

## 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**

| №<br>п/п | Физические<br>качества | Контрольное<br>упражнение                                | возраст | Мальчики          |                  |                    |               |                    |
|----------|------------------------|--|---------|-------------------|------------------|--------------------|---------------|--------------------|
|          |                        |  |         | низкий<br>уровень | ниже<br>среднего | средний<br>уровень | выше среднего | высокий<br>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,<br>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,<br>(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)<br>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,<br>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<br>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<br>(5 баллов) |
| 24           |                             |                               |
| 23           |                             |                               |
| 22           |                             |                               |
| 21           | 18 -22 балла                | выше среднего<br>(4 балла)    |
| 20           |                             |                               |
| 19           |                             |                               |
| 18           |                             |                               |
| 17           | 13 -17 баллов               | средний уровень<br>(3 балла)  |
| 16           |                             |                               |
| 15           |                             |                               |
| 14           |                             |                               |
| 13           |                             |                               |
| 12           | 8 -12 баллов                | ниже среднего<br>(2 балла)    |
| 11           |                             |                               |
| 10           |                             |                               |
| 9            |                             |                               |
| 8            |                             |                               |
| 7            | 1 – 7 баллов                | низкий уровень<br>(1 балл)    |
| 6            |                             |                               |
| 5            |                             |                               |
| 4            |                             |                               |
| 3            |                             |                               |
| 2            |                             |                               |
| 1            |                             |                               |

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

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

**Спасибо за внимание!**