

ЗАЛ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ (АФК)

Требования к воздушно-тепловому режиму.

Температура воздуха в зависимости от климатических условий в учебных помещениях и кабинетах 18- 24° С.

Для контроля температурного режима учебное помещение оснащено бытовыми термометрами.

Во внеучебное время при отсутствии детей должна поддерживаться температура не ниже 15 °С.

В помещении зала АФК относительная влажность воздуха должна составлять 40 - 60 %, скорость движения воздуха не более 0,1м/сек

Зал АФК проветривается во время перемен. До начала занятий и после их окончания необходимо осуществлять сквозное проветривание учебных помещений. Продолжительность сквозного проветривания определяется погодными условиями, направлением и скоростью движения ветра, эффективностью отопительной системы. Рекомендуемая длительность сквозного проветривания приведена в таблице.

Рекомендуемая продолжительность сквозного проветривания учебных помещений в зависимости от температуры наружного воздуха

Наружная температура, °С	Длительность проветривания помещения, мин.	
	в малые перемены	в большие перемены и между сменами
От +10 до +6	4-10	25-35
От +5 до 0	3-7	20-30
От 0 до -5	2-5	15-25
От -5 до -10	1-3	10-15
Ниже -10	1-1,5	5-10

Требования к естественному и искусственному освещению

Естественное освещение: имеет естественное (боковое левостороннее) освещение в соответствии с гигиеническими требованиями к естественному, искусственному, совмещенному освещению жилых и общественных зданий.

Световой коэффициент (СК - отношение площади остекленной поверхности к площади пола) составляет не менее 1:6.

Окна ориентированы на южные, юго-восточные стороны горизонта.

Искусственное освещение

В зале обеспечиваются уровень искусственной освещенности в соответствии с гигиеническими требованиями к естественному,

искусственному, совмещенному освещению жилых и общественных зданий. Система общего освещения обеспечивается потолочными светильниками, с использованием ламп по спектру цветоизлучения: белый, теплорель, естественно-белый. Показатель дискомфорта осветительной установки не превышает 40 единиц.

Не следует использовать в одном помещении люминесцентные лампы и лампы накаливания для общего освещения.

В учебных кабинетах, аудиториях, лабораториях уровни освещенности должны соответствовать следующим нормам: на рабочих столах – 300-500 лк, в кабинетах технического черчения и рисования - 500 лк, в кабинетах информатики на столах - 300 - 500 лк, на классной доске 300-500 лк, в актовом и спортивных залах (на полу) - 200 лк, в рекреациях (на полу) - 150 лк.

При использовании компьютерной техники и необходимости сочетать восприятие информации с экрана и ведение записи в тетради - освещенность на столах обучающихся должна быть не ниже 300 лк.

Оснащенность кабинета

№ п/п	Наименование имущества	Количество
1	<i>Гимнастическая стенка</i>	5
2	<i>Гимнастические маты</i>	7
3	<i>Козел гимнастический</i>	1
4	<i>Шкаф</i>	3
5	<i>Гимнастический мост</i>	2
6	<i>Скакалки</i>	20
7	<i>Стол учительский</i>	2
8	<i>Теннисный стол</i>	1
9	<i>Теннисные ракетки</i>	10
10	<i>Стулья</i>	6
11	<i>Мячи:</i> <i>Баскетбольные,</i> <i>Волейбольные,</i> <i>Набивные,</i> <i>Для метания</i> <i>Мягкие</i>	10 3 11 15 10
12	<i>Шкаф хозяйственный</i>	1
13	<i>Светильники потолочные</i>	12
14	<i>Гантели</i>	11
15	<i>Туристические коврики</i>	25
16	<i>Часы настенные</i>	1
17	<i>Гимнастические скамейки</i>	1
18	<i>Турник</i>	1
19	<i>Палатки</i>	4

<i>20</i>	<i>Массажер</i>	<i>1</i>
<i>21</i>	<i>Умывальник</i>	<i>1</i>
<i>22</i>	<i>Ведро для мусора (корзина для мусора)</i>	<i>2</i>
<i>23</i>	<i>Таз для обработки и дезинфекции инвентаря</i>	<i>1</i>
<i>24</i>	<i>Лампы настольные</i>	<i>4</i>