МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

ДЕТСКИЙ САД № 5 «Радуга»

**Паспорт физкультурного**

**зала**

**Общие сведения**

Спортивный зал располагается в здании МБДОУ детский сад № 5 «Радуга».

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

**Общая площадь составляет** \_\_\_\_\_\_ .

**Ответственный:** инструктор по физической культуре Егорова Елизавете Витальевна

**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;

- 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 убедится 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 метающего, 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.

**Документация ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

1. Анализ работы инструктора по физкультуре за учебный год
2. Годовой план работы инструктора по физкультуре
3. Диагностика уровня освоения программы области «Физическое воспитание».
4. Детские считалочки.
5. Дополнение к тематическому плану по НОД для детей всех возрастных групп.
6. Картотека физкультминуток.
7. Картотека загадок.
8. Картотека игр по формированию здорового образа жизни.
9. Наглядно – просветительский материал.
10. Папка приказов.
11. План – график распределения рабочего времени инструктора по физкультуре
12. Планы – конспекты утренней гимнастики 02.44.06
13. Планы – конспекты игровых занятий на улице для детей старшей группы.
14. Планы – конспекты игровых занятий на улице для детей подготовительной к школе группы.
15. Планы – конспекты гимнастики после дневного сна.
16. Планы – график физкультурных развлечений и спортивных досугов.
17. Подвижные игры по правилам дорожного движения.
18. Подвижные игры для детей дошкольного возраста.
19. Подвижные игры для детей **второго-третьего** года жизни.
20. Подвижные игры для детей **третьего- четвертого** года жизни.
21. Подвижные игры для детей **четвертого - пятого** года жизни.
22. Подвижные игры для детей **пятого - шестого** года жизни.
23. Подвижные игры для детей **шестого-седьмого** года жизни.
24. Портфолио инструктора по физкультуре (2 папки ).
25. Родительские собрания.
26. Сценарии и конспекты.
27. Тематический план непосредственно образовательной деятельности по физической культуре для первой младшей группы.
28. Тематический план непосредственно образовательной деятельности по физической культуре для второй младшей группы.
29. Тематический план непосредственно образовательной деятельности по физической культуре для средней группы.
30. Тематический план непосредственно образовательной деятельности по физической культуре для старшей группы.
31. Тематический план непосредственно образовательной деятельности по физической культуре для подготовительной к школе группы..

# Оснащенность физкультурного зала

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Пособия и оборудования** | | **Количество** | **Примечание** |
| **Оборудование** | |  |  |  |
| **1** | Стенка гимнастическая 4 пролета | | 1 |  |
| **2** | Лесенка стремянка 2 пролета | | 1 |  |
| **3** | Лестница деревянная с зацепами | | 2 |  |
| **4** | Доска гладкая с зацепами | | 3 |  |
| **5** | Доска с ребристой поверхностью 3 метра | | 2 |  |
| **6** | Доска с ребристой поверхностью 2 метра (раскладные) | | 2 |  |
| **7** | Скамейка гимнастическая 3 метра | | 2 |  |
| **8** | Скамейка гимнастическая 2,5 метра | | 2 |  |
| **9** | Скамейка гимнастическая 2 метра | | 2 |  |
| **10** | Дуга большая высота - 50см. | | 4 |  |
| **11** | Дуга малая высота : 30см. | | 2 |  |
| **12** | Щит баскетбольный навесной с корзиной | | 2 |  |
| **13** | Щит навесной для метания | | 1 |  |
| **14** | Корзина пластмассовая для мячей большая | | 2 |  |
| **15** | Корзина пластмассовая для мячей маленькая | | 2 |  |
| **16** | Ящик пластмассовый для пособий | | 6 |  |
| **17** | Лестница веревочная деревянная | | 2 |  |
| **18** | скалодром | | 1 |  |
| Пособия | |  |  |  |
| **1** | Мат поролоновый | | 2 |  |
| **2** | Веревка 5метров диаметр- Зсм | | 1 |  |
| **3** | Веревка 10 метров диаметр- 0,5 см | | 1 |  |
| **4** | Шнур плетенный короткий длина- 25см | | 20 |  |
| **5** | Скакалка короткая длина - 1200см | | 15 |  |
| **6** | Палка гимнастическая железная длина- 750см | | 10 |  |
| **7** | Палка гимнастическая деревянная длина- 750см | | 20 |  |
| **8** | Обруч малый диаметр - 50 см | | 10 |  |
| **9** | Обруч большой диаметр- 70 -90см | | 10 |  |
| **10** | Кольцо резиновое диаметр - 20 см | | 15 |  |
| **11** | Кольцо пластмассовое диаметр - 20 см | | 3 |  |
| **12** | Кубик пластмассовый малый | | 25 |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование оборудования, инвентаря и пособия** | **Количество** ( **шт.)** | **Примечание** |
| **13** | Кубик пластмассовый большой | 20 |  |
| **14** | Платочек 20/20см | 20 |  |
| **1 5** | Пластмассовый шар диаметр-8см | 20 |  |
| **16** | Деревянная дощечка длина –60 см, ширина- 12 см | 10 |  |
| **17** | Массажные мячи | 6 |  |
| **18** | Канат 175 см | 1 |  |
| **19** | Канат 5 м | 1 |  |
| **20** | Мяч резиновый малый диаметр - 7,5см | 8 |  |
| **21** | Мяч резиновый малый диаметр - 10см | 10 |  |
| 22 | Мяч резиновый средний диаметр - 15см | 20 |  |
| **23** | Мяч резиновый большой диаметр - 20 -25 см | 20 |  |
| **24** | Медицинбол (мяч утяжеленный) | 2 |  |
| **25** | Мяч футбольный | 2 |  |
| **26** | Мяч надувной | 2 |  |
| **27** | Лента короткая разноцветная длина -25- 30 см' | 10 |  |
| **28** | Лента короткая разноцветная длина -50- 60 см | 10 |  |
| **29** | Мешочек с песком | 20 |  |
| **30** | Пирамида пластмассовая большая | 3 |  |
| **31** | Кегля пластмассовая | 40 |  |
| **32** | Ковровая дорожка длина-120 см, ширина- 25 см | 1 |  |
| **33** | Дорожка из драпа длина-100 см, ширина-50 см | 1 |  |
| **34** | Дорожка из драпа длина-100 см, ширина-80 см | 1 |  |
| **35** | Набор геометрических пластмассовых фигур (конструктор) | 1 |  |
| **36** | Стойка деревянная | 4 |  |
| **37** | Горка пластмассовая | 1 |  |
| **38** | Клюшки деревянные | 6 |  |
| **39** | Клюшки пластмассовые | 15 |  |
| **40** | Шайбы пластмассовые | 15 |  |
| **41** | Флажки | 40 |  |
| **42** | Погремушки | 40 |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Библиотечно-информационные ресурсы** | | |
|  | Бабина К.С. Комплексы утренней гимнастики в детском саду: Пособие для воспитателя дет. сада. – М. : Просвещение, 1978. | 1 |
|  | Игры детей мира. Популярное пособие для родителей и педагогов. – Ярославль: «Академия развития», 1998. | 1 |
|  | Богуславская З.М., Смирнова Е.О. Развивающие игры для детей младшего дошкольного возраста: Кн. для воспитателя детского сада. – М.: Просвещение, 1991. | 1 |
|  | Вавилова Е.Н. Учите бегать, прыгать, лазать, метать: пособие для воспитателя детского сада. : - М. : Просвещение, 1983. | 1 |
|  | Володченко В.Ю., Юмашев В.Б. Выходи играть во двор. – М.: Молодая гвардия, 1989. | 1 |
| 6. | ГОЛОМИДОВА С.Е.Физкультура. Нестандартные занятия в подготовительной группе. ИТД Корифей Волгоград 2010 | 1 |
| 7. | Гришин В.Г. Серсо в детском саду: Пособие для воспитателя дет. сада. – М.: Просвещение, 1985. | 1 |
| 8. | Детские подвижные игры народов СССР – пособие для воспитателя детского сада. : - М. : Просвещение, 1989. | 1 |
| 9. | Доскин В.А., Голубева Л.Г. Растем здоровыми: Пособие для воспитателей, родителей и инструкторов физической культуры : - М. : Просвещение, 2002. |  |
| 10. | Игрушки и пособия для детского сада. Из опыта работы. – М.: просвещение, 1982. | 1 |
| 11. | ИНСТРУКТОР ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ дошкольного образовательного учреждения. Научно – практический журнал | 10 |
| 12. | Календарные и народные праздники в детском саду. Выпуск 1 / составитель Г.А. Лапшина. – Учитель, 2001. | 1 |
| 13. | Календарные и народные праздники в детском саду. Выпуск 2 / составитель Г.А. Лапшина. – Учитель, 2001. | 1 |
| 14. | КАРТУШИНА М.Ю. Быть здоровыми хотим Творческий центр Москва 2004 | 1 |
| 15. | Козырева О.В. Лечебная физкультура для дошкольников: Пособие для инструкторов лечеб.физкультуры, воспитателей и родителей.: - Просвещение, 2003. | 1 |
| 16. | ЛАЙЗАНЕ С.Я. Физическая культура для малышей. Москва Просвещение 1987. | 1 |
| 17. | ЛИТВИНОВА М.Ф. физкультурные занятия с детьми раннего возраста: третий год жизни: практ. пособие. – М. : Айрис – пресс, 2005. | 1 |
| 18. | ЛИТВИНОВА М.Ф. Русские народные подвижные игры для детей дошкольного и младшего школьного возраста: Практическое пособие. – М. : Айрис – пресс, 2008. | 1 |
| 19. | Лосева В.С. Плоскостопие у детей 6 -7 лет: профилактика и лечение. – М.: ТЦ Сфера, 2007. | 1 |
| 20. | Лялина Л.А. Народные подвижные игры в детском саду. Методические рекомендации.: - М. : ТЦ Сфера, 2009. | 1 |
| 21. | Осокина Т.И. Физическая культура в детском саду. – М.: Просвещение, 1973. | 1 |
| 22. | Осокина Т.И., Тимофеева Л.С., Фурмина Л.С. Игры и развлечения детей на свежем воздухе. – М.: Просвещение, 1983. | 1 |
| 23. | ПЕНЗУЛАЕВА Л.И. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет: Пособие для воспитателя дет. сада. – М.:Просвещение,1983. | 1 |
| 24. | ПЕНЗУЛАЕВА Л.И. Физкультурные занятия с детьми 4-5 лет: Пособие для воспитателя дет. сада. – М.:Просвещение,1986. | 1 |
| 25. | ПЕНЗУЛАЕВА Л.И. Физкультурные занятия с детьми 5-6 лет: Пособие для воспитателя дет. сада. – М.:Просвещение,1988. | 1 |
| 26. | ПЕНЗУЛАЕВА Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа детского сада. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2011. | 1 |
| 27. | Профилактика плоскостопия и нарушение осанки в ДОУ: Из опыта работы. – Воронеж: ТЦ Учитель, 2005. |  |
| 28. | Фомина А.И. Физкультурные занятия и спортивные игры в детском саду: Пособие для воспитателя подгот. к школе группы. – М.: Просвещение, 1984. | 1 |
| 29. | Фролов В.Г. Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке: Пособие для воспитателя. – М.: Просвещение, 1986. | 1 |
| 30. | Фролов В.Г., Юрко Г.П. Физкультурные занятия на свежем воздухе с детьми дошкольного возраста: Пособие для воспитателя детского сада. – М.: Просвещение, 1983. | 1 |
| 31. | Физическая подготовка детей 5-6 лет к занятиям в школе: под ред. А.В. Кенеман и др. – М.: Просвещение, 1980. | 1 |
| 32. | Формирование двигательной сферы детей 3 – 7 лет: фитбол – гимнастика: конспекты занятий – Волгоград : Учитель, 2011. | 1  1 |
| 33. | Хухлаева Д.В. Методика физического воспитания в дошкольном учреждении. – М.: Просвещение, 1984. | 1 |
| **ТСО** | | |
| 1.  2. | Пианино  Магнитофон | 1  1 |