

Talentová zkouška – BASKETBAL – základní informace

Zkouška se skládá ze dvou částí:

- 1. prokázání fyzických a motorických předpokladů**
- 2. zvládnutí basketbalových dovedností**

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

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

2. Zvládnutí basketbalových dovedností:

- a) speciální basketbalová část (váha 20%)
 - basketbalový test - driblíng 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