

№		Спортивное тестирование	
		Физическое качество	Наименование теста
1	Координация	Бросок и ловля мяча после отскока в парах.	
2		Челночный бег 3x10 м	
3	Силовые способности	Сгибание рук в упоре лежа от платформы (ж)	
4		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (м)	
5		Подтягивание на высокой перекладине из виса (м)	
6	Скоростно-силовые способности	Прыжок в высоту	
7		Прыжок в длину	
8	Скоростные способности	Бег на 15 м	
9		Челночный бег 3x10 м	
10	Гибкость	Вырут прямых рук	
11		Наклон вперед из положения сидя (гибкость позвоночного столба)	
<b>Антропометрические показатели/физическое состояние</b>			
12	Измерение длинотных показателей	Длина тела	
13		Масса тела	
14		Общая длина верхней конечности (руки)	
15		Общая длина нижней конечности (ноги)	
16		Обхват грудной клетки (в покое)	
17	Толщина кожно-жировых складок	Над трицепсом - вертикальная складка	
18		Над бицепсом - вертикальная складка	
19		Под лопаткой - горизонтальная складка	
20		Над осью подвздошной кости – горизонтальная складка	
21	Измерение диаметров тела	Акромиальный (плечевой) диаметр	
22		Тазогребневой диаметр	
23		Общий диаметр длины рук, разведенных в стороны	
24	Показатели физического состояния	Соматотип	
25		Жизненная емкость легких	
26		Форма спины	
27		Плантография	
28		Форма грудной клетки	
29		Артериальное давление	
30		Частота сердечных сокращений	
31		Сила правой кисти руки	
32		Сила левой кисти руки	
33		Функциональное тестирование	Тест Руфье
34	Стэп-тест		
35	PWC170		
36	Стабилометрия	тест Ромберга (открытые глаза)	
37		тест Ромберга (закрытые глаза)	
38		комбинированная проба (равновесие)	
39		комбинированная проба (баланс)	
40		динамическая проба	
<b>Психологическое тестирование</b>			
41	Память	Тест «Геометрические матрицы»	
42	Внимание	Тест «Таблицы Шульте»	
43	Скорость реакции	Методика «Простая зрительно-моторная реакция»	
44		Методика «Реакция выбора»	
45	Тип темперамента	Методика для родителей "Определение типа темперамента"	
46	Индивидуальные особенности личности	Методика оценки индивидуально-психологических особенностей личности ребенка (Кеттелл)	