом	Масса 150-200 г	30
	Мяч резиновый	Диаметр 10 см	20
	Мяч резиновый	Диаметр 20-25 см	20
	Мяч футбольный	Размер 4	20
	Мешочек с грузом	Масса 150-200 г	30
	Мяч для мини-баскетбола	Масса 0,5 кг	4
	Мяч утяжеленный (набивной)	Масса 500 г	2
	Мяч – массажер		10

	Обруч большой	Диаметр 75 см	6
Для ползания и лазанья	Дуги большие		4
Для общеразвивающих упражнений	Гантели детские		30
	Лента короткая	Длина 50-60 см	20
	Мяч резиновый	Диаметр 10	20
	Палка гимнастическая короткая	Длина 80 см	20

### набор оборудования для физкультурного зала

Тип оборудования	Наименование	Размеры, масса	Кол-во на группу
Для ходьбы, бега, равновесия	Полусфера гимнастическая		10
	Бревно гимнастическое напольное	Длина 240 см Ширина верхней поверхности 10 см Высота 15 см	1
	Доска гладкая с зацепами	Длина 250 см Ширина 20 см Высота 3 см	2
	Доска с ребристой поверхностью	Длина 150 см Ширина 20 см Высота 3 см	2
	скалодром		1
	Стенка гимнастическая	Высота 270 см Ширина пролета 75, 80, 90 см	13
	Модуль мягкий (комплект из 6-8 сегментов)		1
	Скамейка гимнастическая	Длина 200-300 см Ширина 24 см Высота 25, 30, 40 см	2
	Ходули – ведра		5
Для прыжков	Батут детский	Диаметр 100-120 см	2
	Гимнастический набор: обручи, рейки, палки, подставки, зажимы		2

	Мат гимнастический		4
	Скакалка короткая	Длина 120-150 см	12
Для катания, бросания, ловли	Кегли (набор)		1
	Кольцеброс (набор)		1
	Мешочек с грузом	Масса 150-200 г	30
	Мишень навесная	Длина 60 см Ширина 60 см Толщина 1,5 см	14
	Мяч резиновый	10 см	20
	Мяч утяжеленный (набивной)	Масса 0,5 кг	2
	Мяч для мини-баскетбола	18-20 см	4
	Мяч для массажа		10
	Сетка волейбольная с мячом		1
	Баскетбольные щиты с кольцами		2
Для ползания и лазанья	Дуга большая	Высота 50 см, Ширина 50 см	4
	Дуга малая	Высота 30-40 см, Ширина 50 см	4
	скалодром		1
	Стенка гимнастическая деревянная	Высота 270 см Ширина пролета 75, 80, 90 см	13
Для общеразвивающих упражнений	Гантели		30
	Лента короткая	Длина 50-60 см	20
	Мячи-массажеры		10
	Мяч резиновый	10 см	20
	Мяч резиновый	20-25 см	20
	Обруч малый	Диаметр 54-60 см	10
	Палка гимнастическая	Длина 75-80 см	20

### Атрибуты для подвижных и спортивных игр

Маски

Клюшки

Теннисные ракетки

**ТСО**



Музыкальный центр  
Ноутбук  
CD-диски с детской музыкой

**Предметно – развивающая среда.**

Название зоны. Цель. Задачи.

**Двигательно – игровая зона**

Укреплять здоровье детей;

Развивать двигательные навыки и физические качества;

Расширять двигательный опыт;

Создавать положительный эмоциональный настрой.

**Зона спортивного оборудования:**

- традиционного,

- нестандартного

Разнообразие организации двигательной деятельности детей

Формировать умение использовать спортивное оборудование на занятиях и в свободной деятельности;

Создавать вариативные, усложненные условия для выполнения двигательных заданий;

Оптимизация режима двигательной активности;

Повышать интерес к физическим упражнениям;

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

**Зона метания**

Ознакомление 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, прыгучесть;

Использовать специальное оборудование.

**Зона "Спортивный комплекс"**

Создание условий для удовлетворения потребности в двигательной активности. Овладеть техникой различных способов и видов лазанья;

Развивать ловкость, силу, смелость при выполнении упражнений на кольцах, перекладине.

**Коррекционно - профилактическая зона**

Укрепление здоровья детей, осуществление профилактики от плоскостопия. Содействовать профилактике и развитию опорно-двигательного аппарата с помощью простейших тренажеров, и использования нестандартного оборудования;

Овладеть навыками самооздоровления.

### Программно-методическое обеспечение образовательного процесса

От рождения до школы. Примерная основная общеобразовательная программа образования.	Н.Е. Вераксы, Т.С. Комарова, М.А. Васильева	Москва. «Мозаика-синтез»	2020г.
«Физическая культура для малышей»	Лайзане С.Я.	«Просвещение», М	1978г.
Физическая культура в детском саду (подготовительная к школе группа)	Л.И. Пензулаева	Москва «Мозаика-синтез»	2009г.
Физическая культура в детском саду (старшая группа)	Л.И. Пензулаева	Москва «Мозаика-синтез»	2010г.
Физическая культура в детском саду (средняя группа)	Л.И. Пензулаева	Москва «Мозаика-синтез»	2009г.
Физическая культура в детском саду (младшая группа)	Л.И. Пензулаева	Москва «Мозаика-синтез»	2009г.
Гимнастика и массаж для самых маленьких 0-3 год	Голубева Л.Г.	МОЗАИКА-СИНТЕЗ	2012г.
Физическое развитие детей третьего года жизни. Методическое пособие для реализации образовательной программы «Теремок»	Н. Волошина, Т.В. Курилова	Издательский дом «Цветной мир» М	2019г.
«Будь здоров дошкольник» Программа физического развития детей 3-7 лет	Т.Э. Токаева	М.:ТЦ Сфера	2017г.
«Технология физического развития	Т.Э. Токаева	М.:ТЦ Сфера	2017г.
«Бодрящая гимнастика для дошкольников»	Харченко Т.Е	Детство-Пресс	2017г.
Программа оздоровления	М.Д.Маханева	Москва.	2013г.

детей дошкольного возраста		«Сфера»	
«Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников» .	И.М. Новикова	Москва. «Сфера»	2010г.

### Документация физкультурного зала

1. Общие правила техники безопасности, пожарной безопасности.
2. Перспективное планирование непосредственно образовательной деятельности по физической культуре.
3. Планирование активного отдыха.
4. Картотеки подвижных игр.
5. Карты физического развития дошкольников.