

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение

**"КУРГАНСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ"**

**ДНЕВНИК**

**производственной практики по ПМ 01**

**«Организация мероприятий,**

**направленных на укрепление здоровья ребенка и его физическое развитие»**

**студента группы № \_\_\_\_\_\_\_\_**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**(ФИО)**

**КУРГАН 2021**

**Содержание**

**Оглавление**

**Оглавление**

Введение ….............................................................................................................................3

1. Аттестационный лист…………………………………………………………………….5

2. Содержание производственной практики…………………………….…………………7

3. Информационная справка …….......................................................................................10

4. Расписание непосредственно образовательной деятельности………………….…….11

5. Режим дня группы……………………………………………………………….……....12

6. Список детей……………………………………………………………………………..13

7. Циклограмма работы воспитателя……………………………………………………...14

8. Ежедневные виды работ…………………………………………………………..……15

9. Отчет по производственной практике…………..……………………………………..17

ПРИЛОЖЕНИЕ 1. Образцы написания конспектов по физическому развитию...…….19

ПРИЛОЖЕНИЕ 2. Образцы схем для анализа (самоанализа) проведенных видов

деятельности…………………………………………………………..22

ПРИЛОЖЕНИЕ 3. Диагностика физического развития…………………. ……..…32

**Введение**

Современной системе дошкольного воспитания необходимы высокообразованные, профессионально компетентные педагогические кадры.

Производственная практика завершает освоение профессионального модуля **01 «Организация мероприятий, направленных на укрепление здоровья ребенка и его физическое развитие**», позволяет студенту продемонстрировать сформированность соответствующих профессиональных и общих компетенций в ходе освоения данного модуля, реализовать профессиональный и личностный потенциал.

**Цель практики:** формирование у студентов целостного представления об особенностях воспитательно-образовательной деятельности и овладение функциями педагогического взаимодействия воспитателя с детьми по вопросам физического воспитания и развития детей раннего и дошкольного возраста.

**Задачи практики:**

1. Актуализировать теоретические знания студентов, способствовать их творческому применению в педагогическом процессе ДОО.
2. Формировать профессиональную педагогическую направленность: воспитывать устойчивый интерес к профессии и любовь к детям, развивать потребность в углублении и совершенствовании имеющихся умений и навыков.
3. Развивать профессионально значимые качества личности: дисциплинированность, сдержанность, организованность, целеустремленность, доброжелательность и другие.
4. Формировать профессионально-педагогические умения, соответствующие квалификационным требованиям, предъявляемым к воспитателю ДОО.
5. Оценка сформированности общих и профессиональных компетенций по ПМ 01 «Организация мероприятий, направленных на укрепление здоровья ребенка и его физическое развитие».

**Организация практики**

Производственную практику студенты проходят в ДОО с детьми 3-7 лет. До начала практики каждый студент проходит медосмотр. В дошкольном учреждении практикант находится посменно, в соответствии с графиком, утвержденным руководителем: 1 смена с 7.30 до 13.30, 2-я смена – с 14.30 до 18.30.

Дни, пропущенные студентом по уважительной причине, подтверждаются документально и отрабатываются в другое время.

Работу студентов наблюдают и оценивают воспитатели групп. Также допускается изучение педагогической деятельности практикантов руководителем колледжа, старшим воспитателем и заведующим ДО.

Конспекты занятий согласовываются с методистом колледжа, воспитателем ДОУ.

За практику выставляется дифференцированная оценка.

**Оценка по практике**

На итоговом совещании в ДОО студентам выставляется предварительная оценка по практике. Окончательно она утверждается методистом колледжа после проверки документов по практике.

##### Критерии оценки практики:

* Уровень сформированности профессионально-педагогических умений.
* Уровень сформированности профессиональных и общих компетенций.
* Отношение к практике, проявление профессионально значимых качеств.
* Качество выполнения всех заданий практики.
* Качество и своевременность сдачи отчетной документации. За несвоевременную сдачу, некачественное оформление и не полный объем материалов **оценка снижается**.

#### Отчетная документация по практике:

* 1. Дневник по производственной практике.
  2. Аттестационный лист (**печать,** краткая характеристика студента, **подпись заведующего** ДОО).
  3. Конспекты проведенных мероприятий **(5):**
* утренней гимнастики – 1;
* физкультурного занятия – 1;
* подвижной игры – 1;
* бодрящей гимнастики после дневного сна с закаливанием – 1;
* физкультурного досуга с учетом анатомо - физиологических особенностей детей и санитарно-гигиенических норм – 1.
  1. Технологическая карта (КТП) режимных моментов (умывание, одевание, питание, прогулка, сон) **– 1.**
  2. Самоанализы проведенных мероприятий **(3):**
* утренней гимнастики – 1;
* физкультурного занятия – 1;
* подвижной игры – 1.
  1. План индивидуальной работы по развитию двигательных умений и навыков на свою смену – 1.
  2. План самостоятельной двигательной деятельности на свою смену – 1.
  3. Результаты диагностики уровня физического развития (**2 девочки, 2 мальчика).**
  4. Наглядность, изготовленная студентом к различным видам работ.
  5. Отчет по производственной практике.
  6. Фото – видеоматериалы (презентации, маски, картинки и т.д.- обязательно).

**Профессиональные компетенции**

|  |  |
| --- | --- |
| **Код** | **Наименование результата обучения** |
| **ПК 1.1.** | Планировать мероприятия, направленные на укрепление здоровья и физическое развитие детей. |
| **ПК 1.2.** | Проводить режимные моменты в соответствии с возрастом. |
| **ПК 1.3.** | Проводить мероприятия по физическому воспитанию в процессе выполнения двигательного режима. |
| **ПК 1.4.** | Осуществлять педагогическое наблюдение за состоянием здоровья каждого ребенка, своевременно информировать медицинского работника об изменениях в его самочувствии. |
| **ПК 5.1.** | Разрабатывать методические материалы на основе примерных с учетом особенностей возраста, группы и отдельных воспитанников. |
| **ПК 5.2.** | Создавать в группе предметно-развивающую среду. |
| **ПК 5.3.** | Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области дошкольного образования на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов. |
| **ПК 5.4.** | Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений. |
| **ПК 5.5.** | Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области дошкольного образования. |

**Общие компетенции**

|  |  |
| --- | --- |
| **Код** | **Наименование результата обучения** |
| **ОК 1.** | Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес. |
| **ОК 2.** | Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. |
| **ОК 3.** | Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях. |
| **ОК 4.** | Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. |
| **ОК 5.** | Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. |
| **ОК 6.** | Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами. |
| **ОК 7.** | Ставить цели, мотивировать деятельность воспитанников, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса. |
| **ОК 8.** | Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации. |
| **ОК 9.** | Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий. |
| **ОК 10.** | Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей. |
| **ОК 11.** | Строить профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм. |
| **ОК 13.** | Владеть нормами современного русского литературного языка. |
| **ОК 14.** | Быть готовым брать на себя нравственные обязательства по отношению к природе, обществу, человеку. |

**Содержание производственной практики**

**ПМ 01 «Организация мероприятий, направленных на укрепление**

**здоровья ребенка и его физическое развитие»**

**Всего: 36 ч., из них:**

**5 семестр – 36 ч. концентрировано ДОО**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Код и наименование ПК** | **Виды работ, обеспечивающие формирование ОК и ПК** | **Количество часов** | **Уровень освоения** |
| ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.  ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.  ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.  ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.  ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.  ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами.  ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность воспитанников, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.  ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.  ПК 1.1. Планировать мероприятия, направленные на укрепление здоровья ребенка и его физическое развитие.  ПК 1.2. Проводить режимные моменты в соответствии с возрастом.  ПК 1.3. Проводить мероприятия по физическому воспитанию в процессе выполнения двигательного режима.  ПК 1.4. Осуществлять педагогическое наблюдение за состоянием здоровья каждого ребенка, своевременно информировать медицинского работника об изменениях в его самочувствии.  *ПС:*  ***-*** *осуществление профессиональной деятельности в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования;*  - *участие в создании безопасной и психологически комфортной образовательной среды образовательной организации через обеспечение безопасности жизни детей, поддержание эмоционального благополучия ребенка в период пребывания в образовательной организации;*  *- создание  позитивного психологического климата в группе и условий для доброжелательных отношений между детьми, в том числе принадлежащими к разным национально-культурным, религиозным общностям и социальным слоям, а также с различными (в том числе ограниченными) возможностями здоровья;*  ***-*** а*ктивное использование не директивной помощи и поддержка детской инициативы и самостоятельности в разных видах деятельности*  *- использовать методы и средства анализа психолого-педагогического мониторинга, позволяющие оценить результаты освоения детьми образовательных программ, степень сформированности у них качеств, необходимых для дальнейшего обучения и развития на следующих уровнях обучения*  *-* *развитие профессионально значимых компетенций, необходимых для решения образовательных задач развития детей раннего и дошкольного возраста с учетом особенностей возрастных и индивидуальных особенностей их развития* | Установочная конференция. Инструктаж по ТБ. Планирование практики. Расписание. Требования к ведению документации по практике. | **1** | **2** |
| **Планирование, организация и проведение режимных моментов** (умывание, одевание, питание, прогулка, сон), направленных на воспитание культурно - гигиенических навыков и укрепление здоровья | **5** | **3** |
| 1. **Планирование, организация и проведение** мероприятий двигательного режима:  - **утренней гимнастики**,  - **физкультурного занятия,**  - **подвижных игр,**  - **бодрящей гимнастики после дневного сна с закаливанием,**  - **физкультурного досуга** с учетом анатомо - физиологических особенностей детей и санитарно-гигиенических норм.  2. **Организация и проведение наблюдений за изменениями в самочувствии детей** во время их пребывания в образовательном учреждении. | **18** | **3** |
| **Планирование и проведение индивидуальной работы** с детьми по развитию двигательных умений и навыков | **1** | **3** |
| **Планирование и организация самостоятельной двигательной деятельности детей** | **1** | **3** |
| 1. **Проведение диагностики** и оценка уровня физической подготовленности детей группы, наблюдение за состоянием здоровья дошкольников совместно с медицинским работником.  2. **Разработка предложений** по коррекции процесса физического воспитания. | **2**  **2** | **3** |
| **Самоанализ** проведения мероприятий двигательного режима. | **4** | **3** |
| Оформление дневника по производственной практике. | **2** | **3** |
|  | **ИТОГО ПП по ПМ 01: 36 ч.** | | |

**Все мероприятия планируются в соответствии с Программой, по которой осуществляет образовательную деятельность дошкольная организация.**

**Информационная справка**

**Наименование учреждения\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**(полное, сокращенное)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Адрес \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Телефон \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Заведующий \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Заместитель заведующего \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**по УВР**

**или**

**Старший воспитатель\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Воспитатель \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Возрастная группа\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Руководитель практики в колледже \_-\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Список детей группы**

|  |  |
| --- | --- |
| **№ п/п** | **Имя ребенка, Ф.** |
| **1.** |  |
| **2.** |  |
| **3.** |  |
| **4.** |  |
| **5.** |  |
| **6.** |  |
| **7.** |  |
| **8.** |  |
| **9.** |  |
| **10.** |  |
| **11.** |  |
| **12.** |  |
| **13.** |  |
| **14.** |  |
| **15.** |  |
| **16.** |  |
| **17.** |  |
| **18.** |  |
| **19.** |  |
| **20.** |  |
| **21.** |  |
| **22.** |  |
| **23.** |  |
| **24.** |  |
| **25.** |  |
| **26.** |  |
| **27.** |  |
| **28.** |  |
| **29.** |  |
| **30.** |  |

**Режим дня группы**

|  |  |
| --- | --- |
| **Время** | **Виды деятельности** |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

**Расписание непосредственно образовательной деятельности**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Понедельник** | **Вторник** | **Среда** | **Четверг** | **Пятница** |
| **Первая половина дня** |  |  |  |  |  |
| **Вторая половина дня** |  |  |  |  |  |

**Ежедневные виды работ**

***Заполняется ежедневно! Оценка студенту ставится педагогом за каждое мероприятие отдельно и за весь день!***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Дата** | **Содержание** | **Оценка**  **за меропри-ятие** | **Оценка**  **за день** | **Подпись воспита-теля** |
| **Пн.** |  |  |  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
| **Вт.** |  |  |  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
| **Ср.** |  |  |  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
| **Чт.** |  |  |  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
| **Пт.** |  |  |  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

**ПРИЛОЖЕНИЕ 1**

**ОБРАЗЦЫ НАПИСАНИЯ КОНСПЕКТОВ ПО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»**

ОБРАЗЕЦ

**Конспект непосредственно образовательной деятельности**

**по образовательной области «Физическое развитие» для детей младшего возраста**

**«В гости к Мишке»**

**Тип:** сюжетный.

**Цель:** общаяко всей образовательной деятельности.

**Задачи:** конкретные (что, в каких упражнениях или видах деятельности)

**1. Оздоровительная:**

**2. – 3. Образовательная:**

**4. Воспитательная:**

**Планируемые результаты:**

**Словарная работа:**

**Методы и приемы:**

* слухового восприятия – беседа, загадки, указания, команды, и т.д.
* зрительного восприятия – презентация, карточки – схемы выполнения упражнения, показ...,
* двигательного восприятия – выполнение упражнения по частям и т.д.

**Оборудование:** что и в каком количестве. **Например:** обручи большие-2 шт., палки по количеству детей, флажки – по 2 шт. на каждого ребенка, мячи большие на подгруппу.

**Предварительная работа:** беседа с детьми о…, чтение …, просмотр… (может быть спланирована, может не быть).

**Место проведения:**

**Ход НОД:**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Часть** | **Содержание** | **Дози-ровка** | **Деятельность воспитателя**  **(организационные методические указания)** | **Деятельность детей** | **Примечание**  (может быть, может не быть) |
| **1 вводная** |  |  |  |  |  |
| **2 основная** |  |  |  |  |  |
| **3 заключи-тельная** |  |  |  |  |  |

ОБРАЗЕЦ

**Конспект утренней гимнастики для детей среднего возраста**

**(с предметом, без предмета)**

**Цель:**

**Задачи:** конкретные (что, в каких упражнениях или видах деятельности).

**1.Оздоровительная:**

**2 - 3. Образовательная:**

**4. Воспитательная:**

**Планируемые результаты:**

**Словарная работа:**

**Методы и приемы:**

* слухового восприятия – беседа, загадки, указания, команды, и т.д.
* зрительного восприятия – презентация, карточки – схемы выполнения упражнения, показ...
* двигательного восприятия – выполнение упражнения по частям и т.д.

**Оборудование:** что и в каком количестве. **Например:** обручи большие-2 шт., палки по количеству детей, флажки – по 2 шт. на каждого ребенка, мячи большие на подгруппу.

**Предварительная работа:** беседа с детьми о…, чтение …, просмотр… (может быть спланирована, может не быть).

**Место проведения:**

**Ход:**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Часть** | **Содержание** | **Дозировка** | **Деятельность воспитателя**  **(ОМУ) организационные методические указания** | **Деятельность детей** | **Примечание**  (может быть, может не быть) |
| 1 вводная |  |  |  |  |  |
| 2 основная |  |  |  |  |  |
| 3 заключи-тельная |  |  |  |  |  |

ОБРАЗЕЦ

**Конспект подвижной игры «Пузырь»**

**для детей младшей группы**

**Цель:**

**Задачи:** конкретные (что, в каких упражнениях или видах деятельности).

**1. Оздоровительная:**

**2. Образовательная:**

**3. Воспитательная:**

**Планируемые результаты:**

**Словарная работа:**

**Методы и приемы:**

**Оборудование:** что и в каком количестве. **Например:** обручи большие-2 шт., палки по количеству детей, флажки – по 2 шт. на каждого ребенка, мячи большие на подгруппу.

**Предварительная работа:** беседа с детьми о…, чтение …, просмотр… (может быть спланирована, может не быть).

**Место проведения:**

**Ход игры:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Часть** | **Деятельность воспитателя**  **или**  **организационные методические указания** | **Деятельность детей** | **Примечание**  (может быть, может не быть) |
| **Сбор детей на игру** |  |  |  |
| **Создание интереса к игре** |  |  |  |
| **Объяснение правил игры** |  |  |  |
| **Выбор ведущего** |  |  |  |
| **Проведение и руководство игрой** |  |  | **Дозировка** |
| **Окончание игры** |  |  |  |
| **Подведение итогов** |  |  |  |

ШАБЛОН

**Технологическая карта планирования режимных процессов**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Первая половина дня** | **Вид деятельности** | **Цель проведения** | **Оборудование** | **Индивидуальная/подгруп- повая работа** |
| Раздевание/одевание |  |  |  |  |
| Умывание (мытье рук) |  |  |  |  |
| Прием пищи |  |  |  |  |
| Подготовка ко сну |  |  |  |  |

ШАБЛОН

**План индивидуальной работы с детьми по развитию**

**двигательных умений и навыков**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Половина дня** | **Понедельник** | **Вторник** | **Среда** | **Четверг** | **Пятница** |
| **1 половина дня** |  |  |  |  |  |
| **2 половина дня** |  |  |  |  |  |

ШАБЛОН

**План самостоятельной двигательной деятельности**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Половина дня** | **Понедельник** | **Вторник** | **Среда** | **Четверг** | **Пятница** |
| **1 половина дня** |  |  |  |  |  |
| **2 половина дня** |  |  |  |  |  |

**ПРИЛОЖЕНИЕ 2**

**ОБРАЗЦЫ СХЕМ ДЛЯ САМЛАНАЛИЗА**

**ПРОВЕДЕННЫХ ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**Данные таблицы могут использоваться как вспомогательное средство для фиксирования наблюдаемых показателей. Схемы являются примерными, критерии могут быть изменены. Анализ пишется в текстовом варианте!!!**

**Схема № 2. Карта анализа (самоанализа) проведения утренней гимнастики**

Дата «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 201\_\_\_ г

Педагог\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Возрастная группа\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Количество детей\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Содержание** | **Примечание** |
| **1.** | Соблюдение гигиенических требований:  -влажная уборка  -проветривание и т.п. |  |
| **2.** | Физическая нагрузка: обеспечил ли педагог достаточную физическую нагрузку |  |
| **3.** | Приемы сбора и организации детей |  |
| **4.** | Подбор физических упражнений: их последовательность и логика |  |
| **5.** | Целесообразность использования различных исходных положений, их удобство для выполнения общеразви­вающих упражнений |  |
| **6.** | Дозировка упражнений в соответствии с возрастом и индивидуальными особенностями |  |
| **7.** | Соблюдение последовательности смены видов движения |  |
| **8** | Снимается ли исходное положение после выполнения упраж­нений |  |
| **9.** | Продуманность времени раздачи пособий  (если есть) |  |
| **10.** | Продуманность и четкость указаний |  |
| **11.** | Кто осуществляет показ упражнений и его качество |  |
| **12.** | Применяемые методы и приемы |  |
| **13.** | Качество выполнения упражнений детьми |  |
| **14.** | Контроль качества выполнения упражнений педагогом |  |
| **15.** | Использование терминов, четкость и краткость команд и инструкций |  |
| **16.** | Учет индивидуальных особенностей |  |
| **17.** | Контроль за правильностью дыхания: какие приемы использует воспитатель для стимулирования ды­хания |  |
| **18.** | Соответствует ли темп выполнения характеру упражнений (быстрый и сред­ний, медленный) и возрастным особенностям детей |  |
| **19.** | Длительность (общая и каждой части) возрастным требованиям |  |
| **20.** | Внешний вид педагога |  |
| **21.** | Внешний вид детей |  |
| **22.** | Замечал ли воспитатель и как реагировал на ошибки при выполнении упражнений |  |
| **23.** | Контроль за формированием осанки и профилактика плоскостопия |  |
| **24.** | Поведение детей: активность, самостоятельность, заинтересованность и др. |  |
| **25.** | Эмоциональное состояние детей в начале и по окончании утренней гимнастики |  |
| **26.** | Использование музыкального сопровождения, соответствие движений характеру музыки |  |
| **27.** | Использование предметов и /или нетрадиционных технологий |  |
|  | **ВЫВОДЫ** |  |

**Схема № 3. Карта анализа организации питания**

Дата «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 201\_\_\_ г

Возрастная группа: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Количество детей\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Педагоги: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Младший воспитатель: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Критерии анализа** | **Примечание** |
| **Подготовка к приему пищи** | |  |
| **1.** | Гигиеническая обстановка |  |
| - санитарное состояние |  |
| - проветривание |  |
| - размещение столовой мебели |  |
| -соответствие мебели ростовым показателям детей |  |
| - выполнение режима питания |  |
| -специальная одежда. |  |
| **2.** | Сервировка стола |  |
| - учет требования сервировки стола и возраста детей |  |
| - эстетика сервировки |  |
| - оценка деятельности дежурных |  |
| **Прием пищи** | |  |
| **3.** | Комфортная психологическая обстановка во время приема пищи. |  |
| **4.** | Сформированность у детей навыков пользования столовыми приборами (ложка, вилка, нож), салфеткой. |  |
| **5.** | Соблюдение правил столового этикета (поведение за столом, вежливое обращение). |  |
| **Деятельность взрослых** | |  |
| **6.** | Организация гигиенических процедур (закрепление правил мытья рук), валеологическое просвещение. |  |
| **7.** | Использование методов формирования положительного отношения к еде, здоровому образу жизни, ознакомление детей с меню. |  |
| **8.** | Воспитание культуры еды, обучение правилам этикета. |  |
| **9.** | Согласованность в работе взрослых и их руководство организацией питания. |  |
| **10.** | Учет индивидуальных особенностей детей (внесение изменений в рацион питания с учетом потребностей, функциональных изменений организма, аппетита детей и состояние их здоровья). |  |
|  | **ВЫВОДЫ** |  |

**Схема № 4. Карта анализа (самоанализа) организации дневного сна детей**

Дата «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 201\_\_\_ г

Возрастная группа: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Количество детей\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Педагоги: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Младший воспитатель: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Показатели** | **Предложения** |
| **1.** | **Время в режиме дня.** |  |
| **2.** | **Санитарное состояние спальни:** |  |
| -влажная уборка |  |
| -проветривание |  |
| -температурный режим |  |
| -размещение кроватей |  |
| **3.** | **Подготовка детей ко сну:** |  |
| - навыки детей в раздевании |  |
| - отношение к вещам (умение свернуть и красиво повесить) |  |
| - помощь взрослого |  |
| - сколько времени уходит на раздевание детей |  |
| - настроение детей перед сном |  |
| - роль младшего воспитателя в подготовке детей ко сну |  |
| -культурно-гигиенические процедуры |  |
| **4.** | **Сон детей** |  |
| - одежда детей во время сна в зависимости от температурного режима |  |
| - сколько времени ушло на засыпание всех детей |  |
| - все ли дети спали |  |
| -индивидуальный подход и учет возрастных особенностей |  |
| - доступ свежего воздуха во время сна |  |
| - приемы, используемые воспитателем  при организации сна |  |
| - длительность сна детей |  |
| - соблюдение режима сна |  |
|  | **ВЫВОДЫ** |  |

**Схема 5. Карта самоанализа организации и проведения умывания детей**

Дата «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_ г.

Возрастная группа: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Количество детей\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Педагоги: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Младший воспитатель: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Показатели** | **Примечание** |
| **1.** | **Подготовка и проведение умывания**  - наличие туалетного мыла в достаточном количестве  - наличие полотенец для всех детей  - чистота полотенец  - наличие маркировки на полотенцах  - время проведения в режимный момент |  |
| **2.** | **Организация детей:**  - сколько детей умывается одновременно  - чем заняты в это время остальные дети  - учет гендерных различий |  |
| **3.** | **Руководство воспитателя процессом умывания (приемы):**  - совместные действия взрослого и ребенка  - показ  - объяснение  - пример другого ребенка  - стихи  - потешки  - другое |  |
| **4.** | **Помощь младшего воспитателя при организации умывания** |  |
| **5.** | **Навыки умывания и их соответствие программным содержаниям:**  - моют руки под контролем взрослого  - моют руки самостоятельно  - правильно пользуются мылом  - аккуратно моют руки  -стряхивают лишнюю воду над раковиной  - насухо вытирают лицо и руки личным полотенцем  - вешают полотенце на место |  |
| **6.** | Проводилась ли работа в процессе умывания словарная работа? Какая? |  |
| **7.** | Длительность процесса умывания |  |
| **8.** | Соблюдение правильной последовательности гигиенических процедур (туалет, мытье рук) |  |
| **9.** | Наличие в группе условий для гигиенических процедур. |  |
|  | **ВЫВОДЫ** |  |

**Карта самоанализа организации и проведения режимных процессов**

Дата «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_ г.

Педагог\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Возрастная группа\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Количество детей\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Вид деятельности \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Показатели** | **Примечания** |
| **1.** | Соблюдение санитарно-гигиенических условий при организации режимного процесса (освещенность, температурный режим и т.д.) |  |
| **2.** | Стиль общения воспитателя с детьми (авторитарный, демократический, либеральный, личностно-ориентированный) |  |
| **3.** | Методы и приемы, средства формирования и закрепления культурно-гигиенических навыков (показ, объяснение последовательности действий, поощрение, беседа, игры-упражнения, художественное слово) |  |
| **4.** | Наличие условий для проведения режимного момента: мебель и оборудование, наглядный материал и т.п. |  |
| **5.** | Соблюдение детьми последовательности операций в процессе сборов на прогулку (умывание, прием пищи и т. п.) |  |
| **6.** | Учет возрастных, индивидуальных, психологических особенностей детей. |  |
| **7.** | Уравновешенность, терпение педагога, умение создать комфортные условия для спокойного выполнения детьми осваиваемого действия, формирования эмоционально-положительного отношения к данному процессу |  |
| **8.** | Формы организации детей:  - коллективная  - по подгруппам  - индивидуальная |  |
| **9.** | Соответствие имеющихся у детей культурно-гигиенических навыков требованиям программы |  |
| **10.** | Создание положительного отношения к процессу |  |
| **11.** | Бережное отношение к вещам, оборудованию, игрушкам, пособиям, … |  |
| **12.** | Активность и самостоятельность детей |  |
| **13.** | Умение обратиться за помощью к взрослым, другим детям, оказать помощь самому. |  |
|  | **ВЫВОДЫ** |  |

**Схема самоанализа проведения занятия по физической культуре**

Дата\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Возрастная группа\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Количество детей\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Тип занятия \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Содержание** | **Примечание** |
| **1.** | Наличие плана - конспекта занятия |  |
| **2.** | Задачи занятия: |  |
| -образовательная |  |
| -коррекционная |  |
| -развивающая |  |
| -воспитательная |  |
| **3.** | Реализация общих требований: |  |
| -достоверность, точность фактического материала |  |
| -соответствие перспективному плану |  |
| -целесообразность выбора темы |  |
| -формулирование целей занятия детям |  |
| -соответствие предложенного материала программным требованиям, теме, целям, задачам занятия и возрастным возможностям детей |  |
| -объем материала, последовательность его предоставления детям |  |
| -связь нового материала с практическими действиями детей |  |
| -самостоятельность детей на занятии |  |
| - реализация дидактических требований к наглядности |  |
| -эмоциональный фон занятия |  |
| Методы и приемы, их рациональность |  |
| **4.** | Структурные элементы занятия |  |
| Организационный момент |  |
| Введение в занятие, мотивация детей на занятие |  |
| Подбор и дозировка строевых упражнений |  |
| Подбор и дозировка общеразвивающих упражнений |  |
| Подбор и дозировка основных видов движений |  |
| Подбор и дозировка подвижных игр |  |
| Заключительная часть занятия |  |
| Подведение итога занятия |  |
| **5.** | Физическая нагрузка |  |
| **6.** | Использование инвентаря |  |
| **7.** | Организация занятия: |  |
| **8.** | Контроль качества выполнения упражнений |  |
| **9.** | Показ движений |  |
| **10.** | Использование терминологии, четкость и краткость команд и инструкций |  |
| **11.** | Гибкость в управлении учебной деятельностью, исходя из показателей обратной связи. |  |
| **12.** | Учет возрастных возможностей детей |  |
| **13.** | Учет индивидуальных возможностей |  |
| **14.** | Подготовка к занятию помещения, соблюдения требований САНиПин |  |
| **15.** | Рациональное распределение времени занятия |  |
| **16.** | Организация детей на каждом этапе занятия |  |
| **17.** | Поведение детей: |  |
| а) проявлялась ли активность, сосредоточенность, устойчивость внимания, |  |
| Б) наличие устойчивого интереса |  |
| **18.** | 1.Поведение педагога:  - уверенность, собранность,  -уровень владения материалом,  -эмоциональность,  -культура речи,  -педагогический такт. |  |
| 2. Внешний вид. |  |
| 3. Темп ведения занятия. |  |
| 4. Речь педагога. |  |
| **19.** | Результаты занятия:  -достигнута ли цель? |  |
|  | **ВЫВОДЫ** |  |

**Схема самоанализа проведения закаливающих процедур**

Дата\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Возрастная группа\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Количество детей\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Содержание** | **Примечание** |
| **1** | Организация закаливающих мероприятий |  |
| **2** | Соблюдение температурного режима |  |
| **3** | Контроль за состоянием детей во время процедур |  |
| **4** | Дифференцированный подход к детям |  |
| **5** | Взаимодействие персонала группы |  |
| **6** | Навыки детей |  |
| **7** | Разнообразие форм |  |
| **8** | Использование естественных факторов природы |  |
|  |  |  |
|  | **ВЫВОДЫ** |  |

**Схема самоанализа проведения подвижной игры**

Дата\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Возрастная группа\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Количество детей\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Содержание работы** | **Примечание** |
| **1** | Соответствие подвижных игр возрастным особенностям детей и двигательной подготовленности детей |  |
| **2** | Правильность и конкретность учебно-воспитательных задач игры |  |
| **3** | Подготовка к игре, наличие атрибутов |  |
| **4** | Рациональность использования помещения (площадки) и инвентаря (оборудования) |  |
| **5** | Организация игры: использование приемов для активизации детей, выбор ведущего, объединение в команды, расположение детей |  |
| **6** | Четкость и понятность объяснения правил игры, культура речи |  |
| **7** | Целесообразность использования разнообразных методов и приемов руководства игрой: своевременность замечаний и указаний, их целесообразность |  |
| **8** | Целесообразность регулирования физической нагрузки, своевременность начала и окончания, продолжительность игры |  |
| **9** | Эффективность реализации оздоровительных и учебно-воспитательных задач |  |
| **10** | Усвоение детьми правил игры |  |
| **11** | Учет усложнения и опыта детей при повторении |  |
| **12** | Активность детей во время игры: индивидуальность, самостоятельность |  |
| **13** | Сотрудничество детей и воспитателя |  |
| **14** | Эффективность подведение итога игры, ее результатов |  |
| **15** | Обеспечение страховки и техники безопасности |  |
|  | **ВЫВОДЫ** |  |

**Схема самоанализа организации бодрящей гимнастики после дневного сна**

Дата\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Группа\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Количество детей\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Содержание** | **Примечание** |
| **1.** | Соблюдение режима проветривания помещения |  |
| **2.** | Соблюдение температурного режима |  |
| **3.** | Контроль за состоянием детей |  |
| **4.** | Наличие комплекса и его соответствие возрастным особенностям детей |  |
| **5.** | Индивидуальный и дифференцированный подход к детям |  |
| **6.** | Четкость организации и соответствие времени проведения |  |
| **7.** | Навыки детей |  |
| **8.** | Наличие и эффективность использования нестандартного оборудования |  |
| **9.** | Целесообразность проведения самомассажа, дыхательных упражнений, мимической гимнастики |  |
| **10.** | Прослеживается ли правильность показа упражнений |  |
| **11.** | Соблюдается ли дозировка упражнений (количество) |  |
| **12.** | Качество и четкость объяснений |  |
| **13.** | Направленность комплекса на формирование осанки и профилактику плоскостопия |  |
| **14.** | Соответствует ли подбор упражнений данной возрастной группе |  |
| **15.** | Соответствует ли количество упражнений возрасту детей? |  |
| **16.** | Соблюдается ли последовательность смены видов движения? |  |
| **17.** | Соблюдается ли темп выполнения упражнений? |  |
| **17.** | Соответствие физической нагрузки возрасту детей данной группы |  |
| **19.** | Эмоциональность, понимание детьми оздоровительного значения данного вида гимнастики |  |
| **20.** | Соблюдается ли длительность |  |
|  | **ВЫВОДЫ** |  |

**ПРИЛОЖЕНИЕ 3**

**ДИАГНОСТИКА ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ**

**Протокол фиксации результатов диагностики**

**(примерный образец)**

**Имя Ф. ребенка \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Двигательные способности** | **Попытка 1** | **Попытка 2** | **Попытка 3** | **Качественные показатели** | **Уровень** |
| Гибкость |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| **Вывод** |  | | | | |

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 необходимы: ростомер - 1 шт., весы медицинские - 1 шт., сантиметровая лента - 2 шт.

***Измерение длины тела****.* Длина тела измеряется от верхушечной точки на голове до пола. Обследуемый ребенок должен стоять правым боком к взрослому, на ровной горизонтальной поверхности, 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. (Данные тесты предложены Л.И. Абросимовой).

**Использование диагностических тестов**

Во время тестирования важно учитывать:

* индивидуальные особенности 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.

Дети, выполнившие все тесты, с результатами ***в рамках возрастных норм*** могут быть отнесены к **среднему уровню физической подготовленности**; ***выше ориентировочных показателей*** - к **высокому уровню физической подготовленности**.

**Ориентировочные показатели**

**физической подготовленности детей 3-7 лет**

(утверждено Постановлением Правительства Р.Ф. 29 декабря 2001г. №916)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование показателя** | **Пол** | **3 года** | **4 года** | | **5 лет** | **6 лет** | **7 лет** |
| **1.** | Бросок набивного мяча | Мал | 110-150 | | 140-180 | 160-230 | 175-300 | 220-350 |
| Дев | 100-140 | | 130-175 | 150-225 | 170-280 | 190-330 |
| **2.** | Прыжок в длину с места | Мал | 60-85 | | 75-95 | 85-130 | 100-140 | 130-155 |
| Дев | 55-80 | | 70-90 | 85-125 | 90-140 | 125-150 |
| **3.** | Наклон туловища вперед из положения стоя (см) | Мал | 1-3 | | 2-5 | 3-6 | 4-7 | 5-8 |
| Дев | 2-6 | | 5-8 | 6-9 | 7-10 | 8-12 |
| **4.** | Бег на дистанцию 10 метров схода | Мал | 7,8-7,5 | | 5,5-5,0 | 3,8-3,7 | 2,5-2,1 | 2,3-2,0 |
| Дев | 8,0-7,6 | | 5,7-5,2 | 4,0-3,8 | 2,6-2,2 | 2,5-2,1 |
| **5.** | Бег на дистанцию 30 метров | Мал |  | | 8,5-10,0 | 8,2-7,0 | 7,0-6,3 | 6,2-5,7 |
| Дев |  | | 8,8-10,5 | 8,5-7,4 | 7,5-6,6 | 6,5-5,9 |
| **6.** | Челночный бег 3x10 метров | Мал |  | | 9,5-11,0 | 9,2-8,0 | 8,0-7,4 | 7,2-6,8 |
| Дев |  | | 9,8-11,5 | 9,5-8,4 | 8,5-7,7 | 7,5-7,0 |
| **7.** | Бег зигзагом | Мал |  | | 9,5-11,0 | 9,2-8,0 | 8,0-7,4 | 7,2-6,8 |
| Дев |  | | 9,8-11,5 | 9,5-8,4 | 8,5-7,7 | 7,5-7,0 |
| **8.** | Подъем туловища в сед за 30 сек. (количество) | Мал |  | | 6-8 | 9-11 | 10-12 | 12-14 |
| Дев |  | | 4-6 | 7-9 | 8-10 | 9-12 |
| **9.** | Прыжки через скакалку | Мал |  | |  | 1-3 | 3-15 | 7-21 |
| Дев |  | |  | 2-5 | 3-20 | 15-45 |
| **10.** | Бег на дистанцию 90, 120, 150 метров | Мал |  | |  | 31,6-34,6 | 31,9-35,0 | 31,5-35,2 |
| Дев |  | |  | 32,0-35,0 | 32,0-36,0 | 32,5-37,0 |
| **11.** | Поднимание ног в положении лежа на спине | Мал |  | |  | 9-10 | 10-11 | 11-13 |
| Дев |  | |  | 6-8 | 7-9 | 10-12 |

**Ориентировочные показатели**

**физической подготовленности детей 3-7 лет**

(утверждено Постановлением Правительства Р.Ф. 29 декабря 2001г. №916)

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Тесты | Возраст (годы, месяцы) | Уровень физической подготовленности / баллы | | | | |
| Высокий | Выше среднего | Средний | Ниже среднего | Низкий |
| 100% и выше | 85—99% | 70—84% | 51—69% | 50% и ниже |
| 5 баллов | 4 балла | 3 балла | 2 балла | 1 балл |
| **Мальчики** | | | | | | |
| Бег на 30 м (с) | 4,0-4,5 | 8,1 и ниже | 8,2-8,6 | 8,7-9,2 | 9,3-9,9 | 10,0 и выше |
| 4,6-4,11 | 7,6 и ниже | 7,7-8,1 | 8,2-8,7 | 8,8-9.5 | 9,6 и выше |
| 5,0-5,5 | 6,9 и ниже | 7,0-7,5 | 7,6-8,1 | 8,2- 8,9 | 9,0 и выше |
| 5,6-5,11 | 6,7 и ниже | 6,8-7,3 | 7,4-7,9 | 8,0-8,7 | 8,8 и выше |
| 6,0-6,5 | 6,4 и ниже | 6,5-6,9 | 7,0-7,5 | 7,6-8,3 | 8,4 и выше |
| 6,6-6,11 | 6,1 и ниже | 6,2-6,7 | 6,8-7,3 | 7,4-8,0 | 8.1 и выше |
| 7,0-7,5 | 5,6 и ниже | 5,7-6,1 | 6,2-6,7 | 6,8-7,4 | 7,5 и выше |
| 7,6-7,11 | 5,5 и ниже | 5,6-6,0 | 6,1-6,6 | 6,7-7,3 | 7,4 и выше |
|  |  |  |  |  |  |  |
| Бег на 90 м (с) | 4,0-4,5 | 28,8 и ниже | 28,9-31,9 | 32,0-35,0 | 86,1-89,2 | 39,3 и выше |
| 4,6-4,11 | 28,4 и ниже | 28,5-31,5 | 31,6-34,6 | 34,7-38,8 | 38,9 и выше |
| 5,0-5,5 | 28,0 и ниже | 28,1-31,1 | 31,2-34,2 | 34,3-38,4 | 38,5 и выше |
| 5,6-5,11 | 27,6 и ниже | 27,7-30,7 | 30,8-33,8 | 33,9-38,0 | 38,1 и выше |
| 6,0-6,5 | 27,2 и ниже | 27,3-30,3 | 30,4-33,4 | 33,5-37,6 | 37,7 и выше |
| 6,6-6,11 | 26,8 и ниже | 26,9-29,9 | 30,0-33,0 | 33,1-37,2 | 37,3 и выше |
| 7,0-7,5 | 26,4 и ниже | 26,5-29,5 | 29,6-32,6 | 32,7-36,8 | 36,9 и выше |
| 7,6-7,11 | 26,0 и ниже | 26,1-29,1 | 29,2-32,2 | 32,3-36,4 | 36,5 и выше |
|  |  |  |  |  |  |  |
| Подъем туловища в сед (количество раз за 30 с) | 4,0-4,5 | 12 и выше | 11 | 9-10 | 6-8 | 5 и ниже |
| 4,6-4,11 | 13 и выше | 11-12 | 9-10 | 6-8 | 5 и ниже |
| 5,0-5,5 | 13 и выше | 12 | 10-11 | 7-9 | 6 и ниже |
| 5,6-5,11 | 14 и выше | 12-13 | 10-11 | 7-9 | 6 и ниже |
| 6,0-6,5 | 15 и выше | 13-14 | 10-11 | 7-9 | 7 и ниже |
| 6,6-6,11 | 15 и выше | 14 | 12-13 | 9-11 | 8 и ниже |
| 7,0-7,5 | 16 и выше | 14-15 | 12-13 | 9-11 | 8 и ниже |
| 7,6-7,11 | 17 и выше | 16 | 14-15 | 10-13 | 9 и выше |
|  |  |  |  |  |  |  |
| Прыжок в длину с места (см) | 4,0-4,05 | 85 и выше | 74-84 | 63-73 | 49-62 | 48 и ниже |
| 4,6-4,11 | 95 и выше | 84-94 | 73-83 | 59-72 | 58 и ниже |
| 5,0-5,5 | 105 и выше | 94-104 | 83-93 | 69-82 | 68 и ниже |
| 5,6-5,11 | 115 и выше | 102-114 | 89-101 | 73-88 | 72 и ниже |
| 6,0-6,5 | 122 и выше | 109-121 | 96-108 | 80-95 | 79 и ниже |
| 6,6-6,11 | 128 и выше | 115-127 | 102-114 | 86-101 | 85 и ниже |
| 7,0-7,5 | 130 и выше | 1П-129 | 104-116 | 88-103 | 87 и ниже |
| 7,6-7,11 | 140 и выше | 127-139 | 114-126 | 98-113 | 97 и ниже |

# Девочки

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Тесты | Возраст (годы, месяцы) | Уровень физической подготовленности / баллы | | | | |
| Высокий | Выше среднего | Средний | Ниже среднего | Низкий |
| 100% и выше | 85—99% | 70—84% | 51—69% | 50% и ниже |
| 5 баллов | 4 балла | 3 балла | 2 балла | 1 балл |
|  |  |  |  |  |  |  |
| Бег на 30 м (с) | 4,0-45 | 8,3 и ниже | 8,4-8,8 | 8,9-9,4 | 9,5-10,1 | 10,2 и выше |
| 4,6-4,11 | 7,9 и ниже | 8,0-8,4 | 8,5-9,0 | 9,1-9,8 | 9,9 и выше |
| 5,0-5,5 | 7,2 и ниже | 7,3-7,8 | 7,9-8,4 | 8,5-9,2 | 9,3 и выше |
| 5,6-5,11 | 7,0 и ниже | 7,2-7,6 | 7,7-8,2 | 8,3-9,0 | 9,1 и выше |
| 6,0-6,5 | 6,8 и ниже | 6,9-7,3 | 7,4-7,9 | 8,0-8,7 | 8,8 и выше |
| 6,6-6,11 | 6,5 и ниже | 6,6-7,0 | 7,1-7,5 | 7,6-8,3 | 8,4 и выше |
| 7,0-7,5 | 6 и ниже | 6,1-6,5 | 6,6-7,0 | 7,1-7,7 | 7,8 и выше |
| 7,6-7,11 | 5,8 и ниже | 5,9-6,3 | 6,4-6,7 | 6,8-7,5 | 7,6 и выше |
|  |  |  |  |  |  |  |
| Бег на 90 м (с) | 4,0-4,5 | 29,0 и ниже | 29,1-32,1 | 32,2-35,2 | 35,3-39,4 | 39,5 и выше |
| 4,6-4,11 | 28,7 и ниже | 28,8-31,8 | 31,9-34,9 | 35,0-39,1 | 39,2 и выше |
| 5,0-5,5 | 28,4 и ниже | 28,5-31,5 | 31,6-34,6 | 34,7-38,8 | 38,9 и выше |
| 5,6-5,11 | 28,1 и ниже | 28,2-31,2 | 31,3-34,3 | 34,4-38,5 | 38,6 и выше |
| 6,0-6,5 | 27,8 и ниже | 27,9-30,9 | 31,0-34,0 | 34,1-38,2 | 38,3 и выше |
| 6,6-6,11 | 27,5 и ниже | 27,6-30,6 | 32,7-33,7 | 33,8-37,9 | 38,0 и выше |
| 7,0-7,5 | 27,2 и ниже | 27,3-30,3 | 32,4-33,4 | 33,5-37,6 | 37,7 и выше |
| 7,6-7,11 | 26,9 и ниже | 27,0-30,0 | 32,1-33,1 | 33,2-37,3 | 37,4 и выше |
|  |  |  |  |  |  |  |
| Подъем туловища в сед (количество раз за 30 с) | 4,0-4,5 | 11 и выше | 9-10 | 7-8 | 4-6 | 3 и ниже |
| 4,6-4,11 | 12 и выше | 10-11 | 8-9 | 5-7 | 4 и ниже |
| 5,0-5,5 | 12 и выше | 11 | 9-10 | 6-8 | 5 и ниже |
| 5,6-5,11 | 13 и выше | 11-12 | 9-10 | 6-8 | 5 и ниже |
| 6,0-6,5 | 13 и выше | 12 | 10-11 | 7-9 | 6 и ниже |
| 6,6-6,11 | 14 и выше | 12-13 | 10-11 | 7-9 | 6 и ниже |
| 7,0-7,5 | 15 и выше | 13-14 | 11-12 | 8-10 | 7 и ниже |
| 7,6-7,11 | 15 и выше | 14 | 12-13 | 9-11 | 8 и ниже |
|  |  |  |  |  |  |  |
| Прыжок в длину с места (см) | 4,0-4,5 | 80 и выше | 68-79 | 56-67 | 42-55 | 41 и ниже |
| 4,6-4,11 | 90 и выше | 78-89 | 66-77 | 49-65 | 48 и ниже |
| 5,0-5,5 | 95 и выше | 84-94 | 73-83 | 56-72 | 55 и ниже |
| 5,6-5,11 | 105 и выше | 94-104 | 83-93 | 69-82 | 68 и ниже |
| 6,0-6,5 | 110 и выше | 99-109 | 88-98 | 74-87 | 73 и ниже |
| 6,6-6,11 | 120 и выше | 109-119 | 98-108 | 84-97 | 83 и ниже |
| 7,0-7,5 | 123 и выше | 111-122 | 99-110 | 85-98 | 84 и ниже |
| 7,6-7,11 | 127 и выше | 115-126 | 103-114 | 88-102 | 87 и ниже |