

# **SKLADBA JEDNOTLIVÝCH TALENTOVÝCH ZKOUŠEK PODLE SPORTŮ**

## **Talentová zkouška z ATLETIKY – Gymnázium se sportovní přípravou 79-42-K/41**

### **Zkouška se skládá z těchto částí:**

- motorická výkonnost
- pohybová dovednost.

#### **1. Motorická výkonnost:**

- a) 60 m vlastní výběh
- b) skok daleký z místa
- c) desetiskok z místa střídmonož
- d) člunkový běh 4x10m
- e) hod koulí /chlapci 4kg, dívky 3kg/ vzad obouruč
- f) 12 – ti minutový běh.

#### **2. Pohybová dovednost:**

- a) stoj na rukou + kotoul vpřed, kotoul vzad do stoje na rukou-zařazeno do gymnastické sestavy
- b) přemet stranou na obě strany.



### **Celkové hodnocení**

Hodnoceno je každé cvičení dle testovací škály. Výsledky dosažených bodů se sčítají.

## **Talentová zkouška z PLAVÁNÍ – Gymnázium se sportovní přípravou 79-42-K/41**

### **Zkouška se skládá z těchto částí:**

- rychlostní schopnosti 4x50 m PZ /start z bloku/
- rychlostní vytrvalosti 4x 50 m
- svým preferovaným způsobem /int. 10"/
- vytrvalostní schopnosti – 800 m VZ.



### **Celkové hodnocení**

Vyhodnocení výkonnostních testů talentových zkoušek bude provedeno za pomoci platných bodovacích tabulek. V průběhu talentových zkoušek bude sledována nejen aktuální výkonnost plavců, ale též technické zvládnutí všech plaveckých způsobů, antropomotorické a zdravotní předpoklady studentů pro další plavecký výkonnostní vývoj v průběhu studia na škole.

## **Talentová zkouška z BASKETBALU – Gymnázium se sportovní přípravou 79-42-K/41**

### **Zkouška se skládá ze dvou částí:**

1. prokázání fyzických a motorických předpokladů
2. zjišťování basketbalových dovedností.



### **1. Prokázání fyzických a motorických předpokladů (váha 30%):**

- a) rychlostní schopnosti - člunkový běh
- b) test změny lokomoce - sprint, obr.pohyb, běh pozadu
- c) skok daleký z místa
- d) přeskoky přes překážku (bokem sounož) - čas. interval
- e) leh - sed (počet za čas.interval)
- f) hod těžkým míčem do dálky
- g) kliky (počet za čas.interval)

### **2. Zjišťování basketbalových dovedností:**

- a) speciální basketbalová část (váha 20%)
  - basketbalový test - driblink na celé hřiště s obrátkou (levou i pravou rukou) a zakončením střelbou. Celkem 4 rovinky. Hodnotí se čas provedení a úspěšnost zakončení.
  - střelecký dril - střelba střídavě levou a pravou rukou z levé a pravé strany ze dvou nohou. Hodnotí se čas pro dosažení 10 košů.
- b) basketbalová technika (váha 25%)
  - střelba trestných hodů
  - střelba z dvojtaktu zprava a zleva
  - střelba ze střední vzdálenosti po uvolnění s míčem a po zastavení z výskoku (levá, pravá ruka)

Hodnotí se pouze technika provedení, nehodnotí se počet úspěšných pokusů, rychlost.

- c) herní část: hra 5 na 5 – utkání (váha 25%).

Hodnotí se celková herní orientace, herní projev, spolupráce se spoluhráči a obranná činnost.

### **Celkové hodnocení**

Hodnoceno je každé cvičení dle testovací škály. Výsledky dosažených bodů se sčítají. Jednotlivé části mají procentní váhu z celkového hodnocení. Při celkovém hodnocení je zvlášť zohledněna účast hráčů a hráček v reprezentačních výběrech ČR a predikce výšky.

## **Talentová zkouška z VOLEJBALU – Gymnázium se sportovní přípravou 79-42-K/41**

### **Zkouška se skládá z těchto částí:**

- skok z místa
- hod 1 kg míčem z kleku jednoruč
- strom – lokomoční rychlost
- 6 kotoulů – obratnost
- hra
- výskok s rozběhem



### **Celkové hodnocení**

Hodnoceno je každé cvičení dle testovací škály. Výsledky dosažených bodů se sčítají. Při celkovém hodnocení je zohledněna účast hráčů ve výběrech ČR + KCM.