

## Игровые упражнения к мониторингу Старший возраст

Исследуемые параметры	Игровые упражнения	Задачи	Содержание упражнений	Критерии оценки
<b>Ходьба</b>	<p>1. « Слушай хлопки»</p> <p>2. «Змейка»</p> <p>3. «Пройди по ориентирам»</p>	<p>Выявить умение выполнять обычную ходьбу ритмично, с выраженным перекатом с пятки на носок, с активным разгибанием и сгибанием ног в коленных суставах.</p>	<p>1. Ходьба друг за другом, и в рассыпную выполняя задания по хлопкам.</p> <p>2. Ходьба друг в колонну по одному змейкой.</p> <p>3. Ходьба по одному по ориентирам.</p>	<p><b>5 баллов:</b> ребенок выполняет упражнение без ошибок, действует самостоятельно, по словесной инструкции педагога.</p> <p><b>4 балла:</b> ребенок выполняет упражнение с незначительными ошибками.</p> <p><b>3 балла:</b> ребенок выполняет упражнение с трудом, имеются значительные ошибки.</p> <p><b>2 балла:</b> упражнение практически не выполнено, однако ребёнок делает попытки к его выполнению.</p> <p><b>0 баллов:</b> ребёнок не предпринимает попыток к выполнению теста, физически не в состоянии его выполнить.</p>

<p><b>Бег</b></p>	<p>1.«На перегонки»</p> <p>2. Эстафета «Сбор урожая»</p> <p>3. Подвижная игра «Пятнашки»</p>	<p>Выявить умение бегать не наталкиваясь друг на друга в разных направлениях.</p>	<p>1.Бег по прямой, на перегонки с партнёром с высокого старта (расстояние 10 метров)</p> <p>2.Эстафета с бегом</p> <p>3..Подвижная игра с бегом.</p>	<p><b>5 баллов:</b> ребенок выполняет упражнение без ошибок, действует самостоятельно, по словесной инструкции педагога.</p> <p><b>4 балла:</b> ребенок выполняет упражнение с незначительными ошибками.</p> <p><b>3 балла:</b> ребенок выполняет упражнение с трудом, имеются значительные ошибки.</p> <p><b>2 балла:</b> упражнение практически не выполнено, однако ребёнок делает попытки к его выполнению.</p> <p><b>0 баллов:</b> ребёнок не предпринимает попыток к выполнению теста, физически не в состоянии его выполнить.</p>
-------------------	--	---	---	--

<p><b><u>Прыжки и спрыгивание</u></b></p>				
<p><b>1.Прыжок в длину</b></p>	<p>1 «Прыгни и замри» 2.«Через обруч» 3. « Волк во рву»</p>	<p>Выявить умение выполнять прыжок в длину с места с выносом полусогнутых ног вперёд с приземлением на обе ноги с пятки на всю ступню.</p>	<p>1. Прыжок в длину с места 2.Прыжки на двух ногах из обруча в обруч руки вперёд вверх (5-6 обручей подряд) 3. Подвижная игра с прыжками.</p>	<p><b>5 баллов:</b> ребенок выполняет упражнение без ошибок, действует самостоятельно, по словесной инструкции педагога. <b>4 балла:</b> ребенок выполняет упражнение с незначительными ошибками. <b>3 балла:</b> ребенок выполняет упражнение с трудом, имеются значительные ошибки.</p>
<p><b>2.Прыжок в высоту</b></p>	<p>«Прыгни и достань предмет»</p>	<p>Выявить умение выполнять прыжок в высоту с разбега, с ритмичным отталкиванием и плавным приземлением.</p>	<p>Прыжок в высоту с разбега, сгибая одну ногу в коленном суставе, с одновременным вытягиванием руки вверх и касанием подвешанного на высоту предмета.</p>	<p><b>2 балла:</b> упражнение практически не выполнено, однако ребёнок делает попытки к его выполнению. <b>0 баллов:</b> ребёнок не предпринимает попыток к выполнению теста, физически не в состоянии его выполнить.</p>
<p><b>3.Спрыгивание</b></p>	<p>1.«Воробушки и автомобили» 2. « Спрыгни и замри».</p>	<p>Выявить умение спрыгивать с возвышения, с резким взмахом руками вперёд вверх и одновременным приземлением на обе ноги, с переходом с носка на всю ступню.</p>	<p>1.Подвижная игра 2.Прыжки с гимнастической скамейки на гимнастический мат, руки вперёд - в стороны, сохраняя равновесие при приземлении.</p>	

<p><b>Лазание</b></p>	<p>1.« Ловкие обезьянки»</p> <p>2.« Через переправу»</p>	<p>Выявить умение лазать по гимнастической стенке, одноимённым и разноимённым способом.</p>	<p>1.Лазание по гимнастической стенке по одному вверх и вниз.</p> <p>2. Лазание по гимнастической стенке, с пролёта на пролёт, передвигаясь правым и левым боком.</p>	<p><b>5 баллов:</b> ребенок выполняет упражнение без ошибок, действует самостоятельно, по словесной инструкции педагога.</p> <p><b>4 балла:</b> ребенок выполняет упражнение с незначительными ошибками.</p> <p><b>3 балла:</b> ребенок выполняет упражнение с трудом, имеются значительные ошибки.</p> <p><b>2 балла:</b> упражнение практически не выполнено, однако ребёнок делает попытки к его выполнению.</p> <p><b>0 баллов:</b> ребёнок не предпринимает попыток к выполнению теста, физически не в состоянии его выполнить.</p>
-----------------------	--	---	---	--

<b>Метание</b>				
<b>1. Метание в цель</b>	<p>1.«Меткий стрелок»</p> <p>2.« Пятнашки мячом»</p>	<p>Выявить умение метать предметы правой и левой рукой, в мишень и движущуюся цель.</p>	<p>1 .Метание мешочков и малых мячей правой и левой рукой в мишень, с расстояния не менее 1,5 метров.</p> <p>2.Подвижная игра с метанием в движущуюся цель.</p>	<p><b>5 баллов:</b> ребенок выполняет упражнение без ошибок, действует самостоятельно, по словесной инструкции педагога.</p> <p><b>4 балла:</b> ребенок выполняет упражнение с незначительными ошибками.</p> <p><b>3 балла:</b> ребенок выполняет упражнение с трудом, имеются значительные ошибки.</p>
<b>2. Метание вдаль</b>	<p>1.« Кто дальше»</p> <p>2.« Перебрось через верёвку»</p>	<p>Выявить умение метать предметы в даль правой и левой рукой с переносом веса тела на впереди стоящую ногу.</p>	<p>1. Метание мешочков с песком правой и левой рукой вдаль (на расстояние не менее 2,5 метров).</p> <p>2.Метание мячей или мешочков с песком через натянутую верёвку</p>	<p><b>2 балла:</b> упражнение практически не выполнено, однако ребёнок делает попытки к его выполнению.</p> <p><b>0 баллов:</b> ребёнок не предпринимает попыток к выполнению теста, физически не в состоянии его выполнить.</p>

--	--	--	--	--

<p><b>Владение мячом</b></p>	<p>1 «Раз, два, три, лови»</p> <p>2. «Мой весёлый звонкий мяч»</p>	<p>Выявить умение бросать мяч разными способами, ловить с расстояния и отбивать об пол двумя и одной рукой.</p>	<p>1.Броски и ловля мяча с расстояния, в паре, с расстояния 1,5 метров разными способами: (от груди, снизу, из-за головы)</p> <p>.</p> <p>2.Отбивание мяча об пол двумя и одной рукой стоя на месте 5-6 подряд.</p>	<p><b>5 баллов:</b> ребенок выполняет упражнение без ошибок, действует самостоятельно, по словесной инструкции педагога.</p> <p><b>4 балла:</b> ребенок выполняет упражнение с незначительными ошибками.</p> <p><b>3 балла:</b> ребенок выполняет упражнение с трудом, имеются значительные ошибки.</p> <p><b>2 балла:</b> упражнение практически не выполнено, однако ребёнок делает попытки к его выполнению.</p> <p><b>0 баллов,</b> ребёнок не предпринимает попыток к выполнению теста, физически не в состоянии его выполнить.</p>
------------------------------	--	---	---	--

