



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 bříše 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 (váha, kotoul vpřed, přemet stranou, kotoul vzad), 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 2022



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

Bodové hodnotící škály

Fotbal

1. Sprint 30m

0	≥ 4,61
1	4,60 – 4,56
2	4,55 – 4,51
3	4,50 – 4,46
4	4,45 – 4,41
5	4,40 – 4,38
6	4,37 – 4,35
7	4,34 – 4,32
8	4,31 – 4,29
9	4,28 – 4,26
10	4,25 – 4,23
11	4,22 – 4,20
12	4,19 – 4,18
13	4,17 – 4,16
14	4,15 – 4,14
15	4,13 – 4,12
16	4,11 – 4,10
17	4,09
18	4,08
19	4,07
20	≤ 4,06

2. Illinois test

0	≥ 19,6
1	19,59 – 19,20
2	19,19 – 18,80
3	18,79 – 18,50
4	18,49 – 18,20
5	18,19 – 18,00
6	17,99 – 17,80
7	17,79 – 17,60
8	17,59 – 17,40
9	17,39 – 17,20
10	17,19 – 17,00
11	16,99 – 16,80
12	16,79 – 16,60
13	16,59 – 16,40
14	16,39 – 16,30
15	16,29 – 16,20
16	16,19 – 16,10
17	16,09 – 16,00
18	15,99 – 15,90
19	15,89 – 15,80
20	≤ 15,79



Sportovní gymnázium Ludvíka Daňka,

Brno, Botanická 70, příspěvková organizace

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 – level 2

0	0 – 80	11	680
1	120 – 200	12	720
2	240 – 320	13	760
3	360	14	800
4	400	15	840
5	440	16	880
6	480	17	920
7	520	18	960
8	560	19	1000
9	600	20	1040
10	640		

Kontakt fotbal

Radim Bubeníček: 724 811 674



Plavání

TEST I – obratnost, koordinace - gymnastická sestava

body	výkon
0	0
1	1
2	2
3	3
4	4
5	5

TEST II – rychlost, koordinace - člunkový běh

bodování chlapci				bodování dívky			
0	00:29,5	a	hůře	0	00:31,0	a	hůře
1	00:28,0	-	00:29,5	1	00:29,5	-	00:31,0
2	00:26,5	-	00:28,0	2	00:28,0	-	00:29,5
3	00:25,0	-	00:26,5	3	00:26,5	-	00:28,0
4	00:23,5	-	00:25,0	4	00:25,0	-	00:26,5
5	00:23,5	a	lépe	5	00:25,0	a	lépe

TEST III – izometrická síla paží - výdrž ve shybu, shyby

shyby kluci				výdrž ve shybu holky				00:05,0
0	1	a	méně	0	00:07,0	a	méně	
1	2	-	3	1	00:07,0	-	00:12,0	
2	4	-	5	2	00:12,0	-	00:17,0	
3	6	-	7	3	00:17,0	-	00:22,0	
4	8	-	9	4	00:22,0	-	00:27,0	
5	10	a	více	5	00:27,0	a	více	

TEST IV – dynamická síla trupu - sed-lehy

bodování chlapci				bodování dívky			
0	38	a	méně	0	31	a	méně
1	39	-	41	1	32	-	34
2	42	-	44	2	35	-	37
3	45	-	47	3	38	-	40
4	48	-	50	4	41	-	43
5	51	a	více	5	44	a	více

TEST V – dynamická síla dolních končetin - dálka z místa

bodování chlapci				bodování dívky			
0	197	a	méně	0	157	a	méně
1	198	-	205	1	158	-	165
2	206	-	213	2	166	-	173
3	214	-	221	3	174	-	181
4	222	-	229	4	182	-	189
5	230	a	více	5	190	a	více



Sportovní gymnázium Ludvíka Daňka,

Brno, Botanická 70, příspěvková organizace

TEST VI – dynamická síla h.k. - hod medicinbalem

<i>bodování chlapci</i>				<i>bodování dívky</i>			
0	529	a	méně	0	379	a	méně
1	530	-	609	1	380	-	459
2	610	-	689	2	460	-	539
3	690	-	769	3	540	-	619
4	770	-	849	4	620	-	699
5	850	a	víc	5	700	a	víc

TEST VII – ohebnost - hluboký ohnutý předklon

<i>bodování chlapci</i>				<i>bodování dívky</i>			
0	0	a	méně	0	3	a	méně
1	1	-	3	1	4	-	6
2	4	-	6	2	7	-	9
3	7	-	9	3	10	-	12
4	10	-	12	4	13	-	15
5	13	a	více	5	16	a	více

TEST VIII – plavecká všestrannost

100m kraul

<i>bodování chlapci</i>				<i>bodování dívky</i>			
0	01:15,5	a	hůře	0	01:20,5	a	hůře
1	01:14,0	-	01:15,5	1	01:19,0	-	01:20,5
2	01:12,5	-	01:14,0	2	01:17,5	-	01:19,0
3	01:11,0	-	01:12,5	3	01:16,0	-	01:17,5
4	01:09,5	-	01:11,0	4	01:14,5	-	01:16,0
5	01:08,0	-	01:09,5	5	01:13,0	-	01:14,5
6	01:06,5	-	01:08,0	6	01:11,5	-	01:13,0
7	01:05,0	-	01:06,5	7	01:10,0	-	01:11,5
8	01:03,5	-	01:05,0	8	01:08,5	-	01:10,0
9	01:02,0	-	01:03,5	9	01:07,0	-	01:08,5
10	01:00,5	-	01:02,0	10	01:05,5	-	01:07,0
11	00:59,0	-	01:00,5	11	01:04,0	-	01:05,5
12	00:59,0	a	lépe	12	01:04,0	a	lépe

100m motýlek

<i>bodování chlapci</i>				<i>bodování dívky</i>			
0	01:25,5	a	hůře	0	01:31,5	a	hůře
1	01:24,0	-	01:25,5	1	01:30,0	-	01:31,5
2	01:22,5	-	01:24,0	2	01:28,5	-	01:30,0
3	01:21,0	-	01:22,5	3	01:27,0	-	01:28,5
4	01:19,5	-	01:21,0	4	01:25,5	-	01:27,0
5	01:18,0	-	01:19,5	5	01:24,0	-	01:25,5
6	01:16,5	-	01:18,0	6	01:22,5	-	01:24,0
7	01:15,0	-	01:16,5	7	01:21,0	-	01:22,5
8	01:13,5	-	01:15,0	8	01:19,5	-	01:21,0
9	01:12,0	-	01:13,5	9	01:18,0	-	01:19,5
10	01:10,5	-	01:12,0	10	01:16,5	-	01:18,0
11	01:09,0	-	01:10,5	11	01:15,0	-	01:16,5
12	01:09,0	a	lépe	12	01:15,0	a	lépe



Sportovní gymnázium Ludvíka Daňka,

Brno, Botanická 70, příspěvková organizace

100m znak

bodování chlapci

0	01:22,5	a	hůře
1	01:21,0	-	01:22,5
2	01:19,5	-	01:21,0
3	01:18,0	-	01:19,5
4	01:16,5	-	01:18,0
5	01:15,0	-	01:16,5
6	01:13,5	-	01:15,0
7	01:12,0	-	01:13,5
8	01:10,5	-	01:12,0
9	01:09,0	-	01:10,5
10	01:07,5	-	01:09,0
11	01:06,0	-	01:07,5
12	01:06,0	a	lépe

bodování dívky

0	01:28,5	a	hůře
1	01:27,0	-	01:28,5
2	01:25,5	-	01:27,0
3	01:24,0	-	01:25,5
4	01:22,5	-	01:24,0
5	01:21,0	-	01:22,5
6	01:19,5	-	01:21,0
7	01:18,0	-	01:19,5
8	01:16,5	-	01:18,0
9	01:15,0	-	01:16,5
10	01:13,5	-	01:15,0
11	01:12,0	-	01:13,5
12	01:12,0	a	lépe

100m prsa

bodování chlapci

0	01:31,5	a	hůře
1	01:30,0	-	01:31,5
2	01:28,5	-	01:30,0
3	01:27,0	-	01:28,5
4	01:25,5	-	01:27,0
5	01:24,0	-	01:25,5
6	01:22,5	-	01:24,0
7	01:21,0	-	01:22,5
8	01:19,5	-	01:21,0
9	01:18,0	-	01:19,5
10	01:16,5	-	01:18,0
11	01:15,0	-	01:16,5
12	01:15,0	a	lépe

bodování dívky

0	01:38,5	a	hůře
1	01:37,0	-	01:38,5
2	01:35,5	-	01:37,0
3	01:34,0	-	01:35,5
4	01:32,5	-	01:34,0
5	01:31,0	-	01:32,5
6	01:29,5	-	01:31,0
7	01:28,0	-	01:29,5
8	01:26,5	-	01:28,0
9	01:25,0	-	01:26,5
10	01:23,5	-	01:25,0
11	01:22,0	-	01:23,5
12	01:22,0	a	lépe

TEST IX – plavecká rychlostní vytrvalost

400m kraul

bodování chlapci

0	05:47,0	a	hůře
1	05:41,0	-	05:47,0
2	05:35,0	-	05:41,0
3	05:29,0	-	05:35,0
4	05:23,0	-	05:29,0
5	05:17,0	-	05:23,0
6	05:11,0	-	05:17,0
7	05:05,0	-	05:11,0
8	04:59,0	-	05:05,0
9	04:53,0	-	04:59,0
10	04:47,0	-	04:53,0
11	04:41,0	-	04:47,0
12	04:41,0	a	lépe

bodování dívky

0	05:57,0	a	hůře
1	05:51,0	-	05:57,0
2	05:45,0	-	05:51,0
3	05:39,0	-	05:45,0
4	05:33,0	-	05:39,0
5	05:27,0	-	05:33,0
6	05:21,0	-	05:27,0
7	05:15,0	-	05:21,0
8	05:09,0	-	05:15,0
9	05:03,0	-	05:09,0
10	04:57,0	-	05:03,0
11	04:51,0	-	04:57,0
12	04:51,0	a	lépe

TEST X - výkonnostní předpoklady - dosavadní plavecká úspěšnost

0	BEZ
1	KPD
2	MCR
3	SCM
4	MED
5	REP



Sportovní gymnázium Ludvíka Daňka,

Brno, Botanická 70, příspěvková organizace

Kontakt plavání

Petr Vodák: 604 344 131