



Talentové zkoušky

Gymnázium se sportovní přípravou

se zaměřením atletika, basketbal dívky, volejbal (4leté)

kód oboru 79-42-K/41

Všichni žáci musí vykonat talentovou zkoušku pouze v tom sportovním odvětví, do kterého se hlásí!!!

Atletika

1. disciplíny

- běh na 50m z bloků (1 pokus)
- skok daleký z rozběhu (3 pokusy, měřeno z místa odrazu)
- autový hod medicinbalem (3 pokusy, kluci 3kg, dívky 2kg)
- Leger test

2. bonifikace

registrace v atletickém klubu ČAS, účast na atletickém MČR (u krosu umístění do 24.místa) v kalendářním roce 2023

Body	50m (s)		Dálka (cm)		Leger (min)		Medoš (m)	
	kluci	dívky	kluci	dívky	kluci	dívky	kluci	dívky
1	7,6	8,2	440	360	6:00	5:00	6	5,5
2	7,52	8,12	448	368	6:30	5:20	6,5	5,8
3	7,44	8,04	456	376	7:00	5:40	7	6,1
4	7,36	7,96	464	384	7:20	6:00	7,5	6,4
5	7,28	7,88	472	392	7:40	6:20	8	6,7
6	7,2	7,8	480	400	8:00	6:40	8,5	7
7	7,12	7,72	488	408	8:20	7:00	9	7,3
8	7,04	7,64	496	416	8:40	7:15	9,5	7,6
9	6,96	7,56	504	424	9:00	7:30	10	7,9
10	6,88	7,48	512	432	9:20	7:45	10,4	8,2
11	6,8	7,4	520	440	9:40	8:00	10,8	8,5
12	6,72	7,32	528	448	10:00	8:15	11,2	8,8
13	6,64	7,24	535	455	10:20	8:30	11,5	9,1
14	6,56	7,16	542	462	10:40	8:45	11,8	9,4
15	6,48	7,08	549	469	11:00	9:00	12,1	9,7
16	6,42	7,02	556	476	11:20	9:15	12,4	10
17	6,36	6,96	562	482	11:40	9:30	12,7	10,3
18	6,3	6,9	570	490	12:00	9:45	13	10,5

5 bodů - registrace v atletickém klubu v ČAS

5 bodů - účast na atletickém MČR (u krosu umístění do 24.místa) v kalendářním roce 2023



Basketbal dívky

1. testy pohybových schopností

rychlostní vytrvalost (člunkový běh mezi kužely), odrazové (skok do výšky po odrazu ze dvou noh), silové (hod 2 kg medicinbalem do dálky)

2. testy basketbalové herní úrovně

ball handling, zakončení, přihrávání, hra 1 na 1, střelba, hra (2 na 2), hra (4 na 4 nebo 5 na 5)

Testy pohybových schopností			
	výskok	hod medic. 2kg	člunkový běh
body	cm	cm	s
10	65 a více	1000 a více	34,00 a méně
9	60-64	900-999	34,01-36,00
8	55-59	800-899	36,01-38,00
7	50-54	700-799	38,01-40,00
6	45-49	600-699	40,01-42,00
5	40-44	500-599	42,01-44,00
4	35-39	400-499	44,01-46,00
3	30-34	300-399	46,01-48,00
2	25-29	200-299	48,01-50,00
1	20-24	0-199	50,01 a více

Testy basketbalové herní úrovně		
1-10 bodů	ball handling	základní driblinkové dovednosti
1-10 bodů	zakončení	variabilita zakončení v maximální rychlosti
1-10 bodů	přihrávání	přihrávání (na místě i v pohybu)
1-10 bodů	hra 1 na 1	hra 1 na 1 z různých vzdáleností od koše
1-10 bodů	střelba	technika střelby (statická střelba, střelba po driblinku)
1-10 bodů	hra	situace 2 na 2 na polovině hřiště
1-10 bodů	hra	situace 4 na 4 nebo 5 na 5 na celém hřišti (dle počtu přihlášených hráček)

Disciplíny hodnotí trenérský kolektiv na základě úrovně technického provedení.



Volejbal dívky, hoši

1. měření somatotypu

měření tělesné výšky (bez bot), měření dosahu jednoruč (v botách)

2. test maximálního horizontálního odrazu

skok do dálky z místa

3. test maximálního vertikálního odrazu

skok do výšky smečářským rozběhem (odraz ze dvou noh)

4. test síly

hod medicinbalem 1kg z kleku na žíněnce, shyby na počet na hrazdě nadhmatem (hoši) respektive výdrž na čas ve shybu na hrazdě nadhmatem (dívky)

5. test rychlosti

běh K-test s pěti kuželi (4x 4,5 m a 4x 5,4 m do tvaru písmene K)

6. test volejbalové technické úrovně herních dovedností

odbití obouruč vrchem (prsty), odbití obouruč spodem (bagr), vrchní podání (plachtící, skákané plachtící nebo skákané rotované), útočný úder ve výskoku (smeč ze zóny IV. pro praváky, smeč ze zóny II. pro leváky)

Disciplíny „odbití obouruč vrchem“, „odbití obouruč spodem“, „podání“ hodnotí trenérský kolektiv na základě úrovně technického provedení a je hodnocena 1 až 10 body.

Disciplínu „útočný úder ve výskoku“ hodnotí trenérský kolektiv na základě úrovně technického provedení a je hodnocena 1 až 20 body.

Fyzické testy:

Bodové škály – dívky:

Výška:		Dosah:		Výskok:		Hod 1kg:		SDM:		K-test:		Hrazda:	
180	10	232	7	275	7	13	7	213	7	11,1	7	30	5
179	9	231	6	274	6	12,5	6	212	6	11,2	6	25	4
178	9	230	6	273	6	12	5	211	6	11,3	5	20	3
177	8	229	5	272	5	11,5	4	210	5	11,4	4	15	2
176	8	228	5	271	5	11	3	209	5	11,5	3	10	1
175	7	227	4	270	4	10,5	2	208	4	11,6	2	9	0
174	7	226	4	269	4	10	1	207	4	11,7	1		
173	6	225	3	268	3	9,5	0	206	3	11,8	0		
172	6	224	3	267	3			205	3				
171	5	223	2	266	2			204	2				
170	5	222	2	265	2			203	2				
169	4	221	1	264	1			202	1				
168	3	220	1	263	1			201	1				
167	2	219	0	262	0			200	0				
166	1												
165	0												



Sportovní gymnázium Ludvíka Daňka,

Brno, Botanická 70, příspěvková organizace

Bodové škály – chlapci:

Výška:		Dosah:		Výskok:		Hod 1kg:		SDM:		K-test:		Hrazda:	
188	10	235	7	305	7	16	7	235	7	10,8	7	5	5
187	9	234	6	304	6	15,5	6	234	6	10,9	6	4	4
186	9	233	6	303	6	15	5	233	6	11	5	3	3
185	8	232	5	302	5	14,5	4	232	5	11,1	4	2	2
184	8	231	5	301	5	14	3	231	5	11,2	3	1	1
183	7	230	4	300	4	13,5	2	230	4	11,3	2	0	0
182	7	229	4	299	4	13	1	229	4	11,4	1		
181	6	228	3	298	3	12,5	0	228	3	11,5	0		
180	6	227	3	297	3			227	3				
179	5	226	2	296	2			226	2				
178	5	225	2	295	2			225	2				
177	4	224	1	294	1			224	1				
176	3	223	1	293	1			223	1				
175	2	222	0	292	0			222	0				
174	1												
173	0												