

Современные оценочные средства для определения индивидуального уровня физического развития ребенка (в т.ч. с применением ИКТ)

При реализации Программы может проводиться оценка индивидуального физического развития детей. Такая оценка производится педагогическим работником в рамках педагогической диагностики (Оценки индивидуального физического развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования).

Результаты педагогической диагностики (мониторинга) могут использоваться исключительно для решения следующих образовательных задач:

- Индивидуализация образования (в том числе поддержка ребенка, построение его образовательной траектории или профессиональная коррекция особенностей его развития);
- Оптимизация работы с группой детей.

С помощью средств мониторинга образовательного процесса можно оценить степень продвижения дошкольника в образовательной программе. Мониторинг детского физического развития осуществляется с использованием критериальных диагностических методик и тестовых методов.

На основе проведенных методик составляется индивидуальная карта развития каждого ребенка и выстраивается индивидуальная траектория развития.

Инструментарий для проведения мониторинга разработан на основе программы «От рождения до школы» Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой.

Ориентировочные показатели физической подготовленности детей 3-4 года (утверждено Постановлением Правительства РФ 29 декабря 2001 г. № 916)

№	Наименование показателя	Пол	3 года	4 года
1.	Бросок набивного мяча (см)	мальчики	110-150	140 - 180
		девочка	100 - 140	130 - 175
2.	Прыжок в длину с места (см)	мальчики	60-85	70-95
		девочки	55 -80	70 -90
3.	Наклон туловища вперед из положения стоя (см от нулевой отметки)	мальчики	1 -3	2 -5
		девочки	2 -6	5 -8
4.	Бег на дистанцию 10 метров с хода (с)	мальчики	7,8 – 7,5	5,5 – 5,0
		девочки	8,0 – 7,6	5,7 – 5,2

Тесты по определению скоростно-силовых качеств		Тесты по определению быстроты	Тесты по определению гибкости
Бросок набивного мяча (1кг) двумя руками из-за головы из исходного положения стоя	Прыжок в длину с места	Бег на дистанцию 10 метров с хода	Наклон туловища вперед
<p>Испытание проводится на ровной площадке длиной не менее 10 см. Ребенок встает у контрольной линии разметки и бросает мяч из –за головы двумя руками вперед из исходного положения стоя, одна нога впереди, другая сзади или ноги врозь. При броске ступни должны сохранять контакт с землей. Допускается движение вслед за произведенным броском. Делаются 3 попытки. Засчитывается лучший результат. Тест предназначен для детей от 3 до 7 лет.</p>	<p>Обследование прыжков в длину с места можно проводить на участке детского сада в теплое время, а в помещении – в холодное время года. Прыжок выполняется в заполненную песком яму для прыжков или на взрыхленный грунт (площадью 1 Ч 2 метра). При неблагоприятных погодных условиях прыжки можно проводить в физкультурном зале, для этого может быть использована физкультурная дорожка. Ребенку предлагают прыгать, отталкиваясь двумя руками, с интенсивным взмахом рук, от размеченной линии отталкивания на максимальное для него расстояние и приземлиться на обе ноги. При приземлении нельзя опираться сзади руками. Измеряется расстояние между линией отталкивания и отпечатком ног (по пяткам) при приземлении (в см). Делаются 3 попытки. Засчитывается лучшая из попыток. Тест предназначен для детей от 3 до 7 лет.</p>	<p>На асфальтированной дорожке намечаются линии старта и финиша. (в 6 – 7 м от нее) ставится ориентир (яркий предмет – кегля, кубик), для того чтобы ребенок, пересекая линию финиша, не делал резкой остановки. Предлагаются две попытки, отдых между ними – 5 мин. Ребенок по команде «На старт!» подходит к черте и принимает удобную позу. Воспитатель стоит сбоку от линии старта с секундомером. После взмаха флажком ребенок делает разбег. В момент пересечения линии старта воспитатель включает секундомер и выключает его тогда, когда ребенок добежит до линии финиша. Фиксируется лучший результат из двух попыток. Тест предназначен для детей от 3 до 7 лет.</p>	<p>Тест проводится двумя воспитателями. Ребенок встает на гимнастическую скамейку (поверхность скамейки соответствует нулевой отметке). Задание: наклониться вниз, стараясь не сгибать колени (при необходимости их может придерживать один из воспитателей). Второй воспитатель по линейке, установленной перпендикулярно скамейке, регистрирует тот уровень, до которого дотянулся ребенок кончиками пальцев. Если ребенок не дотягивается до нулевой отметки (поверхности скамьи), то результат засчитывается со знаком минус. Во время выполнения данного теста можно использовать игровой момент «Достань игрушку». Тест предназначен для детей от 3 до 7 лет.</p>

Мониторинг _____
 Инструктор по ФК _____ Воспитатель _____ Дата проведения _____

Ф.И.О.	Дата рождения	Бросок набивного мяча (1кг)	Прыжок в длину с места	Бег на дистанцию 10 м. с хода	Наклон туловища вперед	Средний показатель	Рекомендации

Условные обозначения: «+» - высокий; «+ -» -средний; «- » - низкий

Мониторинг

Предварительная работа. Знакомства с листами здоровья воспитанников. Собеседование со старшей медсестрой (врачом) по определению группы здоровья на основе выявленных патологий. Совместно с медицинскими работниками определить степень физической нагрузки на физкультурных занятиях. Внимание уделить воспитанникам с III по IV группами здоровья.

Показатели физической подготовленности детей 4 - 5 лет.

(утверждено Постановлением Правительства РФ 29 декабря 2001г. №916)

Бросок набивного мяча (масса-1кг)		Прыжок в длину с места		Бег на дистанцию 10 м с хода		Челночный бег 3x10 м		Наклон туловища в перед		Подъём туловища в сед (за 30 с)	
мальчики	девочки	мальчики	девочки	мальчики	девочки	мальчики	девочки	мальчики	девочки	мальчики	девочки
140-180	130-175	75-95 см	70-90 см	5,5-5,0 с	5,7-5,2 с	9,5-11,0 с	9,8-11,5 с	2-5 см	5-8 см	6-8 раз	4-6 раз

Измерения длины тела	Измерения длинны массы	Измерения окружности клетки
Длина тела измеряется-от верхушечной точки на голове до пола	Измерение массы тела проводится десятичными весами (медицинскими рычажного типа, без верхней одежды и обуви)	Для измерения окружности грудной клетки используется сантиметровая лента, которую (при обнаружении вытягивания) заменяют на новую (рекомендуют заменять через 200-250 измерений)

Особенности развития детей 4-5 лет

Физическое развитие		Опорно-двигательный аппарат	Сердечно-сосудистая система		Органы дыхания	Развитие мышц
Рост (см)	Масса (кг)	Скелет гибкий, процесс	ЧЧС	Частота дыхания	Грудной тип дыхания	Сначала крупные мышечные группы,

мальчики	девочки	мальчики	девочки	окастения еще не закончен. Не рекомендуется предлагать силовые упражнения	От 87 до 112	От 19 до 29	ЖЕЛ в среднем до 900-1000 см ³	потом мелкие. Рекомендовано дозировать нагрузку
100,3-107,5	99,7-106,1	15,9-17,8	15,4-17,5					

Тест физической подготовленности детей 4-5 лет

Тест (данные обследования заносятся в карту)					
Скоростно-силовые качества		Быстрота		Гибкость	Силовая выносливость
Бросок набивного мяча (масса-1кг)	Прыжок в длину с места	Бег на дистанцию 10 м с хода	Челночный бег 3x10 м	Наклон туловища в перед	Подъем туловища в сед (за 30 с)
Испытание проводится на ровной площадке длиной не менее 10 м. Ребенок встает у контрольной линии разметки и бросает мяч из-за головы двумя руками вперед из и. п. стоя, одна нога впереди, другая сзади или ноги врозь. При броске ступни должны сохранять контакт с землей.	Обследование прыжков в длину с места можно проводить на участке детского сада в теплое время, а в помещении в холодное время года. Прыжок выполняется в заполненную песком яму для прыжков или взрыхленный грунт (площадью 1x2 м). При неблагоприятных погодных условиях прыжки можно проводить в физкультурном зале, для этого может быть использована физкультурная дорожка. Ребенку предлагают отталкиваясь двумя ногами, прыгнуть с интенсивным взмахом рук, от размеченной линии отталкивания на максимальное для него расстояние и приземляться на	На асфальтированной дорожке намечаются линии старта и финиша (6-7 м от нее) ставится ориентир, для того чтобы ребенок, пересекая линию финиша, не делал резкой остановки. Предлагаются две попытки, отдых между ними 5 минут. Ребенок по команде «на старт» подходит к черте и занимает удобную позу. Воспитатель стоит с боку от линии старта с секундомером. После взмаха флажком ребенок делает разбег.	Ребенок встает у контрольной линии, по сигналу «Марш!» трехкратно преодолевает 10-метровую дистанцию, на которой по прямой линии расположены кубики (5 шт). Ребенок обегает каждый кубик, не заделывая его. Фиксируется общее время бега.	Ребенок становится на гимнастическую скамейку (поверхность скамейки соответствует нулевой отметки). Задание: наклониться вниз, стараясь не сгибать колени (при необходимости их может придерживать один из воспитателей). По линейке, установленной перпендикулярно скамейке, регистрируют тот уровень, до которого дотянулся ребенок кончиками пальцев.	Ребенок лежит на гимнастическом мате на спине, скрестив руки на груди. По команде «Начали!» ребенок поднимается, не сгибая колени (воспитатель слегка придерживает колени ребенка, сидя на мате рядом с ним), садится и вновь ложится. Воспитатель считает кол-во подъемов. Тест считается правильно выполненным, если ребенок при подъеме не коснулся руками мата, а спина и колени остались прямыми. Из двух попыток засчитывается лучший результат. Тест предназначен для детей от 4 до 7 лет

<p>Допускается движение вслед за произведенным броском. Делается 3 попытки. Засчитывается лучший результат. Тест предназначен для детей от 3 до 7 лет</p>	<p>обе ноги. При приземлении нельзя опираться позади руками. Измеряется расстояние между линией отталкивания и отпечатком ног (по пяткам) при приземлении (в см). Делается 3 попытки. Засчитывается лучшая из попыток. Тест предназначен для детей от 3 до 7 лет</p>	<p>В момент пересечения линии старта воспитатель включает секундомер и выключает его тогда, когда ребенок добежит до линии финиша. Фиксируется лучший результат из двух попыток. Тест предназначен для детей от 3 до 7 лет</p>	<p>Тест предназначен для детей от 4 до 7 лет</p>	<p>Если ребенок не дотягивается до нулевой отметки (поверхности скамейки), то результат засчитывается со знаком минус. Во время выполнения данного теста можно использовать игровой момент «Достань игрушку». Тест предназначен для детей от 3 до 7 лет</p>	
---	--	--	--	---	--

МОНИТОРИНГ

Показатели физической подготовленности детей 5-6 лет

(утверждено Постановлением Правительства РФ 29 декабря 2001 г. № 916)

Бросок набивного мяча (масса 1кг)		Прыжок в длину с места		Бег на дистанцию 30 метров		Челночный бег 3x10 метров		Наклон туловища вперед		Подъем туловища в сед (за 30 секунд)	
Мал.	Дев.	Мал.	Дев.	Мал.	Дев.	Мал.	Дев.	Мал.	Дев.	Мал.	Дев.
175-300	170-280	100-140	90-140	7,0-6,3	7,5-6,6	8,0-7,4	8,5-7,7	4-7	7-10	10-12	8-10

Измерение длины тела	Измерение массы тела	Измерение окружности грудной клетки
Длина тела измеряется от верхушечной точки на голове до пола	Измерение массы тела проводится десятичными весами (медицинскими рычажного типа, без верхней одежды и обуви)	Для измерения окружности грудной клетки используется сантиметровая лента, которую при обнаружении вытягивания заменяют на новую (рекомендуется заменять через 200-250 измерений)

Особенности развития детей 5-6 лет

Физическое развитие		Опорно-двигательный аппарат	Сердечно-сосудистая система		Органы дыхания	Развитие мышц
Рост	Масса	Скелет гибкий, процесс окостенения еще не закончен. Каждая из 206 костей продолжает меняться по размеру, форме, строению, причем у разных костей фазы развития неодинаковы	ЧСС	Частота дыхания	Грудной тип дыхания	Скелетная мускулатура характеризуется слабым развитием сухожилий, фасций, связок. Тренировать сначала крупные мышечные группы, потом мелкие. Рекомендовано дозировать нагрузку

Тесты физической подготовленности детей 5 – 6 лет

(утверждено Постановлением Правительства РФ 29 декабря 2001 г. №916)

Скоростно-силовые качества Тесты <i>(данные обследования заносятся в карту)</i>					
Скоростно-силовые качества		Быстрота		Гибкость	Силовая выносливость
Бросок набивного мяча (масса - 1 кг)	Прыжок в длину с места	Бег на дистанцию 30 м	Челночный бег 3 Ч 10 метров	Наклон туловища вперед	Подъем туловища в сед (за 30 секунд)
Испытание проводится на ровной площадке длиной не менее 10 м. Ребенок встает у контрольной линии разметки и бросает мяч из-за головы двумя руками вперед из и. п. стоя, одна нога впереди, другая сзади или ноги врозь. При броске ступни должны сохранять контакт с землей. Допускается движение вслед за произведенным броском. Даются 3 попытки.	Обследование прыжков в длину с места можно проводить на участке детского сада в теплое время года и в помещении - в холодное время года. Прыжок выполняется в заполненную песком яму для прыжков или на взрыхленный грунт (площадью 142 метра). При неблагоприятных погодных условиях прыжки можно проводить в физкультурном зале,	Задание проводится на беговой дорожке (длина не менее 40 м, ширина 3 м). На дорожке отмечаются линия старта и линия финиша. Тестирование проводят двое взрослых: один находится с флажком на линии старта, второй (с секундомером) - на линии финиша. За линией финиша на расстоянии 5-7 м ставится яркий ориентир. По команде «Внимание!» ребенок	Ребенок встает у контрольной линии, по сигналу «Марш!» трехкратно преодолевает 10-метровую дистанцию, на которой по прямой линии расположены кубики (5 шт.). Ребенок обегает каждый кубик не задевая его. Фиксируется общее время бега. <i>Тест предназначен для детей от 4 до 7 лет</i>	Ребенок встает на гимнастическую скамейку (поверхность скамейки соответствует нулевой отметке). Задание: наклониться вниз, стараясь не сгибать колени (при необходимости их может придерживать один из воспитателей). По линейке, установленной перпендикулярно скамейке, регистрируется тот уровень, до которого	Ребенок лежит на гимнастическом мате на спине, скрестив руки на груди. По команде «Начали!» ребенок поднимается, не сгибая коленей (воспитатель слегка придерживает колени ребенка, сидя на мате рядом с ним), садится и вновь ложится. Воспитатель считает количество подъемов. Тест считается правильно выполненным, если ребенок при подъеме не коснулся локтями мата, а

<p>Засчитывается лучший результат. <i>Тест предназначен для детей от 3 до 7 лет</i></p>	<p>для этого может быть использована физкультурная дорожка. Ребенку предлагают, отталкиваясь двумя ногами, прыгнуть с интенсивным взмахом рук от размеченной линии отталкивания на максимальное для него расстояние и приземлиться на обе ноги. При приземлении нельзя опираться позади себя руками. Измеряется расстояние между линией отталкивания и отпечатком ног (по пяткам) при приземлении (в см). Даются 3 попытки. Засчитывается лучшая из попыток. <i>Тест предназначен для детей от 3 до 7 лет</i></p>	<p>подходит к линии старта и принимает стартовую позу. Затем следует команда «Марш!» - взмах флажком (он должен даваться сбоку от ребенка). В это время стоящий на линии финиша включает секундомер. Во время короткого отдыха (3-5 мин) проводится спокойная ходьба с дыхательными упражнениями. Предлагаются две попытки, фиксируется лучший результат. Внимание! Во время бега не следует торопить ребенка, корректировать его бег. <i>Тест предназначен для детей от 4 до 7 лет</i></p>		<p>дотянулся ребенок кончиками пальцев. Если ребенок не дотягивается до нулевой отметки (поверхности скамьи), то результат засчитывается со знаком минус. Во время выполнения данного теста можно использовать игровой момент «достань игрушку». <i>Тест предназначен для детей от 3 до 7 лет</i></p>	<p>спина и колени оставались прямыми. Из двух попыток засчитывается лучший результат. <i>Тест предназначен для детей от 4 до 7 лет</i></p>
---	---	---	--	---	--

Мониторинг

Предварительная работа.

Знакомство с листами здоровья воспитанников. Собеседование со старшей медсестрой (врачом) по определению группы здоровья на основе выявленных патологий. Определение степени физической нагрузки на физкультурных занятиях совместно с медицинскими работниками. Уделить внимание воспитанникам с III и IV группой здоровья.

Показатели физической подготовленности детей 6-7 лет

(утверждено Постановлением Правительства РФ от 29 декабря 2001 г. № 916)

Бросок набивного мяча (масса-1 кг)		Прыжок в длину с места		Бег на дистанцию 30 метров		Челночный бег 3×10 метров		Метание на дальность правой рукой		Подъем туловища в сед (за 30 с)	
мальчики	девочки	мальчики	девочки	мальчики	девочки	мальчики	девочки	мальчики	девочки	мальчики	девочки
242-360	193-350	86,0-123,0	94,0-122,4	5,6-7,5	6,0-7,5	11,0-8,0	10,5-8,5	6,0-10,0	4,0-6,0	15-8	13-7

Измерение длины тела	Измерение массы тела	Измерение окружности грудной клетки
Длина тела измеряется от верхушечной точки на голове до пола	Измерение массы тела проводится десятичными весами (медицинскими рычажного типа, без верхней одежды и обуви)	Для измерения окружности грудной клетки используется сантиметровая лента, которую при обнаружении вытягивания заменяют на новую

Особенности развития детей 6-7 лет

Физическое развитие		Опорно-двигательный аппарат	Сердечно-сосудистая система		Органы дыхания	Развитие мышц
Рост	Масса	Скелет гибкий, процесс окостенения еще не закончен. Каждая из 206 костей продолжает меняться по размеру, форме, строению, причем у разных костей фазы развития неодинаковы	ЧСС	Частота дыхания	Грудной тип дыхания	Скелетная мускулатура характеризуется слабым развитием сухожилий, фасций, связок, сначала крупные мышечные группы, потом мелкие. Рекомендовано дозировать нагрузку

Тесты физической подготовленности детей 6-7 лет
(утверждено Постановлением Правительства РФ от 29 декабря 2001 г. № 916)

Тесты (данные обследования заносятся в карту)					
Скоростно-силовые качества			Быстрота		Силовая выносливость
Бросок набивного мяча (масса-1кг)	Прыжок в длину с места	Метание на дальность	Бег на дистанцию 30м	Челночный бег 3×10м	Подъем туловища в сед (за 30 с)
<p>Испытание проводится на ровной площадке длиной не менее 10м; ребенок встает у контрольной линии разметки и бросает мяч из-за головы двумя руками вперед из и.п. стоя, одна нога впереди, другая – сзади или ноги врозь. При броске ступни должны сохранять контакт с землей. Допускается движение вслед за произведенным бросками. Делаются 3 попытки. Засчитывается лучший результат. Тест предназначен для детей от 3 до 7 лет</p>	<p>Тест на прыжки в длину с места можно проводить на участке детского сада в теплое время, а в помещении- в холодное время года. Прыжок выполняется в заполненную песком яму для прыжков или на взрыхленный грунт (площадью 1×2м). При неблагоприятных погодных условиях прыжки можно проводить в физкультурном зале, для этого может быть использована физкультурная дорожка. Ребенку предлагают, отталкиваясь двумя ногами, с интенсивным взмахом рук от размеченной линии</p>	<p>Проводится на участке. Выбирается дорожка, длина которой 15-20 м, ширина- 4-5м. Дорожка размечена по 1 м или по 5 м флажками. Отмечается начальная черта, к которой встает метаящий ребенок. Для метания берутся мешочки весом 200-250г (для старших групп). Педагог предлагает ребенку встать у черты и бросить мешочек с песком как можно дальше правой рукой. Скольжение по земле мешочком не учитывается. Качественные ориентиры техники метания: И.п.: стоя лицом в направлении броска; ноги слегка расставлены. Рука согнута в локте. При замахе небольшой поворот в сторону бросающей руки.</p>	<p>Задание проводится на беговой дорожке (длина не менее 40м, ширина- 3м). На дорожке отмечаются линия старта и линия финиша. Тестирование проводят двое взрослых; один находится с флажком на линии старта, второй (с секундомером)- на линии финиша. За линией финиша на расстоянии 5-7 м ставится яркий ориентир. По команде «Внимание!» ребенок подходит к линии старта и принимает стартовую позу. Затем следует команда «Марш!»- взмах флажком (он должен быть сбоку от ребенка). В это</p>	<p>Ребенок встает у контрольной линии, по сигналу «Марш!» трехкратно преодолевает 10-метровую дистанцию, на короткой по прямой линии расположены кубики (5 шт.). Ребенок обегает каждый кубик, не задевая его. Фиксируется общее время бега. Тест предназначен для детей от 4 до 7 лет</p>	<p>Ребенок лежит на гимнастическом мате на спине, скрепив руки на груди. По команде «Начали!» ребенок поднимается, не сгибая колен (воспитатель слегка придерживает колени ребенка, сидя на мате рядом с ним), садится и вновь ложится. Воспитатель считает количество подъемов. Тест считается правильно выполненным, если ребенок при подъеме не коснулся локтями мата, а спина и колени оставались прямыми. Из двух попыток засчитывается лучший результат. Тест предназначен для детей от 4 до 7 лет</p>

	<p>отталкивания прыгнуть на максимальное для него расстояние и приземлиться на обе ноги. При приземлении нельзя опираться позади руками. Измеряется расстояние между линией отталкивания и отпечатком ног (по пяткам) при приземлении (в см). Делаются 3 попытки. Засчитывается лучшая из попыток. Тест предназначен для детей от 3 до 7 лет</p>	<p>При броске выдерживает направление. Тест предназначен для детей от 4 до 7 лет</p>	<p>время стоящий на линии финиша включает секундомер. Во время короткого отдыха (3-5 мин) проводится спокойная ходьба с дыхательными упражнениями. Предлагаются две попытки, фиксируется лучший результат. Внимание! Во время бега не следует торопить ребенка, корректировать его бег. Тест предназначен для детей от 4 до 7 лет</p>		
--	--	--	---	--	--