

ХАНТЫ-МАНСИЙСКИЙ АВТОНОМНЫЙ ОКРУГ-ЮГРА  
ГОРОД НИЖНЕВАРТОВСК  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ «СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 19»

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ «СШ №19»



**ПАСПОРТ КАБИНЕТА**  
**№ 112**  
**(малый спортивный зал)**

## ПРАВИЛА ПОЛЬЗОВАНИЯ



- Кабинет должен быть открыт за 15 минут до начала занятий.
- Учащиеся находятся в кабинете без верхней одежды.
- Кабинет должен проветриваться каждую перемену.
- Учащиеся должны соблюдать правила безопасности в кабинете.

# ПРАВИЛА ТЕХНИКИ БЕЗОПАСНОСТИ



## Инструкция по технике безопасности при занятиях в спортивном зале

### I. Общие требования безопасности

1. Для проведения занятий в спортивном зале необходимо иметь акт-разрешение на проведение занятий.
  2. Состояние спортивного зала (освещение, полы, стены, потолок) должно соответствовать санитарно-гигиеническим требованиям.
  3. Спортивный инвентарь и оборудование должны пройти испытания и иметь акт о прохождении испытаний.
  4. Спортзал должен быть оборудован средствами пожаротушения, и иметь аптечку, укомплектованную необходимыми медикаментами и перевязочным материалом для оказания доврачебной помощи.
- Занимающиеся должны пройти медосмотр, инструктаж по технике безопасности и иметь чистую одежду и обувь, бережно относиться к спортивному инвентарю и оборудованию.

### II. Требования безопасности перед началом занятий

1. Переодеться в спортивную форму в раздевалке, снять предметы, представляющие опасность для других (часы, цепочки, серьги).
2. Не заходить в спортзал без разрешения учителя и не выполнять упражнений на снарядах.
3. Убрать посторонние предметы в безопасное место, в том числе инвентарь, который не будет использоваться.
4. Производить между сменами влажную уборку, а при необходимости и чаще.
5. При недостаточной освещённости включить осветительные приборы.
6. Проверить состояние запасного выхода и его санитарно-гигиенические нормы.

### III. Требования безопасности во время занятий

1. Брать спортивный инвентарь с разрешения учителя и использовать оборудование по его назначению, не виснуть на баскетбольных фермах и кольцах.
2. Выполнять упражнения на исправных снарядах и с разрешения учителя, а сложные технические элементы – со страховкой.
3. Занятия проводить на просохшем полу спортивного зала и под руководством преподавателя физической культуры.

4. Внимательно слушать объяснения упражнений и действий и аккуратно выполнять задания.

5. При выполнении упражнений потоком, соблюдать достаточные интервал и дистанцию.

6. Не покидать место проведения занятий без разрешения учителя.

7. При перемещениях по залу избегать столкновений.

#### **IV. Требования безопасности при несчастных случаях и в чрезвычайных ситуациях**

1. При травмах и ухудшении самочувствия прекратить занятия и сообщить об этом учителю.

2. Оказать учащемуся первую доврачебную помощь, при необходимости доставить пострадавшего в ближайшую больницу или вызвать «скорую помощь».

3. Известить администрацию школы и родителей пострадавшего.

4. При пожаре в спортзале немедленно прекратить занятия, открыть запасной выход, эвакуировать учащихся в место, предусмотренное планом эвакуации (спортплощадка). Сообщить в дежурную часть и приступить к ликвидации очага возгорания с помощью средств пожаротушения в зале.

#### **V. Требования безопасности по окончании занятий**

1. Убрать инвентарь в место хранения.

2. Организованно выйти из зала в сопровождении учителя.

3. Переодеться в раздевалке, вымыть руки и лицо.

4. Произвести осмотр зала, раздевалок, подсобных помещений.

5. Закрывать окна на щеколды, подсобные помещения на ключ, выключить свет.

6. Довести до сведения ответственного за спортзал обо всех недостатках и неисправностях.

## СОСТОЯНИЕ ОХРАНЫ ТРУДА

Наличие инструкции по охране труда;

Наличие акта-разрешения на проведение занятий в кабинете истории;

Наличие и заполнение журнала регистрации инструктажа учащихся по охране труда,

Наличие и укомплектованность медицинской аптечки (мед. аптечка должна быть укомплектована необходимыми для оказания первой помощи медикаментами и перевязочными средствами, которые заносятся в опись. На упаковках медикаментов проставляется порядковый номер согласно описи. На дверце мед. аптечки или рядом с ней вывешивается краткая инструкция по оказанию первой помощи при травмах, а также адрес и номер телефона ближайшего лечебного учреждения).

Соблюдение нормы освещенности в кабинете (Наименьшая освещенность должна быть: при люминесцентных лампах 300 лк. (20Вт/кв.м.), при лампах накаливания -150лк. (48 Вт./кв. м)

Соблюдение санитарно-гигиенических норм в кабинете

Температура воздуха в кабинете должна быть в пределах 18-20°С, относительная влажность воздуха в пределах 62-55%.

- Для повышения влажности воздуха следует применять увлажнители воздуха, заправляемые ежедневно дистиллированной или прокипяченной питьевой водой.
- В кабинете перед началом занятий и после каждого академического часа следует осуществлять сквозное проветривание.
- В кабинете ежедневно должна проводиться влажная уборка, Чистка стекол оконных рам и светильников должна проводиться не реже двух раз в год.
- Поверхность пола в кабинете должна быть ровной, без выбоин, нескользкой и удобной для очистки, обладающей антистатическими свойствами.
- Стены кабинета должны быть окрашены холодными тонами красок: светло-голубым, светло-зеленым, светло-серым цветами.
- Не допускается использование блестящих поверхностей в отделке интерьера кабинета.
- Запрещается для отделки внутреннего интерьера применять полимерные материалы (древесностружечные плиты, слоистый бумажный пластик, синтетические ковровые покрытия и др.), выделяющие в воздух вредные химические вещества.

Наличие и состояние первичных средств пожаротушения.  
(В кабинете должен быть 1 порошковый огнетушитель).

# ГРАФИК ЗАНЯТОСТИ



## 1 смена

	ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА	СУББОТА
1 урок	2а		1а	1в	2в	
2 урок	2г	1б	1в	1б	2г	
3 урок	2в	1в	1б	1а	2д	
4 урок	2б	2а	1г	1г	1в	
5 урок	3а	2б	1д	2д	1д	
6 урок	3д	1г	3г	2а	3г	
7 урок		3г				

## 2 смена

	ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА	СУББОТА
0 урок					4г	
урок		4в	4б	4в	4б	
урок	4б	4г	4а	4г	4а	
урок	4в			4а		
урок						
урок						
6 урок						

## ПЛАН РАБОТЫ КАБИНЕТА НА 2020-2021 УЧЕБНЫЙ ГОД

№	СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ	СРОК
	Подготовка кабинета к новому учебному году	Август
	Составление плана работы на 2021-2022 год	Июнь
	Изготовление картотеки учебного оборудования	Август
	Обновление дидактического материала	В течение года
	Пополнение медиатеки новыми электронными учебниками для использования на уроках и при подготовке к ним	В течение года
	Ремонт брошюр, пополнение индивидуальных карточек с заданиями для организации контрольных и самостоятельных работ	В течение года
	Разработка мультимедийных уроков с использованием современных ТСО	В течение года
	Разработка разноуровневых уроков с использованием ИКТ	В течение года
	Подведение итогов работы кабинета	Июнь



## ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН РАЗВИТИЯ НА 2020-2021 ГОД

№	Проводимая работа	Срок выполнения	Ответственный
<b>I. Учебно-методическая работа</b>			
	Проведение индивидуальных консультаций для учащихся, готовящихся к сдаче ГТО.	На протяжении года	Учитель
	Подбор литературы для самостоятельной работы учащихся.	На протяжении года	Учитель
	Организация приобретения литературы учащимися для подготовки к сдаче ГТО.	На протяжении года	Учитель
	Оформление стенда «ГТО»	Март-Апрель	Учитель
	Подготовить и оформить методические разработки изучаемых тем по ФК.	На протяжении года	Учитель
	Разработка и проведение уроков ФК с применением компьютерных технологий.	На протяжении года	Учитель
<b>II. Внеклассная работа</b>			
	Школьная олимпиада по ФК	Ноябрь	Учитель
	Принять участие в городской олимпиаде	Декабрь	Учитель
	Провести Дни здоровья	Каждый триместр	Учитель
	Провести предметную неделю	Апрель	Администрация Учитель
	Провести все запланированные внеклассные мероприятия	На протяжении года	Учитель
	Принять участие в Спартакиаде школьников	На протяжении года	Учитель
	Принять участие в Спартакиаде школьников.	На протяжении года	Учитель
<b>III. Работа по изготовлению наглядных пособий</b>			

	Изготовить необходимые в работе каждого учителя учебно-наглядные пособия и раздаточный материал по отдельным разделам ФК	На протяжении года	Учитель
	Изготовить задания – карточки практического содержания.	На протяжении года	Учитель
	Начать работу по изготовлению компьютерных презентаций.	На протяжении года	Учитель
<b>IV. Учебно-библиотечная работа</b>			
	Составить подборку литературы для учащихся 9 и 11 классов, сдающих нормативы по ГТО.	На протяжении года	Учитель
	Составить список литературы по ФК, находящейся в кабинете и школьной библиотеке.	На протяжении года	Учитель, библиотекарь
	Регулярно проводить проветривание кабинета	На протяжении года	Учитель
	Составить подборку литературы для учащихся 1 - 11 классов, для самостоятельных занятий физической культурой.	На протяжении года	Учитель
	Радиофицировать кабинет	Апрель	Администрация
	Покупка наглядных пособий по легкой атлетике и спортивным играм	Март	Администрация
	Ремонт спортивного зала (полы)	Июль - август	Администрация
	Покупка корзин для мячей, гимнастических ковриков.	Август	Администрация

## МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОСНАЩЕНИЕ



№ п\п	Наименование	Количество	Инвентарный №
Мебель			
	Компьютерный стол		
	Стулья		
3	Шкаф		
Техническое оборудование			
	Монитор		
	Принтер		
	Системный блок		
	Ноутбук		
	Музыкальный центр		

## УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОСНАЩЕНИЕ



№	НАИМЕНОВАНИЕ	КОЛИЧЕСТВО
1.	Календарно-тематическое планирование	
2.	Развернутое тематическое планирование по комплексной программе В.И.Ляха, А.А. Зданевича.	
3.	Комплексная программа физического воспитания учащихся В.И.Ляха, А.А.Зданевича	
4.	Настольная книга учителя физкультуры (автор Б.И.Мишин)	
5.	Настольная книга учителя физкультуры (автор Г.И. Погадаев)	
	Физическая культура (автор Е.В.Конеевой)	
	Меры безопасности на уроках физической культуры	
	Методика преподавания гимнастики в школе	

# ПЛАН-СХЕМА

ОКНО

Баскетбольный щит с кольцом

Гимнастическая стенка

ОКНО

ОКНО

ВХОД

ОКНО

ОКНО

Баскетбольный щит с кольцом