

# Тест по физическому развитию для родителей ДОШКОЛЬНИКОВ.

15.09.2022г.

Инструктор по ФИЗО Жмурко О.Н.

Тест:

**Когда идти за помощью к инструктору по физическому развитию?**

**Если хотя бы на один из вопросов вы ответите НЕТ, следует обратиться за помощью к инструктору.**

**До 3 лет ваш ребенок:**

1. Умеет ловить мяч двумя руками, прокатывать его стоя или сидя?
2. Может подпрыгивать на двух ногах на одном месте без помощи взрослого?
3. Проходить по ограниченной поверхности самостоятельно?
4. Умеет приседать и подниматься стоя на месте?
5. Умеет стоя на месте управлять своим телом (поставить руки на пояс и повернуться вправо и влево, выполнить наклоны в разные стороны)?

**С 3 лет до 5 лет ваш ребенок:**

1. Может ли ребенок повторить движения, показанные взрослым не нарушая порядок?
2. Обладает умением управлять стопами ног (поднимаясь на носки поочередно выставляя ногу вперед на пятку и на носок)?
3. Умеет принимать правильное исходное положение в прыжках с места, прыгать в длину с места не менее 70 см?
4. Умеет ловить мяч, брошенный вверх на уровне глаз?
5. Умеет ли переключать предметы из одной руки в другую под приподнятой правой или левой ногой?

**С 5 лет до 7 лет ваш ребенок:**

1. Умеет ловить мяч и отбивать его одной рукой о пол от 10 до 50 раз?
2. Может скатиться на санках с горы и самостоятельно подняться на гору (при этом притормозить на спуске)?
3. Перепрыгивать поочередно через 4-5 линий расстояние между которыми 40-50 см?
4. Умеет ли кататься на трехколесном (двухколесном) велосипеде по прямой и по кругу?
5. Может ли выполнять несколько прыжков с короткой скакалкой?