

Медико-педагогический контроль физического развития дошкольников



Сентябрь 2023 года

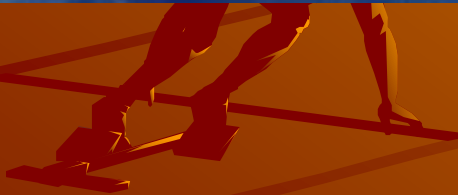
Методы диагностики:

- ◆ 1. Тестовое задание на оценку быстроты (челночный бег).
Цель: оценка развития быстроты – способность выполнять двигательные действия за минимальный срок.
- ◆ 2. Тестовое задание на оценку силы мышц
◆ **живота** И.п. лежа на спине. Угол 45 градусов удержание ног.
- ◆ **спины** И.п. лежа на животе, положение прогнувшись, руки согнуты в локтях.
Цель: оценка развития силы, как способность преодолевать внешнее сопротивление и противодействовать ему посредством мышечного напряжения.
- ◆ 3. Тестовое задание на оценку ловкости, взрывной силы.
- ◆ Прыжок в длину с места.
- ◆ Метание мяча на дальность
- ◆ Приседание
Цель – быстрота выполнения движения.

Сила мышц спины



Сила мышц живота



Взрывная сила



Приседания



До скорых встреч!

