

# *Паспорт физкультурного зала*

*МКДОУ Садовский детский сад*

*Инструктор по физической культуре:  
Юдина Татьяна Анатольевна*

### **Общие сведения**

Физкультурный зал( совмещен с музыкальным) располагается в основном здании детского сада.

Предназначен для проведения организованной образовательной деятельности, развлечений и спортивных праздников.

**Ответственный:** Юдина Т.А.

### **Технические характеристики**

#### **Режим работы**

Организованная образовательная  
деятельность

**08.00-15.30**

Организация предметно-развивающей среды, обработка инвентаря  
кварцевание, ознакомление с методической литературой

**15.30-16.00**

### **ГРАФИК КВАРЦЕВАНИЯ**

7.30-7.45

11.00-11.15

### **ГРАФИК ПРОВЕТРИВАНИЯ**

7.45-8.00

9.25-9.30

9.55-10.00

10.35-10.50

15.00-15.10

15.45-15.55

## **Инфраструктура предметно – развивающей среды физкультурного зала**

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 перекладине.

### **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 развитие».
4. Детские считалочки.
5. Дополнение к тематическому плану по ООД для детей всех возрастных групп.
6. Карточка физкультминуток.
7. Карточка утренней гимнастики
8. Циклограмма инструктора по физкультуре
9. Подвижные игры по правилам дорожного движения.
10. Подвижные игры для детей дошкольного возраста.
11. Портфолио инструктора по физкультуре .
12. Родительские собрания.
13. Сценарии и конспекты.

18) Рабочая программа

**Перечень инвентаря физкультурного зала  
с учетом требований ФГОС ДО**

- 1 - Социально-коммуникативное развитие
  - 2 - Познавательное развитие
  - 3 - Речевое развитие
  - 4 - Художественно-эстетическое развитие
  - 5 - Физическое развитие
- Количество

Образовательные области по ФГОС ДО

С-К Р

ПР

РР

Х-Э р

ФР

1 Стенка гимнастическая

2 Скамейка гимнастическая

3 Доска гладкая

4 Доска ребристая

5 Мат большой

6 Мат малый

7 Мишень навесная

8 Спортивный комплекс типа «Юниор»

9 Лесенка стремянка 1 пролет

10 Лестница деревянная с зацепами

11 Скамейка гимнастическая 3 метра

12 Скамейка гимнастическая 2 метра

13 Дуга большая высота - 50см.

14 Дуга малая высота : 30см.

15 Мат поролоновый

16 Канат 5 метров диаметр- 3см

17 Канат 10 метров диаметр- 0,5 см

18 Шнур плетеный короткий длина- 1м

19 Скакалка короткая длина - 1200см

20 Палка гимнастическая

21 Обруч малый диаметр - 50 см

22 Обруч большой диаметр- 70 -90см

23 Кубик пластмассовый малый

24 Кольцо резиновое диаметр - 20 см

25 Мяч резиновый малый диаметр - 7,5см

26 Мяч резиновый малый диаметр - 10см

27 Мяч футбольный

28 Мешочек с песком

29 Кегля пластмассовая

30 Ключки пластмассовые

31 Шайбы пластмассовые

32 Погремушки

33 Ракетки пластмассовые

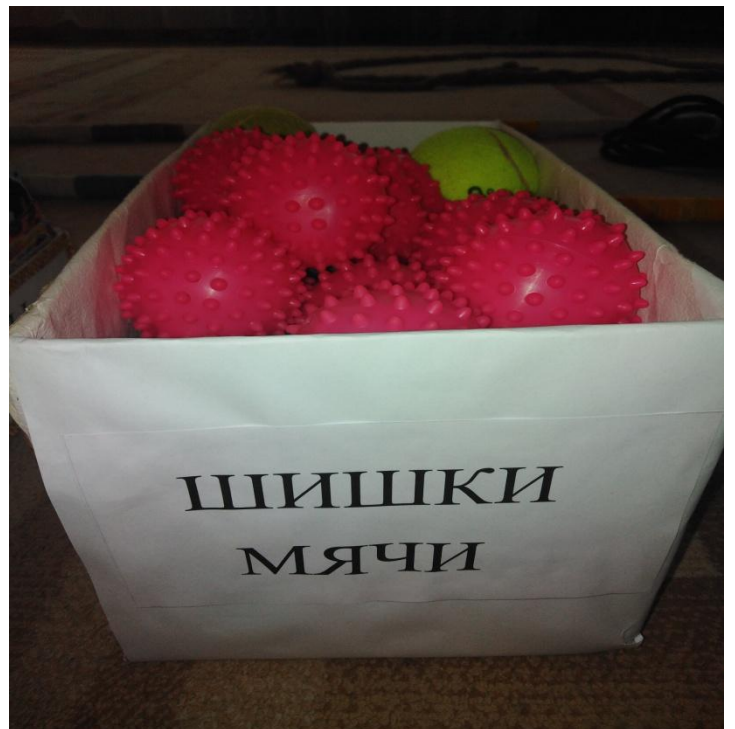
34 Фишки большие

35 Фишки малые

- 36 Железные стойки
- 37 Мяч баскетбольный
- 38 Мяч волейбольный
- 39 Стойки для метания колец
- 40 Кегли (пары)
- 41 Тренажеры простейшего типа: гантели, эспандер, гимнастический ролик
- 42 Диски цветные амортизационные
- 43 Мешочки для метания
- 44 Мяч футбол Тип 1
- 45 Канат для перетягивания
- 46 Комплект для подлезания
- 47 Гимнастические ленты
- 48 Флажки разноцветные
- 49 Мячи резиновые
- 50 Мячи утяжеленные
- 51 Мячи гимнастические
- 52 Комплект мячей-массажеров
- 53 Мяч футбол Тип 2
- 54 Спорткомплекс из мягких модулей (5 элементов: 2 опоры высотой 80 см, дуга с внешним диаметром 60 см, цилиндр длиной 120 см, мат 180x60x10 см - поролоновые фигуры геометрической формы, обтянутые винилискожей)
- 55 Набор мягких модулей для спортивных игр и соревнований (28 элементов: поролоновые фигуры различных геометрических форм, обтянутые винилкожей, высотой 10 см с размером большей стороны не менее 30 см или диаметром не менее 20 см)
- 56 Сухой бассейн для зала с комплектом шаров (диам. бассейна не менее 2,00 м, шаров диам. 8 см не менее 2000 шт.)
- 57 Массажный диск
- 58 Коврик со следочками (в чехле комплект из 3-х отдельных ковриков 250x42 см с фиксированным расположением следочков: «стопа», «ладонь», «колени», «носок», «пятка»; для отработки различных способов ходьбы)
- 59 Обруч пластмассовый
- 60 Комплект из 4-х ребристых ковриков 4-х цветов
- 61 Мешок для прыжков
- 62 Комплект из 4 пар пластиковых «лыж» с крепежными элементами на торцах для соединения их в общие единые «лыжи» для групповых упражнений на координацию движений
- 63 Мяч массажный тип 2
- 64 Детские тренажеры
- 65 Батут с держателем
- 66 Детский тренажер «Беговая дорожка»
- 67 Велотренажер детский
- 68 Силовой тренажер детский
- 69 Тренажер «Бегущий по волнам»
- 70 Тренажер «Наездник»
- 71 Тренажер растяжения











## **Библиотечно-методический фонд**

- Антонова Ю.Е., Кузнецова М.Н., Саулина Т.Ф. «Здоровый дошкольник: Социально-оздоровительная технология XXI века». – М.: АРКТИ, 2000. – 88с.
- Белая К.Ю., Зимонина В.Н. «Физическое воспитание и познавательное развитие дошкольника» – М.: Школьная Пресса, 2007. – 96с.
- Вареник Е.Н., Кудрявцева С.Г., Сергиенко Н.Н. «Занятия по физической культуре с детьми 3-7 лет: Планирование и конспекты». – М.: ТЦ Сфера, 2009-208с.
- Голубева Л.Г. «Гимнастика и массаж для самых маленьких». Пособие для родителей и воспитателей. – 2006. – 72с.
- Глазырина Л.Д. «Физическая культура – дошкольникам: Средний возраст: Пособие для педагогов дошко. учреждений». – М: Гуманит. изд. Центр ВЛАДОС, 2001. – 304с.
- Глазырина Л.Д. «Физическая культура – дошкольникам: программа и программные требования». – М: Гуманит. изд. Центр ВЛАДОС, 2001. – 144с.
- Глазырина Л.Д. «Физическая культура – дошкольникам: Младший возраст: Пособие для педагогов дошко. учреждений». – М: Гуманит. изд. Центр ВЛАДОС, 2001. – 272с.
- Глазырина Л.Д. «Физическая культура – дошкольникам: Средний возраст: Пособие для педагогов дошко. учреждений». – М: Гуманит. изд. Центр ВЛАДОС, 2001. – 304с.
- Глазырина Л.Д. «Физическая культура – дошкольникам: Старший возраст: Пособие для педагогов дошко. учреждений». – М: Гуманит. изд. Центр ВЛАДОС, 2001. – 264с.
- Желобкович Е.Ф. «Физкультурные занятия в детском саду» 2-я младшая группа. – М: Издательство «Скрипторий 2003», 2012-168с.
- Картушина М.Ю. «Сценарии оздоровительных досугов для детей 4-5 лет». – М.: ТЦ Сфера, 2005. – 96с.
- Картушина М.Ю. «Сценарии оздоровительных досугов для детей 6-7 лет». – М.: ТЦ Сфера, 2004. – 128с.
- Картушина М.Ю. «Сюжетные физкультурные занятия для детей средней группы ДОУ» – М: Издательство «Скрипторий 2003», 2012-112с.
- Картушина М.Ю. «Сценарии оздоровительных досугов для детей 5-6 лет». – М.: ТЦ Сфера, 2004. – 128с.
- Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б. «Развивающая педагогика оздоровления (дошкольный возраст): Программно-методическое пособие. – М.: ЛИНКА ПРЕСС, 2000. – 296с.
- Литвинова М.Ф. «Физкультурные занятия с детьми раннего возраста: третий год жизни: практ. Пособие. – М.: Айрис-пресс, 2005. – 288с.
- Муллаева .Б. «Конспекты-сценарии занятий по физической культуре для дошкольников: Учебно-методическое пособие-СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2005. – 160с.
- Микляева Н.В. «Физкультурно-оздоровительная работа детского сада в контексте новых федеральных требований» Методическое пособие. – М.: УЦ «Перспектива», 2011. – 152с.
- Новиков И.М. «Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников». Для работы с детьми 5-7 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2010. – 96с.
- Пензулаева Л.И. «Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет.» Комплексы оздоровительной гимнастики. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2010. – 128с.
- Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду: Средняя группа. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014. – 112с.
- Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду: Вторая младшая группа. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014. – 80с.
- Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду: Старшая группа. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014. – 128с.
- Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014. – 112с.
- Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду. Система работы в подготовительной к школе группе. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014. – 112с.

- Погадаев Г.И. «Физкульт-Ура! Физическая культура дошкольников»/пособие для родителей и воспитателей.- М.: Школьная Пресса, 2003.-96с.
- Прищепа С.С. «Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет: Обзор программ дошкольного образования». –М.: ТЦ Сфера, 2009.-128с.
- Руетский С.В. «Физкультура про другое, зато для всех и обо всем, от простого к сложному, в семье, в детском саду и в начальной школе. –СПб.: Агентство образовательного сотрудничества, 2006.-224с.
- Рунова М.А. «Движение день за днем. Двигательная активность-источник здоровья детей». Комплексы физических упражнений и игр для детей 5-7 лет с использованием вариативной физкультурно-игровой среды). Методические рекомендации для воспитателей ГОУ и родителей. -М., ЛИНКА-ПРЕСС, 2007.-96с.
- Сивачева Л.Н. «Физкультура-это радость!». Спортивные игры с нестандартным оборудованием. Санкт -Петербург: «Детство-Пресс», 2003-48с.
- Степаненко Э.Я «Методика физического воспитания» -М.: Издательский дом «Воспитание дошкольника», 2005.-96с.
- Тарасова Т.А. «Контроль физического состояния детей дошкольного возраста: Методические рекомендации для руководителей и педагогов ДОУ». –М.: ТЦ Сфера, 2005.-176с.
- Фисенко М.А. «Физкультура» Средняя и старшая группы. Разработки занятий. - Волгоград: ИТД «Корифей».2007.-112с.
- Фисенко М.А. «Физкультура» Подготовительная группа. Разработки занятий. -Волгоград: ИТД «Корифей».2007.-96с.
- Шукшина С.Е. «Я и мое тело: Пособие для занятий с детьми с практическими заданиями и играми. -М.: Школьная Пресса, 2004.-48с.
- Яковлева Т.С. «Здоровьесберегающие технологии воспитания в детском саду» Примерные планы и конспекты занятий-М.: Школьная пресса, 2007.-48с.
- Яфаева В.Г. «Планирование физкультурных занятий в современном ДОУ: Методическое пособие.- Уфа: БИРО, 2007.-78с.

## **Перспектива**

Приобретение оборудования согласно примерному перечню оборудования для физкультурного зала дошкольных образовательных учреждений в соответствии с ФГОС ДО.

## **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 организованной образовательной деятельности по физическому развитию**

- 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 организованной образовательной деятельности по физическому развитию**

- 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 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 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 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 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.