Kritéria talentové zkoušky z atletiky

22. 10. 2020

Speciální pohybový test

Skok daleký z místa (žabák), 30 m letmo s náběhem, skok daleký, hod koulí zády přes hlavu (kluci 4 kg, dívky 3 kg), vytrvalostní běh 12 minut chlapci a 6 minut dívky, koule z místa (kluci 4 kg, dívky 3 kg)

Při hodu koulí přes hlavu je možno přešlápnout, vyběhnout za ním.

Za pohybový test je možno získat maximálně 70 bodů.

Uchazeč musí absolvovat všech 6 testů, do celkového hodnocení se sčítají pouze 2 nejlépe hodnocené testy.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Dálka z místa | chlapci | dívky | 30 letmo | chlapci | dívky | Dálka | chlapci | dívky |
| 35 | více jak 260 | více jak 235 | 35 | 3,35 a méně | 3,60 a méně | 35 | více jak 575 | více jak 485 |
| 34 | 255-259 | 230-234 | 34 | 3,36-3,38 | 3,61-3,63 | 34 | 570-574 | 480-484 |
| 32 | 250-254 | 225-229 | 32 | 3,39-3,41 | 3,64-3,66 | 32 | 565-569 | 475-479 |
| 30 | 245-249 | 220-224 | 30 | 3,42-3,44 | 3,67-3,69 | 30 | 560-564 | 470-474 |
| 28 | 240-244 | 215-219 | 28 | 3,45-3,47 | 3,70-3,72 | 28 | 550-559 | 460-469 |
| 26 | 235-239 | 210-214 | 26 | 3,48-3,50 | 3,73-3,75 | 26 | 540-549 | 450-459 |
| 24 | 230-234 | 205-209 | 24 | 3,51-3,53 | 3,76-3,78 | 24 | 530-539 | 440-449 |
| 22 | 225-229 | 200-204 | 22 | 3,54-3,56 | 3,79-3,81 | 22 | 520-529 | 430-439 |
| 20 | 220-224 | 195-199 | 20 | 3,57-3,59 | 3,82-3,84 | 20 | 510-519 | 420-429 |
| 18 | 215-219 | 190-194 | 18 | 3,60-3,62 | 3,85-3,87 | 18 | 500-509 | 410-419 |
| 16 | 210-214 | 185-189 | 16 | 3,63-3,65 | 3,88-3,90 | 16 | 490-499 | 400-409 |
| 14 | 205-209 | 180-184 | 14 | 3,66-3,68 | 3,91-3,93 | 14 | 480-489 | 390-399 |
| 12 | 200-204 | 175-179 | 12 | 3,69-3,71 | 3,94-3,96 | 12 | 470-479 | 380-389 |
| 10 | 195-199 | 170-174 | 10 | 3,72-3,74 | 3,97-3,99 | 10 | 460-469 | 370-379 |
| 8 | 190-194 | 165-169 | 8 | 3,75-3,77 | 4,00-4,02 | 8 | 450-459 | 360-369 |
| 6 | 185-189 | 160-164 | 6 | 3,78-3,80 | 4,03-4,05 | 6 | 440-449 | 350-359 |
| 4 | 180-184 | 155-159 | 4 | 3,81-3,83 | 4,06-4,08 | 4 | 430-439 | 340-349 |
| 2 | 175-179 | 150-154 | 2 | 3,84-3,86 | 4,09-4,11 | 2 | 420-429 | 330-339 |
| 1 | 170-174 | 145-149 | 1 | 3,87-3,89 | 4,12-4,14 | 1 | 410-419 | 320-329 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Koule vzad | chlapci 4 kg | dívky 3 kg | Koule z místa | chlapci 4 kg | dívky 3 kg | 12/6' běh | chlapci 12' | dívky 6' |
| 35 | více jak 15,00 | více jak 13,00 | 35 | více jak 13,00 | více jak 10,00 | 35 | více jak 3360 | více jak 1560 |
| 34 | 14,80-14,90 | 12,60 - 12,90 | 34 | 12,60-12,90 | 9,80-9,95 | 34 | 3330-3350 | 1540-1550 |
| 32 | 14,50-14,70 | 12,20 - 12,50 | 32 | 12,20-12,50 | 9,60-9,75 | 32 | 3290-3320 | 1520-1530 |
| 30 | 14,00-14,40 | 11,80 - 12,10 | 30 | 11,80-12,10 | 9,40-9,55 | 30 | 3250-3280 | 1500-1510 |
| 28 | 13.50-13,90 | 11,40 - 11,70 | 28 | 11,40-11,70 | 9,20-9,35 | 28 | 3200-3240 | 1470-1490 |
| 26 | 13,00-13,40 | 11,00 - 11,30 | 26 | 11,00-11,30 | 9,00-9,15 | 26 | 3150-3190 | 1440-1460 |
| 24 | 12,50-12,90 | 10,60 - 10,90 | 24 | 10,60-10,90 | 8,80-8,95 | 24 | 3100-3140 | 1410-1430 |
| 22 | 12,00-12,40 | 10,20 - 10,50 | 22 | 10,20-10,50 | 8,60-8,75 | 22 | 3050-3090 | 1380-1400 |
| 20 | 11,50-11,90 | 9,80 - 10,10 | 20 | 9,80-10,10 | 8,40-8,55 | 20 | 3000-3040 | 1350-1370 |
| 18 | 11,00-11,40 | 9,40 - 9,70 | 18 | 9,40-9,70 | 8,20-8,35 | 18 | 2950-2990 | 1320-1340 |
| 16 | 10,50-10,90 | 9,00 - 9,30 | 16 | 9,00-9,30 | 8,00-8,15 | 16 | 2900-2940 | 1290-1310 |
| 14 | 10,00-10,40 | 8,60 - 8,90 | 14 | 8,60-8,90 | 7,80-7,95 | 14 | 2850-2890 | 1260-1280 |
| 12 | 9,50-9,90 | 8,20 - 8,50 | 12 | 8,20-8,50 | 7,60-7,75 | 12 | 2800-2840 | 1230-1250 |
| 10 | 9,00-9,40 | 7,90 - 8,10 | 10 | 7,90-8,10 | 7,40-7,55 | 10 | 2750-2790 | 1200-1220 |
| 8 | 8,50-8,90 | 7,60 - 7,80 | 8 | 7,60-7,80 | 7,20-7,35 | 8 | 2700-2740 | 1170-1190 |
| 6 | 8,00-8,40 | 7,30 - 7,50 | 6 | 7,30-7,50 | 7,00-7,15 | 6 | 2650-2690 | 1130-1160 |
| 4 | 7,50-7,90 | 7,00 - 7,20 | 4 | 7,00-7,20 | 6,80-6,95 | 4 | 2600-2640 | 1100-1120 |
| 2 | 7,00-7,40 | 6,70 - 6,90 | 2 | 6,70-6,90 | 6,60-6,75 | 2 | 2550-2590 | 980-1090 |
| 1 | 6,50-6,90 | 6,40 - 6,60 | 1 | 6,40-6,60 | 6,40-6,55 | 1 | 2500-2540 | 950-970 |