**Testování „v domácích podmínkách“**

**Co budete potřebovat:**

Tesa páska  nebo jiná barevná „izolepa“

propiska nebo lihová fixa

metr

dřevěná tyč nebo klacek (délka cca 1m, průměr cca 2 cm)

stopky

kartonová krabice

obecné informace <https://youtu.be/TWr2GwPm0Jg>

výroba „gymnastické“ tyče <https://youtu.be/hZQ-25N0P8I>

**TESTY:**

1. Skok daleký

<https://youtu.be/NwEwfjF815M>

11. Skok dosažný

[https://youtu.be/CvEvnO3DvjA](https://youtu.be/CvEvnO3DvjA%20)

1. Reaktometrie

<https://youtu.be/-VnzBAUMiWE>

1. Tapping

<https://youtu.be/UFMVtigxMQU>

1. Balancování tyčí

<https://youtu.be/UhqqyvNUC6M>

1. Pohyblivost v ramenou

<https://youtu.be/cSxdMD6IvTk>

1. Skok na přesnost

<https://youtu.be/1Qg-m8sTvK8>

1. Překračování tyče

<https://youtu.be/UGr5zt5gTzs>

1. Plameňák

<https://youtu.be/yI81iiLVTDc>

1. Skok vzad

<https://youtu.be/yKFp0wQ3yqw>

1. Sed dosažný

<https://youtu.be/zW-znKq5aB4>

**Aplikace použitelné pro měření**

Stopky

Stopky s odpočítáváním na startu

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.kentanko74.talkstopwatch&hl=cs>

Timer s odpočítáváním před koncem

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.comostudio.speakingtimer&hl=cs>

Reaktometr

<https://play.google.com/store/apps/details?id=darksacor.reactiontime>

<https://play.google.com/store/apps/details?id=hackman.trevor.reactiontimetest>

Coach’s Eye – skok dosažný

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.techsmith.apps.coachseye.free>