ФЕДЕРАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ

ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«Калачевский техникум-интренат»

Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации

ПАСПОРТ КАБИНЕТА № 54

«Тренажерный зал »

1. Общие сведения

* 1. Наименование кабинета:

Физическая культура

**1.2** Характеристика кабинета:

* площадь – 84,5 м2
* длина – 14,72 м
* ширина – 5,78 м
* число посадочных мест-
* вспомогательное помещение - нет;
* освещение - совмещенное:
* естественное - боковое – 5 оконных проёма;
* искусственное - общее;
* вентиляция - естественная
* водоснабжение - нет
* виды сигнализации - пожарная;
* средства оказания доврачебной медицинской помощи - 1 этаж (кабинет медицинской службы);
* стенд по охране труда и технике безопасности - 1 этаж.

**1.3** **Характеристика** **рабочих мест**:

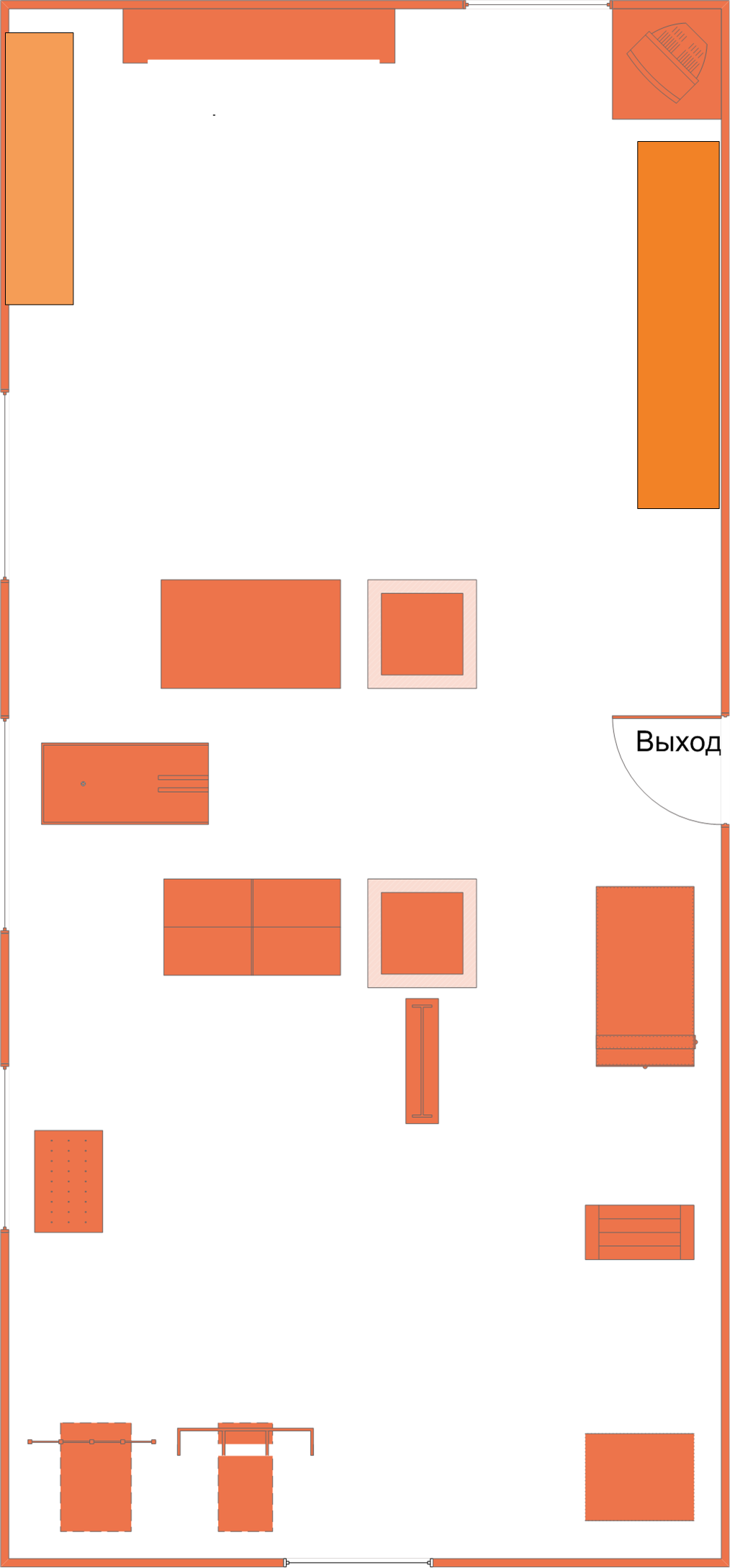
|  |  |
| --- | --- |
| - тренажеры | 9 шт. |
| - стулья - | 3 шт |
| - стол для преподавателя - | 1 шт. |
| - компьютер | 1 шт. |
| - карнизы - | 5шт. |
| - жалюзи | 5шт. |

* 1. Технические средства обучения: в разработке

**1.5** План размещения оборудования, рабочих мест и ТСО:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Укомплектованность рабочих мест** | | |
| 1 | Скамейка | 2 |
| 2 | Стулья | 3 |
| **Оборудование рабочего места преподавателя** | | |
| 1 | Стул | 1 |
| 2 | Полка для папок | 1 |
| 3 | Шкаф для инвентаря | 1 |
| 4 | Компьютер AL 1716 | 1 |
| 5 | Стол письменный | 1 |
| 6 | Магнитофон | 1 |
| 7 | колонки | 2 |
| **Наличие инвентаря для проведения занятий** | | |
| 1 | Гантели | 20 |
| 2 | Фитнес мячи | 11 |
| 3 | Скакалки | 10 |
| 4 | Гимнастические палки | 15 |
| 5 | Степ платформы | 15 |
| 6 | Ролики для пресса | 1 |
| 7 | Штанга | 1 |
| 8 | Сборные гантели | 2 |
| 9 | Гири | 2 |
| 10 | Гриф для штанги | 1 |
| 11 | Бодибары | 10 |
|  | **Наличие тренажеров для проведения занятий** |  |
| 1 | Беговая дорожка | 1 |
| 2 | Эпилептический тренажер | 1 |
| 3 | Силовой тренажер | 2 |
| 4 | Многофункциональный силовой | 1 |
| 5 | Гребля | 1 |
| 6 | Стол для армспорта | 1 |
| 7 | Велотренажер | 1 |
| 8 | Наклонная доска для пресса | 2 |
| 9 | Перекладина для подтягивания | 2 |
| 10 | Гимнастическая стенка | 2 |
| 11 | Тренажер для ног | 1 |
| 12 | штанга | 1 |

1.6 План размещения оборудования, рабочих мест и ТСО:



3

2

1

1. шкаф
2. гимнастическая стенка
3. компьютерный стол

1

1. теннисный стол
2. стол для армспорта
3. гребля cadet
4. силовой инвентарь
5. силовой тренажер MultiFitness center bgm-4700
6. Силовой тренажер Weider pro
7. Беговая дорожка Tormeo t-707
8. Велосипед Satura e ext
9. Силовой тренажер Body Solid

5

1. Тренажер для ног

13

4

10

6

7

12

11

9

8

2. Дисциплины (МДК, модули), по которым проводятся занятия в данном кабинете:

Преподаватель Шигида Валентина Альбертовна

Специальность:

38.02.07 «Банковское дело»;

38.02.01 « Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям)»;

09.02.03 «Программирование в компьютерных системах»;

3. Программно-методическое обеспечение:

1. ФГОС СПО

Федеральный государственный образовательный стандарт среднего (полного) общего образования, приказ от 17 мая 2012 года № 413

1. Выписка из учебного плана: прилагается
2. Рабочий учебный план для 1-3 курса специальность:

38.02.01 « Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям)»;

1. Рабочий учебный план для 1-4 курса специальность

09.02.03 «Программирование в компьютерных системах»;

1. Рабочий учебный план для 1-3 курса специальность:

38.02.07 «Банковское дело»;

* 1. Примерная программа дисциплины (модуля): метод, кабинет техникума.

1. Физическая культура ОГСЭ.03(базовая подготовка для СПО. Разработчик ФГУ»ФИРО»,2008 г.
2. Физическая культура (углубленная подготовка) для специальностей НПОи СПО. Разработчик ФГУ»ФИРО»,2008 г.
   1. Действующая рабочая программа дисциплины (модуля): утверждены в 2014 году

**Специальность**  38.02.01 «Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям)»

09.02.03 « Программирование в компьютерных системах»

38.02.07 «Банковское дело»

**3.5. Технические средства обучения дисциплины «Физическая культура»**

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование разделов и тем** | **Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся** |
| **1** | **2** |
| **Раздел I. Физическая культура в профессиональной деятельности** | Мячи в\б-  Мячи ф\б-  Мячи б\б  Мячи  Гранаты  Ядро Скакалки Ракетки для бадминтона, мячи  Секундомеры Сетка волейбольная,  Свисток    **Спортивные уличные площадки:**  поле для мини-футбола  бадминтоновая площадка  Баскетбольная площадка-2  Волейбольная площадка-2  Яма для прыжков в длину (песок)  **Спортивный городок**:  Ходули  Шведская стенка  Брусья параллельные  Перекладина-2 Рукоход  Скамейки -2 |
| **Раздел 2. Легкая атлетика** | Мячи в\б-  Мячи ф\б-  Мячи б\б  Скакалки Ракетки для бадминтона, мячи  Секундомеры Сетка волейбольная,  Свисток  **Спортивные уличные площадки:**  поле для мини-футбола  бадминтоновая площадка  Баскетбольная площадка-2  Волейбольная площадка-2  Яма для прыжков в длину (песок)  **Спортивный городок**:  Ходули  Шведская стенка  Брусья параллельные  Перекладина-2 Рукоход  Скамейки -2 |
| **Раздел 3.Баскетбол** | Мячи в\б-  Мячи ф\б-  Мячи б\б  Скакалки Ракетки для бадминтона, мячи  Секундомеры Сетка волейбольная,  Свисток,  **Спортивные уличные площадки:**  поле для мини-футбола  бадминтоновая площадка  Баскетбольная площадка-2  Волейбольная площадка-2  **Спортивный городок**:  Ходули  Шведская стенка  Брусья параллельные  Перекладина-2 Рукоход  Скамейки -2 |
| **Раздел 4. Гимнастика** | Палки гимнастические,  Гантели,  Мячи для фибола,  Степлатформы,  Скамейки, Шведская стенка,  Бодибары  Ролики для пресса  Тренажерный зал:  Беговая дорожка  Эпилептический тренажер  Силовой тренажер  Многофункциональный силовой  Гребля,  Стол для армспорта  Велотренажер  Наклонная доска для пресса  Перекладина для подтягивания  Гимнастическая стенка  Тренажер для ног Штанга |
| **Раздел 5.Лыжная подготовка** | Лыжи, ботинки, палки лыжные,  Палки гимнастические,  Гантели,  Мячи для фибола,  Степлатформы,  Скамейки, Шведская стенка,  Бодибары  Тренажерный зал Беговая дорожка  Эпилептический тренажер  Силовой тренажер  Многофункциональный силовой  Гребля,  Стол для армспорта  Велотренажер  Наклонная доска для пресса  Перекладина для подтягивания  Гимнастическая стенка  Тренажер для ног Штанга |
| **Раздел 6. Волейбол** | Мячи в\б-  Мячи ф\б-  Мячи б\б  Скакалки Ракетки для бадминтона, мячи  Секундомеры Сетка волейбольная,  Свисток,  **Спортивные уличные площадки:**  поле для мини-футбола  бадминтоновая площадка  Баскетбольная площадка-2  Волейбольная площадка-2  **Спортивный городок**:  Ходули  Шведская стенка  Брусья параллельные  Перекладина-2 Рукоход  Скамейки -2 |

4. Наглядные материалы:

4.1. Стенды:

* Раздаточный материал по дисциплине: карточки -задания

5. Учебно-методическая и справочная литература:

1. Баренко В.А. Рапопорт Л.А. « здоровье и физическая культура студента». Учебное пособие, изд.2-е перераб. М.: Альфа – М;ИНФА-М, 2009-
2. Решетников Н.В., Кислицын Ю.Л., Палтиевич Р.П., Погадаев Г.И. «Физическая культура»; учебное пособие для студентов сред. проф. Учеб.завед.- М.: Издательский центр «Академия», 2008г.
3. Туманян Г.С. «здоровый образ жизни и физическое совершенствование»: учебное пособие

-М.: Издательский центр «Академия», 2009г.

**Журналы:**

1. «Физкультура и спорт»- ежемес. Редакция журнала «ФиС» м.2013, 2014

6. Внеклассная работа:

1. Факультатив. «Общая физическая подготовка.»
2. Дополнительные занятия в тренажерном зале для студентов.
3. Подбор упражнений и индивидуальных комплексов.
4. Выпуск стенгазет. бюллетений, информационных листов.
5. Ежемесячное проведение общетехникумовских соревнований.
6. План работы кабинета « Тренажерный зал» на текущий учебный год.

Учебный кабинет физическая культура предназначен для учебных занятий и внеклассной работы по физической культуре.

Компетентностный подход в подготовке выпускников учебных заведений СПО предполагает приоритет личностно-ориентированного подхода к процессу обучения, в том числе и по физической культуре, развитие у студентов широкого комплекса профессиональных и предметных умений, овладение способами деятельности, формирующими коммуникативную компетенцию.

Цель работы кабинета:

* научить студентов использовать физкультурно- оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.
* реализация требований к уровню подготовки выпускников.

Задачи:

1. Создать комфортные условия для эффективной работы студентов по дисциплинам в учебное время, а также для самостоятельной внеаудиторной работы.
2. Систематизировать измерители учебных достижений студентов.
3. Расширение использования ресурсов сети Интернет как социокультурной среды.
4. Восстановление и совершенствование утраченных двигательных умений и навыков.
5. Развитие навыков использования справочной и дополнительной литературы для освоения программы и расширения личностного кругозора.
6. Постоянно поддерживать чистоту и порядок в кабинете.

Занятость кабинета в учебное время

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Понедельник | 8.30-13.15  13.30-14.45 | учебные занятия  дополнительные занятия |
| Вторник | 8.30-13.15  13.30-14.45 | учебные занятия  консультации |
| Среда | 8.30-13.15 | учебные занятия |
| Четверг | 8.30-13.15  13.30-14.45 | учебные занятия  дополнительные занятия |
| Пятница | 8.30-13.15 | учебные занятия |
| Суббота | 8.30-13.15 | учебные занятия |

План работы кабинета физическая культура

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Месяц | Работа по материально-техническому оснащению | Методическая работа | Внеклассная работа |
| Август-  сентябрь | 1. Обеспечение пожарной безопасности 2. Составление плана работы кабинета 3. Комплектация кабинета спортивным инвентарем 4. Ремонт спортивного инвентаря и тренажеров, подготовка спортивных площадок. 5. Проведение ежедневной влажной уборки кабинета 6. Соблюдение режима проветривания кабинета 7. Генеральная уборка кабинета - подготовка к началу учебного года. | 1. Составление календарно-тематического планирования 2. Предоставление возможности использования спортивного инвентаря и тренажеров кабинета 3. Составление комплексов к упражнений. 4. Создание картотеки методической литературы 5. Составление графика работы кабинета | 1. Планирование и подбор тем для творческих проектов и презентаций.  2.Проведение дополнительных занятий для студентов  3.Разработка новых комплексов упражнений на дополнительных занятиях.  4.Первенство техникума по волейболу.  5. Первенство техникума по футболу.  6.Матчевые встречи по волейболу и футболу.  7.Участие в Областной Спартакиаде инвалидов области |
| Октябрь | 1. Систематизация библиотеки кабинета 2. Мытьё окон 3. Текущий ремонт спортивного инвентаря и тренажеров | 1. Создание мультимедийных пособий для подготовки к урокам 2. Разработка методических пособий | 1. Оказание методической помощи учащимся в создании и оформлении собственных презентаций и творческих работ. 2. День здоровья. 3. «Веселые старты»-1 курс |
| Ноябрь | 1. Текущий ремонт спортивного инвентаря и тренажеров | 1. Изготовление папок для проведения и оформления тренировочных и диагностических работ по пройденным темам. | 1. Формирование команды для участия в областной Спартакиаде.   2.Участие в областной Спартакиаде, посвященной дню инвалидов |
| Декабрь | 1. Приобретение методической литературы 2. Текущий ремонт спортивного инвентаря и тренажеров | 1. Оформление и обновление паспорта кабинета 2. Подготовка презентаций | 1. Подготовка праздничных поздравлений. 2. Первенство техникума по настольному теннису |
| Январь | 1. Генеральная уборка кабинета. | 1. Подготовка материала к дифференцированным зачетам — папка «Зачёты». | 1. Обновление стенда творческих работ. 2. Первенство общежития по шашкам и шахматам. |
| Февраль | 1. Текущий ремонт спортивного инвентаря и тренажеров | 1. Оформление папок УМК по дисциплинам. | 1. Первенство техникума по армспорту, посвященное Дню защитников Отечества |
| Март | 1. Генеральная уборка кабинета | 1. Систематизация материалов по физической культуре к итоговой аттестации студентов. | 1. Соревнования по дозированной ходьбе ПОДА 1-2 курсы |
| Апрель | 1. Текущий ремонт спортивного инвентаря и тренажеров | 1. Систематизация поурочных и тематических планов | 1. Организация подготовки к зачетам 2. «Весенний кросс, посвященный Всероссийскому Дню здоровья среди 1 курсов 3. Первенство техникума по баскетболу |
| Май-июнь | 1. Подготовка учебного кабинета для проведения итоговой аттестации 2. Текущий ремонт спортивного инвентаря и тренажеров 3. Формирование заявки для материально-технического обеспечения к следующему учебному году | 1. Анализ работы кабинета | 1. Общетехникумовское мероприятие «День здоровья», посвященное Дню Победы в Великой Отечественной войне. |

Заведующая кабинетом Шигида В.А.