

Ориентиры в двигательных навыках ребенка

К 4 годам ребенок может:

- Ловко и уверенно двигаться вперед и назад.
- Кувыркаться.
- Бегать вприпрыжку.
- Скользить, попеременно выставляя ноги в стороны, словно на льду.
- Кидать мяч сбоку.
- Ловить мяч на грудь.
- Практически без ошибок ловить отскочивший от земли мяч.
- Бросать мяч простым броском из-за плеча.
- Вести мяч двумя руками.
- Ударять по налетающему мячу битой или ракеткой.
- Стоять на одной ноге не менее 10 с.
- Проходить по изогнутой линии шириной 2 см.
- Идти по гимнастическому бревну шириной 5 – 8 см обычным шагом.

Ориентиры в двигательных навыках детей

К 5 годам ребенок умеет:

- Раскачиваться, карабкаться наверх, перепрыгивать с места на место.
- Кувыркаться назад.
- Ловить мяч, схватив его руками.
- Ударять ногой по катящемуся мячу (как в футболе).
- Возможно, вести мяч одной рукой.
- Идти спиной вперед по доске шириной около 10 см.
- Ударять по какому – либо предмету битой или ракеткой, держа ее двумя руками.
- Ездить на велосипеде.

Ориентиры в двигательных навыках детей

К 6 годам ребенок умеет:

- Уверенно скакать на одной ноге.
- Возможно, бросать из-за плеча (используя правильный бросок).
- Ловить мяч, используя кисти рук.
- Вести мяч ногами (как в футболе).
- Подбрасывать мяч и, не дав ему опуститься на землю, ударять по нему ногой.
- Вести мяч одной рукой на ходу.
- Удерживаться в простой стойке на голове, согнув ноги в коленях и прижав их к локтям.
- Стоять на одной ноге с закрытыми глазами не менее 3 с.
- Прыгать через скакалку, которую крутят два человека.