



## Gymnázium se sportovní přípravou

se zaměřením fotbal chlapci, plavání (4leté)

kód oboru 79-42-K/41

## Talentové zkoušky

### Fotbal - chlapci

#### 1. sprint 30 m

Test zjišťující maximální rychlost sprintu. Je měřen fotobuňkami, bez startovního signálu. Hráč má dva pokusy, z nichž se počítá jen lepší čas.

#### 2. illinois test

Test, který zjišťuje rychlost běhu a změny směru (agility). Hráč startuje z lehu na břiše a absolvuje předem danou dráhu. Hráč má dva pokusy, z nichž se počítá vždy lepší čas.

#### 3. přesnost střelby

Tento test zjišťuje jak přesně je schopen hráč zakončit. Hráč zakončuje z předem vyznačeného prostoru do předem vyznačeného prostoru v brance po krátkém vedení míče. Má pět pokusů zprava a pět zleva. Za každý úspěšný pokus má dva body (odraz od brankové tyče do brány se počítá). Počítají se pouze góly, které hráč vstřelí v časovém limitu 20 vteřin (poslední střela musí být vystřelena před vypršením časového limitu).

#### 4. centr před branku

Hráč má za úkol trefit branku (přípravkové kategorie), umístěnou 25 metrů daleko. Centr musí letět vzduchem a dopadnout až za brankovou čáru menší branky. Centruje z předem vyznačeného prostoru, po krátkém vedení míče. Má pět pokusů zleva a pět pokusů zprava. Za každý úspěšný pokus má dva body.

#### 5. yoyo test

Test zjišťující vytrvalostní schopnost pomocí opakovaných běhů zvyšující se intenzitou. Běží se vždy 20 m úsek tam a zpět, poté následuje pauza 10 s. Hráči musí protnout cílovou čáru před zvukovým signálem.

## Plavání

#### 1. pohybové předpoklady

gymnastická sestava, člunkový běh, výdrž ve shybu – dívky, shyby – chlapci, sedy-lehy po dobu 60 s, skok daleký z místa, hod medicinbalem, hluboký ohnutý předklon

#### 2. plavecké předpoklady

100 m motýl, 100 m znak, 100 m prsa, 100 m kraul, 400m kraul

#### 3. výkonnostní předpoklady

zařazení do výběrových družstev (reprezentace, SCM), účast a umístění na Letním a Zimním mistrovství ČR, účast na Krajském přeboru za rok 2021



# Sportovní gymnázium Ludvíka Daňka,

Brno, Botanická 70, příspěvková organizace

---

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