

## **КОМПЛЕКСНАЯ ОЦЕНКА состояния показателей уровня развития координационных двигательных способностей детей 5-7 лет**

Для выявления уровня развития координационных двигательных способностей воспитанников старшего дошкольного возраста, было проведено диагностическое обследование. В обследовательской деятельности использовалась методика М.А. Руновой, которая включала точные тесты на определение уровня развития координации детей.

М.А. Рунова, в своей книге «Двигательная активность ребёнка в детском саду 5-7 лет» (М, 2004), для определения развития координационных двигательных способностей ребёнка-дошкольника предлагает следующие диагностические тесты.

### **Тесты для определения координационных способностей**

Координация движений показывает возможность управления, сознательного контроля за двигательным образцом и своим движением.

#### **1. Тест «Челночный бег» 3×10 м.**

**Цель.** Определение способности быстро и точно перестраивать свои действия в соответствии с требованиями внезапно меняющейся обстановки.

**Методика.** В забеге могут принимать участие один или два человека. По сигналу «На старт!», участники выходят к линии старта (встают у контрольной линии). По сигналу «Марш!» (в этот момент инструктор включает секундомер) трехкратно преодолевают 10-метровую дистанцию, на которой по прямой линии расположены кубики (5 шт.). Ребенок обегает каждый кубик, не задевая его. Фиксируется общее время бега.

#### **2. Статическое равновесие**

**Цель.** Тест выявляет и тренирует координационные возможности.

**Методика.** Ребенок встает в стойку (положение) - «носок сзади стоящей ноги вплотную примыкает к пятке впереди стоящей ноги, стопы расположены на этой прямой линии, вес тела равномерно распределен на обе ноги, руки опущены вниз, туловище прямо, смотреть вперед» – и пытается при этом сохранить равновесие. Ребенок выполняет задание с открытыми глазами. Время удержания равновесия (длительность стояния) фиксируется в секундах, а также некоторые качественные показатели выполнения задания: расположение ног, характер балансирования. Из двух попыток фиксируется лучший результат.

#### **3. Тест «Подбрасывание и ловля мяча»**

**Цель.** Определение уровня развития ловкости и координации.

**Методика.** Ребенок принимает исходное положение (ноги на ширине плеч) и двумя руками подбрасывает вверх мяч диаметром 15-20 см как можно большее количество раз. Ребенку предлагается сделать 2 попытки. Фиксируется лучший результат.

**Ориентировочные нормативные показатели уровня развития  
координационных двигательных способностей детей 5-7 лет  
(по М.А. Руновой)**

№	Наименование показателя (тестовое задание)	УРОВНИ			
		Пол	5 лет	6 лет	7 лет
			<i>ниже среднего</i>	<i>средний</i>	<i>высокий</i>
			<b>1балл</b>	<b>2балла</b>	<b>3балла</b>
<b>1</b>	<b>Челночный бег (3x10м) (сек.)</b>	М	12,8 – 11,1	11,2 – 9,9	9,8 – 9,5
		Д	12,9 – 11,1	11,3 – 10,0	10,0 – 9,9
<b>2</b>	<b>Статическое равновесие (сек.)</b>	М	12 – 20	25 – 35	35 – 42
		Д	15 – 28	30 – 40	45 – 60
<b>3</b>	<b>Подбрасывание и ловля мяча (кол-во)</b>	М	15 – 25	26 – 40	45 – 60
		Д	15 – 25	26 – 40	40 – 55
<b>КОЛИЧЕСТВО БАЛЛОВ</b>					

Результаты диагностического обследования воспитанников могут быть по следующим уровням: **высокий; средний; ниже среднего.**

**Критерии оценки развития координационных двигательных способностей**

**I уровень - высокий** - 8-7 баллов

**II уровень - средний** - 6-4 баллов

**III уровень - ниже среднего** - 3-0 баллов

**Каждый уровень характеризуется  
следующими параметрами**

**I уровень - высокий - 8-7 баллов** - ребенок выполнил все задания на высоком уровне, без признаков переутомления, активно вел себя при выполнении упражнений, умел слушать педагога, понимал инструкции и выполнял задания без ошибок.

**II уровень - средний - 6-4 баллов** - ребенок выполнил задания на среднем или высоком уровне (но не было выполнения какого-либо задания на низком уровне), без признаков переутомления, допускали ошибки при усвоении инструкции педагога.

**III уровень - ниже среднего - 3-0 баллов** - ребенок выполнил одно или несколько заданий на низком уровне, переутомился, проявил пассивность или безразличие, имел негативные реакции в случае неудачного выполнения заданий.

**При определении уровня развития координационных двигательных способностей ребёнка следует ориентироваться на следующие факторы:**

- степень овладения ребёнком базовыми умениями и навыками в разных играх и упражнениях, элементами техники всех основных видов движений;
- умение активно участвовать в разных видах двигательной деятельности, самостоятельно использовать свой арсенал движений в разных условиях;
- развитие других физических качеств и двигательных способностей: быстроты реакции, ловкости, гибкости, силы, выносливости;
- общая двигательная активность ребёнка в течение всего времени пребывания в дошкольном учреждении.

**При тестировании детей соблюдались определённые правила.**

Обследование проводилось в первой половине дня, в часы наибольшей биологической активности, в хорошо проветренном физкультурном зале или на спортивной площадке. Одежда детей облегчённая. В день тестирования режим дня детей не был перегружен физически и эмоционально. Перед тестированием была проведена стандартная разминка всех систем организма в соответствии со спецификой теста. Была обеспечена спокойная обстановка, у ребёнка избегались отрицательные эмоции, соблюдался индивидуальный подход, учитывались возрастные особенности.

Форма проведения тестирования координационных двигательных способностей детей предусматривала их стремление показать наилучший результат: дети делали 2-3 попытки. Время между попытками одного и того же теста было достаточным для ликвидации возникшего после первой попытки утомления. Порядок каждого теста оставался постоянным, и не менялся ни при каких обстоятельствах.

Тестирование проводилось в стандартных одинаковых условиях, что снизило возможность ошибки в результатах и позволило получить более объективную информацию за исследуемый период. Во время тестирования учитывались индивидуальные возможности каждого ребёнка.

Наилучшие результаты, полученные в процессе тестирования, заносятся в протокол тестирования. В протокол записываются результаты на начало и конец года всей группы, по которым видна положительная динамика развития координационных двигательных способностей воспитанников. Также результаты записываются в индивидуальную карту физической подготовленности каждого ребёнка.

**Протокол тестирования уровня развития  
координационных двигательных способностей детей 5-7 лет.**

<b>Физическое качество</b>	<b>Контрольное упражнение (тест)</b>	<b>Имя Фамилия</b>	<b>Возраст, лет</b>	<b>Результат</b>	<b>Уровень</b>	<b>Рекомендации</b>
<b>Ловкость (координация)</b>	Челночный бег 3x10, м					
<b>Ловкость (координация)</b>	Подбрасывание и ловля мяча					
<b>Статическое равновесие (координация)</b>	Носок сзади Стоящей ноги вплотную при- мыкает к пятке (сек.)					

Дети, имеющие **высокие** показатели развития координационных двигательных способностей, выполняют все тесты (задания) на высоком уровне, без признаков переутомления, активно ведут себя при выполнении упражнений, умеют слушать педагога, понимают инструкции и выполняют задания без ошибок. Они отличаются быстротой и уверенностью действий, в случае неудачи не отступают от цели, а прилагают максимум усилий для достижения намеченного результата, умеют самостоятельно принимать решения, находить целесообразный способ действий, сдерживать свои чувства и желания.

Дети, имеющие **средние** показатели развития координационных двигательных способностей, выполняют все тесты (задания) без признаков переутомления, но допускают ошибки при усвоении инструкции педагога. Их характеризует неравномерность развития основных видов движений, физических и волевых качеств, разноплановость двигательного поведения. Так, наряду с высокими показателями силы, быстроты, выносливости, эти дети имеют низкие показатели ловкости и допускают много ошибок в технике сложных видов движений.

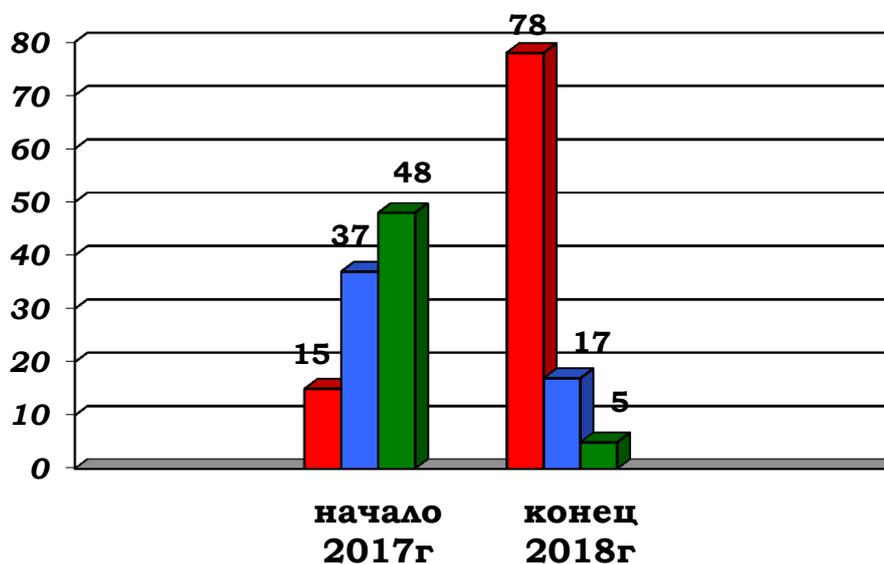
Дети с **ниже среднего** показателями развития координационных двигательных способностей (в большинстве случаев имеющие низкий уровень развития физических и волевых качеств и в основном низкие количественные и качественные показатели движений) в отличие от других детей почти не прилагают усилий, чтобы заставить себя работать. Они проявляют медлительность, недостаточную уверенность, неспособность преодолеть чувство страха. Им свойственно состояние угнетенности в связи с неудачами, неумение подавлять в себе отдель-

ные желания. Только в достаточно простой обстановке они обнаруживают некоторую активность.

Следует отметить большой интерес у дошкольников при выполнении тестовых испытаний. Как показали наблюдения, большая часть детей дошкольного возраста (65%) постоянно стремится сопоставить свои результаты с показателями сверстников, некоторые дети (35%) даже задумываются над тем, как улучшить свои показатели, стараются неоднократно повторять одно и то же задание, обращаются к педагогу за помощью и стремятся добиться хороших результатов. И лишь немногие дети остаются пассивными и инертными.

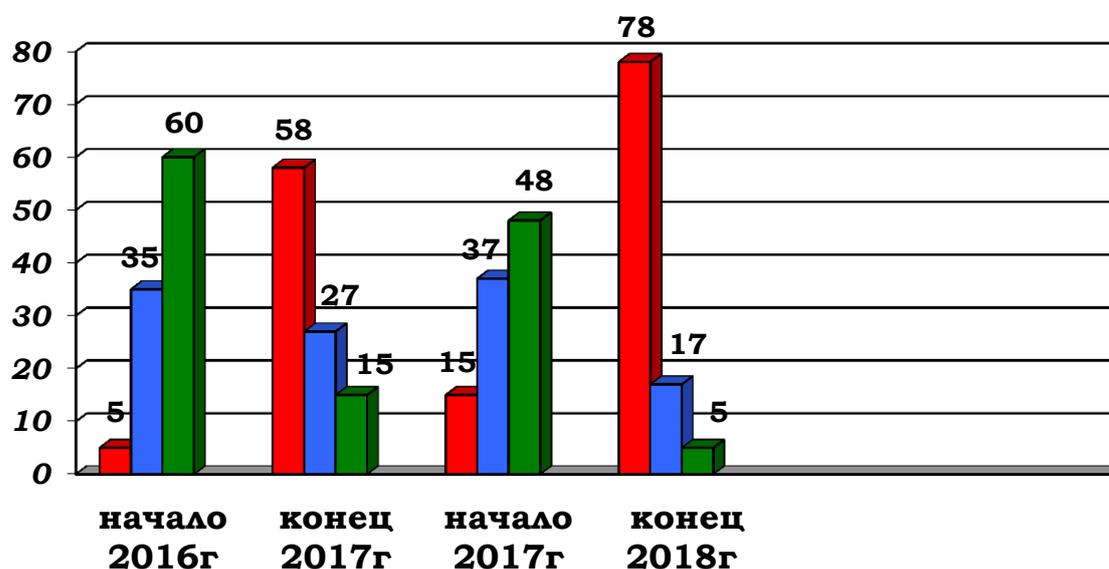
Выводы, сделанные на основе результатов диагностического обследования, позволяют планировать и организовывать дальнейшую работу по развитию координационных двигательных способностей воспитанников. (Определение содержания, этапов развития координации детей шестого и седьмого года жизни, разработка теоретических и практических условий, обеспечивающих успешную реализацию обучающей деятельности по развитию данного физического качества детей этого возраста в педагогическом процессе.)

### **Сравнительная диаграмма показателей уровня развития координационных способностей у старших дошкольников на начало 2017г и конец 2018г**



■ **высокий уровень %** ■ **средний уровень %** ■ **ниже среднего уровень %**

**Сравнительная диаграмма показателей уровня развития  
координационных способностей у старших дошкольников  
на начало и конец 2016 - 2018гг**



■ **высокий уровень %** ■ **средний уровень %** ■ **ниже среднего уровень %**

**Литература.**

1. М.А. Рунова “Двигательная активность ребёнка в детском саду: Пособие для педагогов дошкольных учреждений, преподавателей и студентов педвузов и колледжей”.- М.: Мозаика - Синтез, 2004-256с.
2. Т.А. Тарасова “Контроль физического состояния детей дошкольного возраста: Методические рекомендации для руководителей и педагогов ДОУ” – М.: ТЦ Сфера, 2005-175с.