Острота вопроса о качестве воспитания, развития детей дошкольного возраста продолжает сохраняться . Эффективное руководство, обеспечивающее качество , предусматривает привлечение и рациональное использование различных средств. Для этого нужно уметь планировать и оценивать свои действия , иметь в своем распоряжении достоверную и объективную информацию.

Нами разработана программа физического обследования дошкольников, которая состоит из двух частей, характеризующих:

1. ***физическое развитие***(измерение длины и массы тела, окружности грудной клетки);
2. ***развитие психофизических качеств:***

***измерение силы****:*подъем туловища в сед, поднимание ног в положении лежа на спине;

*скоростно-силовые качества:*прыжок в длину с места, прыжок высоту с места. с разбега бросок набивного мяча двумя руками из-за головы, метание легкого мяча на дальность;

***быстрота:***бег на дистанции 10 метров схода и 30 м; «челночный бег» 3X10 м;

***выносливость:***бег на дистанции 90, 120, 150, 300 м (в зависимости от возраста детей);

***ловкость****:*бег зигзагом, прыжки через скакалку;

***гибкости*:** наклон туловища вперед на скамейке.

Обследование детей проводится как в помещении (физкультурный, музыкальный залы), так и на физкультурной площадке. На физкультурной площадке проводятся следующие тесты: метание мяча на дальность, бег на дистанции: 10, 30, 90, 120, 150, 300 м, «челночный бег» 3 х10 м.

Обследование необходимо проводить в течение нескольких дней, весной и осенью, в теплое время года. Одежда должна быть удобной, легкой и чистой (не из синтетики). На открытом воздухе заниматься детям лучше в костюме, обувь должна быть на резиновой подошве, в помещении форма иная - спортивные шорты, майка, спортивная обувь.

Измерение физической подготовленности проводится воспитателем вместе с инструктором по физическому воспитанию. Все данные обследования заносятся в диагностическую карту по каждой возрастной группе отдельно

**Мониторинг ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ.**

Для проведения антропологических измерений необходимо предоставить комнату, в которой поддерживалась бы температура зоныкомфорта (22-24°С). Все измерения проводятся на правой стороне тела ребенка. Для проведения измерений необходимо: ростомер - 1 шт., весы медицинские - 1 шт., сантиметровую ленту - 2 шт.

***Измерение длины тела****.*Длина тела измеряется*<*верхушечной точки на голове до пола. Обследуемый ребенок должен стоять правым боком к взрослому, на ровной горизонтальной поверхности пола, прямо, соединив пятки. Голова фиксируется по горизонтали. Необходимо следить за тем, чтобы антропометр не отклонялся от вертикальной линии. Точность измерения до 0,1см. Измерения проводятся в сантиметрах.

***Измерение массы тела****.*Измерение массы тела проводится десятичными весами (медицинскими рычажного типа, без верхней одежды и обуви). При взвешивании ребенок стоит на середине площадки, спокойно. До измерения весы должны показывать нуль. Точность измерения - 50 г.

***Измерение окружности грудной клетки****.*Для измерения окружности грудной клетки используется сантиметровая лента, которую при обнаружении вытягивания заменяют на новую (рекомендуется заменять через 200-250 измерений).

При измерении у мальчиков лента накладывается сзади под нижние углы лопаток, спереди по нижнему краю сосковой линии. У девочек - по верхнему краю грудных желез. При наложении ленты ребенок несколько приподнимает руки, затем опускает их и стоит в спокойном состоянии, при котором проводится измерение. Затем фиксируются показатели при глубоком вдохе и в момент полного выдоха. Показатели записываются в сантиметрах.

На физическом развитии детей особенно заметно отражается влияние внешней среды: неудовлетворительные жилищно-бытовые условия, недостаток воздуха, недосыпание, неудовлетворительное питание, особенности климата, неправильный режим дня, ограничения двигательной активности. В связи с этим уровень физического развития принято считать ярким показателем их здоровья, условий жизни и воспитания. На темпы физического развития оказывают влияние наследственные факторы, тип конституции, индивидуальные особенности центральной нервной системы,

интенсивность обмена веществ и др. Физическое развитие детей закономерно меняется в течение жизни.

Показатели массы и длины тела нарастают неравномерно не только в разные возрастные периоды, но и в разные сезоны. Более интенсивное нарастание массы тела у детей наблюдается в конце лета и осенью, в меньшей степени — весной и в начале лета. Это объясняется улучшением обмена веществ из-за увеличения времени пребывания детей на свежем воздухе, большей двигательной активностью, разнообразным питанием с включением достаточного количества свежих овощей и фруктов. Темпы увеличения длины тела более выражены весной и в начале лета, когда усиленная ультрафиолетовая радиация повышает фосфорно-кальциевый обмен и способствует интенсивному росту костей. Индивидуальная оценка физического развития проводится путем сопоставления антропометрических показателей ребенка с региональными стандартами. Это позволяет выявлять отклонения в физическом

развитии и принимать необходимые меры к их оздоровлению. Использование нормативов дает возможность провести групповую оценку физического развития коллектива детей в дошкольном учреждении и проследить динамику показателей, а также провести сравнительные исследования детей, посещающих и не посещающих дошкольные учреждения. Кроме того, метод групповой оценки позволяет определить степень эффективности различных физкультурно-оздоровительных технологий.

Оценка физического развития может производиться различными методами. Наиболее практикуемым является метод определения биологического возраста детей.

Обследование детей проводят медицинские работники не менее двух раз в год.

Практики пользуются таблицами физического развития, в которых показатели соотносятся с ростом детей. Люди не все одинаковы: есть большие, средние и маленькие. Существуют формулы, с помощью которых определяется будущий рост человека. Зная будущий рост ребенка (погрешности не более 3 см в ту или иную сторону), можно с большой степенью точности отнести его к определенной группе детей: большим, средним, маленьким.

При обследовании ребенка, например, может оказаться, что показатели физического развития соответствуют среднему, а по данным своего будущего роста ребенок должен иметь показатели, соответствующие графе «большой». Возможно, имеется задержка физического развития. Но в любом случае подобное заключение может сделать только педиатр.

Стандартные усредненные показатели роста можно вычислить по следующим формулам:

Рост мальчика = 6 х возраст + 77;

Рост девочки = 6 х возраст + 76.

Данные физического развития позволяют определить количество гармонично развивающихся детей, а также детей, у которых есть проблемы.

Результаты обследования обсуждаются на медико-педагогическом совещании. Данные позволяют разработать для детей, имеющих отклонения от нормы специальные оздоровительные программы. Например, для детей с низкими ростовыми показателями в комплекс физических упражнений должны быть включены плавание, прыжки, висы, а в их меню следует включать много молочных продуктов, моркови. Если ребенок имеет избыточную массу тела и при этом хронической патологии у него не обнаружено, то есть смысл организовать ему специальное диетическое питание с введением постепенно наращивающихся физических нагрузок. Когда он несколько сбросит вес, то можно включать в комплекс и силовые упражнения, укрепляющие мышечную массу. Разумеется, все это должно проводиться в соответствии с рекомендациями и под контролем врача.

Пропорциональность физического развития измеряется с помощью индекса Пинье (ИП).

ИП = Рост (см) – [Масса (кг) + Окр. гр. кл. (см)]

Полученные данные сверяются с показателями.

Стандартные показатели индекса Пинье у детей дошкольного возраста

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Возраст детей | Мальчики | Девочки |
| 4 года | 31,1 | 31,0 |
| 5 лет | 34,2 | 34,7 |
| 6 лет | 36,5 | 37,0 |

 Чем меньше показатели индекса Пинье у детей по сравнению со стандартными, тем крепче их телосложение.

Вывод: используя показатели индекса Пинье, можно сделать определенные педагогические выводы о качестве физкультурно – оздоровительной работы и смело утверждать, что дети окрепли, или, напротив, качество физического воспитания оставляет желать лучшего.

**Использование тестов.**

Во время тестирования важно учитывать:

* индивидуальные возможности ребёнка;
* особенности проведения тестов, которые должны выявлять даже самые незначительные отклонения в двигательном развитии ребёнка.

Перед выполнением контрольных двигательных заданий следует провести небольшую разминку (спокойная ходьба, переходящая в бег, непрерывный бег 1,5 минуты, дыхательные упражнения).

Тесты лучше проводить в игровой форме, чтобы детям нравились занятия, чтобы они могли ощутить «мышечную радость» от физических нагрузок.

Следует отметить большой интерес у старших дошкольников к выполнению вышеперечисленных тестовых испытаний. Наблюдения показали, что большая часть (60%) постоянно стремятся сопоставить свои результаты с показателями сверстников. Некоторые дети (30%) даже задумываются над тем, как улучшить свои показатели, стараются неоднократно повторять одно и тоже задание, обращаются к воспитателю за помощью и стремятся добиться хороших результатов. И лишь незначительная часть детей (10%) остаются пассивными и инертными.

Диагностика физической подготовленности должна проводится не менее двух раз в течение учебного года (сентябрь — май).

Дети, выполнившие все тесты, с результатами в рамках возрастных норм могут быть отнесены к среднему уровню физической подготовленности; выше ориентировочных показателей (более трёх показателей) - к высокому уровню физической подготовленности. Если из семи тестов, ребёнок имеет от трёх и более показателей ниже нормы, то у него низкий уровень физической подготовленности.

**Мониторинг физической подготовленности**

**Тесты по определению скоростно – силовых качеств.**

***Бросок набивного мяча (1 кг.) двумя руками из – за головы из исходного положения стоя.***

Испытание проводится на ровной площадке длинной не менее 10 м. 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 4 до 7 лет.

**Прыжок в длину с места**

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 1x2 метра). 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 отталкивания на максимальное для него расстояние и приземляться 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 4 до 7 лет.

**Метание набивного мешочка (200г) на дальность**

Обследование дальности метания проводится на асфальтовой дорожке или физкультурной площадке . коридор для метания должен быть шириной не менее 3 метров и длиной 15 – 20 метров. Дорожка предварительно размечается мелом поперечными линиями через каждый метр и пронумеровывается цифрами расстояние. Линия отталкивания шириной 40 см заштриховывается мелом. По команде, ребенок подходит к линии отталкивания, из И.п. стоя производит бросок мешочка (200 гр.), одной рукой из – за головы , одна нога поставлена впереди другой на расстоянии шага. При броске нельзя изменять положение ступней. Засчитывается лучший результат из трех попыток.

Тест предназначен для детей от 4до 7 лет.

**Тесты по определению быстроты.**

**Бег на дистанцию 30 метров**

Задание проводится на беговой дорожке (длина не менее 40 м, шири­  
на 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 воспита­теля «внимание» ребенок подходит к линии старта и принимает старто­вую позу. Затем следует команда «марш» — взмах флажком (он должен  
даваться сбоку от ребенка). В это время воспитатель, 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.

Фиксируется общее время бега.

**Прыжок в высоту с разбега, с места**

На определённой высоте ставится планка, испытуемому даётся три попытки на её преодоление. Фиксируется максимальный результат для каждого испытуемого, техника прыжка в высоту оценивается визуально

Оценивая прирост и со поставляя результаты ребёнка и нормативов по таблице «Шкала оценки темпов прироста физических качеств детей дошкольного возраста», определяется рост физических качеств в процентах. Мониторинг физического развития ребёнка проводится в начале и в конце учебного года инструктором по физической культуре, психологом, по рекомендациям и разрешению медицинского персонала. Анализ динамики показателей физической подготовленности детей. Его положительная динамика – один из основных критериев эффективности ОД по физическому воспитанию в ДОУ. В конце образовательного процесса сравнивают результаты тестирования детей и оценивают динамику показателей каждого ребёнка. Группы и всего ДОУ по формуле В.И. Усаковой.

Формула для оценки прироста показателей физических качеств (в.и. Усаков)

|  |  |
| --- | --- |
|  | 200 x (V2 – V1) |
| W = | ————————— |
|  | V2 + V1 |

где W — прирост показателей темпов в %;

где V1 — исходный уровень;

где V2 — конечный уровень.

**Шкала оценки темпов роста физических качеств детей дошкольного возраста**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| *Темпы прироста %* | ***Оценка*** | ***За счет чего достигается прирост*** |
| ***до 8%*** | неудовлетворительно | За счет естественного роста |
| ***8-10 %*** | удовлетворительно | За счет естественного роста и роста естественной активности |
| ***10-15 %*** | хорошо | За счет естественного роста и целенаправленной системы физического воспитания |
| ***свыше 15 %*** | отлично | За счет эффективного использования сил природы и физических упражнений |

В мониторинге приняло участие 75 ребёнка,

общая оценка роста физических качеств в ДОУ 13% за счёт естественного роста и целенаправленной системы физического воспитания.

**Дети от 4до 5лет**

В мониторинге приняло участие 27 детей

Девочки – 17 человек, мальчики -10 человек.

общая оценка роста физических качеств этого возраста 11%.

Дети не достаточно гармонично **физически развиваются**, в двигательной деятельности у них проявляются нарушения в координации движений.

**Физические качества**: быстрота, сила, выносливость, гибкость -

недостаточно развиты из за частого отсутствия на занятиях,

частых простудных заболеваний, избыточного веса.

Но они уверенно и активно выполняют основные элементы техники основных движений, спортивных упражнений, свободно ориентируются в пространстве. Проявляют интерес к разнообразным **физическим упражнениям**, действиям с различными **физкультурными пособиями**, у них появилась настойчивость для достижения хорошего результата, потребность в двигательной активности, но не которые дети подвержены настроению. Научились осуществлять элементарный контроль за действиями сверстников, оценивают их движения, замечают их ошибки, нарушения правил в играх, переносят основные упражнения в самостоятельную деятельность. Внимательно воспринимают показ педагога **физических** упражнений и самостоятельно успешно их выполняют. Но недостаточно проявляют элементарное творчество в двигательной деятельности: им еще тяжело видоизменять **физические упражнения**, создавать комбинации из знакомых упражнений, но они достаточно хорошо передают образы персонажей в подвижных играх.

**Дети от 5до 6лет**

В мониторинге приняло участие 21ребёнок.

Девочки-7, мальчики-14 детей.

общая оценка роста физических качеств этого возраста 13%.

Дети гармонически **физически развиваются**, овладели освоенными движениями, общеразвивающими упражнениями, спортивными упражнениями, их двигательный опыт по сравнению с началом года значительно вырос. Они проявляют хорошую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость в двигательной деятельности. В поведении чётко выражена потребность в двигательной деятельности и **физическом совершенствовании**, но есть некоторая неуверенность, зажатость. Но они проявляют стойкий, высокий интерес к выполнению упражнений, появилась избирательность, в личном первенстве стали проявлять инициативу. Стали уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполнять упражнения, по сравнению с началом года. Научились составлять несложные комбинации из знакомых упражнений, проявлять самоконтроль и самооценку в выполнении основных движений. Стали стремиться к лучшему результату по сравнению с началом года, начали осознавать зависимость между качеством выполнения и результатом. Приобрели умения самостоятельно привлекать внимание и организовывать игру. В самостоятельной двигательной деятельности с удовольствием общаются со сверстниками, проявляют инициативу, познавательную и деловую активность, эмоциональность, отзывчивость.

Дети от 6 до 7 лет.

в мониторинге приняло участие 24ребёнка.

Девочки-12 человек, мальчики-12.

общая оценка роста физических качеств этого возраста 14%.

Дети гармонически развиваются, их двигательный опыт богат. Они результативно, уверенно, мягко, выразительно и точно выполняют **физические упражнения**.

В двигательной деятельности научились по сравнению с началом года успешно проявлять такие качества: быстроту, ловкость, силу, выносливость и гибкость, элементы творчества. Научились самостоятельно выполнять, составлять простые варианты из освоенных упражнений и игр, через движения передавать своеобразие конкретного образа (персонажа, животного, стремится к неповторимости *(индивидуальности)* в своих движениях. На начало года дети недостаточно могли проявлять самоконтроль и самооценку, но в конце года научились стремиться к лучшему результату, осознали зависимость между качеством выполнения упражнения и результатом.

Стали стремиться к **физическому** совершенству и самостоятельному удовлетворению потребности в двигательной деятельности, активности за счёт накопленного опыта.

.

**Пояснительная записка**

Таким образом, представленные тесты позволяют:

1. оценить различные стороны психомоторного развития детей;
2. видеть динамику физического и моторного развития, становления координационных механизмов и процессов их управления;
3. широко использовать данные задания в практической деятельности дошкольного учреждения.

Дети от 4 до 5лет

Принимает правильное исходное положение при метании; может метать предметы разными способами правой и левой рукой; отбивать мяч о землю (пол) не менее 5 раз подряд.

Может ловить мяч кистями рук с расстояния до 1,5м.

Умеет строится в колонну по одному, парами. В круг, шеренгу.

Может скользить самостоятельно по ледяным дорожкам (длина 5м).О

Орентируются в пространстве, находить левую и правую стороны.

Выполнять упражнения, демонстрируя выразительность, грациозность, пластичность движений.

Дети от 5 до 6 лет

К концу шестого года жизни дети успешно овладевают основными видами движений, которые становятся более осознанными. Это позволяет повысит требования к их выполнению, больше внимания уделять физическим и морально –волевых качеств (быстрота,ловкость,выносливость,настойчивость,организованность,дисциплинированность), дружеских взаимоотношений умение приходить на помощь товарищу, сопереживать его успеху и неудачам; быть заботливым и внимательными друг другу).

На седьмом году жизни движения ребенка становяться более координированными и точными.

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Логинова В.И., Бабаева Т.И., Ноткина Н.А. «Детство: Программа развития и воспитания детей в детском саду»

2. Кожухова Н.Н., Рыжкова Л.А. «Воспитатель по физической культуре в ДОУ». - М.,2004

3. Ноткина Н.А., Казьмина Л.И., Бойнович Н.Н. «Оценка физического и нервно – психического развития детей раннего и дошкольного возраста». – С.П., 2003

4. Поляков С.Д., Хрущев С.В. «Мониторинг и коррекция физического здоровья дошкольников» Методическое пособие. – М., 2006

5.Степаненкова Э.Я. «Теория и методика физического воспитания и развития». – М., 2005

6. Соломенникова О.А., Комарова Т.С. «Педагогическая диагностика развития детей перед поступлением в школу». – М – 2007

7. Тарасова Т.А. «Контроль физического состояния детей дошкольного возраста». Методические рекомендации для руководителей и педагогов ДОУ. – М.,2005

**МБДОУ детский сад №20 города Иркутска**

**Отчет по мониторингу физического развития и подготовленности детей**

**Подготовила:**

**ИФК Гизатулина Н.А.**

**2017год город Иркутск**