

ОТЧЕТ

ПО РЕЗУЛЬТАТАМ ОЦЕНКИ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДОШКОЛЬНИКОВ

Актуальность. В последние годы наблюдается тенденция к ухудшению здоровья детей дошкольного возраста. Среди детей в возрасте до 7 лет в 13,5 % случаев выявляются отклонения в физическом развитии. Такая ситуация свидетельствует о необходимости установления условий, содействующих сохранению и укреплению здоровья детей. Огромную роль в решении этой проблемы играет грамотная организация физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном учреждении. Осуществление этого тезиса должно основываться как на знании анатомо-физиологических и психологических особенностей развития детей дошкольного возраста, так и на учете индивидуальных характеристик каждого ребенка.

Индивидуализация физического воспитания детей на основе оценки их физического состояния изучалась многими авторами. Фундаментальные исследования данной проблемы были проведены С.О. Филипповой¹ и Н.Л. Петренкиной². Однако изменения, происходящие в системе дошкольного образования, требуют продолжения исследований для определения современных подходов к ее решению.

Содержание физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном учреждении направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение таких задач как: а) развитие физических качеств; б) накопление и обогащение двигательного опыта детей; в) формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

¹ *Филиппова, С.О.* Физическая культура в системе образования дошкольников : дис. ... д-ра пед. наук. – СПб., 2002. – 495 с.

² *Петренкина Н.Л.* Определение физической подготовленности детей старшего дошкольного возраста : автореф. дис. . канд. пед. наук. - СПб., 2004. - 18 с.

В настоящее время дошкольные учреждения работают по различным образовательным программам. Каждая из них предусматривает необходимость контроля физической подготовленности детей для определения их индивидуального образовательного маршрута.

В оценке физической подготовленности дошкольников особое место занимает вопрос нормативов. В большинстве программ дошкольного образования (как традиционной, так и новых) определены конкретные результаты тестов для детей каждой возрастно-половой группы.

Многие исследователи считают, что оценка физической подготовленности детей должна проводиться на основе сопоставления результатов с должными нормами. В то же время, необходимо обновлять каждые пять лет «стандарты» соматических характеристик и двигательных возможностей детей.

Целью данного этапа исследования была характеристика показателей физической подготовленности детей, посещавших дошкольные учреждения в 2006 и 2016 годах.

Методы исследования. В работе использовалась традиционная система экспресс-тестирования физической подготовленности дошкольников (Н.Л. Петренкина, 2006).

Физическая подготовленность дошкольников определялась по двум блокам: развитие физических качеств и сформированность двигательных навыков.

Определение уровня развития физических качеств проводилось по тестам, которые комплексно характеризуют развитие детей: челночный бег 5 раз по 6 м, прыжок в длину с места, подъем в сед из положения лежа за 30 сек.

Челночный бег. Испытуемые пробегают дистанцию 30 метров (5 отрезков по 6 метров) перенося поочередно с линии старта на линию финиша 3 кубика (ребро 7 см).

Тестирование проводилось парами. На линии старта устанавливается два набора кубиков (по три). На расстоянии 6 метров от линии старта обо-

значается линия финиша. За линией финиша напротив каждого набора кубиков кладется по обручу. По команде: «На старт!» двое тестируемых встают около своих кубиков, по команде: «Внимание!» наклоняются к первому кубику, но не касаются его, по команде: «Марш!» поочередно переносят кубики в свой обруч (кладут, а не бросают!). Положив последний (третий) кубик в обруч, дети встают, подняв руку вверх, обозначая окончание выполнения теста. Испытуемым предоставляется две попытки, учитывается время лучшей попытки в секундах.

Прыжок в длину с места. Ребенок встает у линии старта, касаясь ее носками, подседая, отводит руки назад и с махом руками вперед выполняет прыжок, приземляясь на две ноги. Учитывается расстояние от линии старта до места соприкосновения пяток с грунтом. Результат оценивается в сантиметрах по лучшему прыжку из трех попыток.

Подъем в сед из положения лежа на спине. Ребенок садится на мат, ноги согнуты в коленях под углом 90, стопы под нижней рейкой гимнастической стенки, руки на груди скрестно. Из исходного положения ребенок ложится на спину, коснувшись лопатками мата, поднимается в сед и, выпрямляя руки вперед, касается пальцами гимнастической стенки.

По команде «Марш!», ребенок старается делать сгибание - разгибание тела как можно быстрее на протяжении 30 сек. Подсчитывается число полных циклов (цикл считается завершенным, когда ребенок коснулся пальцами перекладины гимнастической стенки).

Уровень сформированности двигательных навыков старших дошкольников оценивается с помощью контрольных упражнений: метание в цель, прыжки через короткую скакалку за 30 сек; ведение мяча - 30 сек.

Метание теннисного мяча в цель (удобной рукой). Метание в обруч диаметром 50 см, высота до центра цели - 1,5 м с расстояния 3 м. В протокол заносится число попаданий в обруч из 5 попыток.

Прыжки через скакалку. Ребенку предлагается выполнить, как можно больше прыжков на двух ногах через короткую скакалку за 30 сек. Количество выполненных прыжков заносится в протокол.

Ведение мяча. Ребенку предлагается отбивать мяч от пола удобной рукой на протяжении 30 сек. Фиксируется количество ударов об пол. При потере мяча, ребенок подбирает мяч и снова выполняет отбивание до истечения времени. Разрешается небольшое продвижение ребенком в сторону мяча. В протокол заносится общее количество ударов об пол за 30 секунд.

Организация исследования. Тестирование проводилось в марте-мае 2016 года. В тестировании участвовали дети 5, 6 и 7 лет, посещающие дошкольные учреждения № 60 и 73 Красносельского района Санкт-Петербурга.

ОПРЕДЕЛЕНИЕ ТЕНДЕНЦИЙ В РЕЗУЛЬТАТАХ ТЕСТИРОВАНИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ ЗА 10 ЛЕТ

С целью определения изменения уровня физической подготовленности дошкольников, проводилось сравнение результатов тестирования 2006 и 2016 годов.

Результаты тестирования дошкольников в 2016 году

Тестирование дошкольников в 2016 году проводилось с учетом возраста. Дифференцирование результатов мальчиков и девочек в исследование не предусматривалось.

Таблица 1 – Первичные результаты тестирования дошкольников 2016 год

<i>Группа</i>	<i>Челночный бег 5х6 м (сек)</i>	<i>Метание в вертикальную цель (кол-во раз)</i>	<i>Отбивание мяча удобной рукой за 30 сек (кол-во раз)</i>	<i>Прыжки через короткую скакалку за 30 сек (кол-во раз)</i>	<i>Подъем туловища в сед из положения лежа за 30 сек (кол-во раз)</i>	<i>Прыжок в длину с места</i>
Детский сад № 60						
Средняя №20	16.45	2		3		90
Средняя №5	14.39	2	14	5	13	82
Средняя №6	15.96	2	7	7	12	88
Средняя №17	15.30	2	24	3	11	82
Старшая №3	13.38	2	27	24	15	98
Старшая №7	13.77	4	28	14	12	90
Старшая №13	16.33	1	10	5	12	73
Старшая №19	13.62	2		5	13	101
Подготовительная №2	13.29	2	33	20	15	113
Подготовительная №9	16.37	4	39	48		
Детский сад № 73						
Средняя №8	15.07	3	10	3	9	97
Старшая №5	12.56	1	13	10	12	102
Старшая №7	12.84	3	10	7	10	102
Старшая №11	12.03	2	16		13	101
Подготовительная №3	12.60	3	31	21	15	102
Подготовительная №6	12.23	2	37	11	18	122
Подготовительная №12	12.95	3	27	12	13	115

Таблица 2 – Средние результаты тестирования дошкольников по возрастным группам
2016 год

<i>Возраст</i>	<i>Челночный бег 5х6 м (сек)</i>	<i>Метание в вертикальную цель (кол-во раз)</i>	<i>Отбивание мяча удобной рукой за 30 сек (кол-во раз)</i>	<i>Прыжки через короткую скакалку за 30 сек (кол-во раз)</i>	<i>Подъем туловища в сед из положения лежа за 30 сек (кол-во раз)</i>	<i>Прыжок в длину с места</i>
Детский сад № 60						
5 лет	15,53	2	15	4,25	12	85,5
6 лет	14,28	2,25	21,67	12	13	90,5
7 лет	14,83	3	36	34	15	113
Детский сад № 73						
5 лет	15,07	3	10	3	9	97
6 лет	12,48	2	13	8,5	11,67	101,67
7 лет	12,59	2,67	31,67	14,67	15,33	113

Результаты анализа полученных данных представлены на рисунках 1-6.

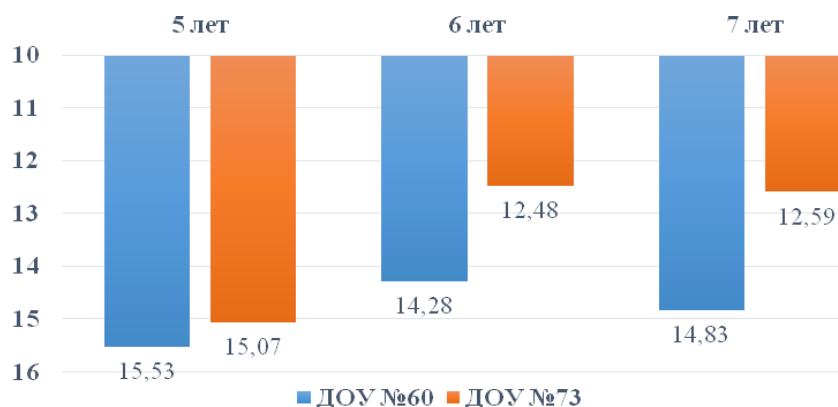


Рисунок 1 – Результаты теста «Челночный бег 5х6 м»

По результатам теста видно, что у детей из ДОУ №73 в среднем лучше развита быстрота. Если у детей пятилетнего возраста результаты незначительно разнятся, то с возрастом разрыв по результатам увеличивается.

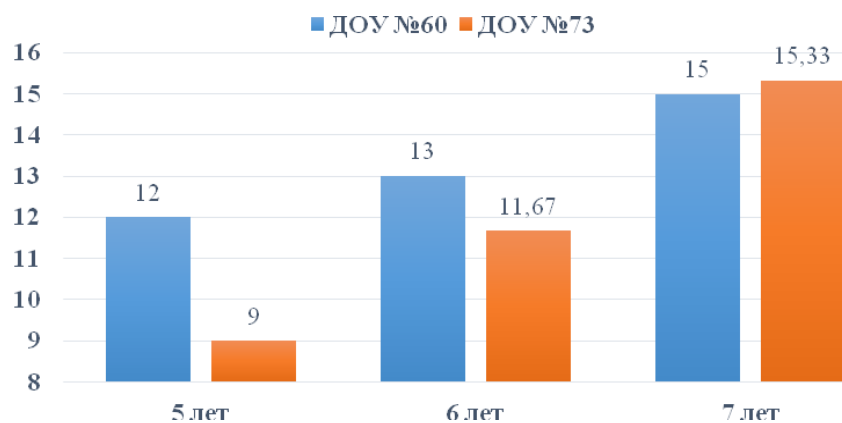


Рисунок 2 – Результаты теста «Подъем туловища в сед из положения лежа за 30 сек»

По результатам теста можно отметить, что в средних и старших группах наблюдается превосходство результатов детей из ДОУ №60. В подготовительной же группе результаты незначительно выше у детей из ДОУ №73.

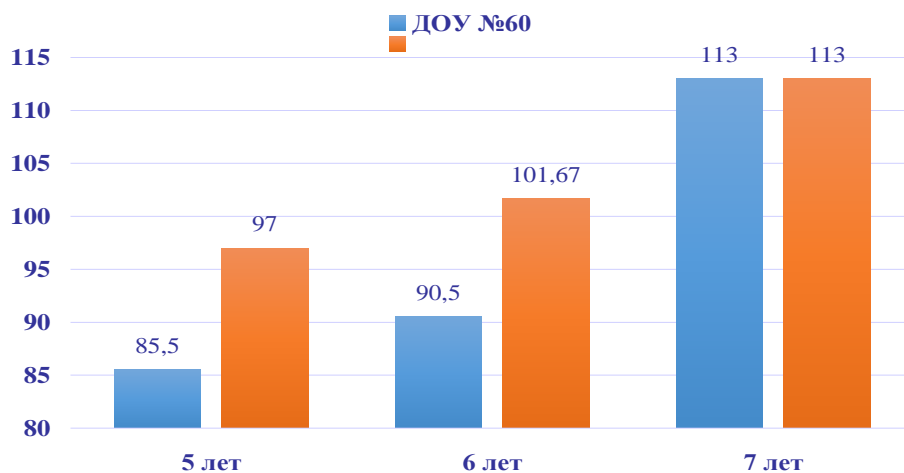


Рисунок 3 – Результаты теста «Прыжок в длину с места»

На рисунке видно, что результаты детей средних и старших групп из ДОУ №73 существенно превосходят тестируемых из ДОУ №60 в скоростно-силовых способностях. В подготовительной группе результаты идентичны.

По результатам трех тестов, где весомую роль играли физические способности детей наблюдается, что результаты детей из ДОУ №73 превосходят результаты детей из ДОУ №60 по скоростно-силовым и скоростным способностям, но незначительно уступают в силовых. Исходя из этого можно сделать вывод, что у детей из ДОУ №73 более высокий уровень развития физических качеств.

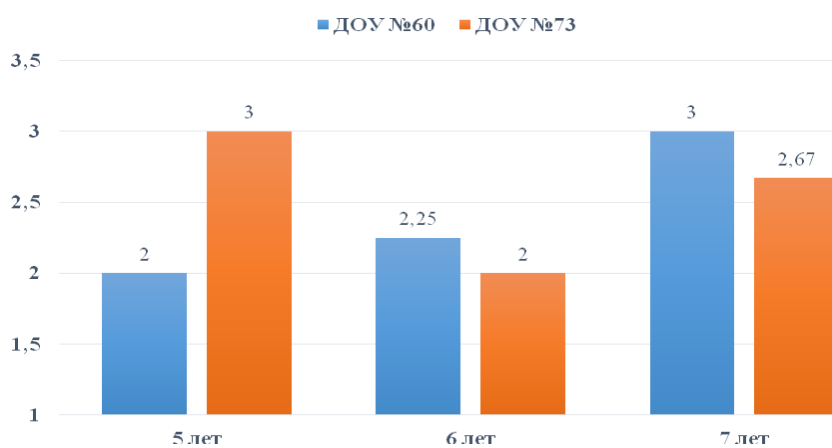


Рисунок 4 – Результаты теста «Метание в вертикальную цель»

По данным тестирования можно отметить, что дети пятилетнего возраста из ДОУ №73 показали более высокие результаты в метании в вертикальную цель. Однако прослеживается тенденция роста показателей у детей из ДОУ №60. В старших и подготовительных группах они показывают более высокие результаты, чем дети из ДОУ № 73.

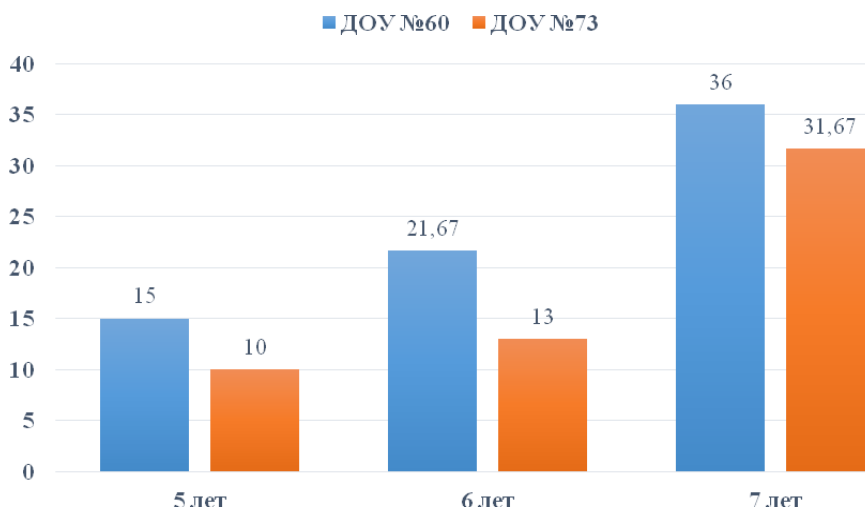


Рисунок 5 – Результаты теста «Отбивание мяча удобной рукой за 30 сек»

По результатам тестирования прослеживается явное превосходство детей из ДОУ №60 во всех возрастных группах.

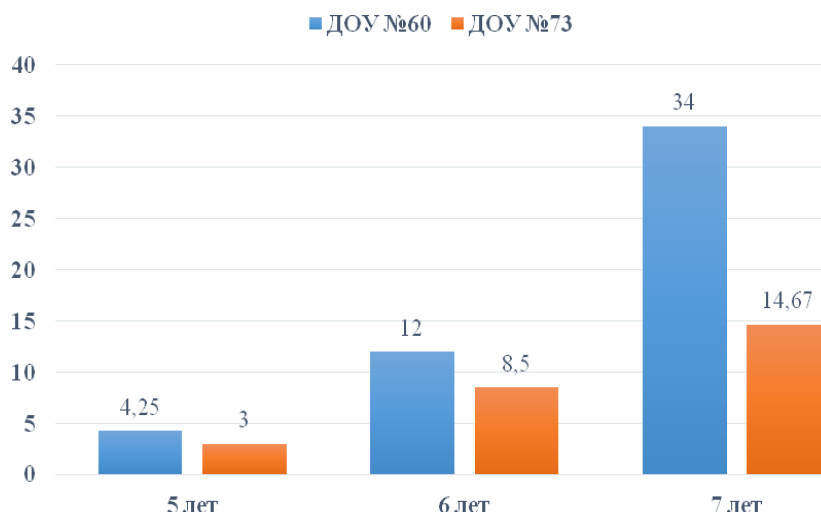


Рисунок 6 – Результаты теста «Прыжки через короткую скакалку за 30 сек»

В средних и старших группах наблюдается небольшое превосходство результатов испытуемых из ДОУ №60. В подготовительной же группе результаты детей из ДОУ №60 значительно выше.

В данной группе тестов, весомую роль играют навыки детей, которые приобретаются в результате обучения и тренировки. В данном случае чрез-

вычайно важна компетентность и профессионализм педагога. Именно он играет важнейшую роль в двигательном развитии детей.

На основании этого можно сделать вывод, что уровень физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ №60 выше, чем в ДОУ №73.

Сравнительный анализ результатов тестирования дошкольников 2006 и 2016 годов

Для проведения анализа были использованы результаты тестирования дошкольников, представленные в исследовании Н.Л. Петренкиной¹ в 2006 году. Анализ проводился по показателям, соответствующим 3 баллам (средний показатель). Ниже представлены анализируемые данные.

Таблица 3 – Распределение результатов тестирования по баллам (мальчики 5 лет)

Челночный бег 5х6 м (сек)	13,8-15,2
Прыжок в длину с места (см)	98-109
Подъем туловища в сед из положения лежа 30сек (кол-во раз)	13-17
Прыжки через короткую скакалку 30 сек (кол-во раз)	3-4
Метание в вертикальную цель (кол-во раз из 5 попыток)	3
Отбивание мяча удобной рукой за 30 сек (кол-во раз)	7-11

¹ Петренкина Н. Л. Определение физической подготовленности детей старшего дошкольного возраста : дис. ... канд. психол. наук : 13.00.04. – СПб, 2004. – 157 с.

Таблица 4 – Распределение результатов тестирования по баллам (мальчики 6 лет)

Челночный бег 5х6 м (сек)	13,0-14,6
Прыжок в длину с места (см)	110-121
Подъем туловища в сед из положения лежа 30сек (кол-во раз)	14-16
Прыжки через короткую скакалку 30 сек (кол-во раз)	5-8
Метание в вертикальную цель (кол-во раз из 5 попыток)	3
Отбивание мяча удобной рукой за 30 сек (кол-во раз)	18-30

Таблица 5 – Распределение результатов тестирования по баллам (мальчики 7 лет)

Челночный бег 5х6 м (сек)	13,1-14,8
Прыжок в длину с места (см)	120-135
Подъем туловища в сед из положения лежа 30сек (кол-во раз)	15-17
Прыжки через короткую скакалку 30 сек (кол-во раз)	11-16
Метание в вертикальную цель (кол-во раз из 5 попыток)	3
Отбивание мяча удобной рукой за 30 сек (кол-во раз)	26-38

Таблица 6 – Распределение результатов тестирования по баллам (девочки 5 лет)

Челночный бег 5х6 м (сек)	14,4-15,7
Прыжок в длину с места (см)	87-98
Подъем туловища в сед из положения лежа 30сек (кол-во раз)	12-14
Прыжки через короткую скакалку 30 сек (кол-во раз)	6-9
Метание в вертикальную цель (кол-во раз из 5 попыток)	3
Отбивание мяча удобной рукой за 30 сек (кол-во раз)	12-19

Таблица 7 – Распределение результатов тестирования по баллам (девочки 6 лет)

Челночный бег 5х6 м (сек)	13,5-15,3
Прыжок в длину с места (см)	105-115
Подъем туловища в сед из положения лежа 30сек (кол-во раз)	14-15
Прыжки через короткую скакалку 30 сек (кол-во раз)	14-22
Метание в вертикальную цель (кол-во раз из 5 попыток)	3
Отбивание мяча удобной рукой за 30 сек (кол-во раз)	14-21

Таблица 8 – Распределение результатов тестирования по баллам (девочки 7 лет)

Челночный бег 5х6 м (сек)	12,9-14,9
Прыжок в длину с места (см)	115-126
Подъем туловища в сед из положения лежа 30сек (кол-во раз)	15-17
Прыжки через короткую скакалку 30 сек (кол-во раз)	18-25
Метание в вертикальную цель (кол-во раз из 5 попыток)	3
Отбивание мяча удобной рукой за 30 сек (кол-во раз)	24-37

Для 2006 года в нашем исследовании рассчитывались средний показатель результатов девочек и мальчиков одной возрастной группы.

Таблица 9 – Средние результаты тестирования дошкольников по возрастным группам

2006 год

<i>Возраст</i>	<i>Челночный бег 5х6 м (сек)</i>	<i>Метание в вертикальную цель (кол-во раз)</i>	<i>Отбивание мяча удобной рукой за 30 сек (кол-во раз)</i>	<i>Прыжки через короткую скакалку за 30 сек (кол-во раз)</i>	<i>Подъем туловища в сед из положения лежа за 30 сек (кол-во раз)</i>	<i>Прыжок в длину с места</i>
5 лет	14,78	3	12,25	5,5	14	98
6 лет	14,1	3	20,75	12,25	14,75	112,75
7 лет	13,93	3	31,25	17,5	16,5	124

Для 2016 года в нашем исследовании рассчитывались средний показатель воспитанников ДОУ №60 и ДОУ №73 одной возрастной группы.

Таблица 10 – Средние результаты тестирования дошкольников по возрастным группам 2016 год

<i>Возраст</i>	<i>Челночный бег 5х6 м (сек)</i>	<i>Метание в вертикальную цель (кол-во раз)</i>	<i>Отбивание мяча удобной рукой за 30 сек (кол-во раз)</i>	<i>Прыжки через короткую скакалку за 30 сек (кол-во раз)</i>	<i>Подъем туловища в сед из положения лежа за 30 сек (кол-во раз)</i>	<i>Прыжок в длину с места</i>
5 лет	15,3	2,5	12,5	3,63	10,5	91,25
6 лет	13,38	2,13	17,33	10,25	12,34	96,09
7 лет	13,71	2,84	33,84	24,34	15,17	113

Результаты анализа полученных данных представлены на рисунках 7-12.

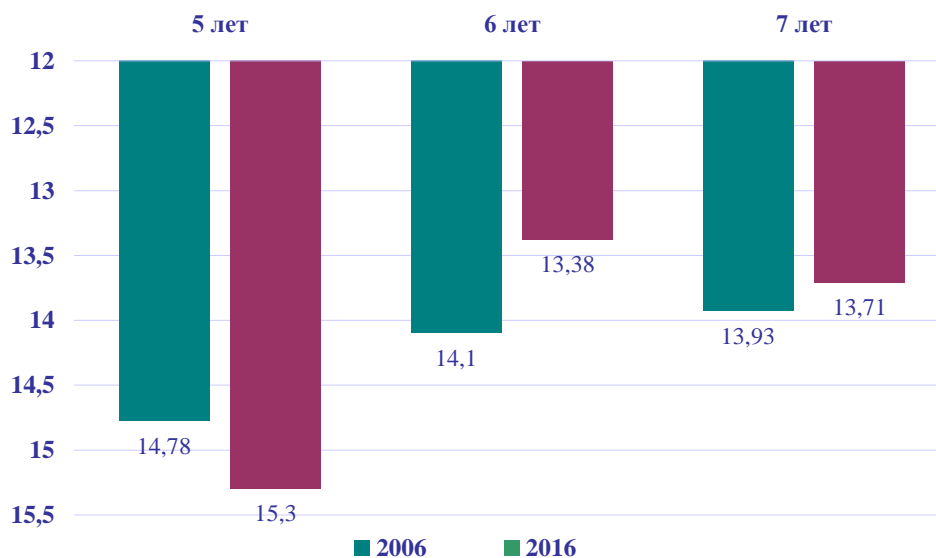


Рисунок 7 – Результаты теста «Челночный бег 5х6 м»

При сравнительном анализе наблюдается, что у испытуемых пятилетнего возраста результаты лучше в тестировании 2006 года. У испытуемых шестилетнего и семилетнего возрастов результаты выше в тестировании 2016 года.

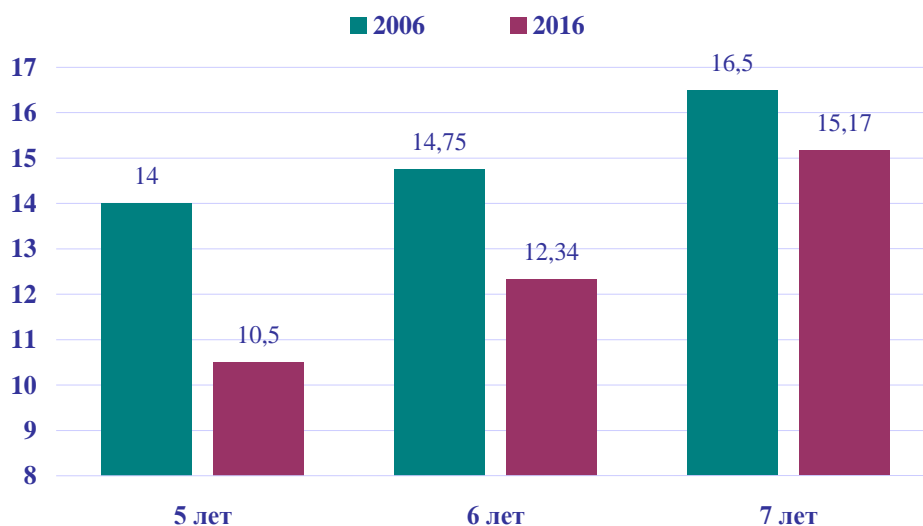


Рисунок 8 – Результаты теста «Подъем туловища в сед из положения лежа за 30 сек»

В тесте «Подъем туловища в сед из положения лежа за 30 сек» результаты испытуемых 2006 года во всех возрастных группах преобладают над результатами испытуемых 2016 года.

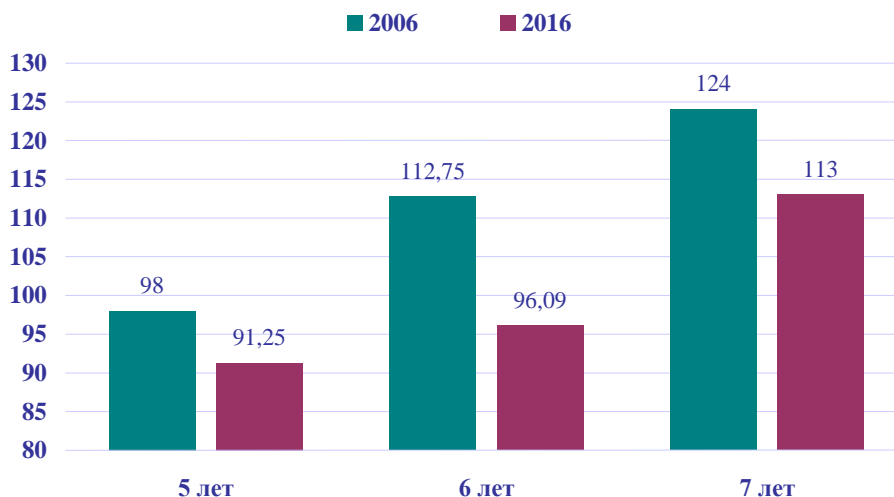


Рисунок 9 – Результаты теста «Прыжок в длину с места»

Сравнительный анализ показал, что в тесте «Прыжок в длину с места» колоссальное превосходство результатов испытуемых 2006 года.

Исходя из сравнительного анализа исследований 2006 и 2016 годов просматривается, что по силовым и скоростно-силовым способностям результаты испытуемых в 2006 году значительно преобладают над результатами 2016 года. По скоростным показателям несущественно выше результаты в 2016 году.

На основании этого можно сделать вывод, что у детей, тестируемых в 2006 году более высокий уровень развития физических качеств.

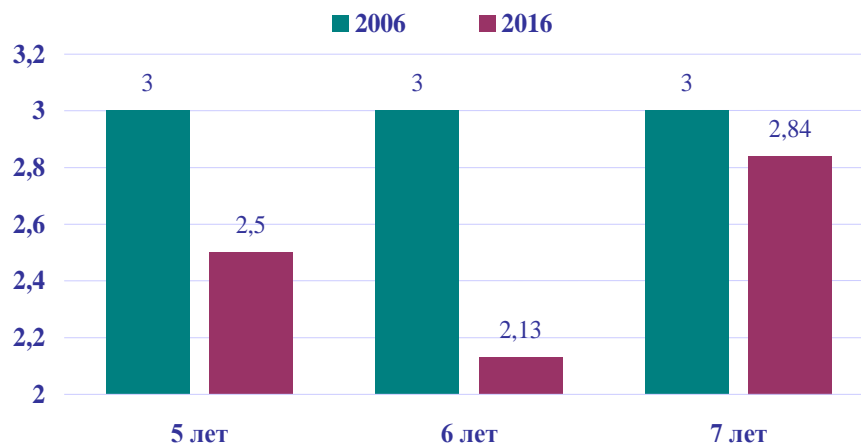


Рисунок 10 – Результаты теста «Метание в вертикальную цель»

В тестировании 2006 года были стабильно хорошие результаты у всех возрастных групп. В тестировании 2016 года результаты не такие стабильные и заметно хуже, чем в тестировании 2006 года.

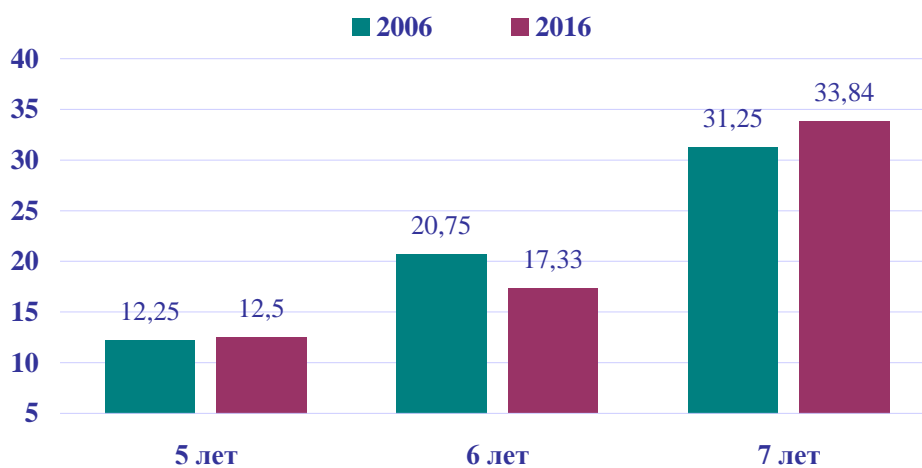


Рисунок 11 – Результаты теста «Отбивание мяча удобной рукой за 30 сек»

Достаточно ровные результаты в тесте «Отбивание мяча удобной рукой за 30 сек». Незначительно выше результаты тестирования 2016 года.

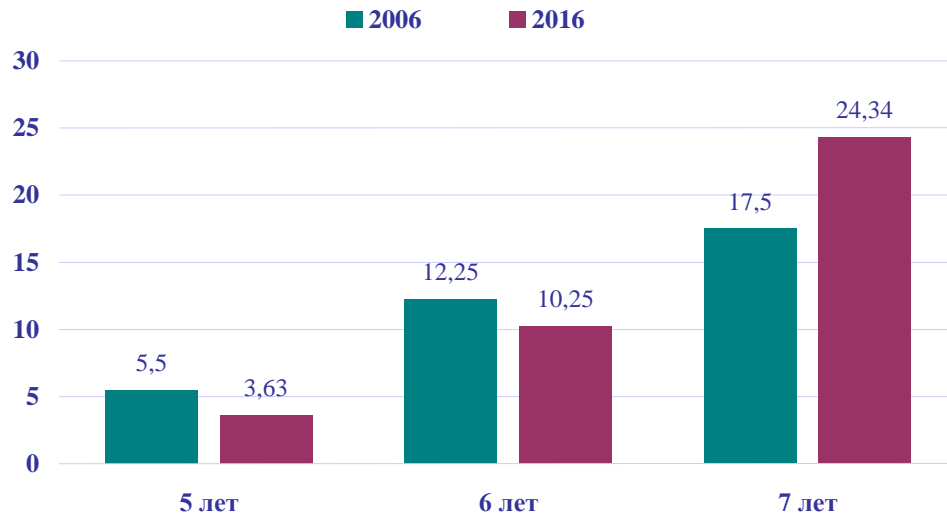


Рисунок 12 – Результаты теста «Прыжки через короткую скакалку за 30 сек»

В средних и старших группах результаты незначительно выше у испытуемых 2006 года. В подготовительной группе результаты испытуемых 2016 года существенно превосходят результаты испытуемых 2006 года.

Исходя из этого, можно сделать вывод, что развитие навыков у испытуемых находится примерно на одном уровне. Можно предположить, что и в 2006, и в 2016 годах уровень компетентности и профессионализма педагогов, также достаточно ровный, а, судя по достаточно высоким результатам тестирования, можно полагать, что этот уровень высокий.

ВЫВОДЫ

1. Сравнительный анализ уровня физической подготовленности детей, посещающих разные дошкольные учреждения показал, что даже при высоком уровне развития физических качеств их успешность в освоении различных видов движений зависит от качества физкультурно-оздоровительной работы, осуществляемой инструкторами по физической культуре.

2. Сравнительный анализ уровня физической подготовленности детей, посещавших дошкольные учреждения в 2006 и 2016 годах, показал, что уровень развития физических качеств современных дошкольников ниже, чем их сверстников 10 лет назад. Особенно это заметно в проявлении силовых и скоростно-силовых способностей. В то же время, в блоке сформированности двигательных навыков воспитанники дошкольных учреждений 2016 года показали достаточно хорошие результаты, сравнимые с аналогичными средними показателями 2006 года. Отставание наблюдалось только в тесте «Метание мяча в цель», что, скорее всего, обусловлено недостаточным вниманием, уделяемым данному упражнению. В связи с этим, можно сделать вывод, что физкультурно-оздоровительная работа у ДООУ № 60 и ДООУ № 73 Красносельского района проводится на достаточно профессиональном уровне.