**Мониторинг уровня физической подготовленности обучающихся** по механизмам учёта результатов выполнения нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)

**с 1 по 4 класс.**

Оценка уровня развития двигательных качеств обучающихся и оценка их физической подготовленности проводится 2раза в учебном году (в начале сентября и в конце апреля - начале мая) с помощью тестов:

- сгибание, разгибание рук в упоре лёжа

- прыжок в длину с места;

- челночный бег (3х10м);

- бег 30 м;

- наклоны вперед из положения сидя (гибкость);

- бег 1000 м.

**Нормативы** испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (**ГТО)** <https://shkolaoktyabrskaya-r31.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/userfiles/GTO/Proekt_novyh_normativov.pdf>

В зависимости от возраста ученика и результата по каждому тесту выставляются отметки и определяются уровни физической подготовленности:

«5» - высокий;

«4» - выше среднего;

«3» - средний;

«2» - ниже среднего;

Оценка физической подготовленности ученика определяется как средняя из 6 тестов, определённых по таблице с учетом возраста обучающихся.

Суммируя все общие отметки и разделив на количество учеников класса, мы получим оценку физической подготовленности класса; суммируя все общие оценки классов и разделив на классы-комплекты, получим оценку физической подготовленности начальной школы.

**2019-2020уч год**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Классы | Оценка физической подготовленности (по среднему баллу) | | | | | | Общая оценка  ФП |
|  | 30м | Челночный бег 3х10 | Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа | Прыжок в длину  с места | Наклон вперёд из положения сидя | Бег 1000м |  |
| 1а | 4,2 | 3,8 | 3,0 | 3,2 | 4,0 | 3,7 | 3,6 |
| 1б | 4,0 | 3,6 | 3,6 | 3,4 | 4,2 | 3,6 | 3,7 |
| 1в | 4,3 | 3,8 | 3,2 | 3,0 | 4,0 | 3,7 | 3,7 |
| 2а | 4,5 | 4,0 | 3,8 | 4,2 | 4,5 | 3,9 | 4,2 |
| 2б | 4,1 | 4,1 | 4,0 | 4,0 | 4,3 | 4,1 | 4,1 |
| 2в | 4,5 | 4,1 | 4,2 | 4,0 | 4,0 | 4,4 | 4,2 |
| 3а | 4,0 | 4,3 | 3,9 | 3,9 | 4,5 | 4,1 | 4,1 |
| 3б | 4,2 | 4,3 | 3,9 | 4,3 | 4,4 | 4,1 | 4,2 |
| 3в | 4,2 | 4,1 | 3,7 | 4,3 | 4,4 | 4,1 | 4,1 |
| 4а | 4,5 | 4,0 | 3,7 | 4,1 | 4,5 | 3,9 | 4,8 |
| 4б | 4,2 | 3,8 | 3,5 | 4,0 | 4,3 | 3,7 | 4,6 |
| 4в | 4,5 | 4,0 | 3,8 | 4,0 | 4,5 | 3,9 | 4,8 |

В этом учебном году хорошие показатели у 4-х классов. Самый высокий показатель в беге на 1000 м. – 4,4 во 2в классе. Самый низкий показатель – бег 30 м 4,0 (1б и 3а). Низкие показатели в челночном беге и беге на 1 км, прыжки в длину в 1-х классах. Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа слабые показатели во всех классах, над этим нужно работать.

**2020-2021уч год**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Классы | Оценка физической подготовленности (по среднему баллу) | | | | | | Общая оценка  ФП |
|  | 30м | Челночный бег 3х10 | Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа | Прыжок в длину  с места | Наклон вперёд из положения сидя | Бег 1000м |  |
| 1а | 4,3 | 3,8 | 3,0 | 3,2 | 4,0 | 3,7 | 3,6 |
| 1б | 4,0 | 3,5 | 3,6 | 3,4 | 4,2 | 3,6 | 3,7 |
| 1в | 4,3 | 3,8 | 3,2 | 3,0 | 4,0 | 3,7 | 3,7 |
| 2а | 4,5 | 4,0 | 3,8 | 4,2 | 4,5 | 3,9 | 4,2 |
| 2б | 4,1 | 4,1 | 4,0 | 4,0 | 4,3 | 4,1 | 4,1 |
| 2в | 3,9 | 4,1 | 4,2 | 4,0 | 4,0 | 4,0 | 4,0 |
| 3а | 4,0 | 4,3 | 3,9 | 3,9 | 4,5 | 4,1 | 4,1 |
| 3б | 4,2 | 4,3 | 3,9 | 4,3 | 4,4 | 4,1 | 4,2 |
| 3в | 4,2 | 4,1 | 3,7 | 4,3 | 4,4 | 4,1 | 4,1 |
| 4а | 4,5 | 4,0 | 3,7 | 4,1 | 4,5 | 3,9 | 4,8 |
| 4б | 4,2 | 3,8 | 3,5 | 4,0 | 4,3 | 3,7 | 4,6 |
| 4в | 4,0 | 4,0 | 3,8 | 4,0 | 4,1 | 3,9 | 3,9 |

По сравнению с прошлым годом во 2 классах улучшились показатели в беге. В 3-х классах есть улучшения по всем показателям.

**2021-2022 уч. год**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Классы | Оценка физической подготовленности (по среднему баллу) | | | | | | Общая оценка  ФП |
|  | 30м | Челночный бег 3х10 | Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа | Прыжок в длину  с места | Наклон вперёд из положения сидя | Бег 1000м |  |
| 1а | 4,5 | 3,9 | 3,1 | 3,2 | 4,2 | 3,7 | 3.8 |
| 1б | 4,1 | 3,4 | 3,7 | 3,4 | 4,5 | 3,6 | 3.7 |
| 1в | 4,3 | 3,9 | 3,4 | 3,0 | 4,5 | 3,7 | 3.8 |
| 2а | 4,6 | 4,1 | 3,8 | 4,2 | 4,8 | 3,9 | 4,2 |
| 2б | 4,3 | 4,2 | 4,0 | 4,0 | 4,4 | 4,1 | 4,1 |
| 2в | 4,7 | 4,3 | 4,3 | 4,0 | 4,2 | 4,4 | 4,3 |
| 3а | 4,1 | 4,5 | 4.0 | 3,9 | 4,6 | 4,1 | 4,2 |
| 3б | 4,3 | 4,3 | 4,1 | 4,3 | 4,8 | 4,1 | 4,2 |
| 3в | 4,2 | 4,1 | 3,8 | 4,3 | 4,5 | 4,1 | 4,1 |
| 4а | 4,6 | 4,0 | 3,7 | 4,1 | 4,5 | 3,9 | 4,1 |
| 4б | 4,3 | 3,9 | 3,6 | 4,0 | 4,6 | 3,7 | 4,0 |
| 4в | 4,5 | 4,0 | 3,7 | 4,0 | 4,6 | 3,9 | 4,1 |

Самый низкий показатель в беге на 1 км по школе 3,6 в 1 -х классах. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа слабый показатель 3,9 в 3 а классе. Бег на 1 км в 4 классах ухудшился, так не бегали из-за карантина.

**2022-2023 уч год**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Классы | Оценка физической подготовленности (по среднему баллу) | | | | | | Общая оценка  ФП |
|  | 30м | Челночный бег 3х10 | Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа | Прыжок в длину  с места | Наклон вперёд из положения сидя | Бег 1000м |  |
| 1а | 4,0 | 3,8 | 3,2 | 3,3 | 4,0 | 3,8 | 3,6 |
| 1б | 4,0 | 3,6 | 3,6 | 3,4 | 4,2 | 3,6 | 3,7 |
| 1в | 4,3 | 3,8 | 3,2 | 3,0 | 4,0 | 3,7 | 3,6 |
| 2а | 4,6 | 4,0 | 3,8 | 4,2 | 4,5 | 3,9 | 4,1 |
| 2б | 4,1 | 4,1 | 4,0 | 4,0 | 4,3 | 4,1 | 4,1 |
| 2в | 4,5 | 4,6 | 4,2 | 4,0 | 4,0 | 4,4 | 4,3 |
| 3а | 4,0 | 4,3 | 4,0 | 3,9 | 4,5 | 4,1 | 4,1 |
| 3б | 4,5 | 4,3 | 3,9 | 4,3 | 4,4 | 4,1 | 4,3 |
| 3в | 4,8 | 4,4 | 3,9 | 4,4 | 4,4 | 4,2 | 4,3 |
| 4а | 4,7 | 4,2 | 3,8 | 4,2 | 4,7 | 4,0 | 4,2 |
| 4б | 4,3 | 3,9 | 3,6 | 4,1 | 4,5 | 3,7 | 4,0 |
| 4в | 4,5 | 4,0 | 4,0 | 4,0 | 4,5 | 4,0 | 4,2 |

В этом учебном году упор был сделан на развитие беговых навыков, что привело к улучшению результатов. Необходимо отметить, что первоклассники поступают в школу с низким уровнем физической подготовки. Все классы нуждаются в дополнительной работе над техникой отжиманий.

**2023-2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Классы | Оценка физической подготовленности (по среднему баллу) | | | | | | Общая оценка  ФП |
|  | 30м | Челночный бег 3х10 | Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа | Прыжок в длину  с места | Наклон вперёд из положения сидя | Бег 1000м |  |
| 1а | 4,0 | 3,5 | 3,0 | 3,0 | 4,1 | 3,8 | 3,5 |
| 1б | 4,0 | 3,9 | 3,1 | 3,4 | 3,9 | 3,6 | 3,6 |
| 1в | 4,3 | 3,6 | 3,0 | 3,0 | 4,0 | 3,7 | 3,6 |
| 2а | 4,3 | 4,0 | 3,8 | 4,2 | 4,5 | 3,9 | 4,1 |
| 2б | 4,1 | 4,2 | 4,0 | 3,5 | 4,0 | 3,8 | 3,9 |
| 2в | 4,5 | 4,1 | 4,2 | 4,1 | 4,0 | 4,2 | 4,3 |
| 3а | 4,8 | 4,3 | 4,0 | 4.3 | 4,5 | 4,2 | 4,3 |
| 3б | 4,2 | 4,3 | 4,1 | 4,3 | 4,4 | 4,1 | 4.2 |
| 3в | 4,6 | 4,4 | 4,0 | 4,3 | 4,4 | 4,0 | 4,3 |
| 4а | 4,5 | 4,0 | 4,1 | 4,1 | 4,5 | 4,0 | 4,2 |
| 4б | 4,8 | 4,0 | 4,2 | 4,4 | 4,3 | 4,1 | 4,3 |
| 4в | 4,8 | 4,5 | 3,9 | 4,2 | 4,5 | 4,0 | 4,3 |

За четыре года наблюдается выравнивание показателей физической подготовки учащихся, а также улучшение их общей физической подготовленности.