



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) a účast na Zimním mistrovství ČR 2019



Sportovní gymnázium Ludvíka Daňka,

Brno, Botanická 70, příspěvková organizace

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