



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 v individuální disciplíně (u krosu umístění do 24.místa) v kalendářním roce 2025 a halové sezóně 2026

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

Každá disciplína v rozsahu 0-18 bodů, nejlepší dvojnásobně bodovaná (max 90 bodů)

5 bodů - registrace v atletickém klubu v ČAS v roce 2025

5 bodů - účast na atletickém MČR v individuální disciplíně (u krosu umístění do 24.místa) v kalendářním roce 2025 a halové sezóně 2026



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) – 0-7 bodů

měření dosahu jednoruč (v botách) – 0-5 bodů

2. test maximálního horizontálního odrazu

skok do dálky z místa - 0-7 bodů

3. test maximálního vertikálního odrazu

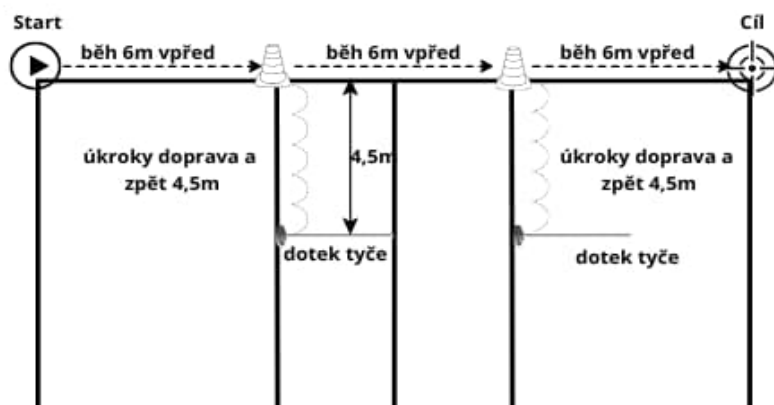
skok do výšky smečářským rozběhem (odraz ze dvou noh) – 0-7 bodů

4. test síly

hod medicinbalem 1kg z kleku na žíněnce – 0-7 bodů

5. test rychlosti

běh F-test se čtyřmi kuželi (6m vpřed, 4,5 úkroky doprava a zpět, 6m vpřed, 4,5 úkroky doprava a zpět, 6m vpřed do cíle) – 0-7 bodů



6. test volejbalové technické úrovně herních dovedností

odbití obouruč vrchem (prsty)

odbití obouruč spodem (bagr)

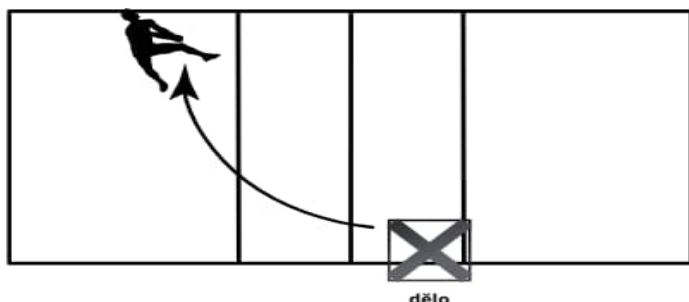
obrana v poli bagrem BEZ pádu míče vystřeleného z děla

vrchní podání (plachtící, skákané plachtící nebo skákané rotované)

útočný úder ve výskoku (smeč ze zóny IV. pro praváky, smeč ze zóny II. pro leváky)

Volejbalová část hodnocení:

- Disciplínu „odbití obouruč vrchem“ hodnotí trenérský kolektiv na základě úrovně technického provedení a je hodnocena 1 až 10 body.
- Disciplínu „odbití obouruč spodem“ hodnotí trenérský kolektiv na základě úrovně technického provedení a je hodnocena 1 až 10 body.
- Disciplínu „podání“ hodnotí trenérský kolektiv na základě úrovně technického provedení a je hodnocena 1 až 10 body.
- Disciplínu obrana v poli“ hodnotí trenérský kolektiv na základě úrovně technického provedení a je hodnocena 1 až 10 body. Hráč brání míče vystřelené s volejbalového děla předem definovanou rychlostí.



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

Bodové škály - dívky

Výška:		Dosah:		Výskok:		Hod 1kg:		SDM:		F-test	
180	7	232	5	281	7	14,5	7	215	7	10,8	7
179	6	230	4	280	6	14,0	6	214	6	10,9	6
178	6	229	4	279	6	13,5	5	213	6	11,0	5
177	5	228	4	278	5	13,0	4	212	5	11,1	4
176	5	227	3	277	5	12,5	3	211	5	11,2	3
175	4	226	3	276	4	12,0	2	210	4	11,3	2
174	4	225	3	275	4	11,0	1	209	4	11,4	1
173	3	224	2	274	3	10,9	0	208	3	11,5	0
172	3	223	2	273	3			207	3		
171	2	222	2	272	2			206	2		
170	2	221	1	271	2			205	2		
169	1	220	0	270	1			204	1		
168	1			269	1			203	1		
167	0			268	0			202	1		
								201	0		

Bodové škály - chlapci

Výška:		Dosah:		Výskok:		Hod 1kg:		SDM:		F-test	
188	7	233	5	315	7	16,0	7	235	7	9,6	7
187	6	232	4	314	6	15,5	6	234	6	9,7	6
186	6	231	4	313	6	15,0	5	233	6	9,8	5
185	5	230	4	312	5	14,5	4	232	5	9,9	4
185	5	229	3	311	5	14,0	3	231	5	10,0	3
184	4	228	3	310	4	13,5	2	230	4	10,1	2
183	4	227	3	309	4	13,0	1	229	4	10,2	1
182	3	226	2	308	3	12,5	0	228	3	10,3	0
181	3	225	2	307	3			227	3		
180	2	224	2	306	2			226	2		
179	2	223	1	305	2			225	2		
178	1	222	0	304	1			224	1		
177	1			303	1			223	1		
176	0			302	0			222	0		