

*Паспорт  
физкультурного зала*



*Санкт-Петербург*

*2024-2025*

## **Пояснительная записка**

У развивающегося трехлетнего ребенка есть все возможности овладения навыками самообслуживания. К концу четвертого года жизни младший дошкольник овладевает элементарной культурой поведения. Подобные навыки основываются на определенном уровне развития двигательной сферы ребенка, одним из основных компонентов которого является уровень развития моторной координации.

В этот период высока потребность ребенка в движении (его двигательная активность составляет не менее половины времени бодрствования). Ребенок начинает осваивать основные движения, обнаруживая при выполнении физических упражнений стремление к целеполаганию (быстро бежать, дальше прыгнуть, точно воспроизвести движение и др.).

Ребенок 4-5 лет начинает активно играть в игры с правилами: настольные и подвижные.

В старшем дошкольном возрасте значительное изменение происходит в игровых взаимодействиях, в котором существенное место начинает занимать совместное обсуждение правил игры. Более совершенной становится крупная моторика.

Ребенок этого возраста (5-6 лет) способен к освоению сложных движений: может пройти по неширокой скамейке и при этом даже перешагнуть через небольшое препятствие; умеет отбивать о землю одной рукой несколько раз подряд. Уже наблюдается различия в движениях мальчиков и девочек (у мальчиков - более порывистые, у девочек — мягкие, плавные, уравновешенные), в общей конфигурации тела в зависимости от пола ребенка. Возрастает способность ребенка ориентироваться в пространстве.

У ребенка на пороге школы (6-7 лет) продолжается дальнейшее развитие моторики, наращивание и самостоятельное использование двигательного опыта. Расширяются представления о самом себе, своих физических возможностях, физическом облике. Совершенствуется ходьба, бег, шаги становятся равномерными, увеличивается их длина, появляется гармония в движениях рук и ног. Ребенок способен быстро перемещаться, ходить и бегать, держать правильную осанку. По собственной инициативе дети могут организовать подвижные игры и простейшие соревнования со сверстниками.

Целью функционирования физкультурного зала является создание условий для сохранения и укрепления здоровья детей, для реализации их потребности в двигательной активности, обеспечение физической подготовленности каждого ребенка.

### **Общие сведения**

Физкультурный зал располагается в здании ГДОУ детского сада №26 на первом этаже, предназначен для занятий по физической культуре с необходимым для этого оборудованием. Общая площадь составляет 80 м. кв..

## Описание использования физкультурного зала



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

Физкультурный зал располагается на первом этаже детского сада. Цвет стен, пола, подобран по принципу использования спокойных и нейтральных тонов, не вызывающих дополнительного возбуждения и раздражения. Оборудование установлено в контексте общей композиции. Освещение в соответствии нормам СанПИНа. Предназначен для проведения организованной образовательной деятельности, развлечений и спортивных праздников.

### Образовательная область физическая культура направлена на

1. Развитие физических качеств (сила, скорость, гибкость, выносливость, координация);
2. Накопление обогащение двигательного опыта (овладения основными видами движения);
3. Формирование потребности в двигательной активности.

### Виды деятельности

- утренняя гимнастика;
- занятия по физической культуре;
- физкультурные досуги, праздники, развлечения;
- консультативная работа;
- ЛФК;
- индивидуальная работа с детьми.

### Технические характеристики

- Общая площадь (кв. м) 80 кв. м.
- Освещение естественное 4 окна

- Освещение искусственное лампы дневного света с защитой
- Уровень освещенности — норма
- Наличие системы пожарной безопасности — имеется
- Наличие системы отопления — имеется
- Возможность проветривания помещения — имеется

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

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

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

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

- физкультурный зал;
- шведская стенка;
- гимнастические скамейки;
- обручи;
- мягкие модули.



### **Двигательно – игровая зона**

- Укреплять здоровье детей;
- Развивать двигательные навыки и физические качества;
- Расширять двигательный опыт;
- Создавать положительный эмоциональный настрой.

### **Зона спортивного оборудования**

- 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.

### **Зона для занятий по ЛФК**

- Укрепление здоровья детей, осуществление профилактики от плоскостопия. Содействовать профилактике и развитию опорно-двигательного аппарата с помощью простейших тренажеров.
- Коррекция и формирование правильной осанки.

## Рабочая зона физинструктора

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

### Набор физкультурного оборудования для второй младшей группы

Тип оборудования	Наименование
Для ходьбы, бега и равновесия	Доска с ребристой поверхностью
	Коврик, дорожки массажные
	Обруч большой
Для прыжков	Мяч-попрыгунчик
	Обруч малый
	Кегли (набор)
Для катания, бросания, ловли	Мешочек с грузом малый
	Мяч резиновый
	Шар цветной
	Обруч на подставке
Для общеразвивающих упражнений	Лента цветная (короткая)
	Палка гимнастическая короткая

### Набор физкультурного оборудования для средней группы

Тип оборудования	Наименование
Для ходьбы, бега, равновесия	Дорожка массажная
	Шнур длинный
Для прыжков	Мяч-попрыгунчик
	Палка гимнастическая короткая
	Скакалка короткая
	Кегли (набор)
Для катания, бросания, ловли	Кольцеброс (набор)
	Мешочек с грузом большой

	Обруч большой
	Обруч на подставке
	Мешочек с грузом малый
Для общеразвивающих упражнений	Мяч
	Обруч малый
	Кубики
	Ленточки разноцветные

### Набор физкультурного оборудования для старшей и подготовительной групп

Тип оборудования	Наименование
Для ходьбы, бега, равновесия	Балансир
	Коврик массажный
Для прыжков	Обруч малый
	Скакалка короткая
Для катания, бросания, ловли	Кегли (набор)
	Кольцеброс (набор)
	Мешочек малый с грузом
	Мяч большой
	Мяч для мини-баскетбола
	Мяч утяжеленный (набивной)
	Мяч – массажер
	Обруч большой
	Обруч на подставке
Для общеразвивающих упражнений	Лента короткая
	Мяч средний
	Палка гимнастическая короткая

### Набор оборудования для физкультурного зала

Тип оборудования	Наименование
Для ходьбы, бега, равновесия	Доска гладкая с зацепами

	Доска с ребристой поверхностью
	Дорожка-змейка (канат)
	Коврик массажный
	Модуль мягкий
	Скамейка гимнастическая
	Батут детский
	Гимнастический набор: обручи, рейки, палки, подставки, зажимы
Для прыжков	Конус с отверстиями
	Мат гимнастический
	Скакалка короткая
	Кегли (набор)
	Кольцеброс (набор)
	Мешочек с грузом малый
Для катания, бросания, ловли	Мишень навесная
	Мяч средний
	Мяч утяжеленный (набивной)
	Мяч для мини-баскетбола
	Мяч для массажа
	Баскетбольный щит с кольцом
	Дуга большая
	Дуга малая
	Канат гладкий
Для ползания и лазанья	Лестница деревянная с зацепами
	Стенка гимнастическая деревянная
	Лента короткая
	Мячи-массажеры
Для общеразвивающих упражнений	Мячи разных размеров
	Обруч малый
	Палка гимнастическая

**Расписание организованной образовательной деятельности  
в физкультурном зале**

<b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>	Младшая группа «Домовенок Кузя»		<b>9.00-9.15</b>
	Средняя группа «Питер Лэнд»		<b>9.30-9.50</b>
	Подготовительная группа «Пчелки»		<b>10.30-11.00</b>
<b>ВТОРНИК</b>	Младшая группа «Золотой Ключик»		<b>9.25-9.40</b>
	Старшая группа «Веснушки»		<b>10.00-10.25</b>
	Подготовительная группа «Цветик Семицветик»		<b>10.30-11.00</b>
<b>СРЕДА</b>	I нед.	Младшая группа «Домовенок Кузя»	<b>16.00-16.15</b>
		Средняя группа «Питер Лэнд»	<b>16.25-16.45</b>
	II нед.	Младшая группа «Золотой Ключик»	<b>16.00-16.15</b>
		Старшая группа «Веснушки»	<b>16.25-16.50</b>
III нед.	Подготовительная группа «Пчелки»	<b>16.10-16.40</b>	
IV нед.	Подготовительная группа «Цветик Семицветик»	<b>16.10-16.40</b>	
<b>ЧЕТВЕРГ</b>	Младшая группа «Домовенок Кузя»		<b>9.00-9.15</b>
	Средняя группа «Питер Лэнд»		<b>9.30-9.50</b>
	Подготовительная группа «Пчелки»		<b>10.30-11.00</b>
<b>ПЯТНИЦА</b>	Младшая группа «Золотой Ключик»		<b>9.25-9.40</b>
	Старшая группа «Веснушки»		<b>10.00-10.25</b>
	Подготовительная группа «Цветик Семицветик»		<b>10.30-11.00</b>

**Расписание занятий по ЛФК**

<b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>	Младшая группа «Золотой Ключик»	<b>15.15-15.30</b>
		<b>15.35-15.50</b>
	Старшая группа «Веснушки»	<b>16.00-16.25</b>
		<b>16.30-16.55</b>
<b>ВТОРНИК</b>	Средняя группа «Питер Лэнд»	<b>15.10-15.30</b>
		<b>15.35-15.55</b>
	Подготовительная группа «Пчелки»	<b>15.55-16.25</b>
		<b>16.30-17.00</b>
<b>ЧЕТВЕРГ</b>	Младшая группа «Золотой Ключик»	<b>15.15-15.30</b>
		<b>15.35-15.50</b>
	Старшая группа «Веснушки»	<b>16.00-16.25</b>
		<b>16.30-16.55</b>
<b>ПЯТНИЦА</b>	Средняя группа «Питер Лэнд»	<b>15.10-15.30</b>
		<b>15.35-15.55</b>
	Подготовительная группа «Пчелки»	<b>15.55-16.25</b>
		<b>16.30-17.00</b>