

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
города Новосибирска «Детский сад № 249 «Лучик»

ПРИНЯТО:  
решением педагогического совета  
протокол №4  
от «31» января 2024 года

УТВЕРЖДЕНО:  
Заведующий МБДОУ д/с №249  
*О.Ю.Кромкина*  
Приказ № 14 от «31» января 2024 года



**ПАСПОРТ**  
**спортивного зала**  
**МБДОУ д/с №249**  
**(по адресу: Солидарности, 81а)**

Инструктор по физической культуре: Шутова Н.Е.

Новосибирск 2023

## ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ



Физкультурный зал располагается в здании МБДОУ «Детский сад №249» по адресу Солидарности 81а, на 1 этаже 2-х этажного здания. В зале имеется шкаф для хранения спортивного инвентаря, полка для методической литературы. Освещение зала – люминесцентное. Имеется запасный выход, на окнах решеток - нет; установлена специальная защитная сетка, установлена система противопожарной безопасности. Физкультурный зал предназначен для проведения физкультурно - оздоровительной работы с детьми (НОД, спортивных развлечений, подвижных игр, индивидуальной работы с детьми и кружковой деятельности); приобщению детей к здоровому образу жизни. Зал отвечает педагогическим, санитарно-гигиеническим, лечебно- профилактическим нормам: эффективная вентиляция; достаточная освещенность; благоприятный уровень температуры и воздуха; поддерживается чистота и порядок, соблюдается график проветривания и влажной уборки. Физкультурный зал оснащен оборудованием и инвентарем в соответствии с ФГОС для развития физических качеств и оздоровления дошкольников.

Возрастные группы, для которых оборудован физкультурный зал:

- дети младшего дошкольного возраста;
- среднего дошкольного возраста;
- старшего дошкольного возраста;
- подготовительная к школе группа.

Единовременная пропускная способность – 25 детей. Численность занимающихся в течение недели – 275 воспитанников. Снаряды в зале закреплены, размещены с учетом требований учебной программы.

- Гимнастические стенки – прикреплены сквозными штырями.
- Баскетбольные щиты, волейбольная сетка – закреплены сквозными штырями.
- Гимнастические скамейки – на устойчивой основе.
- Скамейки гимнастические размещаются по двум длинным сторонам зала.
- Мишени с разноцветными кругами нарисованы на торцовой стене.
- При проведении подвижных игр и при изучении элементов баскетбола в зале имеются два щита.

Разметки соответствуют нормам 1 метр и 0,5 метра.

Ответственный: инструктор по физической культуре Шутова Н. Е.

**Цель:** Охрана и укрепление физического и психического здоровья детей. Физкультурный зал предназначен для проведения различных форм физкультурно-оздоровительной работы, для приобщения 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.

Формы работы

1. утренняя гимнастика.
2. физкультурные занятия в младших, средних, старших и подготовительных группах.
3. индивидуальная работа с детьми. индивидуальные занятия для детей групп комбинированной направленности.
4. спортивные досуги, праздники и развлечения.

Режим работы спортивного зала: Ежедневно в соответствии с циклограммой инструктора по ФК , сеткой занятий. Культурно-досуговые мероприятия в соответствии с годовым планом работы доу.

Проветривание физкультурного зала: первое проветривание производится с 7.50 до 8.00. затем все последующие мероприятия по проветриванию осуществляются в соответствии с сеткой занятий, в перерывах между ними. Сквозное проветривание проводится до начала и после окончания всех физкультурных занятиях.

Влажная уборка физкультурного зала: панели, подоконники, двери, полы – после всех занятий. влажная уборка между занятиями, проводится младшими воспитателями, генеральная уборка – в санитарный день.

**ДОКУМЕНТАЦИЯ ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

1. Рабочая программа инструктора.
2. Общие правила техники безопасности, пожарной безопасности.
3. Годовой план работы инструктора по физической культуре.
4. Перспективное планирование НОД по образовательной области «Физической развитие».
5. Календарное планирование НОД по образовательной области «Физической развитие».
6. Журнал мониторинга подготовленности детей дошкольного возраста по физической культуре
7. Перспективное планирование утренней гимнастики.
8. Дни здоровья.
9. Программа по самообразованию.
10. Индивидуальная работа с детьми.
11. Материалы консультаций, семинаров для родителей и воспитателей; проекты, материалы на сайт.
12. Картотека игр по всем возрастным группам.

## **ПЕРЕЧЕНЬ ОБОРУДОВАНИЯ И ИГРОВЫХ ПОСОБИЙ ДЛЯ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ЗАЛА**

Подбор оборудования определяется задачами как физического, так и всестороннего воспитания детей. В детском саду имеется достаточное количество физкультурного оборудования для обеспечения детей благоприятным уровнем двигательной активности в процессе разных форм физического воспитания дошкольников. Многообразие оборудования и пособий дает возможность продуктивно его использовать в разных видах занятий по физической культуре, при этом создавая их вариативное содержание для развития произвольности движений детей, их самостоятельности и творческих замыслов. Оборудование (размеры, габариты и вес предметов) соответствует возрастным особенностям детей и их антропометрическим показателям. Количество оборудования определяется из расчета активного участия всех детей в процессе разных форм

двигательной активности. Габариты и вес переносного оборудования соразмерены с возможностями детей.

Одним из важных требований к отбору оборудования является обеспечение безопасности детей при его использовании. Каждое пособие устойчивое и прочное. С целью обеспечения страховки, предотвращения травматизма у детей во время занятий по физической культуре имеются хорошие крепления и гимнастические маты.

Материалы, из которых изготовлено оборудование отвечают гигиеническим требованиям, экологически чистые и прочные.

Разнообразие форм, цвета физкультурного оборудования способствует воспитанию художественного вкуса у детей. Комплектование оборудования производилось в соответствии с разными видами движений, физических упражнений, подвижных и спортивных игр. С помощью оборудования и пособий обеспечивается правильное выполнение разнообразных комплексов физических упражнений (общеразвивающих, упражнений в основных видах движений), а также целенаправленное формирование различных физических качеств (ловкости, гибкости, силы, выносливости, скоростных и скоростно- силовых качеств).






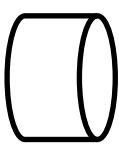


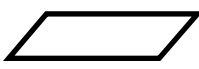
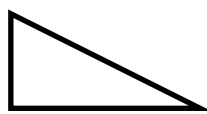
Большинство физкультурных пособий используется детьми в процессе выполнения физических упражнений и подвижных игр. Поэтому, в комплекты оборудования входят самые разнообразные предметы: крупногабаритные (гимнастические скамейки, лестницы, и др.), переносные и стационарные, изготовленные из разных материалов (дерева, резины, пластмассы и т. п.), мелкие (резиновые кольца, мячи, шары, обручи и т.п.).

Наличие в комплектах разнообразного оборудования обусловлено спецификой построения и содержания разных видов занятий по физической культуре (занятие по физической культуре, игры и упражнения на воздухе и в помещении, физкультурные досуги и праздники).

Для рациональной организации двигательной активности детей дошкольного возраста важно обращать внимание на размещение оборудования по месту его использования (для определенных условий).

В физкультурном зале расположена большая часть физкультурного оборудования. Эффективность использования оборудования значительно повышается при рациональном его размещении. Расстановка разных предметов оборудования зависит от их габаритов и предназначения. Гимнастическая стенка установлена стационарно, прочно крепится к стене.

**Материально-техническое обеспечение спортивного зала (2 корпус)  
МКДОУ д\с №249 «Колобок».**

Инвентарный номер	Название		Количество
1		40x40	2
2		30x30	2
3		50x50	1
4		40x40	4
5		40x80	2
6		78x44x14x50	2
7		78x44x50	2
8		Ø59x38	1
9		Ø50x19	2
10		Ø30x10	4
11		Ø20x10	4
12		30x30x10	6
13		30x15x10	10
14		30x60x10	2
15		10x10x60	3
16		28x58x4	4
17		20x20x10	4
18		30x30x10	2
19		110x78x78x10	4

20	Маты мягкие двухсторонние (синий, зеленый)	2
21	Ø74	10
22	Ø50	19 +12
23	Ø60	10+13
24	Футбольный	1
25	Баскетбольный	1
26	Для настольного тенниса	7
27	Для большого тенниса	2
28	В коробках Ø	10
29	С пупырышками Ø	20+18
31	Резиновые (розовые)	4
32	Утяжеленные (большие)	2+2
33	Утяжеленные (черные, малые)	15
34	Фитболы (ассорти) Ø45,35,55	7+
35	Дуги 61x120 (красные)	2
36	Дуги 82x142 (сине-зеленые)	2
37	Дуги 52x100 (синие)	2
38	Ребристые (деревянные) 152см	3
39	Ребристые (пластиково-резиновые)	1
40	Канатная «Змейка»	1
41	«Колочая травка» (квадратные)	25
42	Кочки	9
43	Деревянные массажер для ног	11
44	Массажер для ног СССР (зеленые)	3
45	Коврик со следочками	1
46	Доски гимнастические 210см	2
47	Доски гимнастические	2
48	Доски гимнастические	2
49	Доски гимнастические	2



50	Доски гимнастические	4
51	Батут	1
52	Конусы с заглушкой большие	9
53	Эспандеры	27
54	Мешочки с песком	25
55	Кубики пластиковые	40
56	Флажки малые	30
57	Флажки средние	30
58	Гантели	40
59	Скакалки	18
60	Веревочки с узелками малые	30
61	Шнур веревочные д-	5
62	Шведская стенка	6
63	Лесенки канатные	1
64	Канат для перетягивания х/б	-
65	Клюшка	2
66	Ракетки для бадминтона (железные)	4
67	Валанчики	5
68	Ракетки для набивания (пластиковые)	10
69	Булавы	25
70	Ленточки гимнастические (султанчик)	30
71	Палка гимнастическая	30
72	Мешок для прыжка с ручками	2
73	Кегли	25
74	Игровой островок (малый)	5
75	Игровой островок (большой)	5
76	Баскетбольное кольцо	2

**НАГЛЯДНО – ДИДАКТИЧЕСКИЕ ПОСОБИЯ.**

1. Рассказы по картинкам. Летние виды спорта. 3 – 7 лет. Издательство «Мозаика – Синтез».
2. Рассказы по картинкам. Зимние виды спорта. 3 – 7 лет. Издательство «Мозаика – Синтез».
3. Мир в картинках. Спортивный инвентарь. 3 – 7 лет. Издательство «Мозаика – Синтез».
4. Расскажите детям о зимних видах спорта. 3 – 7 лет. Издательство «Мозаика – Синтез».
5. Расскажите детям об Олимпийских играх. 3 – 7 лет. Издательство «Мозаика – Синтез».
6. Развивающая игры «Виды спорта», «Спортивное снаряжение»,
7. Лэпбук «Виды спорта».
8. Плакаты: «Строение человека», «Полезно-не полезно», «Великие спортсмены».

## **ОБЕСПЕЧЕННОСТЬ МЕТОДИЧЕСКИМИ МАТЕРИАЛАМИ И СРЕДСТВАМИ ОБУЧЕНИЯ.**

1. Основная общеобразовательная программа «От рожд-137 деятельность дения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой; Москва, изд. « Мозаика- синтез», 2015г.
2. Развитие ребенка в дошкольном детстве. Н.Е. Веракса, А.Н. Веракса; Москва, изд. «Мозаика- синтез», 2006г. Методика физического воспитания. Э Степанова; Москва, изд. «Воспитание дошкольника», 2005г.
3. Физическое воспитание детей 2-7 лет. Развернутое перспективное планирование по программе под редакцией М.А.Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой; Волгоград, изд. «Учитель», 2010г.
4. Утренняя гимнастика в детском саду. Т.Е. Харченко, Москва, изд. « Мозаика- синтез», 2007г.
5. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет. Конспекты занятий. Л.И. Пензулаева, Москва, изд. «Мозаика- синтез», 2009г.
6. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа. Л.И. Пензулаева, Москва, «Мозаика- синтез», 2009г.
7. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Л.И. Пензулаева, Москва, изд. «Мозаика- синтез», 2009г.

8. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа. Л.И. Пензулаева, Москва, изд. «Мозаика-синтез», 2009г.
9. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. И.М. Новикова, Москва, изд. «Мозаика-синтез», 2006г.
10. Бодрящая гимнастика для дошкольников. Т.Е.Харченко. Москва, изд. «Детство-пресс», 2013г.
11. Физическое развитие ребенка в дошкольном возрасте. Н.Н. Ефименко. Москва, изд. «Дрофа», 2014г.
12. Оздоровительная гимнастика. Л.И. Пензулаева, Москва, изд.«Мозаика-синтез» 2013г.
13. Утренняя гимнастика в детском саду. Е.Н. Вареник, Москва, изд. «Сфера», 2008г.
14. 14. Оздоровительные игры для дошкольников и младших школьников. А.С. Галанов, Санкт-Петербург, изд. «Речь», 2007г.
15. Физкультурные минутки и динамические паузы в ДОУ. И.Е. Аверина, Москва, изд. «Айри дидактика», 2007г.
16. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. И.М. Новикова, Москва, изд. «Мозаика-синтез», 2009г.
17. 17.Оздоровительная гимнастика. Л.И. Пензулаева, Москва, изд. «Мозаика-синтез», 2013г.
18. Программно-методическое пособие 2 части. В.Н.Зимонина, Москва, изд. «Сфера», 2013г.
19. Оздоровительные игры для дошкольников и младших школьников. А.С Галанов, Санкт-Петербург, изд. «Речь», 2007г.
20. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 3- го 138 года жизни. М.Ф. Литвинова, Москва, изд. «Линка – Пресс», 2005г.
21. Оздоровительная гимнастика. Игровые комплексы. Волгоград, изд. «Учитель», 2013г.
22. Малыши-крепыши, 2 части. Москва, изд. «Весна- дизайн», 2010г.

23. Физкультурные занятия в детском саду. Е.Ф.Желобкович, Москва, изд. «Мозаика-синтез», 2009г.
24. Занятие по физической культуре для дошкольников. Н.Б.Муллаева, Санкт-Петербург, изд. «Детство-пресс», 2005г.
25. Воспитание двигательной культуры дошкольников. Л.Н.Волошина, Москва, изд. «Мозаика-синтез», 2005г.
26. Лысова В. Я. Спортивные праздники и развлечения для дошкольников. Сценарии. Младший и средний дошкольный возраст. Методические рекомендации для работников дошкольных образовательных учреждений. – М.: АРКТИ, 2000г.
27. Фисенко М. А. Физкультура. Подготовительная группа. Разработки занятий. \ Сост. М. А. Фисенко. – Волгоград: ИТД «Корифей» 2003г.
28. Фисенко М. А. Физкультура. Первая и вторая младшие группы. Разработки занятий. \ Сост. М. А. Фисенко. – Волгоград: ИТД «Корифей» 2010г.

## **ИНСТРУКЦИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА ПРИ ОБУЧЕНИИ ДЕТЕЙ ОСНОВНЫМ ВИДАМ ДВИЖЕНИЙ В ФИЗКУЛЬТУРНОМ 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 НОД 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 НОД и отдыха.

1.4. При проведении НОД 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 физкультурного 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 НОД 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. НОД в физкультурном зале необходимо проводить в спортивной одежде и спортивной обуви с нескользкой подошвой.

1.6. Во время НОД воспитанники должны соблюдать правила ношения спортивной одежды и спортивной обуви, правила личной гигиены.

1.7. В физкультурном зале должен быть вывешен комнатный термометр для контроля температурного режима.

1.8. Физкультурный зал должен быть оснащен аптечкой, укомплектованной необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи при травмах.

1.9. Инструктор по физической культуре, воспитатель и воспитанники должны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения. Физкультурный зал должен быть оснащен огнетушителем, автоматической системой пожаротушения и приточно-вытяжной вентиляцией.

1.10. Спортивное оборудование должно быть обеспечено инструкцией по безопасности проведения НОД.

1.11. О каждом несчастном случае с воспитанниками воспитатель или инструктор по физической культуре 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 НОД 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 НОД 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 НОД 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 НОД.

2.9. Провести целевой инструктаж воспитанников по безопасным приемам проведения НОД физическими упражнениями в физкультурном зале.

2.10. Надеть спортивную одежду и спортивную обувь с нескользкой подошвой.

### **3. Требования безопасности во время НОД по физической культуре.**

3.1. Все НОД 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 НОД должна соответствовать современным требованиям построения и проведения учебно – оздоровительной НОД по физической культуре для детей дошкольного возраста. За основу построения НОД принято деление её 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 инструктора по физической культуре или воспитателя.

3.5. Начинать выполнение упражнений и заканчивать их только по команде воспитателя или инструктора по физической культуре.

3.6. Не разрешать детям самовольно покидать место проведения НОД.

3.7. Не оставлять детей одних в спортивном зале.

3.8. Во время НОД 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 инструктора по физической культуре.

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 инструктора по физической культуре 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 прыгивания 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 прыгивать 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 инструктору по физической культуре 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 НОД по физической культуре.**

4.1. При возникновении неисправности в работе спортивного оборудования или его поломке, прекратить НОД. 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 НОД 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 НОД 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.