

**Образовательная область «Физическое развитие»**  
 группа общеразвивающей направленности от 5 до 6 лет

№	Тесты	Единицы измерения	Уровень показателей			
				высокий	средний	низкий
<b>Физическая культура</b>						
1	Скорость. Бег на 10 м с места	Сек.	М	<1,8	1,7-2,6	>2,5
			Д	<1,9	1,8-2,6	>,27
2	Челночный бег	Сек.	М	>9.9	11.1-9.8	<11.2
			д	>10.0	11.2-9.9	<11.3
3	Скоростно-силовой показатель Прыжок в длину	См	М	-95	100-120	>121-125
			Д	<90	91-109	110-120
4	Скоростно-силовой показатель метание набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы	См	М	<2.15	2.15-300	>300-3.40
			Д	<1.75	175-3 00	>3.00
5	Гибкость наклон вперед из исходного положения сидя	См	М	<1	3-10	>10
			Д	<3	5-9	10-13
6	Подъём туловища в сед	Кол- раз за 30 сек	М	<6-8	9-19	>22
			Д	<6-8	9 -17	18-20
7	Статическое равновесие	сек	М	<25	24-34	>35
			д	<11	12-19	>20
<b>Обучение плаванию</b>						
1	Упражнения на сопротивление воды	Сек	м	5,6	4,3	3,1
			д	5,0	3,9	2,8
2	Погружение с головой в воду	Сек	м	3,1	2,3	1,5
			д	3,0	2,1	1,3
3	Упражнения на дыхание	Сек	м	3,1	2,3	1,5
			д	3,0	2,3	1,5
4	Лежание на воде	Сек	м	9,3	5,3-6,6	1,3

			д	8,4	5,1-6,1	2,7
5	Скольжение на груди	Сек	м	2,7	1,3-2,1	1,6
			д	3,1	2,1	1,2
6	Плавание	Сек	м	3,7	2,8-3,2	2,2
			д	4,2	2,9-3,6	2,2

#### Представления о здоровом образе жизни

1.	<b>Приобщение к миру физической культуры</b>	<p>Знает многие предметы и действия, связанные с выполнением гигиенических процессов, виды спорта и элементы спортивных игр, танцевальных движений, дыхательные упражнения. Имеет представления о событиях физкультурной и спортивной жизни страны. Имеет представления об основных частях тела человека, особенностях их строения, функциях важнейших органов и систем организма. Знает и соблюдает правила личной безопасности в быту и в различных жизненных ситуациях, бережного отношения к своему телу.</p>	<p>Знает некоторые предметы и действия, связанные с выполнением гигиенических процессов, виды спорта и элементы спортивных игр, танцевальных движений, дыхательные упражнения. Имеет некоторые представления о событиях физкультурной и спортивной жизни страны. Имеет некоторые представления об основных частях тела человека, особенностях их строения, функциях важнейших органов и систем организма. Знает и называет части тела человека, их основные функции с небольшой помощью взрослого.</p>	<p>Знает лишь некоторые предметы и действия, связанные с выполнением гигиенических процессов, виды спорта и элементы спортивных игр, танцевальных движений. Имеет поверхностные представления о событиях физкультурной и спортивной жизни страны. Называет части тела человека, их основные функции, представления об основных частях тела человека, особенностях их строения, функциях важнейших органов и систем организма с помощью взрослого.</p>
2.	<b>Культурно-гигиенические навыки</b>	<p>Развит самоконтроль при выполнении правил и норм личной гигиены. Совершенствуется навыки культурного поведения во время еды, воспитывается стремление к чистоте. Выполняет все операции, действия в полном объеме и последовательности. Проявляет заинтересованность и активность в достижении результата. Охотно реагирует на педагогическое воздействие взрослого. Осознает необходимость в помощи. Совершенствуются навыки аккуратной еды. Знает наименования и назначение основных столовых приборов, блюд, последовательность еды, элементы сервировки стола. Правильно пользуется ложкой, вилкой, ножом, салфеткой. Выходя из-за стола, тихо задвигает стул, благодарит взрослого. Проявляет тщательность, аккуратность, не испытывает необходимости в</p>	<p>Выполняет операции действия не всегда полно и точно, возможно нарушение последовательности. Проявляет как заинтересованность, активность в процессе самостоятельной деятельности, при напоминании проявляет стремление к результату. Охотно реагирует на педагогическое воздействие взрослого. Не проявляет стремление выполнить быстрее. От помощи отказывается, хотя она необходима. Стремится к аккуратности, но не всегда достигает. От помощи отказывается, хотя она необходима. Охотно реагирует на педагогическое воздействие. Есть некоторые затруднения в использовании столовых приборов.</p>	<p>Слабое овладение операциями навыка. Слабое проявление заинтересованности. Активность не проявляет. Слабо реагирует на воздействия педагога. Не проявляет стремление к тщательности, аккуратности. Не способен к быстрому выполнению. Принимает помощь окружающих. Проявляет интерес к процессу, не думает о результатах. Активность не проявляет. Не проявляет стремления к тщательности, аккуратности. Принимает помощь окружающих.</p>

		ПОМОЩИ.		
--	--	---------	--	--

**Образовательная область «Физическое развитие»**  
 группа общеразвивающей направленности от 5 до 6 лет №  
 201\_\_ - 201\_\_ учебный год, май месяц

№ п/п	Ф.И. ребенка	Физическая культура	Обучение плаванию	Физическая культура на открытом воздухе	Представления о здоровом образе жизни	Итого
1.		0	0	0	0	0
2.		0	0	0	0	0
3.		0	0	0	0	0
4.		0	0	0	0	0
5.		0	0	0	0	0
6.		0	0	0	0	0
7.		0	0	0	0	0
8.		0	0	0	0	0
9.		0	0	0	0	0
10.		0	0	0	0	0
11.		0	0	0	0	0
12.		0	0	0	0	0
13.		0	0	0	0	0
14.		0	0	0	0	0
15.		0	0	0	0	0
16.		0	0	0	0	0
17.		0	0	0	0	0
18.		0	0	0	0	0
19.		0	0	0	0	0
20.		0	0	0	0	0
21.		0	0	0	0	0
22.		0	0	0	0	0
23.		0	0	0	0	0
24.		0	0	0	0	0
25.		0	0	0	0	0
Итого:	Высокий уровень 0					
	Средний уровень 0					
	Низкий уровень 0					