

## Мониторинг физического развития детей дошкольного возраста

Важным условием успешного физического воспитания дошкольников является диагностическая работа, которая осуществляется инструктором по физической культуре совместно с воспитателями и медицинскими работниками ДОУ. Диагностическое обследование дошкольников помогает решению ряда сложных педагогических задач, таких, как выявление уровней развития двигательных качеств, оценка уровня владения двигательными навыками, соответствие физического развития ребенка возрастным нормам. На основе результатов тестирования педагог планирует свою работу: сравнивает как отдельных воспитанников, так и целые группы; выявить преимущества и недостатки применяемых средств, методов обучения и форм организации НОД; составить наиболее обоснованные планы индивидуальных и групповых занятий.

**Цель:** Обследование физической подготовленности, как отдельного ребенка, так и группы в целом в условиях дошкольного образовательного учреждения.

### **Задачи:**

1. Выявить уровень физической подготовленности и работоспособности детей.
2. Осуществить индивидуально-дифференцированный подход в физическом воспитании детей.
3. Упорядочить запись данных, сбор информации.

На сегодняшний день каждый педагогический коллектив самостоятельно решает вопрос о том, в какой форме и как часто будет оценивать результаты освоения детьми общеобразовательной программы.

**Промежуточный мониторинг** проводится два раза в год:

- в начале года - с целью выявления уровня развития детей и корректировки образовательной работы
- в конце года – с целью выявления динамики физического развития детей и освоение ими образовательной программы

**Итоговая оценка** – проводится при выпуске ребенка из детского сада в школу. Проводится ежегодно в подготовительной к школе группе.

Физическая подготовленность дошкольников определяется уровнем сформированности психофизических качеств (быстрота, скоростно – силовые, выносливость, гибкость, равновесие, координация, ловкость).

В процессе диагностики мною заполняется протокол обследования, в котором фиксирую количественные показатели, характеризующие уровень сформированности физических качеств, при этом учитываю возраст и пол детей.

**В диагностике физических качеств использую следующие тестовые задания:**

- Бег на 30 м (с) – тестирует скоростные качества;
- Бег на 10 м (с)
- Прыжок в длину с места (см) - скоростно – силовые качества;
- Бросок набивного мяча (1кг) двумя руками из-за головы (см) - скоростно – силовые качества;
- Метание мешочка вдаль правой и левой рукой (м) скоростно – силовые качества;
- Наклон туловища вперед на гимнастической скамейке (см) – гибкость;
- Челночный бег (3\*10м) - ловкость



**7. Технология оценивания количественных показателей выполнения движений**

№ п/п	Физические качества	Контрольное упражнение	возраст	Мальчики				
				низкий уровень	ниже среднего	средний уровень	выше среднего	высокий уровень
				1 балл	2 балла	3 балла	4 балла	5 баллов
1.	Быстрота	Бег 10 м (сек)	3-4 г	5.2 и бол	5.1 – 4.6	4.5 – 4.0	3.9 -3.5	3.4 и мен
		Бег 20 м (сек)	4-5 л	9.6 и бол	9.5 – 8.8	8.7 – 8.2	8.1 – 7.7	7.6 и мен
		Бег 30 м (сек)	5-6 л	8.8 и бол	8.7 – 8.0	7.9 – 7.4	7.3 – 6.8	6.7 и мен
2.	Сила	Бросок набивного мяча из-за головы, 500 гр; 1 кг.(см)	3-4 г	100и мен	101 - 110	111 - 130	131 - 150	151и бол
			4-5 л	135и мен	136 - 153	154 - 173	174 - 193	194и бол
			5-6 л	250и мен	251 - 268	269 -288	289 - 309	310и бол
			6-7 л	310и мен	311 - 328	329 - 348	349 - 369	370и бол
		Прыжок в длину с места, (см)	3-4 г	58 и мен	59 -72	73 - 83	84 - 94	95 и бол
			4-5 л	72 и мен	73 - 88	89 - 101	102 - 114	115и бол
			5-6 л	85 и мен	86 - 101	102 - 114	115 - 127	128и бол
			6-7 л	97 и мен	98 - 113	114 - 126	127 - 139	140и бол
		Метание правой (левой) рукой (см)	3-4 г	350и мен	351 - 400	401 - 450	451 - 510	511и бол
			4-5 л	440и мен	441 - 540	541 -590	591 - 670	671и бол
			5-6 л	500и мен	501 - 600	601 - 700	701 - 800	801и бол
			6-7 л	600и мен	601 - 700	701- 800	801 -900	901и бол
		Подтягивание, мальчики (раз)	5-6 л	0.5 и мен	1	2	3	4 и бол
			6-7 л	1 и мен	2	3	4	5 и бол
		Подъём туловища в сед за 30сек (раз)	3-4 г	5 и мен	6 - 7	8 - 9	10 - 11	12 и бол
			4-5 л	7 и мен	8 - 10	11 - 12	13 - 14	15 и бол
			5-6 л	9 и мен	10 - 12	13 - 15	16 - 17	18 и бол
			6-7 л	11 и мен	12 - 17	18 - 22	23 - 27	28 и бол
3.	Гибкость	Наклон туловища вперед и.п. сед ноги врозь(см)	3-4 г	- 1 и мен	0	+1	+2	+3 и бол
			4-5 л	0 и мен	+1	+2	+3	+4 и бол
			5-6 л	+ 1 и мен	+2	+3	+4	+5 и бол
			6-7 л	+2 и мен	+3	+4	+5	+6 и бол
4.	Ловкость	Челночный бег 3x10м (сек)	3-4 г	15.0 бол	14.9-14.1	14.0-13.1	13.0-12.1	12.0 мен
			4-5 л	13.2 бол	13.1-12.3	12.2-11.3	11.2-10.3	10.2 мен
			5-6 л	12.2 бол	12.1-11.1	11.0-10.0	9.9- 9.1	9.0 и мен
			6-7 л	11.0 бол	10.9-10.1	10.0-9.1	9.0-8.7	8.6 и мен
5.	Выносливость	Бег на 60м сек	3-4 г	19.4 бол	19.3-18.6	18.5-17.4	17.3-16.4	16.3 мен
		Бег на 90м сек	4-5 л	37.3 бол	37.2-33.3	33.2-30.2	30.1-27.1	27.0 мен
		Бег 120 м (сек)	5-6 л	38.1 бол	38.0-35.2	35.1-32.9	32.8-30.6	30.5 мен
		Бег 150 м (сек)	6-7 л	40.1 бол	40.0-37.3	37.2-35.2	35.1-33.1	33.0 мен



	Физические качества	Контрольное упражнение	возраст	Девочки						
				низкий уровень	ниже среднего	средний уровень	выше среднего	высокий уровень		
				1 балл	2 балла	3 балла	4 балла	5 баллов		
1.	Быстрота	Бег 10 м (сек)	3-4 г	5.4 и бол	5.3 – 4.8	4.7 – 4.2	4.1 – 3.7	3.6 и мен		
		Бег 20 м (сек)	4-5 л	9.9 и бол	9.8 – 9.1	9.0 – 8.5	8.4 – 8.0	7.9 и мен		
		Бег 30 м (сек)	5-6 л	9.1 и бол	9.0 – 8.3	8.2 – 7.7	7.6 – 7.2	7.1 и мен		
2.	Сила (одно упражнение на выбор)	Бросок набивного мяча из-за головы, 500 гр; 1 кг.(см)	3-4 г	90 и мен	91 - 100	101 - 115	116 - 130	131и бол		
			4-5 л	128и мен	129 - 146	147 - 166	167 -186	187и бол		
			5-6 л	178и мен	179 - 214	215 - 246	247 - 269	270и бол		
			6-7 л	280и мен	281 – 316	317 - 348	349 - 363	364и бол		
		Прыжок в длину с места, (см)	3-4 г	48 и мен	49 - 65	66 - 77	78 - 89	90 и бол		
			4-5 л	68 и мен	69 - 82	83 - 93	94 - 104	105и бол		
			5-6 л	80 и мен	81 - 98	99 - 108	109 - 119	120и бол		
			6-7 л	87 и мен	88 - 102	103 - 114	115 - 126	127и бол		
		Метание правой (левой) рукой (см)	3-4 г	300и мен	301 - 350	351 -400	401 - 450	451и бол		
			4-5 л	340и мен	341 - 430	431 - 490	491 - 540	541и бол		
			5-6 л	400и мен	401 -500	501 -600	601 - 700	701и бол		
			6-7 л	500и мен	501 - 600	601 - 700	701 - 800	801и бол		
		Подтягивание, мальчики (раз)	5-6 л	-	-	-	-	-		
			6-7 л	-	-	-	-	-		
		Подъём туловища в сед за 30сек (раз)	3-4 г	5 и мен	6 - 7	8 - 9	10 - 11	12 и бол		
			4-5 л	7 и мен	8 - 9	10 - 11	12 - 13	14 и бол		
			5-6 л	9 и мен	10 - 12	13 - 14	15 - 16	17 и бол		
			за 60 сек (раз)	6-7 л	10 и мен	11 - 16	17 - 20	21 - 24	25 и бол	
		3.	Гибкость	Наклон туловища вперед и.п. сед ноги врозь(см)	3-4 г	0 и мен	+1	+2	+3	+4 и бол
					4-5 л	+1 и мен	+2	+3	+4	+5 и бол
5-6 л	+2 и мен				+3	+4	+5	+6 и бол		
6-7 л	+3 и мен				+4	+5	+6	+7 и бол		
4.	Ловкость	Челночный бег 3x10м (сек)	3-4 г	16.3 бол	16.2-15.2	15.1-14.3	14.2-13.2	13.1 мен		
			4-5 л	14.2 бол	14.1-13.3	13.2-12.3	12.2-11.3	11.2 мен		
			5-6 л	13.0 бол	12.9-12.1	12.0-11.1	11.0-10.0	9.9 и мен		
			6-7 л	12.0 бол	11.9-11.1	11.0-10.0	9.9-9.0	8.9 и мен		
5.	Выносливость	Бег на 60м сек	3-4 г	20.2 бол	20.1-19.3	19.2-18.2	18.1-17.1	17.0 мен		
		Бег на 90м сек	4-5 л	37.5 бол	37.4-32.5	32.4-30.4	30.3-27.3	27.2 мен		
		Бег 120 м (сек)	5-6 л	39.0 бол	38.9-36.0	35.9-33.7	33.6-31.4	31.3 мен		
		Бег 150 м (сек)	6-7 л	40.4 бол	40.3-37.6	37.5-35.5	35.4-33.4	33.3 мен		

Сумма баллов	Количество набранных баллов	Уровень физической подготовки
25 баллов	23 – 25 баллов	высокий уровень (5 баллов)
24		
23		
22		
21	18 -22 балла	выше среднего (4 балла)
20		
19		
18		
17	13 -17 баллов	средний уровень (3 балла)
16		
15		
14		
13		
12	8 -12 баллов	ниже среднего (2 балла)
11		
10		
9		
8	1 – 7 баллов	низкий уровень (1 балл)
7		
6		
5		
4		
3		
2		
1		

**Сводная таблица  
оценки уровня физической подготовленности  
детей по детскому саду № \_\_\_\_\_**

Возраст детей	Уровень физической подготовленности детей на начало учебного года (сентябрь)						Уровень физической подготовленности детей на конец учебного года (май)					
	низкий уровень	ниже среднего	средний уровень	выше среднего	высокий уровень	итого	низкий уровень	ниже среднего	средний уровень	выше среднего	высокий уровень	итого
3-4 года												
4-5 лет												
5-6 лет												
6-7 лет												
всего по детско му саду												
в % отноше нии												



**Спасибо за внимание!**