Диагностика по ФИЗО детей 5–6 лет

**Балашова Т.В.**

**Диагностическая** карта по образовательной области *«ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»*

раздел *«Физическая культура»*

Возраст **детей**: старший *(5 - 6 лет)*

Объекты оценки Методы **диагностики Диагностический** инструментарий Уровень усвоения программы

1. Прыжок в длину с места

*(определение силы ног)* Контрольные упражнения в игровой форме.Игровые упражнения:

*«Перепрыгни ручеек»*,

*«Допрыгни до флажка»*,

*«Кто дальше прыгнет?»*,

*«Прыгни как можно дальше»*;

Игра –соревнование:

*«Лягушачий чемпионат»*, - Высокий уровень – правильное исходное положение ног, выполняет правильный замах руками, энергично отталкивается одновременно двумя ногами и приземляется на обе ноги, перекатом с пятки на носок, движение рук вперед.

- Средний уровень – правильное исходное положение ног, правильный, но не энергичный толчок ногами с незначительным взмахом рук вперед и правильное приземление, без движения рук вперед.

- Низкий уровень – не правильное исходное положение ног, слабый неодновременный толчок ногами, жесткое приземление на всю стопу или неодновременное приземление на обе ноги.

Количественные показатели:

*(по Е. Н. Вавиловой)*

- Высокий уровень – М – больше 108см;

Д – больше100см.

- Средний уровень – М – 78 - 108см;

Д – 74,5 - 100см.

- Низкий уровень - М - меньше 78см;

Д - меньше 74,5см.

2. Метание на дальность правой рукой

*(определение силы рук)* Контрольные упражнения в игровой форме.Игровые упражнения:

*«Кто дальше бросит»*,

*«Добрось до флажка»*

*«Кто дальше?»*,

*«Брось как можно дальше»* - Высокий уровень –правильное исходное положение ног, замах рукой, перенос массы тела при прицеливании, замахе и броске, бросок завершается кистью руки.

- Средний уровень – правильное принятие исходного положения ног, направление замаха, направление броска, отсутствие или незначительный перенос массы тела при прицеливании, замахе и броске.

- Низкий уровень – не правильное исходное положение ног, отсутствует прицеливание, не правильный замах, не энергичный бросок, нет переноса массы тела при прицеливании, замахе и броске.

Количественные показатели:

*(по Г. П. Юрко)*

- Высокий уровень – М – дальше 7,9м;

Д – дальше 4,7м.

- Средний уровень – М – 4,4 – 7,9м;

Д – 3,3 – 4,7м.

- Низкий уровень - М - меньше 4,4м;

Д – меньше 3,3м.

3. Бег на скорость 30м Контрольные упражнения в игровой форме.Игровые упражнения:

*«Пробеги как можно быстрее»*,

*«Догони соперника»*;

Игра-соревнование:

*«Кто первый до флажка»*. - Высокий уровень – наклон тела слегка наклонено вперед, плечи не подняты, координация движения рук скрестно, кисти не напряжены, прямолинейный и равномерный бег, отсутствие топанья и шарканья ногами, параллельная постановка стопы.

- Средний уровень - наклон тела слегка наклонено вперед, но делаются боковые раскачивания туловища, иногда поднимаются плечи, наличие отдельных неточностей в выполнении элементов, относящихся к координации движений, бег с незначительным отклонением в сторону, постановка стопы с небольшим разворотом.

- Низкий уровень – туловище чрезмерно напряжено, голова опущена, отсутствие содружественных движений и наличие *«лишних»* движений рук, нечеткость движений, топанье и шарканье, мелкий семенящий шаг, боковые раскачивания туловища, значительное отклонение от заданного направления в сторону, постановка стопы с развернутым наружу носком.

Количественные показатели:

*(по Е. Н. Вавиловой)*

- Высокий уровень – М – меньше 7,6сек;

Д – меньше 7,7сек.

- Средний уровень - М – 8,4 – 7,6сек;

Д – 8,9 – 7,7сек.

- Низкий уровень - М – больше 8,4сек;

Д – больше 8,9сек.

4.Гибкость Контрольное упражнение: наклон вниз,стоя на скамейке Игровое упражнение:

*«Наклон вперёд, стоя на полу, руками коснуться пола»*Количественные показатели:

*(по В. Н. Шебеко)*

- Высокий уровень – М – больше 7см;

Д – больше 8см;

- Средний уровень - М – 2-7см;

Д – 4-8см;

- Низкий уровень - М-меньше 2см;

Д – меньше 4см;

5. Бег с огибанием препятствий 10м. *(ловкость)*

Контрольные упражнения в игровой форме Игровое упражнение:

*«Пробеги, не задень»*

*«Пробеги и не сбей»*»Количественные показатели:

*(по Е. Н. Вавиловой)*

- Высокий уровень – М – меньше 5,6сек;

Д – меньше 6,0сек.

- Средний уровень - М – 5,6сек. ;

Д – 6,0сек.

- Низкий уровень - М – больше 5,6сек;

Д – больше 6,0сек.

6. Выносливость 240м.Контрольные упражнения в игровой форме Количественные показатели:

*(А. Б. Лагутин)*

- Высокий уровень – меньше 1,5мин.

- Средний уровень – 1,5 - 2мин.

- Низкий уровень – больше 2мин.