**МАДОУ «Центр развития ребенка – детский сад №137» г.Перми**

**Карты индивидуального развития**

**как инструмент**

**для проведения диагностики**

**физического развития дошкольника**

Инструктор по физической культуре

Плотникова Т.В.

Пермь, 2018г

Я работаю инструктором по физическому воспитанию в детском саду для детей с нарушениями речи. Для работы я использую технологию «Будь здоров, дошкольник» Токаевой Т.Э. В технологии дана программа и педагогическая диагностика физического развития и воспитания культуры здоровья детей дошкольного возраста, которая включает в себя 3 раздела:

**I. Представления ребенка о себе, своем здоровье и физической культуре**

**II. Освоение навыков здоровья и физической культуры, культурно-гигиенических навыков (поведенческий компонент).**

**Ш. Отношение ребенка к себе, своему здоровью и физической культуре.**

Начиная со средней группы (в ДОУ принимаются дети по направлению ПМПК) проводится единая диагностика, что позволяет выявить динамику физической подготовленности по идентичным показателям.

Особо остановлюсь на 2 разделе. Физическая подготовленность проверяется по 6 основным тестам: скоростным, скоростно-силовым, выносливости, координации, гибкости, силы. После обследования анализируются показатели каждого ребёнка и сопоставляются с нормативными данными.

Тесты по физической подготовленности позволяют определить физические качества (быстрота, сила, гибкость, выносливость, ловкость); сформированность двигательных умений и навыков. Предлагается перечень тестов общих для дошкольников .

1. Тест на определение скоростных качеств:

Цель: Определить скоростные качества в беге на 30 м. с высокого старта.

2. Тест на определение координационных способностей:

Цель: Определить способность быстро и точно перестраивать свои действия в соответствии с требованиями внезапно меняющейся обстановки в челночном беге 3\*10 м.

3. Тест на определение выносливости:

Цель: Определить выносливость в непрерывном беге за 6 минут до утомления у детей дошкольного возраста.

4. Тест на определение скоростно-силовых качеств:

Скоростно-силовые способности, являются соединением силовых и скоростных способностей. В основе их лежит функциональные свойства мышечной и других систем, позволяющие совершать действия, в которых наряду со значительной механической силой требуется и значительная быстрота движений.

Цель: Определить скоростно-силовые качества в прыжке в длину с места.

5. Тест на определение гибкости:.

Цель: Определить гибкость, стоя на гимнастической скамейке у детей дошкольного возраста

6. Тест на определение силовых способностей:

Цель: Определить силу путем метанием мешочков (150-200гр.)

При проведении физической диагностики необходим стандартный набор спортивного оборудования:

* прыжковая яма для выявления скоростно-силовых качеств;
* мешочки с песком 150-200гр. для выявления силовых качеств;
* гимнастическая скамейка и линейка для выявления гибкости;
* беговая дорожка и секундомер для выявления выносливости, скорости.

При тестировании детей следует соблюдать определённые правила.

Исследования проводить в первой половине дня, в физкультурном зале, хорошо проветриваемом помещении или на площадке. Одежда детей облегчённая. В день тестирования режим дня детей не должен быть перегружен физически и эмоционально. Перед тестированием следует провести стандартную разминку всех систем организма в соответствии со спецификой тестов. Необходимо обеспечить спокойную обстановку, избегать у ребёнка отрицательных эмоций, соблюдать индивидуальный подход, учитывать возрастные особенности.

Форма проведения тестирования физических качеств детей должна предусматривать их стремление показать наилучший результат: дети могут сделать 2-3 попытки. Время между попытками одного и того же теста должно быть достаточным для ликвидации возникшего после первой попытки утомления.

Порядок теста остаётся постоянным, и не меняется ни при каких обстоятельствах. Как правило, тестирование проводят одни и те же педагоги: инструктор физического воспитания, воспитатель, заместитель заведующей по УВР, старшая медицинская сестра, помощниками могут стать родители, (для заполнения протоколов, индивидуальных карт).

Тестирование должно проводиться в стандартных одинаковых условиях, что снизит возможность ошибки в результатах и позволит получить более объективную информацию за исследуемый период.

Во время тестирования важно учитывать:

1. индивидуальные возможности ребёнка;
2. особенности проведения тестов, которые должны выявлять даже самые незначительные отклонения в физическом развитии ребёнка.

Наилучшие результаты, полученные в процессе тестирования, заносятся в протокол тестирования. В протокол записываются результаты на начало, середину и конец года всей группы, по которым видна физическая подготовленность всех детей. Также результаты записываются в индивидуальную карту физической подготовленности ребёнка. По индивидуальной карте прослеживается физическое развитие ребёнка и корректно сообщается родителям каждого ребёнка , подводится итог в конце каждого года.

Считаю очень важно проводить диагностику физической подготовленности детей, т.к. **результаты прироста** каждого показателя дают полную картину физического развития каждого ребёнка.