

Освоение воспитанниками образовательной области «Физическое развитие»

Оценка физического развития проводится 2 раза в год (сентябрь, май). Результаты обследования заносятся в "Индивидуальные карты учета результатов освоения воспитанниками ООП», в которой отражены данные физического развития и показатели физической подготовленности ребенка. Карта заводится на каждого ребенка и ведется на протяжении всего времени пребывания в детском саду.

Физическая подготовленность ребенка характеризуется степенью сформированности навыков основных видов движений (бег, прыжки, метание), развития физических качеств (быстрота, сила, ловкость, гибкость), а также функцией равновесия, координационными способностями.

Оценка физической подготовленности - это целостный процесс, определяется по оценочным нормативам Е.Н. Вавиловой, органически сочетает в себе постоянные наблюдения за ребенком в процессе жизнедеятельности и занятий по физической культуре, хронометраж основных режимных моментов и мониторинг физической подготовленности.

Объективность оценки физической подготовленности во многом определяется знанием возрастных особенностей и закономерностей развития у дошкольников моторной сферы, в том числе физических качеств.

Развитие физических качеств оценивается по динамике показателей силы, выносливости, гибкости, ловкости, быстроты. Следует заметить, что степень развития физических качеств говорит и об уровне психического развития, а также о наличии у ребенка определенных задатков. Например, ловкость указывает на развивающиеся способности быстро обучаться.

Быстрота оценивается по скоростному бегу на дистанцию 100 м.

Сила плечевого пояса — по показателям метания вдаль набивного мяча весом 1 кг способом из-за головы двумя руками, сила нижних конечностей — по прыжкам в длину с места.

Ловкость оценивается по разнице времени пробегания дистанции в 10 м прямым и челночным способом (пробежать 5 м, повернуться и бежать назад).

Можно измерять ловкость по времени работы на полосе препятствий. Ребенку следует пробежать по гимнастической скамейке длиной 5 м, прокатить мяч между шестью предметами (кегли, кубы, другие предметы), расположенными друг от друга на расстоянии 50 см, подлезть под дугу высотой 40 см.

Гибкость измеряется по степени наклона туловища из основной стойки,

не сгибая колен. Упражнение выполняется на гимнастической скамейке высотой 20—25 см, к которой прикрепляется специальная измерительная линейка. Лучше выделить ее деления разным цветом. Например, первый сантиметр — красный, второй — зеленый и т.д. Ребенок должен встать на скамейку так, чтобы кончики пальцев ног были вровень с краем скамейки. По команде он наклоняется вперед, не сгибая колен, стараясь коснуться кончиками пальцев края скамейки, и фиксирует это положение в течение 5 секунд. Этот показатель считается нормой (номинальный). Если же ребенок не смог удержаться в этом положении 5 секунд или не дотягивается до края скамейки, не сгибая при этом коленей, — результат считается неудовлетворительным (пессимальным). Оптимальным считается результат, при котором пальцы ребенка опускаются ниже края скамейки (например, на 0,5 см, 1 см, 2 см и т.д.).

Выносливость оценивается по непрерывному бегу. Для детей дошкольного возраста используют следующие примерные показатели: 4 года — 100 м; 5 лет — 200 м, 6 лет — 300 м, 7 лет — 1000 м. Тест считается выполненным, если ребенок пробежал всю дистанцию без остановки. В течение года показатели физических качеств могут изменяться. Это происходит за счет естественного роста детей, роста их двигательной активности, целенаправленной работы по физическому воспитанию.

В конце учебного года подводятся итоги.

Мониторинговые исследования обычно оформляются в виде таблиц, схем, графиков, диаграмм.

Сущность мониторинга физкультурно-оздоровительной работы заключается в периодическом сборе и обобщении информации о детях, отслеживании динамики их развития и состояния здоровья, формулировании педагогических выводов и проведения соответствующей коррекционной деятельности.