

## PŘÍLOHA Č. 1

Typ programu:	Bakalářský
Studijní program:	Tělesná výchova a sport
Studijní obor:	Tělesná výchova a sport Tělesná výchova a sport se zaměřením na vzdělávání Ochrana obyvatelstva se zaměřením na vzdělávání Vojenská tělovýchova
Forma studia:	Prezenční a kombinovaná

# TALENTOVÉ ZKOUŠKY Z TĚLESNÉ VÝCHOVY PRO AKADEMICKÝ ROK 2016/2017

V přijímacím řízení na UK FTVS v Praze musí uchazeč prokázat požadovanou úroveň výkonů v atletice, plavání, ve sportovní gymnastice a sportovních hrách. Výkony v každém z těchto čtyř sportovních odvětví jsou hodnoceny podle bodových škál v rozpětí 0–100 bodů. Pokud uchazeč v kterékoli disciplíně z uvedených odvětví nezíská žádný bod, nesplní níže uvedené podmínky nebo k disciplíně nenastoupí, neprospěl v talentové zkoušce a nemůže pokračovat v další části přijímacího řízení.

## ATLETIKA

Disciplína	Standard			
	1 bod		2 body až 60 bodů	
100 m muži I. kategorie	14,24 s	13,84 s	13,78 s	11,74 s a lépe
100 m muži II. kategorie	14,74 s	14,34 s	14,28 s	12,24 s a lépe
100 m ženy I. kategorie	16,74 s	16,04 s	16,01 s	13,24 s a lépe
100 m ženy II. kategorie	17,24 s	16,54 s	16,51 s	13,74 s a lépe
	1 bod		2 body až 40 bodů	
1500 m muži I. kategorie	6:00,00	5:45,00	5:42,00	4:40,00 a lépe
1500 m muži II. kategorie	6:30,00	6:15,00	6:12,00	5:10,00 a lépe
800 m ženy I. kategorie	3:35,00	3:30,00	3:27,00	2:40,00 a lépe
800 m ženy II. kategorie	3:50,00	3:45,00	3:42,00	2:55,00 a lépe

### II. věková kategorie

Uchazečky, které v kalendářním roce talentové zkoušky dosáhnou 27–36 let. Uchazeči, kteří v roce talentové zkoušky dosáhnou 31–40 let.

### III. věková kategorie

Uchazečky, které v kalendářním roce talentové zkoušky dosáhnou 37 a více let. Uchazeči, kteří v roce talentové zkoušky dosáhnou 41 a více let.

Výkony jsou obodovány nelineárními tabulkami.

Uchazeč I. a II. věkové kategorie uspěje v atletické části talentové zkoušky, pokud v obou disciplínách dosáhne výkonů alespoň na úrovni standardů pro příslušnou věkovou kategorii.

Uchazeč III. věkové kategorie, pokud nezíská body dle tabulek pro II. věkovou kategorii, získá jeden bod za proběhnutí obou předepsaných běžeckých tratí.

## BODOVÉ HODNOCENÍ MUŽI

I. kategorie							
100 m	body	100 m	body	100 m	body	100 m	body
14,25	0	13,20	13	12,61	29	12,13	45
14,24	1	13,16	14	12,58	30	12,10	46
*	1	13,12	15	12,55	31	12,07	47
13,85	1	13,08	16	12,52	32	12,04	48
13,84	1	13,04	17	12,49	33	12,01	49
13,78	2	13,00	18	12,46	34	11,98	50
13,72	3	12,96	19	12,43	35	11,95	51
13,66	4	12,92	20	12,40	36	11,92	52
13,60	5	12,88	21	12,37	37	11,89	53
13,55	6	12,84	22	12,34	38	11,86	54
13,50	7	12,80	23	12,31	39	11,84	55
13,45	8	12,76	24	12,28	40	11,82	56
13,40	9	12,73	25	12,25	41	11,80	57
13,35	10	12,70	26	12,22	42	11,78	58
13,30	11	12,67	27	12,19	43	11,76	59
13,25	12	12,64	28	12,16	44	11,74	60

I. kategorie							
1500 m		1500 m		1500 m		1500 m	
min:s	body	min:s	body	min:s	body	min:s	body
<b>6:00,01</b>	<b>0</b>	5:26,00	8	5:04,00	19	4:50,00	30
6:00,00	1	5:24,00	9	5:02,00	20	4:49,00	31
*	1	5:22,00	10	5:00,00	21	4:48,00	32
5:45,01	1	5:20,00	11	4:58,00	22	4:47,00	33
<b>5:45,00</b>	<b>1</b>	5:18,00	12	4:57,00	23	4:46,00	34
5:42,00	2	5:16,00	13	4:56,00	24	4:45,00	35
5:39,00	3	5:14,00	14	4:55,00	25	4:44,00	36
5:36,00	4	5:12,00	15	4:54,00	26	4:43,00	37
5:33,00	5	5:10,00	16	4:53,00	27	4:42,00	38
5:30,00	6	5:08,00	17	4:52,00	28	4:41,00	39
5:28,00	7	5:06,00	18	4:51,00	29	4:40,00	40

II. kategorie							
100 m	body	100 m	body	100 m	body	100 m	body
<b>14,75</b>	<b>0</b>	13,70	13	13,11	29	12,63	45
<b>14,74</b>	<b>1</b>	13,66	14	13,08	30	12,60	46
*	1	13,62	15	13,05	31	12,57	47
14,35	1	13,58	16	13,02	32	12,54	48
<b>14,34</b>	<b>1</b>	13,54	17	12,99	33	12,51	49
14,28	2	13,50	18	12,96	34	12,48	50
14,22	3	13,46	19	12,93	35	12,45	51
14,16	4	13,42	20	12,90	36	12,42	52
14,10	5	13,38	21	12,87	37	12,39	53
14,05	6	13,34	22	12,84	38	12,36	54
14,00	7	13,30	23	12,81	39	12,34	55
13,95	8	13,26	24	12,78	40	12,32	56
13,90	9	13,23	25	12,75	41	12,30	57
13,85	10	13,20	26	12,72	42	12,28	58
13,80	11	13,17	27	12,69	43	12,26	59
13,75	12	13,14	28	12,66	44	12,24	60

II. kategorie							
1500 m		1500 m		1500 m		1500 m	
min:s	body	min:s	body	min:s	body	min:s	body
<b>6:30,01</b>	<b>0</b>	5:56,00	8	5:34,00	19	5:20,00	30
6:30,00	1	5:54,00	9	5:32,00	20	5:19,00	31
*	1	5:52,00	10	5:30,00	21	5:18,00	32
6:15,01	1	5:50,00	11	5:28,00	22	5:17,00	33
<b>6:15,00</b>	<b>1</b>	5:48,00	12	5:27,00	23	5:16,00	34

6:12,00	2	5:46,00	13	5:26,00	24	5:15,00	35
6:09,00	3	5:44,00	14	5:25,00	25	5:14,00	36
6:06,00	4	5:42,00	15	5:24,00	26	5:13,00	37
6:03,00	5	5:40,00	16	5:23,00	27	5:12,00	38
6:00,00	6	5:38,00	17	5:22,00	28	5:11,00	39
5:58,00	7	5:36,00	18	5:21,00	29	5:10,00	40

## BODOVÉ HODNOCENÍ ŽENY

I. kategorie							
100 m	body	100 m	body	100 m	body	100 m	body
16,75	0	15,16	14	14,38	30	13,74	46
<b>16,74</b>	<b>1</b>	15,10	15	14,34	31	13,70	47
*	1	15,05	16	14,30	32	13,66	48
16,04	1	15,00	17	14,26	33	13,62	49
15,95	2	14,95	18	14,22	34	13,58	50
15,88	3	14,90	19	14,18	35	13,54	51
15,81	4	14,85	20	14,14	36	13,50	52
15,74	5	14,80	21	14,10	37	13,46	53
15,67	6	14,75	22	14,06	38	13,42	54
15,60	7	14,70	23	14,02	39	13,39	55
15,53	8	14,65	24	13,98	40	13,36	56
15,46	9	14,60	25	13,94	41	13,33	57
15,40	10	14,55	26	13,90	42	13,30	58
15,34	11	14,50	27	13,86	43	13,27	59
15,28	12	14,46	28	13,82	44	13,24	60
15,22	13	14,42	29	13,78	45		

I. kategorie							
800 m		800 m		800 m		800 m	
min:s	body	min:s	body	min:s	body	min:s	body
3:35,01	0	3:12,00	9	3:00,00	20	2:49,00	31
<b>3:35,00</b>	<b>1</b>	3:10,00	10	2:59,00	21	2:48,00	32
*	1	3:09,00	11	2:58,00	22	2:47,00	33
3:30,00	1	3:08,00	12	2:57,00	23	2:46,00	34
3:27,00	2	3:07,00	13	2:56,00	24	2:45,00	35
3:24,00	3	3:06,00	14	2:55,00	25	2:44,00	36
3:22,00	4	3:05,00	15	2:54,00	26	2:43,00	37
3:20,00	5	3:04,00	16	2:53,00	27	2:42,00	38
3:18,00	6	3:03,00	17	2:52,00	28	2:41,00	39
3:16,00	7	3:02,00	18	2:51,00	29	2:40,00	40
3:14,00	8	3:01,00	19	2:50,00	30		

II. kategorie							
100 m	body	100 m	body	100 m	body	100 m	body
17,25	0	15,60	15	14,92	29	14,24	46
<b>17,24</b>	<b>1</b>	15,55	16	14,88	30	14,20	47
*	1	15,50	17	14,84	31	14,16	48
16,54	1	15,45	18	14,80	32	14,12	49
16,45	2	15,40	19	14,76	33	14,08	50
16,38	3	15,35	20	14,72	34	14,04	51
16,31	4	15,30	21	14,68	35	14,00	52
16,24	5	15,25	22	14,64	36	13,96	53
16,17	6	15,20	23	14,60	37	13,92	54
16,10	7	15,30	21	14,56	38	13,89	55
16,03	8	15,25	22	14,52	39	13,86	56
15,96	9	15,20	23	14,48	40	13,83	57
15,90	10	15,15	24	14,44	41	13,80	58
15,84	11	15,10	25	14,40	42	13,77	59
15,78	12	15,05	26	14,36	43	13,74	60
15,72	13	15,00	27	14,32	44		
15,66	14	14,96	28	14,28	45		

II. kategorie							
800 m		800 m		800 m		800 m	
min:s	body	min:s	body	min:s	body	min:s	body
3:50,01	0	3:27,00	9	3:15,00	20	3:04,00	31
<b>3:50,00</b>	<b>1</b>	3:25,00	10	3:14,00	21	3:03,00	32
*	1	3:24,00	11	3:13,00	22	3:02,00	33
3:45,00	1	3:23,00	12	3:12,00	23	3:01,00	34
3:42,00	2	3:22,00	13	3:11,00	24	3:00,00	35
3:39,00	3	3:21,00	14	3:10,00	25	2:59,00	36
3:37,00	4	3:20,00	15	3:09,00	26	2:58,00	37
3:35,00	5	3:19,00	16	3:08,00	27	2:57,00	38
3:33,00	6	3:18,00	17	3:07,00	28	2:56,00	39
3:31,00	7	3:17,00	18	3:06,00	29	2:55,00	40
3:29,00	8	3:16,00	19	3:05,00	30		

# PLAVÁNÍ

Uchazeč musí zaplavat 100 m souvisle jednou z technik prsa, kraul, znak nebo motýlek. Kontakt se dnem a stěnami bazénu je povolen pouze při obrátce. Součástí 100m úseku je střemhlavý startovní skok. U plavecké techniky znak je startovní skok proveden z vody. Po odplavání znakové tratě, musí uchazeč dodatečně předvést, že zvládá střemhlavý skok ze startovního bloku. Dosažený čas je hodnocen bodově podle tabulek. Uchazeč má v talentové zkoušce z plavání pouze jediný pokus.

Pokud uchazeč nesplní uvedené podmínky, trať nedokončí, nezíská žádný bod nebo se nedostaví na start, je **hodnocen neprospěl**.

## Věková bonifikace:

Při splnění podmínek talentové zkoušky alespoň na jeden bod, je pro vyšší věkovou kategorii uchazečů přiznána bodová bonifikace (hranice pro získání 1 bodu pro III. a IV. kategorii se posouvá u mužů na 2:05,0 a u žen na 2:14,0):

### II. věková kategorie

Uchazeči, kteří v kalendářním roce talentové zkoušky dosáhnou 30–34 let +5 bodů

### III. věková kategorie

Uchazeči, kteří v kalendářním roce talentové zkoušky dosáhnou 35–39 let +10 bodů

### IV. věková kategorie

Uchazeči, kteří v kalendářním roce talentové zkoušky dosáhnou 40 a více let +20 bodů

Klasifikace	0 bodů	1 bod	100 bodů
MUŽI I. a II. kategorie	1:56,1 a více	1:56,0	1:12 0 a méně
ŽENY I. a II. kategorie	2:05,1 a více	2:05,0	1:21,0 a méně
MUŽI III. a IV. kategorie	2:05,1 a více	2:05,0	1:12,0 a méně
ŽENY III. a IV. kategorie	2:14,1 a více	2:14,0	1:21,0 a méně

## BODOVÉ HODNOCENÍ MUŽI

100 m I. a II. kategorie							
min:s	body	min:s	body	min:s	body	min:s	body
1:56,0	1	1:33,8	26	1:22,8	51	1:16,2	76
1:54,6	2	1:33,2	27	1:22,5	52	1:16,0	77
1:53,4	3	1:32,7	28	1:22,1	53	1:15,8	78
1:52,2	4	1:32,1	29	1:21,8	54	1:15,6	79
1:51,0	5	1:31,6	30	1:21,5	55	1:15,4	80
1:49,9	6	1:31,0	31	1:21,2	56	1:15,2	81
1:48,8	7	1:30,5	32	1:20,9	57	1:15,0	82
1:47,8	8	1:30,0	33	1:20,6	58	1:14,8	83
1:46,8	9	1:29,6	34	1:20,3	59	1:14,6	84
1:45,8	10	1:29,1	35	1:20,1	60	1:14,4	85
1:44,9	11	1:28,6	36	1:19,8	61	1:14,2	86

1:44,0	12	1:28,2	37	1:19,5	62	1:14,1	87
1:43,1	13	1:27,7	38	1:19,3	63	1:13,9	88
1:42,2	14	1:27,3	39	1:19,0	64	1:13,7	89
1:41,4	15	1:26,9	40	1:18,7	65	1:13,5	90
1:40,6	16	1:26,5	41	1:18,5	66	1:13,4	91
1:39,8	17	1:26,0	42	1:18,2	67	1:13,2	92
1:39,1	18	1:25,7	43	1:18,0	68	1:13,0	93
1:38,4	19	1:25,3	44	1:17,8	69	1:12,9	94
1:37,6	20	1:24,9	45	1:17,5	70	1:12,7	95
1:37,0	21	1:24,5	46	1:17,3	71	1:12,6	96
1:36,3	22	1:24,2	47	1:17,1	72	1:12,4	97
1:35,6	23	1:23,8	48	1:16,8	73	1:12,3	98
1:35,0	24	1:23,5	49	1:16,6	74	1:12,1	99
1:34,4	25	1:23,1	50	1:16,4	75	1:12,0	100

## BODOVÉ HODNOCENÍ ŽENY

100 m I. a II. kategorie							
min:s	body	min:s	body	min:s	body	min:s	body
2:05,0	1	1:44,0	26	1:32,7	51	1:25,7	76
2:03,8	2	1:43,4	27	1:32,4	52	1:25,4	77
2:02,6	3	1:42,9	28	1:32,0	53	1:25,2	78
2:01,5	4	1:42,3	29	1:31,7	54	1:25,0	79
2:00,5	5	1:41,8	30	1:31,4	55	1:24,8	80
1:59,4	6	1:41,3	31	1:31,1	56	1:24,5	81
1:58,4	7	1:40,7	32	1:30,7	57	1:24,3	82
1:57,5	8	1:40,2	33	1:30,4	58	1:24,1	83
1:56,5	9	1:39,7	34	1:30,1	59	1:23,9	84
1:55,6	10	1:39,3	35	1:29,8	60	1:23,7	85
1:54,7	11	1:38,8	36	1:29,5	61	1:23,5	86
1:53,9	12	1:38,3	37	1:29,3	62	1:23,3	87
1:53,1	13	1:37,9	38	1:29,0	63	1:23,1	88
1:52,2	14	1:37,4	39	1:28,7	64	1:22,9	89
1:51,5	15	1:37,0	40	1:28,4	65	1:22,7	90
1:50,7	16	1:36,6	41	1:28,1	66	1:22,6	91
1:49,9	17	1:36,1	42	1:27,9	67	1:22,4	92
1:49,2	18	1:35,7	43	1:27,6	68	1:22,2	93
1:48,5	19	1:35,3	44	1:27,4	69	1:22,0	94
1:47,8	20	1:34,9	45	1:27,1	70	1:21,8	95
1:47,1	21	1:34,5	46	1:26,9	71	1:21,7	96
1:46,5	22	1:34,2	47	1:26,6	72	1:21,5	97
1:45,8	23	1:33,8	48	1:26,4	73	1:21,3	98
1:45,2	24	1:33,4	49	1:26,1	74	1:21,1	99
1:44,6	25	1:33,1	50	1:25,9	75	1:21,0	100

## BODOVÉ HODNOCENÍ MUŽI

100 m III. a IV. kategorie							
min:s	body	min:s	body	min:s	body	min:s	body
2:05,1	0	1:33,8	26	1:22,1	53	1:15,4	80
<b>2:05,0</b>	1	1:33,2	27	1:21,8	54	1:15,2	81
1:56,0	1	1:32,7	28	1:21,5	55	1:15,0	82
1:54,6	2	1:32,1	29	1:21,2	56	1:14,8	83
1:53,4	3	1:31,6	30	1:20,9	57	1:14,6	84
1:52,2	4	1:31,0	31	1:20,6	58	1:14,4	85
1:51,0	5	1:30,5	32	1:20,3	59	1:14,2	86
1:49,9	6	1:30,0	33	1:20,1	60	1:14,1	87
1:48,8	7	1:29,6	34	1:19,8	61	1:13,9	88
1:47,8	8	1:29,1	35	1:19,5	62	1:13,7	89
1:46,8	9	1:28,6	36	1:19,3	63	1:13,5	90
1:45,8	10	1:28,2	37	1:19,0	64	1:13,4	91
1:44,9	11	1:27,7	38	1:18,7	65	1:13,2	92
1:44,0	12	1:27,3	39	1:18,5	66	1:13,0	93
1:43,1	13	1:26,9	40	1:18,2	67	1:12,9	94
1:42,2	14	1:26,5	41	1:18,0	68	1:12,7	95
1:41,4	15	1:26,0	42	1:17,8	69	1:12,6	96
1:40,6	16	1:25,7	43	1:17,5	70	1:12,4	97
1:39,8	17	1:25,3	44	1:17,3	71	1:12,3	98
1:39,1	18	1:24,9	45	1:17,1	72	1:12,1	99
1:38,4	19	1:24,5	46	1:16,8	73	1:12,0	100
1:37,6	20	1:24,2	47	1:16,6	74		
1:37,0	21	1:23,8	48	1:16,4	75		
1:36,3	22	1:23,5	49	1:16,2	76		
1:35,6	23	1:23,1	50	1:16,0	77		
1:35,0	24	1:22,8	51	1:15,8	78		
1:34,4	25	1:22,5	52	1:15,6	79		

## BODOVÉ HODNOCENÍ ŽENY

100 m III. a IV. kategorie							
min:s	body	min:s	body	min:s	body	min:s	body
2:14,1	0	1:44,0	26	1:32,0	53	1:24,8	80
<b>2:14,0</b>	1	1:43,4	27	1:31,7	54	1:24,5	81
2:05,0	1	1:42,9	28	1:31,4	55	1:24,3	82
2:03,8	2	1:42,3	29	1:31,1	56	1:24,1	83
2:02,6	3	1:41,8	30	1:30,7	57	1:23,9	84
2:01,5	4	1:41,3	31	1:30,4	58	1:23,7	85



2:00,5	5	1:40,7	32	1:30,1	59	1:23,5	86
1:59,4	6	1:40,2	33	1:29,8	60	1:23,3	87
1:58,4	7	1:39,7	34	1:29,5	61	1:23,1	88
1:57,5	8	1:39,3	35	1:29,3	62	1:22,9	89
1:56,5	9	1:38,8	36	1:29,0	63	1:22,7	90
1:55,6	10	1:38,3	37	1:28,7	64	1:22,6	91
1:54,7	11	1:37,9	38	1:28,4	65	1:22,4	92
1:53,9	12	1:37,4	39	1:28,1	66	1:22,2	93
1:53,1	13	1:37,0	40	1:27,9	67	1:22,0	94
1:52,2	14	1:36,6	41	1:27,6	68	1:21,8	95
1:51,5	15	1:36,1	42	1:27,4	69	1:21,7	96
1:50,7	16	1:35,7	43	1:27,1	70	1:21,5	97
1:49,9	17	1:35,3	44	1:26,9	71	1:21,3	98
1:49,2	18	1:34,9	45	1:26,6	72	1:21,1	99
1:48,5	19	1:34,5	46	1:26,4	73	1:21,0	100
1:47,8	20	1:34,2	47	1:26,1	74		
1:47,1	21	1:33,8	48	1:25,9	75		
1:46,5	22	1:33,4	49	1:25,7	76		
1:45,8	23	1:33,1	50	1:25,4	77		
1:45,2	24	1:32,7	51	1:25,2	78		
1:44,6	25	1:32,4	52	1:25,0	79		

## **GYMNASTIKA**

Uchazeč musí absolvovat sestavu na hrazdě a sestavu s prvky akrobacie. Sestavu v obou disciplínách je možno 1x opakovat, počítá se lepší známka.

Výkon se hodnotí známkou v rozpětí 0 až 10 bodů s rozlišením na desetiny. V akrobacii si uchazeč vybírá jednu ze dvou variant sestav. Maximální známka sestavy č. 1 je 8 bodů a maximální známka sestavy č. 2 je 10 bodů. Každý prvek v sestavě má svou hodnotu. Při jeho vynechání, záměně nebo provedení s hrubými chybami je odečtena jeho hodnota z výsledné známky.

Celkové hodnocení je stanoveno převedením průměru vyšších známek v každé z obou disciplín na výslednou 100bodovou stupnici. Při neabsolvování některé z disciplín nebo při hodnocení „0“ (nula) z některé z disciplín, je celkové hodnocení uchazeče v talentové zkoušce – neprospěl. Je-li výsledné hodnocení nižší než 3,5 bodu, je celkové hodnocení „0“ a uchazeč v talentové zkoušce neprospěl.

Uchazečům II. věkové kategorie bude přiznána bonifikace 1 bod, který bude přičten k výslednému průměru z hodnocení z obou disciplín. Výsledek bude následně převeden na výslednou 100bodovou škálu dle přepočtových tabulek.

II. věková kategorie

Uchazeči, kteří v kalendářním roce talentové zkoušky dosáhnou 35 let a více.

## **MUŽI**

### **Akrobacie**

1. Stoj spojný, upažit – připažit – přemetový poskok – přemet stranou do stoje rozkročného, upažit – přisunem pravé (levé) půlobrat vlevo (vpravo), stoj spojný, vzpažit – výkrokem levé (pravé) stoj na rukou – kotoul do sedu, vzpažit – hmit předklonmo – kotul vzad do zášvihů – vzpor dřepmo – vztyk.

2. Stoj spojný, upažit – připažit – z rozběhu (max. tří kroků) přemetový poskok – přemet vpřed do stoje spojného, vzpažit – výkrokem levé (pravé) stoj na rukou – kotoul do sedu, vzpažit – hmit předklonmo – kotul vzad do zášvihů – vzpor dřepmo – vztyk.

### **Hrazda po ramena**

Shyb stojmo (nadhmatem) – odrazem snožmo výmyk do vzporu – přešvih únožmo pravou (levou) vpřed do vzporu jízmo – přešvih únožmo pravou (levou) vzad do vzporu – zákmih – toč vzad – podmet.

## **ŽENY**

### **Akrobacie**

1. Stoj spatný, vzpažit zevnitř – připažit – přemetový poskok – přemet stranou do stoje rozkročného upažit – přisunem pravé (levé) půlobrat vlevo (vpravo), stoj spojný, vzpažit – výkrokem levé (pravé) stoj na rukou – kotoul do sedu, vzpažit – zvolna hluboký předklon – kotoul vzad roznožmo do širokého stoje rozkročného – kotoul vzad schylmo do stoje spojného, vzpažit – upažením připažit.

2. Stoj spatný, vzpažit zevnitř – připažit – z rozběhu (max. tří kroků) přemetový poskok – přemet vpřed do stoje spojného nebo s doskokem jednož, vzpažit – výkrokem levé (pravé) stoj na rukou – kotoul do sedu, vzpažit – zvolna hluboký předklon – kotoul vzad roznožmo do širokého stoje rozkročného – kotoul vzad schylmo do stoje spojného, vzpažit – upažením připažit.

### **Hrazda po ramena**

Shyb stojmo (nadhmatem) – odrazem střídnonož výmyk do vzporu – přešvih únožmo pravou (levou) vpřed do vzporu jízmo – přešvih únožmo pravou (levou) vzad do vzporu – zákmih – toč vzad – podmet.

## PŘEPOČET BODŮ – VÝSLEDNÉ HODNOCENÍ

Hodnocení	Body		Hodnocení	Body		Hodnocení	Body
0–3,45	<b>0</b>		6,30	<b>35</b>		8,30	<b>70</b>
3,50	<b>1</b>		6,35	<b>36</b>		8,35	<b>71</b>
3,60	<b>2</b>		6,40	<b>37</b>		8,40	<b>72</b>
3,70	<b>3</b>		6,45	<b>38</b>		8,45	<b>73</b>
3,80	<b>4</b>		6,50	<b>39</b>		8,50	<b>73</b>
3,90	<b>5</b>		6,60	<b>40</b>		8,55	<b>74</b>
4,00	<b>6</b>		6,65	<b>41</b>		8,60	<b>75</b>
4,10	<b>7</b>		6,70	<b>42</b>		8,65	<b>76</b>
4,20	<b>8</b>		6,75	<b>43</b>		8,70	<b>77</b>
4,30	<b>9</b>		6,80	<b>44</b>		8,75	<b>78</b>
4,40	<b>10</b>		6,85	<b>45</b>		8,80	<b>79</b>
4,50	<b>11</b>		6,90	<b>46</b>		8,90	<b>80</b>
4,60	<b>12</b>		7,00	<b>47</b>		8,95	<b>81</b>
4,70	<b>13</b>		7,05	<b>48</b>		9,00	<b>82</b>
4,80	<b>14</b>		7,10	<b>49</b>		9,05	<b>83</b>
4,90	<b>15</b>		7,15	<b>50</b>		9,10	<b>84</b>
5,00	<b>16</b>		7,20	<b>51</b>		9,15	<b>85</b>
5,10	<b>17</b>		7,25	<b>52</b>		9,20	<b>86</b>
5,20	<b>18</b>		7,30	<b>53</b>		9,30	<b>87</b>
5,30	<b>19</b>		7,40	<b>54</b>		9,35	<b>88</b>
5,40	<b>20</b>		7,45	<b>55</b>		9,40	<b>89</b>
5,50	<b>21</b>		7,50	<b>56</b>		9,45	<b>90</b>
5,55	<b>22</b>		7,55	<b>57</b>		9,50	<b>91</b>
5,60	<b>23</b>		7,60	<b>58</b>		9,55	<b>92</b>
5,65	<b>24</b>		7,65	<b>59</b>		9,60	<b>93</b>
5,70	<b>25</b>		7,70	<b>60</b>		9,65	<b>93</b>
5,80	<b>26</b>		7,80	<b>61</b>		9,70	<b>94</b>
5,85	<b>27</b>		7,85	<b>62</b>		9,75	<b>95</b>
5,90	<b>28</b>		7,90	<b>63</b>		9,80	<b>96</b>
5,95	<b>29</b>		7,95	<b>64</b>		9,85	<b>97</b>
6,00	<b>30</b>		8,00	<b>65</b>		9,90	<b>98</b>
6,05	<b>31</b>		8,10	<b>66</b>		9,95	<b>99</b>
6,10	<b>32</b>		8,15	<b>67</b>		10,00	<b>100</b>
6,20	<b>33</b>		8,20	<b>68</b>			
6,25	<b>34</b>		8,25	<b>69</b>			

## SPORTOVNÍ HRY

Uchazeč absolvuje test z basketbalu a 2 testy z volejbalu.

Maximální možný zisk za sportovní hry činí 100 bodů. Každá sportovní hra je hodnocena ve stupnici 0–50 bodů. Nula bodů v jedné nebo obou sportovních hrách znamená, že uchazeč v talentové zkoušce neprospěl.

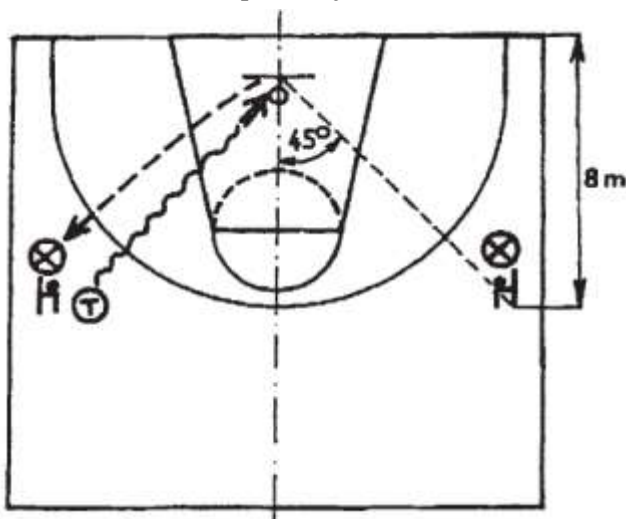
### Basketbal

Ve vzdálenosti 8 m od koncové čáry je na každé straně pod úhlem 45 ° od koše umístěna židle. Na obou židlích je položen míč (viz schéma).

**Činnost testovaného:** Testovaný stojí vedle jedné ze židlí, bez pokynu bere míč, driblingem se uvolňuje směrem ke koši a střílí v pohybu (po dvojtaktu) z krátké vzdálenosti. Po úspěšné (neúspěšné) střelbě doskakuje – chytá odražený míč, resp. míč, který propadne obroučkou a sítkou koše, přihrává pomocníkovi za židli a běží pro míč na druhou stranu. Přihrávka (jednoruč nebo obouruč) je součástí testu a musí směřovat na tu stranu, odkud testovaný míč vzal.

Činnost se provádí bez přerušení a střídavě 3x z každé strany (celkem 6x). Není přípustné opakování testu.

**Poznámka:** Muži provádějí test míčem velikosti a hmotnosti č. 7, ženy míčem č. 6.



#### Grafické značení:

⊙ testovaný

⊗ pomocník

• míč

~~~~~> dribling (vedení míče)

-----> přihrávka

**Požadavky:** *Provedení driblingu a střelby v pohybu* – z pravé strany dribling pravou rukou, dvojtakt způsobem dokročení (doskočení) v pořadí pravá noha, levá noha a střelba (jednoruč) pravou rukou; z levé strany dribling levou rukou, dvojtakt způsobem dokročení (doskočení) levá noha, pravá noha a střelba levou rukou.

*Rychlost provedení* – míní se provedení zejména driblingu a zakončení v pohybu (po dvojtaktu) nikoli maximální intenzitou, ale optimální rychlostí tak, aby byly patrné jistota a zvládnutí těchto činností.

*Plynulost provedení* – míní se zejména plynulá návaznost driblingu, ukončení driblingu chycením míče do obou rukou a střelby v pohybu (po dvojtaktu).

**Kritéria pro hodnocení:** Test má charakter ověření dovedností. Předmětem testu jsou herní činnosti jednotlivce – uvolňování s míčem v pohybu (dribling), střelba v pohybu z krátké vzdálenosti (po dvojtaktu), přihrávání. Hodnotí se způsob (technika) provedení, rychlost a plynulost provedení.

**Měřítko hodnocení** je při určené padesátibodové hranici stanovené takto:

**0 bodů:** Uchazeč, uchazečka (dále jen uchazeč) prokazuje naprosto nedostatečnou úroveň dovedností a neovládání činností ve stanovených požadavcích. Provedení je značně pomalé (v chůzi), nejisté a zastavované (přerušované) v důsledku např. plácání do míče s jeho výraznou vizuální kontrolou, plácání do míče před tělem, nenavázání a neprovedení dvojtaktu, odhazování míče jednoruč nebo obouruč při střelbě na koš, balastních pohybů při chytání míče, špatné techniky přihrávek a celkově špatné orientace na určené ploše.

**1–12 bodů** (s přihlédnutím k interindividuálním rozdílům v provedení): Uchazeč prokazuje nízkou úroveň dovedností až neovládání požadovaných činností (zásadní nedostatky v technice provedení všech činností), špatnou orientaci na určené ploše, značnou nejistotu pomalým provedením, nedostatečnost v navazování jednotlivých činností a porušování pravidla o krocích.

**13–24 bodů** (s přihlédnutím k interindividuálním rozdílům v provedení): Uchazeč se prokazuje dobrou úrovní dovedností s nedostatky v jednotlivých činnostech, ale se snahou o jejich rychlé a plynulé provedení. Dochází k nepřesnostem v provedení a k porušování pravidla o krocích.

**25–37 bodů** (s přihlédnutím k interindividuálním rozdílům v provedení): Uchazeč prokazuje velmi dobrou úroveň zvládnutí požadovaných dovedností s dílčími nedostatky v provedení, jakkoli v jednotlivých činnostech. Provedení a návaznost všech činností jsou rychlé a plynulé, bez porušování pravidla o krocích.

**38–50 bodů** (s přihlédnutím k interindividuálním rozdílům v provedení): Uchazeč prokazuje bezchybné provedení všech činností, výborné osvojení dovedností, rychlost a plynulost realizace. Nedochází k porušování pravidla o krocích, provedení vyjadřuje jistotu.

**Poznámka:** Provedení testu hodnotí dva učitelé.

## Volejbal

### Test odbíjení obouruč vrchem a obouruč spodem – maximum 25 bodů

Provádí se ve dvojicích. Testovaný opakovaně, po dobu přibližně jedné až tří minut, odbíjí obouruč vrchem a obouruč spodem míč letící od druhého testovaného. Hodnotí se technika odbíjení, postoj a pohyb testovaného.

**Poznámka:** Uchazeči (uchazečky) jsou před zahájením testu upozorněni, že pokud je odbití míče letícího od spoluhráče ve dvojici nepřesné (letí do vzdálenosti 1–1,5 m od druhého testovaného), mohou míč chytit, vrátit se na své místo a po vlastním nadhozu znovu začít odbíjet.

### Měřítko hodnocení

**0 bodů:** Testovaný vůbec neovládá techniku obou způsobů odbíjení, dopouští se nečistého odbíjení a není schopen míč usměrňovat na spoluhráče.

**1–6 bodů:** Testovaný prokazuje částečné zvládnutí techniky odbíjení míče obouruč vrchem i obouruč spodem, nepřemísťuje se včas k míči do správného postoje, tj. do nízkého postoje, z něhož lze technicky dobře odbít míč. Odbíjení míče vrchem je tvrdé, tj. na hranici nepovoleného dvojdoteku, velmi nepřesné a nesměřuje na spoluhráče ve dvojici. Dráha letu míče při odbíjení spodem je nízká nebo zaznamenává velký rozptyl do stran.

**7–13 bodů:** Testovaný prokazuje průměrnou techniku obou způsobů odbíjení. Včas se přesunuje k místu odbití, míč odbíjí správnou technikou. Při odbíjení vrchem však dochází k nečistým kontaktům míče s prsty. Při odbíjení spodem nejsou paže v poloze optimálního spojení. U obou způsobů odbíjení je úhel paží a trupu příliš velký, postoj vysoký. Dráha letu míče vykazuje nepřesnosti.

**14–20 bodů:** Testovaný prokazuje velmi dobrou techniku obou způsobů odbíjení. Včas se přesouvá k místu odbití, odbíjení míče vykazuje optimální délku a výšku, kontakt prstů s míčem je měkký. Při odbití spodem odbíjí míč z odpovídajícího nízkého střehu předloktím natažených paží vytažených z ramen. Vyskytují se drobné nepřesnosti v technice a v dráze letu míče.

**21–25 bodů:** Testovaný ovládá výborně techniku odbití obouruč vrchem i spodem, odbití prsty je přesné a měkké, těžiště dokonale sníženo. Při odbíjení obouruč spodem míč dopadá přesně na natažené předloktí paží a pohyb při odbití vychází z dolních končetin.

## Test vrchního podání – maximum 25 bodů

Provádí se jednotlivě. Testovaný stojí v zóně podání a provádí vrchní čelné podání. Má 3 pokusy, které uskuteční po sobě. Hodnotí se postoj, přesnost nadhozu, technika úderu do míče a umístění podání.

### Měřítka hodnocení

**0 bodů:** Testovaný vůbec nezvládá techniku, ani jeden pokus nebyl platný, tj. míč nedopadl do pole soupeře ani v jednom případě podání.

**1–6 bodů:** Testovaný prokazuje částečné zvládnutí techniky, alespoň jeden pokus byl platný. Technika je na nízké úrovni (špatný – nepřesný nadhoz, pomalý pohyb paže, zasažení míče prsty a nikoli dlaňovou částí ruky, míč letí velmi malou rychlostí).

**7–13 bodů:** Testovaný prokazuje průměrnou úroveň zvládnutí techniky, alespoň dva pokusy byly platné. Míč po úderu letí větší rychlostí, pohyb paže a zasažení míče však není ve všech případech správné.

**14–20 bodů:** Testovaný prokazuje velmi dobrou úroveň techniky, všechny tři pokusy byly platné. Míč letí vyšší rychlostí, nadhoz i způsob zasažení je optimální, testovaný se také pokouší o umístění podání do různých částí hřiště. Vyskytují se drobné nepřesnosti v technice.

**21–25 bodů:** Testovaný prokazuje výbornou techniku, všechny tři pokusy byly platné. Rychlost míče je vysoká, přesné je zasažení míče i pohyb paže včetně zaklopení zápěstí. Testovaný prokazuje dovednost umístit podání do různých částí hřiště.

**Poznámka:** Body dosažené v obou testech se sčítají a vytváří konečný počet bodů z volejbalu. Pokud testovaný obdrží z jednoho testu nulu, je celkově z volejbalu hodnocen 0 body, tj. jako nevyhověl.

### Upozornění

Předpokládá se, že všichni uchazeči ovládají:

- a) základy bruslení,
- b) základy sjíždění a zatáčení na lyžích a základy běhu na lyžích klasickým způsobem a bruslením.