Мониторинг физической подготовленности школьников является одной из наиболее важных задач учителей физической культуры. Мониторинг помогает решению ряда сложных педагогических задач: выявляет уровни развития кондиционных и координационных способностей, позволяет оценивать качество технической и тактической подготовленности. На основе результатов тестирования можно: сравнивать подготовленность как отдельных учащихся, так и целых групп, проводить спортивный отбор для занятий тем или иным видом спорта, для участия в соревнованиях; осуществлять в значительной степени объективный контроль за обучением школьников, выявлять преимущество и недостатки применяемых средств и методов обучения, форм организации занятий; наконец, обосновывать нормы (возрастные, индивидуальные) физической подготовленности в течении учебного года .

Задачи тестирования сводятся к следующему:

- научить самих школьников определять уровень своей физической подготовленности и планировать необходимые для себя комплексы физических упражнений;
- стимулировать учащихся к дальнейшему повышению своего физического состояния (формы);
- знать не столько исходный уровень развития двигательной способности, сколько его изменение за определённое время;
- создать систему контроля качества образования, учитывающей динамику роста показателей уровня физической подготовленности обучающихся;
- педагог, по динамике уровня физической подготовленности, сможет судить об эффективности учебного процесса физического воспитания, корректировать его.

Полностью работу с образцами протоколов мониторинга можно прочитать здесь .