Ни для кого не секрет, что физическое развитие ребенка зависит не только от хороших генов, но и от занятий физкультурой и спортом, от того, уделяют ли этому внимание родители малыша и прививают ли любовь к спорту ребенку. Это очень важный момент, влияющий на полноценное развитие ребенка, на его здоровье и укрепление его иммунитета. Особенно важный период в становлении двигательной функции, а также физических качеств ребенка, это дошкольный возраст. И тут появляется необходимость в системе контроля физического развития малыша.

Диагностика физического развития детей проводится для того, чтобы проверить физическое состояние ребенка, выявить уровень соответствия ребенка возрастным нормам, физической подготовленности, а также его работоспособности. Это нужно и для  осуществления индивидуального подхода во время физического воспитания ребенка. Кроме того, при диагностике идет сбор информации, запись данных, несущих полную информацию о физическом состоянии ребенка.

Для проведения диагностики физического развития малыша предлагаются следующие уровни диагностики:

* Диагностика физической подготовленности;
* Диагностика физического развития;
* Диагностика двигательной активности;
* Диагностика функционального состояния.

Такая диагностика позволяет проводить обследование физического состояния ребенка, или группы детей, давая при этом общую оценку их физического развития.  Тестирование проводится как  физкультурно-оздоровительное мероприятие, или в процессе физкультурных занятий. Проводят тестирование зачастую инструкторы по физподготовке или воспитатели дошкольных учреждений. Рассчитан тест на детей от 4 до 7 лет.

Физическое развитие ребенка оценивает медицинская сестра, которая изменяет окружность грудной клетки, рост и вес ребенка. Далее записанные данные сравниваются с таблицей показателей физического развития. При этом длина тела ребенка это критерий уровня соматической зрелости и основание для оценки окружности грудной клетки и массы тела. Вес ребенка отражает степень развития мышечной и костной системы, подкожной жировой клетчатки, внутренних органов. Диагностика физического развития детей позволяет дифференцировать группы с гармоничным развитием и различными отклонениями. Результаты обследования физического развития заносят в «Диагностическую карту», где отражены все данные о ребенке, а также показатели физической подготовленности малыша.

Физической подготовленностью ребенка называют степень сформированности навыков различных видов движений, таких как прыжок, бег, метание, развитие его физических качеств, таких как ловкость сила, гибкость, быстрота, наличие координационных способностей. Оценка физической способности огромный процесс, который сочетает в себе наблюдение за ребенком при занятиях физкультурой, и в процессе его жизнедеятельности.

Объективность оценки при диагностике физического развития детей определяется знанием закономерностей развития и возрастных особенностей дошкольников. Для диагностики физических качеств у школьников применяются контрольные упражнения, предлагаемые в соревновательной и игровой форме.