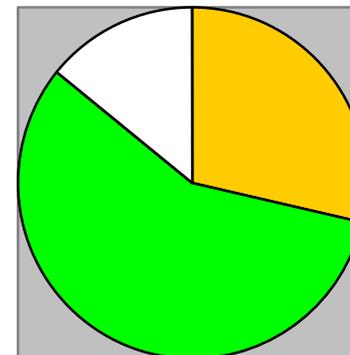


## Динамическая карта по тестированию уровня физической подготовки 2019 - 2020 уч.г.

### Средняя группа (сентябрь - январь 2019г.)

Высокий – 100% и выше (5 баллов) 35  
Выше среднего – 85-99% (4 балла) – 28  
Средний – 70-84% (3 балла) – 21  
Ниже среднего – 51-69% (2 балла) – 14  
Низкий – 50% и ниже (1 балл) – 7

Всего – 7 чел.  
Высокий – 0  
Выше среднего – 0  
Средний – 2 чел. – 29 %  
Ниже среднего – 4 чел. – 56 %  
Низкий – 0  
Инвалид - 1 чел. – 15 %



**Примечание:** В начале года дети средней группы хорошо справились с прыжками в длину с места, метания на дальность теннисного мяча, в броске набивного мяча и в беге на 90 м. Слабо дети выполнили упражнение на пресс и бег на короткую дистанцию. Уровень ниже среднего имеют 4 человека, а средний 2 человека.

#### Рекомендации для всей группы:

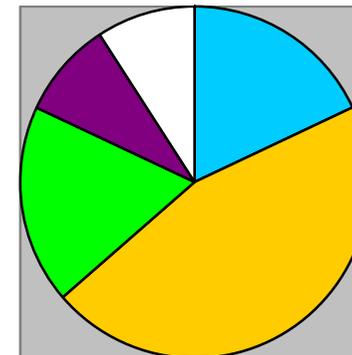
1. По утрам выполнять утреннюю зарядку.
2. Посещать в ДОУ все спортивные и коррекционные занятия.
3. На прогулке больше играть в подвижные игры, бегать и прыгать.
4. Укреплять грудные и брюшные мышцы организма, делая зарядку после сна.

## Динамическая карта по тестированию уровня физической подготовки 2019–2020 уч.год

### Подготовительная группа (сентябрь-январь 2019г.)

Высокий – 100% и выше (5 баллов) 35  
Выше среднего – 85-99% (4 балла) – 28  
Средний – 70-84% (3 балла) – 21  
Ниже среднего – 51-69% (2 балла) – 14  
Низкий – 50% и ниже (1 балл) – 7

Всего – 11 чел.  
Высокий – 0  
Выше среднего – 2чел.- 18 %  
Средний – 5чел. – 46 %  
Ниже среднего – 2чел. –18 %  
Низкий – 1 чел.- 9 %  
Инвалид - 1 чел. – 9 %



**Примечание:** В начале года дети подготовительной группы отлично сделали упражнение на пресс, хороший уровень показали в прыжках с места и упражнение на гибкость. Слабо выполнили нормативы в метании теннисного мяча, бросок набивного мяча и бег на длинную дистанцию 150м.

### Рекомендации для всей группы:

1. Каждое утро выполнять утреннюю зарядку.
2. Больше ходить и бегать на длинные дистанции, развивая выносливость.
3. Развить скоростные качества, играть в подвижные и спортивные игры.
4. Укреплять мышцы спины, делать упражнения «звезда», «лодочка» и т. д.
5. На прогулках выполнять упражнение на метание в цель и на дальность.
6. Выполнять отжимание, подтягивание, укрепляя мышцы рук.

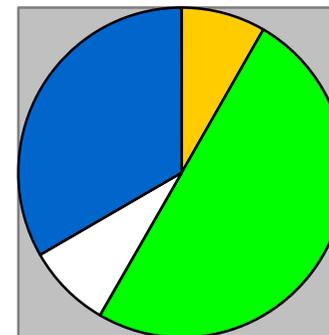
## Динамическая карта по тестированию уровня физической подготовки 2019 – 2020 уч.год

### Старшая группа (сентябрь-январь 2019г)

Высокий – 100% и выше (5 баллов) 35  
Выше среднего – 85-99% (4 балла) – 28  
Средний – 70-84% (3 балла) – 21  
Ниже среднего – 51-69% (2 балла) – 14  
Низкий – 50% и ниже (1 балл) – 7

Всего –12 чел.

Высокий – 0  
Выше среднего – 1 чел.- 9%  
Средний – 4чел. – 33 %  
Ниже среднего –6чел. –49 %  
Низкий – 0  
Инвалид - 1 чел. – 8%



**Примечание:** В начале года дети старшей группы хорошо справились с прыжками с места, в упражнении на пресс и гибкость. Хуже в броске набивного мяча и плохо сделали беговые упражнения: бег на 30м., бег на 150 м. и метание теннисного мяча на дальность.

#### Рекомендации для всей группы:

3. Всем по утрам делать утреннюю зарядку и посещать спортивные занятия в ДОУ.
2. На прогулке больше играть в подвижные игры, бегать и прыгать.
4. Укреплять все мышцы организма, выполняя рекомендованные упражнения.
5. На улице чаще кидать мячи на дальность и в цель.