



K r i t é r i á

pre prijímanie žiakov na štúdium na Strednej športovej škole Trenčín do 1. ročníka štvorročného vzdelávacieho programu pre školský rok 2020/2021

Riaditeľka školy po prerokovaní s pedagogickou radou dňa 27. 1. 2020 podľa § 65 ods. 1 a 2, § 62 ods. 7 v zmysle zákona č. 245/2008 Z. z. o výchove a vzdelávaní (školský zákon) a o zmene a doplnení niektorých zákonov v znení neskorších predpisov určuje nasledovné kritériá pre prijímanie uchádzačov do 1. ročníka štvorročného štúdia.

Uchádzač alebo jeho zákonný zástupca podáva prihlášku riaditeľovi základnej školy, ktorú žiak navštevuje, do 20. februára na študijné odbory, ktoré vyžadujú overenie špeciálnych schopností, zručností alebo nadania v zmysle § 63 zák. 245/2008 Z. z. (talentové skúšky). Do prihlášky uveďte šport a kontaktné údaje. Riaditeľ základnej školy odošle prihlášku na strednú školu do 28. februára 2020.

Stredná športová škola, Kožušnícka 2, 911 05 Trenčín ponúka možnosť pre absolventov základnej školy študovať v týchto študijných odboroch:

Študijný odbor	Forma štúdia	Počet otváraných tried	Počet prijímaných žiakov
7451 J športové gymnázium	štvorročné štúdium	1	min. 17 max. 24
7471 M športový manažment	štvorročné štúdium	1	min. 17 max. 24
7475 M digitálne služby v športe 7476 M spracovanie dát v športe	štvorročné štúdium	1	max. 12 odbor 7475 M max. 12 odbor 7476 M

Druhy športov

Atletika /CH, D/, cyklistika /CH, D/, kanoistika /CH, D/, plávanie /CH, D/, futbal /CH, D/, volejbal /CH, D/, hokej/CH/, hádzaná /D/, športy rôzne /CH, D/, vzpieranie /CH, D/.

Vysvetlenie: CH – chlapci, D – dievčatá

Kritériá pre prijatie uchádzača

Talentová skúška sa skladá z nasledovných častí:

1. Pohybový test

- Skladá sa zo všeobecných pohybových testov a špeciálnych pohybových testov pre vybraný šport. Hodnotený je komisiou zostavenou odborníkmi a trénermi daného druhu športu. Výsledky za pohybový test sa hodnotia max. počtom bodov 100 (z toho 20 bodov za všeobecný pohybový test a 80 bodov za špeciálny pohybový test). Min. počet dosiahnutých bodov je 55.

- Pri športových hrách - futbal, hokej, hádzaná, volejbal sa pri výbere zohľadňuje aj hráčsky post. Hodnotenie v každom športe vykonáva komisia odborníkov (viď Obsah talentovej skúšky pre jednotlivé športy).
- Uchádzač, ktorý za pohybový test nedosiahol min. počet bodov 55 je neúspešný.
- V prípade ak bude hráč/brankár v čase konania talentových skúšok chorý (viď lekárske potvrdenie) bude uchádzačovi určený náhradný termín talentových skúšok. Termín náhradnej skúšky sa uskutoční **15. 04. 2020**.

2. Psychologický test

- Max. počet bodov, ktoré môže uchádzač získať je 30.
- Súčasťou prijímacieho konania je aj psychologické testovanie študijných predpokladov a osobnostných charakteristík.
- Hodnotenie vykonáva komisia psychológov CPPPaP v Trenčíne.
- Testovanie pozostáva z 5 výkonových subtestov a osobnostného dotazníka. Každý subtest mapuje inú oblasť kognitívnych schopností a dotazník poskytuje informácie o základných faktoroch osobnosti.

Na základe výsledkov testu rozdelí komisia uchádzačov do 4 skupín:

1. skupina	30b
2. skupina	20b
3. skupina	10b
4. skupina	0b

- Uchádzač, ktorý bude v psychologickom teste zaradený do skupiny 4 je v prijímacom konaní neúspešný.

3. Vyhovujúci prospech

- Výsledky prospechu sa hodnotia maximálnym počtom bodov 30.
- Berie sa do úvahy priemer známok koncoročného vysvedčenia 6. – 8. roč. základnej školy a polročného z 9. roč. základnej školy (do priemeru sa nezapočítavajú známky z výchov).

Prospech / priemer	Počet bodov
do 1,5 (vrátane)	30 b
do 2,5 (vrátane)	20 b
do 3,5 (vrátane)	10 b
nad 3,5	0 b

- Uchádzač, ktorého priemerný prospech je nad 3,5 je neúspešný.

4. Zdravotný stav

- Bezchybný zdravotný stav potvrdený lekárom so špecializáciou v špecializačnom odbore telovýchovné lekárstvo viď link (<https://lekom.sk/slovenska-lekarska-komora/organy-slk/register-lekarov>) s vyjadrením - schopný alebo neschopný. Akceptujeme potvrdenie od telovýchovného lekára nie staršie ako jeden rok

od júna 2019. Uchádzač sa v deň talentových skúšok pri prezentácii preukazuje daným potvrdením.

Termíny talentových skúšok

1. kolo talentových skúšok: 6. 4. – 8. 4. 2020 podľa nasledovného rozpisu:

- **6. 4. 2020** – pondelok: hokej, futbal,
- **7. 4. 2020** – utorok: atletika, plávanie, cyklistika, vzpieranie, športy "rôzne",
- **8. 4. 2020** – streda: kanoistika, volejbal, hádzaná.

2. kolo talentových skúšok: V prípade nenaplnenia stanoveného počtu žiakov v 1. kole, sa uskutoční termín 2. kola talentových skúšok dňa **16. 6. 2020**. Vyhlásenie o konaní 2. kola talentových skúšok oznámi riaditeľka školy najneskôr do **6. 6. 2020** na stránke školy.

Termín konania, časový harmonogram talentovej skúšky a potrebné dokumenty potrebné k talentovej skúške budú uchádzačom písomne doručené najneskôr 5 dní pred konaním talentovej skúšky.

Žiak môže podať prihlášky na dva študijné odbory. V takom prípade musí vyznačiť poradie dôležitosti 1 (prioritný odbor) a 2, aby bolo zrejmé, o ktorý študijný odbor prejavuje uchádzač eminentný záujem.

V prípade otázok kontaktnou osobou pre prijímacie konanie je: **Mgr. Daniela Kollerová**

Mobil: **0901 918 421, 032/652 82 74**

E-mail: **daniela.kollerova@sportovaskolatn.sk**

Web: **www.sportovaskolatn.sk**

Rozhodovanie o prijatí

- Bodové hodnotenie pre posúdenie výsledkov talentových skúšok prideliuje odborná komisia menovaná riaditeľkou školy, zložená z trénerov školy, športových odborníkov, psychológov CPPPaP v Trenčíne a učiteľov školy.
- Celkový počet bodov, ktoré môže **úspešný uchádzač** dosiahnuť je 160 bodov a minimálny počet pridelených bodov odbornou komisiou je 75 bodov.
- Poradie uchádzačov sa zostaví podľa celkového počtu získaných bodov v danom študijnom odbore.
- Riaditeľ školy odpustí uchádzačovi v individuálnych športoch absolvovanie športovej časti talentových skúšok, ak sa uchádzač preukázateľným spôsobom umiestnil na Majstrovstvách Slovenskej republiky alebo vyššej majstrovskej súťaže v danom roku na 1. až 3. mieste. Uchádzač, ktorý spĺňa uvedenú podmienku úspešne absolvoval pohybovú časť talentovej skúšky s počtom bodov v tejto časti 100 bodov.
- V prípade rovnosti celkového počtu bodov v konkrétnom druhu športu bude uprednostnený uchádzač s lepším bodovým ziskom špeciálneho pohybového testu.

V školskom roku 2020/2021 prijímame nasledovné počty uchádzačov v nasledovných športoch:

Kolektívne športy (48 uchádzačov)		Individuálne športy (24 uchádzačov)	
Hokej	25	Atletika	6
Futbal	11	Plávanie	4
Volejbal	9	Cyklistika	5
Hádzaná	3	Vzpieranie	2
		Športy „rôzne“	4
		Kanoistika	3

- V prípade nenaplnenia stanoveného počtu uchádzačov pre jednotlivé športy bude riaditeľom školy vyhlásený termín 2. kola talentových skúšok. Uchádzači budú prijímaní podľa poradia.
- Z dôvodu, že v Trenčianskom regióne tento rok nepôsobí žiadny ženský hokejový tím v školskom roku 2020/2021, neprijímame dievčatá do Regionálnej hokejovej akadémie.

Obsah talentovej skúšky pre jednotlivé športy pre štvorročné štúdium

1. HOKEJ (CHLAPCI)

Všeobecný pohybový test pozostáva:

1. beh so zmenami smeru,
2. trojskok znožmo,
3. zhyby,
4. drep na 1 nohe L/P.

Špeciálny pohybový test (na ľade) pozostáva:

1. korčuľovanie vpred na 500m,
2. korčuľovanie vpred a vzad s pukom,
3. hra (Stredná športová škola a Dukla Trenčín n. o. v spolupráci so SZLH zostaví komisiu odborníkov na posúdenie hernej výkonnosti v hre).

- Hráč/brankár môže získať max. počet 100 bodov, z toho za špeciálne testy a hru max. 80 bodov, za všeobecné testy max. 20 bodov.
- Pri rozhodovaní o prijatí a neprijatí rozhoduje aj herná pozícia hráča (útočník, obranca, brankár).

Hodnotiť v hre sa bude:

Hráč

korčuľovanie (skating)
zručnosti (skills)
strelba (shooting)
vnímanie hry (hockey sens)
herná a osobná disciplína
mentálna odolnosť
kreativita

Brankár

korčuľovanie
čítanie hry a pozičná hra
reakcia a správny výber zákroku
mentálna odolnosť a bojovnosť

HOKEJ VŠEOBECNÉ TESTY (chlapci 15 r.):

1. Beh so zmenami smeru	od 10,50 s a menej od 10,51 s – 11,20 s od 11,21 s – 11,99 s od 12,00 s a viac	5 bodov 3 body 1 bod 0 bodov
2. Trojskok znožmo	od 741cm a viac od 740 cm – 671 cm Od 670 cm – 601 cm Od 600 cm a menej	5 bodov 3 body 1 bod 0 bodov
3. Zhyby	15 ks a viac Od 14 - 10 Od 9 do 5 Od 4 a menej	5 bodov 3 body 1 bod 0 bod
4. Drep na 1 nohe L/P (súčet počtu drepov na L/P nohe). Maximálny počet na jednej nohe je 25 drepov	50 x Od 49 x – 33 x Od 32 x – 16 x Od 15 x a menej	5 bodov 3 body 1 bod 0 bodov

HOKEJ ŠPECIÁLNY TESTY (chlapci 15 r.):

HRÁČ

Korčuľovanie vpred a vzad s pukom	24 s a menej od 24,01 s – 25 s od 25,01 s – 26 s od 26,01 s a viac	5 bodov 3 body 1 bod 0 bodov
Korčuľovanie vpred na 500 m	66 s a menej od 66,01 s – 68,0 s od 68,01 s – 70,0 s od 70,01 s a viac	5 bodov 3 body 1 bod 0 bodov

HRA

Korčuľovanie	max. 10 bodov
Herná – osobnostná disciplína	max. 10 bodov
Mentálna odolnosť	max. 10 bodov
Strelba	max. 10 bodov
Vnímanie hry	max. 10 bodov
Zručnosť	max. 10 bodov
Kreativita	max. 10 bodov

BRANKÁR

Korčuľovanie vpred a vzad s pukom	24 s a menej od 24,01 s – 25 s od 25,01 s – 26 s od 26,01 a viac	5 bodov 3 body 1 bod 0 bodov
Korčuľovanie vpred na 500 m	66 s a menej od 66,01 s – 68,0 s od 68,01 s – 70,0 s od 70,01 s a viac	5 bodov 3 body 1 bod 0 bodov

HRA

Korčuľovanie	max. 10 bodov
Čítanie hry a pozičná hra	max. 20 bodov
Reakcia a správny výber zákroku	max. 20 bodov
Mentálna odolnosť a bojovnosť	max. 20 bodov

Hodnotiaca komisia v zastúpení: SZLH, HK DUKLA Trenčín n. o., SŠŠ Trenčín, externý odborníci.

2. FUTBAL

FUTBAL VŠEOBECNÉ TESTY (chlapci 15 r.):

1. Beh na 50 metrov	od 6,6 s a menej od 6,7 s – 7,1 s od 7,2 s – 7,8 s od 7,9 s – a menej	5 bodov 3 body 1 bod 0 bodov
2. Beh 5x10 metrov	od 11,59 s a menej od 11,60 s – 12,09 s od 12,59 s – 12,10 s od 12,60 s a viac	5 bodov 3 body 1 bod 0 bodov
3. Skok z miesta	230 cm a viac Od 229 cm – 201 cm Od 200 cm – 190 cm Od 189 cm a menej	5 bodov 3 body 1 bod 0 bod
4. Test obratnosti	18,99 a menej od 19,90 – 19,99 od 20,00 – 20,99 od 21 a menej	5 bodov 3 body 1 bod 0 bodov

FUTBAL VŠEOBECNÉ TESTY (dievčatá 15 r.):

1. Člnkový beh 4x10m	11,20 s a menej 11,21 s 11,70 s 11,71 s 12,20 s 12,21 a viac	5 bodov 3 body 1 bod 0 bodov
2. Skok z miesta	210 cm a viac 209 cm – 200 cm 199 cm – 190 cm 189 cm a menej	5 bodov 3 body 1 bod 0 bodov
3. Beep test (stupeň)	80 a viac 79 – 75 74 – 70 69 a menej	5 bodov 3 body 1 bod 0 bod
4. Hod plnou loptou	6,50 m a viac 6,49 m – 6,00 m 5,99 m – 5,50 m 5,49 a menej	5 bodov 3 body 1 bod 0 bodov

FUTBAL ŠPECIÁLNY TESTY (chlapci 15 r.):

1. Slalom s loptou	16,99 a menej 17,00 – 19,99 20,00 – 21,99 22,00 a viac	5 bodov 3 body 1 bod 0 bodov
2. Test vytrvalosti V02 max	106 a viac 105 - 95 94 – 80 79 a menej	5 bodov 3 body 1 bod 0 bodov

FUTBAL ŠPECIÁLNY TESTY (dievčatá 15 r.):

1. Slalom s loptou		max. 5 bodov
2. Test vytrvalosti V02 max		max. 5 bodov

HRA (chlapci a dievčatá)

Pohyb na ihrisku
Vnímanie hry
Kreativita
Individuálna technika
Herná disciplína
Vedenie lopty
Ponuková činnosť v hre

max. 10 bodov
max. 10 bodov
max. 10 bodov
max. 10 bodov
max. 10 bodov
max. 10 bodov
max. 10 bodov

3. ATLETIKA

ATLETIKA VŠEOBECNÉ TESTY (chlapci 15 r.):

1. 12'beh	3 201 m a viac 3 001 m – 3 200 m 3 000 m – 2 801 m 2 800 m – 2 601 m 2 600 m a menej	5 bodov 4 body 3 body 2 body 1 bod
2. 50 m beh	7,0 s a menej 7,1 s -7,3 s 7,4 s -7,6 s 7,7 s -7,9 s 8,0 s a viac	5 bodov 4 body 3 body 2 body 1 bod
3. Skok do diaľky z miesta	239 cm a viac 238 cm – 223 cm 222 cm – 206 cm 205 cm – 190 cm 189 cm a menej	5 bodov 4 body 3 body 2 body 1 bod

4. hĺbka predklonu v stojí	16 cm a viac 10 cm - 15 cm 4 cm – 9 cm -1 cm + 3 cm -3 cm – 2 cm	5 bodov 4 body 3 body 2 body 1 bod
----------------------------	--	--

ATLETIKA VŠEOBECNÉ TESTY (dievčatá 15 r.):

1. 12'beh	2 881 m a viac 2 681 m - 2 880 m 2481 m - 2680 m 2281 m - 2480 m 2280 m a menej	5 bodov 4 body 3 body 2 body 1 bod
2. 50 m beh	7,7 s a menej 7,8 s - 8,0 s 8,1 s - 8,3 s 8,4 s - 8,6 s 8,7 s a viac	5 bodov 4 body 3 body 2 body 1 bod
3. Skok do diaľky z miesta	215 cm a viac 214 cm – 199 cm 198 cm – 183 cm 182 cm – 167 cm 166 cm a menej	5 bodov 4 body 3 body 2 body 1 bod
4. hĺbka predklonu v stojí	20 cm a viac 14 cm -19 cm 8 cm - 13 cm 3 cm -7 cm 1cm - 2 cm	5 bodov 4 body 3 body 2 body 1 bod

ATLETIKA (hody, vrhy) ŠPECIÁLNY TESTY (chlapci 15 r., dievčatá 15 r.):

špecializácia oštep		
1. hod kriketovou loptou		max. 50 bodov
2. žabák z miesta		max. 30 bodov
špecializácia guľa, disk, kladivo		
1. autový hod 2kg		max. 50 bodov
2. žabák z miesta		max. 30 bodov

ATLETIKA (behy) ŠPECIÁLNY TESTY (chlapci 15 r., dievčatá 15 r.):

1. 12'beh		max. 50 bodov
2. 50 m		max. 30 bodov

ATLETIKA (šprinty, skoky) ŠPECIÁLNY TESTY (chlapci 15 r., dievčatá 15 r.):

1. 50 m		max. 50 bodov
2. diaľka z miesta		max. 30 bodov

4. KANOISTIKA

KANOISTIKA VŠEOBECNÉ TESTY (chlapci 15 r.):

1. 12'beh	3 201 m a viac 3 001 m – 3 200 m 3 000 m – 2 801 m 2 800 m – 2 601 m 2 600 m a menej	5 bodov 4 body 3 body 2 body 1 bod
-----------	--	--

2. 50 m beh	7,0 s a menej 7,1 s -7,3 s 7,4 s -7,6 s 7,7 s -7,9 s 8,0 s a viac	5 bodov 4 body 3 body 2 body 1 bod
3. autový hod	11,61 m a viac 10,31 m - 11,60 m 9,01 m - 10,30 m 7,71 m - 9,00 m 7,70 m a menej	5 bodov 4 body 3 body 2 body 1 bod
4. hĺbka predklonu v stojí	16 cm a viac 10 cm - 15 cm 4 cm - 9 cm -1 cm + 3 cm -3 cm - 2 cm	5 bodov 4 body 3 body 2 body 1 bod

KANOISTIKA VŠEOBECNÉ TESTY (dievčatá 15 r.):

1. 12' beh	2 881 m a viac 2 681 m - 2 880 m 2481 m - 2680 m 2281 m - 2480 m 2280 m a menej	5 bodov 4 body 3 body 2 body 1 bod
2. 50 m beh	7,7 s a menej 7,8 s - 8,0 s 8,1 s - 8,3 s 8,4 s - 8,6 s 8,7 s a viac	5 bodov 4 body 3 body 2 body 1 bod
3. autový hod	9,31m a viac 8,11m - 9,30 m 6,91 m - 8,10 m 5,71 m - 6,90 m 5,70 m a menej	5 bodov 4 body 3 body 2 body 1 bod
4. hĺbka predklonu v stojí	20 cm a viac 14 cm -19 cm 8 cm - 13 cm 3 cm -7 cm 1cm - 2 cm	5 bodov 4 body 3 body 2 body 1 bod

KANOISTIKA ŠPECIÁLNY TESTY (chlapci 15 r.):

1. tlak s 30kg činkou – max. počet opakovaní		max.15 bodov
2. príťah v ľahu s 30kg činkou – max. počet opakovaní		max.15 bodov
3. tlak s max. hmotnosťou - maximálka		max.10 bodov
4. príťah v ľahu s max. hmotnosťou - maximálka		max.10 bodov
5. ľah - sed 2'		max.15 bodov
6. zhyby - do maxima		max.15 bodov

KANOISTIKA ŠPECIÁLNY TESTY (dievčatá 15 r.):

1. tlak s 20kg činkou – max. počet opakovaní		max.15 bodov
2. príťah v ľahu s 20kg činkou – max. počet opakovaní		max.15 bodov
3. tlak s max. hmotnosťou - maximálka		max.10 bodov
4. príťah v ľahu s max. hmotnosťou - maximálka		max.10 bodov
5. ľah - sed 2'		max.15 bodov
6. zhyby - do maxima		max.15 bodov

5. CYKLISTIKA

CYKLISTIKA VŠEOBECNÉ TESTY (chlapci 15 r.):

1. 12'beh	3 201 m a viac 3 001 m – 3 200 m 3 000 m – 2 801 m 2 800 m – 2 601 m 2 600 m a menej	5 bodov 4 body 3 body 2 body 1 bod
2. 50 m beh	7,0 s a menej 7,1 s - 7,3 s 7,4 s - 7,6 s 7,7 s - 7,9 s 8,0 s a viac	5 bodov 4 body 3 body 2 body 1 bod
3. autový hod	11,61 m a viac 10,31 m - 11,60 m 9,01 m - 10,30 m 7,71 m - 9,00 m 7,70 m a menej	5 bodov 4 body 3 body 2 body 1 bod
4. hĺbka predklonu v stojí	16 cm a viac 10 cm - 15 cm 4 cm - 9 cm -1 cm + 3 cm -3 cm - 2 cm	5 bodov 4 body 3 body 2 body 1 bod

CYKLISTIKA VŠEOBECNÉ TESTY (dievčatá 15 r.):

1. 12'beh	2 881 m a viac 2 681 m – 2 880 m 2 481 m – 2 680 m 2 281 m – 2 480 m 2 280 m a menej	5 bodov 4 body 3 body 2 body 1 bod
2. 50 m beh	7,7 s a menej 7,8 s - 8,0 s 8,1 s - 8,3 s 8,4 s - 8,6 s 8,7 s a viac	5 bodov 4 body 3 body 2 body 1 bod
3. autový hod	9,31 m a viac 8,11 m - 9,30 m 6,91 m - 8,10 m 5,71 m - 6,90 m 5,70 m a menej	5 bodov 4 body 3 body 2 body 1 bod
4. hĺbka predklonu v stojí	20 cm a viac 14 cm - 19 cm 8 cm - 13 cm 3 cm - 7 cm 1 cm – 2 cm	5 bodov 4 body 3 body 2 body 1 bod

CYKLISTIKA ŠPECIÁLNY TESTY (chlapci 15 r., dievčatá 15 r.):

1. 500 m - pevný štart		max. 20 bodov
2. 1000 m - pevný štart		max. 20 bodov
3. 10 km - časovka		max. 40 bodov

6. PLÁVANIE

PLÁVANIE VŠEOBECNÉ TESTY (chlapci 15 r.):

1. 12'beh	3 201 m a viac 3 001 m – 3 200 m 3 000 m – 2 801 m 2 800 m – 2 601 m 2 600 m a menej	5 bodov 4 body 3 body 2 body 1 bod
-----------	--	--

2. 50 m beh	7,0 s a menej 7,1 s - 7,3 s 7,4 s - 7,6 s 7,7 s - 7,9 s 8,0 s a viac	5 bodov 4 body 3 body 2 body 1 bod
3. autový hod	11,61 m a viac 10,31 m - 11,60 m 9,01 m - 10,30 m 7,71 m - 9,00 m 7,70 m a menej	5 bodov 4 body 3 body 2 body 1 bod
4. hĺbka predklonu v stojí	16 cm a viac 10 cm - 15cm 4 cm – 9 cm -1 cm + 3 cm -3 cm – 2 cm	5 bodov 4 body 3 body 2 body 1 bod

PLÁVANIE VŠEOBECNÉ TESTY (dievčatá 15 r.):

1. 12'beh	2 881 m a viac 2 681 m – 2 880 m 2 481 m – 2 680 m 2 281 m – 2 480 m 2 280 m a menej	5 bodov 4 body 3 body 2 body 1 bod
2. 50 m beh	7,7 s a menej 7,8 s - 8,0 s 8,1 s - 8,3 s 8,4 s - 8,6 s 8,7 s a viac	5 bodov 4 body 3 body 2 body 1 bod
3. autový hod	9,31 m a viac 8,11 m - 9,30 m 6,91 m - 8,10 m 5,71 m - 6,90 m 5,70 m a menej	5 bodov 4 body 3 body 2 body 1 bod
4. hĺbka predklonu v stojí	20 cm a viac 14 cm -19 cm 8 cm – 13 cm 3 cm – 7 cm 1 cm – 2 cm	5 bodov 4 body 3 body 2 body 1 bod

PLÁVANIE ŠPECIÁLNY TESTY (chlapci 15 r., dievčatá 15 r.) pozostáva z:

1. 3x25 m z vody (najlepší výkon)
2. 4x50 m z vody interval 10'' - priemerný čas
3. 200 m PP
4. 800 m VSP
5. výkruh
6. autový hod 2 kg
7. hodnotenie techniky

Hodnotený je max. počtom bodov 80.

7. HÁDZANÁ

HÁDZANÁ VŠEOBECNÉ TESTY (dievčatá 15 r.):

1. vytrvalostný člnkový beh	60 x a viac 46 x - 59 x 31 x - 45 x 19 x - 30 x 18 x a menej	5 bodov 4 body 3 body 2 body 1 bod
2. člnkový beh 10x5m	18,6 s a menej 20,2 s - 18,7 s 21,8 s - 20,3 s 23,4 s - 21,9 s 23,5 s a viac	5 bodov 4 body 3 body 2 body 1 bod
3. skok do diaľky z miesta	215 cm a viac 199 cm - 214 cm 183 cm - 198 cm 167 cm - 182 cm 166 cm a menej	5 bodov 4 body 3 body 2 body 1 bod
4. hĺbka predklonu v stojí	20 cm a viac 14 cm - 19 cm 8 cm - 13 cm 3 cm - 7 cm 1 cm - 2 cm	5 bodov 4 body 3 body 2 body 1 bod

HÁDZANÁ ŠPECIÁLNY TESTY (dievčatá 15 r.):

ľah - sed 1' - max. počet opakovaní		max. 20 bodov
herná pripravenosť		max. 20 bodov
vedenie lopty 30 m		max. 20 bodov
hod hádzanárskou loptou z miesta		max. 20 bodov

8. VOLEJBAL

VOLEJBAL VŠEOBECNÉ TESTY (chlapci 15 r.):

1. Beep test	83 x a viac 68 x - 82 x 53 x - 67 x 36 x - 52 x menej ako 35 x	5 bodov 4 body 3 body 2 body 1 bod
2. člnkový beh 10x5m	17 s a menej 18,9 s - 17,1 s 20,8 s - 19,0 s 22,9 s - 20,9 s viac ako 23 s	5 bodov 4 body 3 body 2 body 1 bod
3. ľah - sed 1'	33 x a viac 29 x - 32 x 24 x - 28 x 19 x - 23 x menej ako 18 x	5 bodov 4 body 3 body 2 body 1 bod
4. hĺbka predklonu v sede	31 cm a viac 25 cm - 30 cm 19 cm - 24 cm 14cm - 18 cm 13 cm a menej	5 bodov 4 body 3 body 2 body 1 bod

VOLEJBAL ŠPECIÁLNY TESTY (chlapci 15 r.):

telesná výška		max. 10 bodov
dosah v stoji		max. 10 bodov
blokársky dosah		max. 10 bodov
útočný dosah		max. 10 bodov
hod obojručne zhora v stoji 2kg loptou		max. 5 bodov
skok z miesta do diaľky		max. 5 bodov
zhyby		max. 5 bodov
hod jednoručne v kľaku 1kg loptou, dominantná paža		max. 5 bodov
herné činnosti jednotlivca		max. 20 bodov

9. ŠPORTY „RÔZNE“ A MMA**ŠPORTY „RÔZNE“ a MMA VŠEOBECNÉ TESTY (chlapci 15 r.):**

1. vytrvalostný člnkový beh	83 x a viac 68 x - 82 x 53 x - 67 x 36 x - 52 x menej ako 35 x	5 bodov 4 body 3 body 2 body 1 bod
2. 50 m beh	7,0 s a menej 7,1 s - 7,3 s 7,4 s - 7,6 s 7,7 s - 7,9 s 8,0 s a viac	5 bodov 4 body 3 body 2 body 1 bod
3. autový hod	11,61 m a viac 10,31 m - 11,60 m 9,01 m - 10,30 m 7,71 m - 9,00 m 7,70 m a menej	5 bodov 4 body 3 body 2 body 1 bod
4. hĺbka predklonu v sede	16 cm a viac 10 cm - 15 cm 4 cm - 9 cm '-1 cm +3 cm '-3 cm -2 cm	5 bodov 4 body 3 body 2 body 1 bod

ŠPORTY „RÔZNE“ a MMA VŠEOBECNÉ TESTY (dievčatá 15 r.):

1. vytrvalostný člnkový beh	60 x a viac 46 x - 59 x 31x - 45 x 19 x - 30 x 18 x a menej	5 bodov 4 body 3 body 2 body 1 bod
2. 50 m beh	7,7 s a menej 7,8 s - 8,0 s 8,1 s - 8,3 s 8,4 s - 8,6 s 8,7 s a viac	5 bodov 4 body 3 body 2 body 1 bod
3. autový hod	9,31 m a viac 8,11 m - 9,30 m 6,91 m - 8,10 m 5,71 m - 6,90 m 5,70 m a menej	5 bodov 4 body 3 body 2 body 1 bod
4. hĺbka predklonu v sede	20 cm a viac 14 cm - 19cm 8 cm - 13 cm '3 cm -7 cm '1 cm - 2 cm	5 bodov 4 body 3 body 2 body 1 bod

ŠPORTY „RÔZNE“ a MMA ŠPECIÁLNY TESTY (chlapci 15 r., dievčatá 15 r.):

základné gymnastické prvky: kotúľ vpred, kotúľ vzad, kotúľ vpred do širokého roznoženia, kotúľ vzad do širokého roznoženia, kotúľ vzad do výponu, premet bokom		max. 20 bodov
pohybová koordinácia: výdrž v stoji na jednej nohe L+P, rotácia v stoji na jednej nohe L+P		max. 20 bodov
práca vlastnou váhou: hrazda nadhmatom, podhmatom, kľuky, drepy		max. 20 bodov
práca tela s ťažiskom: výdrž tela v ťažiskových polohách		max. 20 bodov

10. VZPIERANIE**VZPIERANIE VŠEOBECNÉ TESTY (chlapci 15 r.):**

1. vytrvalostný člnkový beh	83 x a viac	5 bodov
	68 x - 82 x	4 body
	53 x - 67 x	3 body
	36 x - 52 x	2 body
	menej ako 35 x	1 bod
2. člnkový beh 10x5m	17 s a menej	5 bodov
	18,9 s - 17,1 s	4 body
	20,8 s - 19,0 s	3 body
	22,9 s - 20,9 s	2 body
	viac ako 23 s	1 bod
3. skok do diaľky z miesta	235 cm a viac	5 bodov
	211 cm - 234 cm	4 body
	189 cm - 210 cm	3 body
	166 cm - 188 cm	2 body
	menej ako 165 cm	1 bod
4. hĺbka predklonu v sede	16 cm a viac	5 bodov
	10 cm - 15 cm	4 body
	4 cm - 9 cm	3 body
	'-1 cm + 3 cm	2 body
	'-3 cm - 2 cm	1 bod

VZPIERANIE VŠEOBECNÉ TESTY (dievčatá 15 r.):

1. vytrvalostný člnkový beh	60 x a viac	5 bodov
	46-59 x	4 body
	31-45 x	3 body
	19-30 x	2 body
	18 x a menej	1 bod
2. člnkový beh 10x4m	11,20 s a menej	5 bodov
	11,21 s 11,70 s	3 body
	11,71 s 12,20 s	1 bod
	12,21 a viac	0 bodov
3. skok do diaľky z miesta	210 cm a viac	5 bodov
	209 cm - 200 cm	3 body
	199 cm - 190 cm	1 body
	189 cm a menej	0 body
4. hĺbka predklonu v sede	20 cm a viac	5 bodov
	14 cm -19cm	4 body
	8 cm -13 cm	3 body
	'3 cm -7 cm	2 body
	'1 cm - 2 cm	1 bod

VZPIERANIE ŠPECIÁLNE TESTY (chlapci 15 r., dievčatá 15r.):

trh - hodnotenie techniky	max. 15 bodov
- hodnotenie výkonu	max. 10 bodov
nadhod - hodnotenie techniky	max. 20 bodov
- hodnotenie výkonu	max. 15 bodov
hodnotenie za reprezentáciu SR	max. 10 bodov
umiestnenie v rebríčku M-SR	max. 10 bodov