

5.2. Паспорт зала



АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА НИЖНЕГО НОВГОРОДА
ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ
Муниципальное автономное дошкольное образовательное
учреждение «Детский сад № 441 «Кузнечик»

603136, город Нижний Новгород, улица Ванеева, 120, ИНН 5262085811,
тел.(831)468-29-44, тел. /факс 468-29-43, e-mail:sad4412007@yandex.ru

ПРИНЯТО

Педагогическим Советом МАДОУ
«Детский сад № 441 «Кузнечик»
Протокол от «27» августа 2020г.
№ 3

УТВЕРЖДЕНО

Приказом заведующего МАДОУ
«Детский сад № 441 «Кузнечик»
Протокол от «27» августа 2020г.
№ 81



Паспорт музыкально-спортивного зала

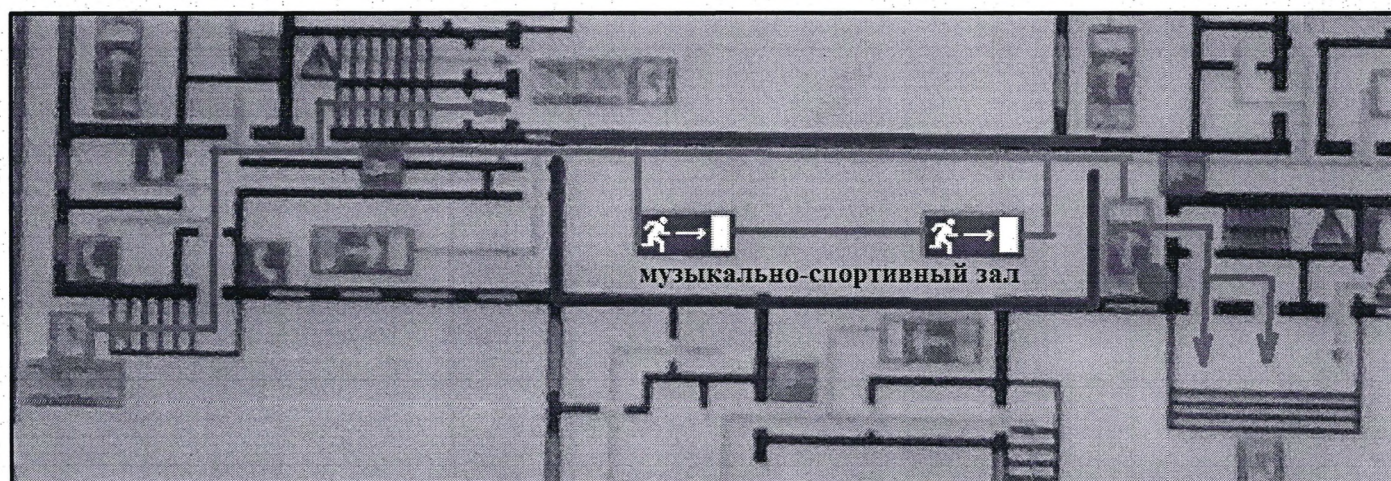
на 2020-2021гг.

Составила:
инструктор по физической культуре
Рябова Полина Андрьяновна

г.Нижний Новгород
2020г

Схематичное изображение	Наименование	Количество
	Цифровое пианино	1
	Стул пианиста	1
	Демонстрационный столик	1
	Мультимедийный экран	1
	Стул детский	34
	Стул взрослый	34
	Скамья гимнастическая	2
	Бактерицидный облучатель-рециркулятор настенный	1
	Шкаф - стенли секционный для спортивного оборудования	1
	Огнетушители	2
	Окно	4
	Двери (выход)	3

3.3. План эвакуации из музыкально-спортивного зала.



II. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ МУЗЫКАЛЬНО-СПОРТИВНОГО ЗАЛА

Цель: Охрана и укрепление физического и психического здоровья детей. Музыкально-спортивный зал предназначен для проведения различных форм физкультурно-оздоровительной работы, для приобщения детей к здоровому образу жизни.

Задачи:

Оздоровительные - направлены на гармоничное психофизическое развитие ребенка (поддержание бодрого и жизнерадостного настроения, профилактика негативных эмоций и нервных срывов, совершенствование всех функций организма, полноценное физическое развитие), охрана и укрепление здоровья детей, повышение работоспособности организма приобщение ребенка к здоровому образу жизни.

Образовательные - направлены на развитие двигательных умений и навыков воспитанников, на развитие психофизических качеств ребёнка (ловкости, быстроты, выносливости, силы и т.д.), развитие координации движений, равновесия, умения ориентироваться в пространстве, формирование способности к самоконтролю за качеством выполняемых движений, формирование знаний о видах спорта и собственном теле, об оздоровительном воздействии физических упражнений на организм, усвоение спортивной терминологии, формирование основ физической культуры, расширение индивидуального двигательного опыта ребёнка, последовательное обучение движениям и двигательным действиям (ходьба, бег, умение прыгать с места и с разбега, метание, лазание, движения с мячом).

Воспитательные - направлены на воспитание интереса к различным доступным видам двигательной деятельности, на воспитание положительных нравственно-волевых качеств, на бережное отношение к спортивному оборудованию и имуществу.

III. РЕЖИМ РАБОТЫ ЗАЛА

1. Организованная образовательная деятельность «Физическое развитие», раздел «Физическая культура»:

понедельник: 90.00-12.15

вторник: 90.00-12.15

среда: 90.00-12.15

четверг: 90.00-12.15

пятница: 90.00-11.15

Занятия проводятся в соответствии с сеткой занятий, а культурно-досуговые мероприятия в соответствии с годовым планом работы ДОУ.

3. График уборки, проветривания и кварцевания зала при проведении организованной образовательной деятельности «Физическая культура»

Дни недели	Проветривание	Влажная уборка	Кварцевание
Понедельник-пятница	-первое проветривание: с 7.30 - 7.50; -проветривание между занятиями 5-10 мин в зависимости от погоды; -сквозное проветривание: 7.30-7.50; 12.30-13.00; 17.10-17.25	-полы: влажная уборка между занятиями; -полы: с 14.00 – 14.45.	бактерицидный облучатель-рециркулятор включается во время занятий в зале.

Описание использования физкультурного зала.

Для успешной деятельности инструктора физической культуры в образовании важно обеспечить его оборудованием и организовать рабочее пространство. С учетом задач работы инструктора помещение территориально включает несколько зон, которые имеют специфическое назначение и соответствующее оснащение.

Зона занятий по физической культуре

спортивный зал, гимнастические скамейки, спортивный инвентарь для занятий физкультурой.

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.

IV. ДОКУМЕНТАЦИЯ ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

- 1 Рабочая программа, образовательная область «Физическое развитие», раздел «Физическая культура» для детей дошкольного возраста от 3-7 лет.
4. Перспективное планирование.
5. Календарно- тематическое планирование.
6. Паспорт музыкально-спортивного зала.
7. Инструкция по охране труда при обучении детей основным видам движений в музыкально-спортивном зале.
8. Годовой план работы, инструктора по физкультуре, на 2020-2021гг.
9. План работы по самообразованию на 2020-2021 учебный год.
- 10.Картотека подвижных игр и игровых упражнений для детей второй младшей группы.
11. Картотека подвижных игр и игровых упражнений для детей средней группы.
12. Картотека подвижных игр и игровых упражнений для детей старшей группы.
- 13.Картотека подвижных игр и игровых упражнений для детей подготовительной к школе группы.
14. Картотека утренней гимнастики для детей второй младшей группы.
- 15.Картотека утренней гимнастики для детей средней группы.
- 16.Картотека утренней гимнастики для детей старшей группы.
- 17.Картотека утренней гимнастики для детей подготовительной к школе группы.
18. Картотека физкультминуток для детей дошкольного возраста.
19. Картотека «Комплексы пальчиковой гимнастики для детей дошкольного возраста».
20. Картотека дыхательной гимнастики для детей дошкольного возраста.

V.Развивающая предметно-пространственная 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.

Перечень оборудования физкультурного зала

№	Наименование	Размеры, масса	Кол-во
1	Бадминтон (набор)		4
2	Ворота хоккейные		2
3	Гантели детские		20
4	Городки (набор)		4
5	Доска с ребристой (гладкой) поверхностью	Длина - 1500 мм Ширина - 200 мм Высота - 30 мм	2
6	Дуги для подлезания (набор)	35см,40см,45см,50см.	2
7	Дорожка-змейка (канат)	Длина - 2000 мм Диаметр - 60 мм	1
8	Дорожные знаки (набор)		1
9	Канат гладкий	Длина – 6000мм - 3000 мм	1
10	Кегли (набор)		4
11	Обручи плоские	50см	3
12	Обручи плоские	40см	3

13	Обручи плоские	30см	3
14	Кубики малые		60
15	Кубики пластмассовые		18
16	Конусы для разметки игрового поля, площадки		8
17	Коврики гимнастические короткие		24
18	Коврики гимн. длинные		4
19	Корзина для метания (железная)		2
20	Корзина для мячей складная		1
21	Корзины для метания		6
22	Корзины малые для эстафет		2
23	Корзины кружевные		4
24	Лыжи		3
25	Мяч-массажер	70мм	36
26	Мат малый	100x100x10	2
27	Мат большой	200x100x10	1
28	Мат складывающийся	Длина – 2000 мм Ширина – 1000 мм Высота – 70 мм	1
29	Мешочки для эстафет		8
30	Мешочек с грузом малый	Масса – 150 – 200 г	15
31	Мешочек с грузом большой	Масса – 400 г	14
32	Мячи большие	Диаметр – 200 – 250 мм	49
33	Мячи средние	100 – 120 мм	30
34	Мячи пластмассовые малые		50
35	Мячи теннисные		4
36	Мячи для фитбола		6
37	Мячи для мини-баскетбола	180 – 200 мм	1
38	Мячи футбольные	Диаметр – 200 – 250 мм	3
39	Мячи волейбольные	Диаметр – 200 – 250 мм	2
40	Мячи мини-волейбольные	100 – 120 мм	2
41	Мячи для хоккея (резиновые)		3
42	Мячи сенсорные № 3	600гр	4
43	Мяч утяжеленный	1000гр	1
44	Мешки для метания		2
45	Игра мишень		1
46	Маски для игр		23
47	Модули квадратные		2
48	Обручи	800мм	4
49	Обручи	600мм	32
50	Обруч большой	1000 мм	4
51	Палка гимнастическая короткая	Длина – 750 мм	35
52	Сетка волейбольная		1
53	Сумка переносная для мячей		2

54	Скакалка короткая	Длина – 1200 – 1500 мм	18
55	Скакалка длинная	3000 мм	2
56	«Скоростная лестница»		4
57	Тоннель		2
58	Флажки		30
59	Ходули		3
60	Скамейка	Длина – 3000 мм Ширина – 240 мм Высота – 300 мм	2
61	Хоккейные клюшки, шайбы		12, 7
62	Стойки переносные (для прыжков)	Высота – 1300 мм Диаметр – 25 – 30 мм Диаметр основания – 240 мм	2 компл.
63	Стойки для прыжков	1800см	2
65	Стойки для прыжков	40см	10
66	Шнур с грузом		1
67	Шнур	100см	2
68	Щит баскетбольный навесной с корзиной	Длина - 590 мм Ширина - 450 мм Внутренний диаметр корзины - 450 мм Длина сетки - 400 мм	2

Средства обучения и воспитания ОО «Физическое развитие»

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА		
3-4 года	<p><i>Физическая культура в помещении:</i> веревки, шнуры; деревянная ребристая дорожка; дуги; кегли; колокольчик; косички; ленточки цветные; мат; мячи (разного размера); маски; стойки для прыжков; обручи; ориентиры; плоские обручи; погремушки; гимнастическая скамейка; скоростная лесенка; стульчики; цветные пластмассовые кубики; цветные платочки; флажки; кольца, кубики, канат, мешочки с песком, набивные мячи, корзина для мячей, мячи массажные.</p>	
4-5 лет	<p><i>Физическая культура в помещении:</i> веревки, шнуры; деревянная ребристая дорожка; дуги; кегли; кубики; колокольчик; кольцоброс; косички; коврики для занятий лежа; корзина для мячей; ленточки цветные; мат; мячи (разного размера); маски; мешочки с песком; обручи; ориентиры; плоские обручи; бруски, гимнастическая скамейка; «скоростная лесенка»; цветные кубики; цветные платочки; флажки, гимнастические палки, обручи, мешочки для метания, набивные мячи, канат, горизонтальная и вертикальная цель («скоростная лестница, стойки для прыжков), короткая скакалка, волейбольная сетка, «удочка» для игр, мячи массажные.</p>	
5-6 лет	<p><i>Физическая культура в помещении:</i> веревки, шнуры; деревянная ребристая</p>	<p><i>Физическая культура на воздухе:</i></p>

	<p>дорожка; дуги; кегли; кубики; колокольчик; кольцеброс; косички; коврики для занятий лежа; корзина для мячей; ленточки цветные; мат; мячи (разного размера); маски; мешочки с песком; обручи; ориентиры; плоские обручи; бруски, гимнастическая скамейка; «скоростная лесенка»; цветные кубики; цветные платочки; флажки, гимнастические палки, обручи, мешочки для метания, набивные мячи, канат, горизонтальная и вертикальная цель («скоростная лестница, стойки для прыжков»), короткая скакалка, волейбольная сетка, «удочка» для игр, мячи массажные, бадминтон, атрибуты для проведения подвижных игр и эстафет, схемы выполнения движений;</p>	<p>Резиновые мячи; мяч футбольный; шнуры, веревка, ленточки, обруч, «удочка» для игры; теннисные мячи для метания, ориентиры, цель вертикальная и горизонтальная (обручи), кегли, клюшки, шайбы, ворота хоккейные, бадминтон, скакалки; атрибуты для проведения подвижных игр и эстафет; схемы выполнения движений; кольцо для игры в баскетбол.</p>
6-7 лет	<p><i>Физическая культура в помещении:</i> веревки, шнуры; деревянная ребристая дорожка; дуги; кегли; кубики; колокольчик; кольцеброс; косички; коврики для занятий лежа; корзина для мячей; ленточки цветные; мат; мячи (разного размера); маски; мешочки с песком; обручи; ориентиры; плоские обручи; бруски, гимнастическая скамейка; «скоростная лесенка»; цветные кубики; цветные платочки; флажки, гимнастические палки, обручи, мешочки для метания, набивные мячи, канат, горизонтальная и вертикальная цель («скоростная лестница, стойки для прыжков»), короткая скакалка, волейбольная сетка, «удочка» для игр, мячи массажные, бадминтон, атрибуты для проведения подвижных игр и эстафет, схемы выполнения движений;</p>	<p><i>Физическая культура на воздухе:</i> Резиновые мячи разного размера ; мяч футбольный; шнуры, веревка, ленточки, обруч, «удочка» для игры; теннисные мячи для метания, ориентиры, цель вертикальная и горизонтальная (обручи), кегли, клюшки, шайбы, ворота хоккейные, бадминтон, скакалки; атрибуты для проведения подвижных игр и эстафет; схемы выполнения движений; кольцо для игры в баскетбол, мешочки с песком.</p>

**Список
структурных компонентов
предметно – пространственной развивающей среды
в физкультурном зале и на улице**

Тип материалов	Оборудование	
	Спортивный зал	На улице (выносное)
Ходьба, бег, равновесие.	Доска с ребристой поверхностью (гладкая), дорожка-змейка (канат), шнуры, гимнастическая скамейка, мешочки с песком, «скоростная лестница», стойки для прыжков, пластмассовые кубики, мягкие модули, кегли, веревки, набивные мячи.	Ориентиры, кегли, пластмассовые кубики, «скоростная лесенка», веревка 3м, мешочки с песком, шнуры.
Прыжки	Шнуры, веревка, «скоростная лестница», обручи, кегли, колокольчик, гимнастический мат, гимнастическая скамейка, дорожка-змейка (канат), стойки для прыжков, обручи плоские, скакалка короткая, «скоростная лестница», кегли, мешочки с песком, мячи, веревка, пластмассовые кубики, ориентиры, мягкие модули.	Обручи, скакалки, «скоростная лесенка», мешочки с песком, мячи малые, веревка, мяч большой, пластмассовые кубики, ориентиры, кегли.
Катание, метание, бросание, ловля.	Мешочки с песком для метания в цель, мяч утяжеленный (набивной), мячи сенсорные, мячи большие, мячи средние, «скоростная лестница», стойки для прыжков, кегли, мячи малые, обручи, бадминтон, кегли, мяч футбольный, мяч волейбольный мяч гандбольный, мяч массажный, кольцоброс, корзина для мячей (железная)	Стационарное: баскетбольное кольцо, щит для метаяя. Мячи, кегли, мячи теннисные, обруч, «скоростная лесенка,
ползание, лазание.	Дуги для подлезания большая, средняя, маленькая; доска с ребристой поверхностью, гимнастическая скамейка, тоннель, обручи, «скоростная лестница», стойки для прыжков, конусы, веревка.	Обручи.
Для общеразвивающих упражнений	Коврики гимн. длинные, гимнастическая скамейка, гантели детские, кубики, малые коврики гимнастические короткие, мяч-массажер, мячи большие, мячи средние, мячи малые, обручи, палка гимнастическая короткая, флажки, веревка, «скоростная лестница», ленточки, кегли, кольца, платки,	Пластмассовые мячи, большие мячи.
Для подвижных игр	Корзина для мячей красные, конусы для разметки игрового поля,	Пластмассовые кубики, «скоростная лесенка»,

	мячи большие, мячи средние, мячи пластмассовые малые, шнур с грузом, «скоростная лестница», пластмассовые кубики, маски для подвижных игр, ленточки, кольца. корзина для мячей (железная)	мячи, кегли, ленточки, шнур с грузом.
Для спортивных игр	Конусы для разметки игрового поля, бадминтон (набор), городки (набор), мяч футбольный, мяч волейбольный, мяч гандбольный, «скоростная лестница», стойки для прыжков. корзина для мячей (железная)	Стационарное: кольцо для баскетбола Мячи большие, мяч футбольный, мяч баскетбольный, мяч гандбольный, ворота хоккейные, клюшки хоккейные, шайбы, бадминтон (набор), конусы для разметки игрового поля, сетка волейбольная, городки (набор), щит баскетбольный, ворота футбольные.
Для эстафет	Лыжи, мячи большие, конусы для разметки игрового поля, дуги для подлезания, доска с гладкая, тоннель, мячи пластмассовые, мячи для фитбола, обручи, палка гимнастическая короткая, скакалка короткая, бадминтон (набор), городки (набор), кегли (набор), мячи футбольный, мяч волейбольный, хоккейные клюшки, шайбы, ходули корзины для эстафет, «скоростная лестница», стойки для прыжков, пластмассовые кубики, эстафетные палочки, корзина для мячей (железная)	Обручи, мячи, скакалка короткая, бадминтон (набор), ворота хоккейные, городки (набор), кегли (набор), хоккейные клюшки, шайбы, палки гимнастические, пластмассовые кубики, эстафетные палочки.
Профессиональные музыкальные инструменты	Пианино	

Технические средства обучения
Музыкально-спортивный зал

Тип материалов	Наименование
Технические средства обучения	<p style="text-align: center;">Секундомер</p> <p style="text-align: center;">Портативная акустическая система</p> <p>Комплект мультимедийного оборудования для проведения методико-практических занятий и презентаций (мультимедийный проектор, персональный компьютер, экран).</p>

IV. Перспективный план развития учебно– материальной базы

Задачи:

- Укреплять и совершенствовать материально-техническую базу музыкально-спортивного зала в соответствии с требованиями ФГОС;
- Проводить целенаправленную работу по улучшению материально-технической базы спортивного зала в области комплектования необходимым инвентарём и оборудованием, оптимизации использования имеющегося инвентаря, пополнение кабинета методическими разработками и литературой.

План развития кабинета на 2020-2021

Расширять библиотечный фонд кабинета. Обновление картотеки подвижных игр. Продолжать накапливание дидактического раздаточного материала: карты-схемы подвижных игр, общеразвивающих упражнений. Пополнение материала для использования в работе здоровьесберегающих технологий (картотеки, инвентарь). Составление картотеки сценариев праздников, развлечений. Приобретение спортивного оборудования. Оформление стендов для родителей в группах. Работа в области охраны труда (комплектация аптечки)

VII. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ И СПРАВОЧНАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой - М.: Мозаика-Синтез, 2014.
2. Физкультурные занятия в детском саду. Младшая группа. Пензулаева Л.И. – М, Мозаика-Синтез, 2015.
3. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа. Пензулаева Л.И. – М, Мозаика-Синтез, 2015.
4. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Пензулаева Л.И. – М, Мозаика-Синтез, 2015.
5. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа. Пензулаева Л.И. – М, Мозаика-Синтез, 2014.
6. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для детей 3-7 лет. М.М.Борисова.-М, Мозаика-Синтез, 2016.
7. Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет. Э.Я.Степаненкова.-М, Мозаика-Синтез, 2016.
8. Примерное комплексно-тематическое планирование к программе «От рождения до школы». Младшая группа. / В.В.Гербова, Н.Ф.Губанова, О.В.Дыбина и др.- М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ,2016.- 160с.
9. Примерное комплексно-тематическое планирование к программе «От рождения до школы». Средняя группа. / В.В.Гербова, Н.Ф.Губанова, О.В.Дыбина и др.- М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ,2017.- 160с.
10. Примерное комплексно-тематическое планирование к программе «От рождения до школы». Старшая группа. / В.В.Гербова, Н.Ф.Губанова, О.В.Дыбина и др.- М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ,2016.- 176с.
11. Примерное комплексно-тематическое планирование к программе «От рождения до школы». Подготовительная к школе группа. / В.В.Гербова, Н.Ф.Губанова, О.В.Дыбина и др.- М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ,2016.- 176с.
12. Организация спортивного досуга дошкольников 4-7 лет/авт.-сост. Н. М. Соломенникова.- Волгоград: Учитель, 2015.-135с.
13. Система занятий по профилактике нарушений осанки и плоскостопия у детей дошкольного возраста / Л.Ф. Асачева, О.В. Горбунова-Спб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2013.-112с.
14. Профилактика нарушения осанки у детей. Занятия корригирующей гимнастикой в процессе познавательной, игровой, исследовательской, творческой деятельности/ Н.Г. Коновалова.- Волгоград: Учитель, 2016.-90с.
15. Дыхательная гимнастика для детей дошкольного и младшего школьного возраста: комплекс упражнений; сюжетно-ролевое сопровождение /Н.Г. Коновалова, д-р мед. наук.; Л.В. Корниенко, канд. Мед. наук.- Волгоград: Учитель.-54с. (2016)
16. Профилактика плоскостопия у детей : методические рекомендации; комплексы упражнений на сюжетно-ролевой основе/ авт.-сост. Н.Г.Коновалова.- Волгоград: Учитель.-63с. (2012г)
17. Бодрящая гимнастика для дошкольников. / Т.Е. Харченко - СПб. : ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2019.-96с.
18. Дыхательная гимнастика А.Н.Стрельниковой для детей: специальные рекомендации для родителей, игровые варианты упражнений /М.Н.Щетинин-М.: Метафора, 2012.-152с.: ил.
19. Оздоровительно-коррекционная работа с детьми старшего дошкольного возраста «Внимание – осанка!» : учебное пособие/ Ф.И. Молостова, Л.В. Филиппова, Ю.А.

Лебедев, А.С. Большев ; Нижегород. гос. архитектур.-строит. ун-т.- Н.Новгород:ННГАСУ, 2010.-263с.

20. Школа мгновенной реакции, ловких движений, быстрых ног и сильных рук. Физическое развитие детей 4-1лет./ Алан Пирсон, Дэвид Хокинс; пер. с англ. Л.И. Заремской.- М.: АСТ: Астраль, 2011.-320с:-ил.

21. Детские народные подвижные игры: Кн. Для воспитателей дет. сада и родителей / Сост. А.В. Кенеман, т.и. Осокина- 2-е изд., драб.- М.: Просвещение; Владос, 1995.-224с.: илл.

22.Федотва С.Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 6-7 лет. Подготовительная к школе группа.- М.: Мозаика-Синтез, 2017;

23.Федотва С.Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Старшая группа.- М.: Мозаика-Синтез, 2017;

24.Федотва С.Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 4-5 лет. Средняя группа.- М.: Мозаика-Синтез, 2017;

25.Федотва С.Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Младшая группа.- М.: Мозаика-Синтез, 2017;

28. Карточка упражнений для самомассажа пальцев и кистей рук. Зрительная гимнастика.- СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2018.-64с.

Приложение 1

Рекомендации по оказанию доврачебной помощи пострадавшему

Первая доврачебная скорая помощь пострадавшему должна быть оказана медицинским персоналом учреждения, медсестрой, инструктором физической культуры или любым членом педагогического состава в соответствии с правилами оказания этой помощи.

При оказании первой доврачебной помощи могут быть использованы все находящиеся под руками оказывающего данную помощь стерильные средства из аптечки, которая должна храниться в специально отведенном месте и должна содержать:

- ✓ Стерильная вата и бинты;
- ✓ Лейкопластыри разных размеров;

После оказания первой доврачебной помощи следует направить пострадавшего в лечебное учреждение или сообщить в соответствующий отдел здравоохранения.

Адрес и телефон ближайшего лечебного учреждения: г. Нижний Новгород, улица Ванеева, дом 211. ГБУЗ НО Нижегородская детская областная клиническая больница. Телефоны: 467-12-60, 467-14-14, 467-14-33. Детская поликлиника при НОДКБ. Телефон 417-54-37.

СанПиНы 2.4.2.2821–10, 2.4.1.2660–10 и 2.4.1.3049–13 РФ регламентируют необходимость обязательного наличия аптечки в школьных и дошкольных учреждениях и их потенциально возможное расположение. | Режим доступа: <https://1travmpunkt.com/aptechka/aptechka-shkole-dou.html>

Приложение 2

Примерные сроки возобновления ООД по физической культуре после некоторых заболеваний и травм (от начала посещения образовательного учреждения)

Наименование болезни	Сроки	Примечание
1	2	3
Ангина	2-4 нед.	Для возобновления занятий необходимо дополнительное медицинское обследование, особенно нужно обращать внимание на состояние сердца и его реакцию на нагрузку. При каких-либо жалобах на сердце исключить упражнения на выносливость и избегать упражнений, вызывающих задержку дыхания, минимум, в течение полугода. Опасаться охлаждения (лыжи, плавание и др.)
Острые респираторные заболевания	3-4 нед.	Запрещается плавание. Опасаться охлаждения. При вестибулярной неустойчивости, наступающей чаще после операции, исключаются такие упражнения, которые могут вызвать головокружение (резкие повороты, кувырки и пр.)
Острый отит	3-4 нед.	Запрещается плавание. Опасаться охлаждения. При вестибулярной неустойчивости, наступающей чаще после операции, исключаются такие упражнения, которые могут вызвать головокружение (резкие повороты, кувырки и пр.)
Пневмония	1-2 мес.	Избегать переохлаждения. Рекомендуется шире использовать дыхательные упражнения, а также плавание, греблю, лыжи
Плеврит	1-2 мес.	Исключаются сроком до полугода упражнения на выносливость и связанные с натуживанием. Рекомендуются плавание, гребля, зимние виды спорта. Необходим регулярный контроль из-за опасности возникновения туберкулеза
Грипп	2-4 нед.	Необходимо наблюдение за реакцией на нагрузку во время занятий, т.к. при этом можно обнаружить отклонения со стороны сердечно-сосудистой системы, не выявленные при осмотре в состоянии покоя

Острые инфекционные заболевания (скарлатина, корь и т.д.)	1-2 мес.	Лишь при удовлетворительной реакции сердечно-сосудистой системы на функциональные пробы. Если были изменения со стороны сердца, то исключаются (сроком до полугода) упражнения на выносливость, силу и связанные с натуживанием
Острый нефрит	2-3 мес.	Навсегда запрещаются упражнения на выносливость, т.к. они и при нормальных почках вызывают появление в моче белка и клеточных элементов. После начала занятий физкультурой необходим регулярный контроль за составом мочи
Ревмокардит	2-3 мес.	Занятия в специальной группе не менее года. Необходим регулярный контроль за реакцией сердечно-сосудистой системы на физические нагрузки и за активностью процесса
Гепатит инфекционный	8-12 мес.	Исключаются упражнения на выносливость. Необходим регулярный УЗИ-контроль за структурными параметрами, биохимическими показателями печени
Аппендицит (после операции)	1-2 мес.	В первые месяцы следует избегать натуживания, прыжков и упражнений, дающих нагрузку мышцам живота. При осложнениях после операции сроки возобновления занятий определяются индивидуально
Перелом костей конечностей	3 мес.	Не менее 3-х месяцев следует исключать упражнения, дающие резкую нагрузку на поврежденную конечность
Сотрясение мозга	2-12 мес. и более (в зависимости от тяжести и характера травмы)	В каждом случае необходимо разрешение врача-невропатолога. Следует исключить упражнения с резким сотрясением тела (прыжки, спортивные игры: футбол, баскетбол, теннис и др.)
Растяжение мышц и связок	1 - 2 нед.	Увеличение нагрузки и амплитуды движений в поврежденной конечности должно быть постепенным
Разрыв мышц и сухожилий	Не менее полугода после оперативного вмешательства	Предварительно длительное применение лечебной гимнастики

СВ. Матвеев, Б.И. Херодинов, 1999г.

<http://spravka.komarovskiy.net/sroki-vozobnovleniya-zanvatij-fizkulturoj-ot-nachala-poseshheniya-shkoly-posle-nekotoryx-zabolevanij-i-travm.html>

ИНСТРУКЦИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА ПРИ ОБУЧЕНИИ ДЕТЕЙ ОСНОВНЫМ ВИДАМ ДВИЖЕНИЙ В УЗЫКАЛЬНО- СПОРТИВНОМ ЗАЛЕ

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.

1.10. 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.

1.11. 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.

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.

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. Спортивный инвентарь должен размещаться так, чтобы избежать его падений на воспитанников.

2.7. Протереть насухо спортивный инвентарь необходимый для данного занятия.

2.8. Провести целевой инструктаж воспитанников по безопасным приемам проведения занятий физическими упражнениями в физкультурном зале.

2.9.. 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 метящего, 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. Обучить детей старшего дошкольного возраста страховке.
- 3.29. 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.