



МОНИТОРИНГ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ В ДЕТСКОМ САДУ

- «Кузнечик»- прыжки в длину с места;
- «Снайпер»- метание мяча в цель;
- «Цапля»- стойка на одной ноге, равновесие;
- «Скакалочка» (с 6 лет)
- «Баскетбол»-отбивание мяча одной рукой;
- «Перочинный ножик»- гибкость.

« Кузнечик»- прыжки в длину с места



возраст	(плохо)	(удовлетв)	(хорошо)
5 лет	Меньше 90	90-99 см	99-115
6-7 лет	Меньше 110см	111-122см	123-135
4 года	Меньше 60см	61-75 см	76-90 см

- * «Цапля»-стойка на одной ноге .
- * (равновесие)



возраст	Плохо	Удовлетв.	Хорошо
5 лет	Меньше 3 сек	3-7 сек	8-10сек
6-7 лет	Меньше 4 сек	4-8сек	8-12 сек
4 года	Меньше 2 сек	2-3 сек	4-7 сек

- * «Перочинный ножик» - гибкость.
Определяется в наклоне вперед, стоя на скамейке, ноги прямые. Взрослый держит колени ребенка.



возраст	Плохо	удовлетвор	хорошо
4 года	Меньше 4 см	4-8 см	9-13см
5 лет	Меньше 2 см	2-5 см	6-10см
6-7 лет	Меньше 2 см	2-6см	7-9см

* «Снайперы»- метание малого мяча в цель.
Броском из-за головы попасть в кубик на
расстоянии 3м. Оценивается расстояние от
места падения мяча на пол до кубика в см.

возраст	плохо	Удовлет-о	хорошо
4 года	Более 110см	110-86см	85-55см
5 лет	Более 70см	70-61см	50-35см
6-7 лет	Более 60см	60-46см	45-30см



- * «Баскетбол»- отбивание мяча одной рукой об пол. Оценивается результат за 10 сек.

Возраст	плохо	Удовлет-о	хорошо
4 года	Меньше 4 раз	4-8 раз	8-10 раз
5 лет	Меньше 8 раз	8-12 раз	13-16 раз
6-7 лет	Меньше 12 раз	12-16 раз	17-20 раз



* «Скакалочка»- прыжки со скакалкой.
Оценивается количество прыжков за 10 сек.



Возраст	плохо	Удовл-о	хорошо
6-7 лет	Меньше 16 раз	16-21 раз	21-23 раза





* Как улучшить развитие ребенка, его физические качества? Об этом узнаете в следующем разделе выпуска.

* Спасибо за внимание!

