Индивидуальная траектория физического развития через использование индивидуальных карт физической подготовленности учащихся в рамках системно – деятельностного подхода

Учитель физической культуры
МОУ «СОШ №3» г. Коряжма
Панфилова Н.Г.

Индивидуальная карта

Назначение - предоставить как можно более полную информацию о состоянии физической подготовлен

Цель - наблюдение, оценке, прогноз и планирование дальнейшей совместной деятельности педагога и ученика ученика

Кристина С	1 класс	2 класс	
	май	сент.	май
челночный бег 3х10	9,3	10,6	
прыжки через скакалку	32	29	
поднимание туловища из положения лежа	12	14	
сгибание и разгибание рук в упоре лежа	12	21	
прыжок в длину с места	115	120	
прыжок в длину с разбега		138	
подтягивание	25	8	
бег 30 м	9,9	6,1	
бег 500м	4,22	3,14	
метание мяча на дальность		18	
наклоны вперед сидя на полу	45	45	

	Г Алексей	Д Лиза	Д Максим	З Дмитрий	К Екатерина	КЕва	К Дарья	Л Анастасия	Л Александр	Л Влад	М Владислав	М Артем	Н Матвей	О Даниил	П Алина	С Максим	С Кристина	Ч Арина	Ш Алена	Ш Егор	К Дарья
челночный бег 3х10		11,5	10,8	12,1	10,6	10		11,7	11	10,9	11,4	10,8	11,3	11,8	11,2	11,2	10,6		10,7	10,8	
прыжки через скакалку		33	14	20	26	39	39	12	28			27	11	20	45	2	29	38	46	7	20
поднимание туловища из положения лежа		4	12	12	13	16	13	4	18		14			20	10	12	14		10	10	
сгибание и разгибание рук в упоре лежа		23	15	4	25	37	35	26	17		15		1	19	27	15	21		25	15	
прыжок в длину с места		98	123	114	96	141	113	91	138		124		121	122	148	100	120		120	117	
прыжок в длину с разбега	258	140		180	174			137		128		203				103	138			213	160
подтягивание		10	4	1	14	18	25	12	1		4	1	1	1	21	1	8		32	1	
бег 30 м	5,5	7,1	7,3	7,3	6,4	6		6,7		6,2	7	7		7,7	6,7	8,2	6,1	6,2		6,8	
бег 500м		3,05			4,24			4,03	2,35	4,04	3,12	3,25	3,4	3,05	2,39	3,4	3,14	2,51	3,15	3,5	
метание мяча на дальность		14			7			11	15	13		20		15	13	10	18			17	
наклоны вперед сидя на полу		2	7	35	24	30		10	24	15	6		10	14	70	10	70		3	14	

Компоненты диагностики

- овладение учащимися государственным стандартом образования;
- развитие специальных умений и навыков в области физической культуры;
- разработка индивидуальной траектории физического развития учащегося;
- изучение состояния здоровья и физического развития учащихся;
- индивидуальный уровень физической нагрузки на уроках физкультуры;
- отслеживание индивидуального физического развития каждого ученика, организация индивидуальной работы с учащимися и их родителями в целях укрепления здоровья детей.

Используемая литература

- - Письмо Минобрнауки РФ от 29.03.2010г. №06-499 «О проведении мониторинга физического развития обучающихся»;
- - Распоряжение правительства РФ от 07.08.2009г. №1101-р «Стратегия развития физической культуры и спорта на период до 2020 года»
- - Примерная программа по физической культуре под редакцией В.И. Ляха, 2011г.
- - Федеральные государственные стандарты начального и среднего общего образования
- - http://lib4all.ru/base/B2590/B2590Part19-133/php
- - http://edu.rubadm.ru/info/contest/2005/17/17.htm
- - http://sportedu.ru/press/fkvot/2002n1/p8-12.htm