

## Мобильное тестирование спортсменов проходит в спортшколе Некрасовки

20.12.2018



В период с 17 по 21 декабря 2018 года на базе спортивной школы № 4 Москомспорта проходит мобильное тестирование спортсменов групп этапов начальной подготовки (ЭП) специалистами из ГКУ «ЦСТиСК» Москомспорта.

В программу тестирования входят:

- психофизиология (память, внимание, скорость реакции, тип темперамента);
- антропометрия (биологический возраст, оценка физического развития, оценка опорно-двигательного аппарата);
- спортивное тестирование (скоростные, скоростно-силовые, силовые качества, гибкость,

координация);

- оценка вестибулярной устойчивости;
- биоимпедансный анализ состава тела;
- вариабельность сердечного ритма (BPC).

Результаты тестирования спортсменов будут представлены по различным показателям в разрезе группы и индивидуально, они позволят провести сравнительный анализ физического состояния и уровня развития спортсменов, помогут выявить сильные и слабые стороны в подготовке и скорректировать индивидуальную направленность тренировок и нагрузку, а также они позволят проводить дальнейший мониторинг.

(си)

---

Адрес страницы: <http://nekrasovka.mos.ru/presscenter/news/detail/7780000.html>

---

[Управа района Некрасовка города Москвы](#)