

# VOLEJBAL – OBSAH TALENTOVÉ ZKOUŠKY

Obor 79-42-K/41 Gymnázium se sportovní přípravou

## *Chlapci*

pohybové schopnosti	výkon	body
tělesná výška (cm)	do 170	0
	171-173	1
	174-176	2
	177-179	3
	180-182	4
	nad 183	5
dosah ve stoji jednoruč (cm)	do 220	0
	221-225	1
	226-230	2
	231-235	3
	236-240	4
	nad 241	5
čistý výskok (cm)	do 50	0
	51-53	1
	54-56	2
	57-59	3
	60-62	4
	nad 63	5
dosah ve výskoku z rozběhu (cm)	do 278	0
	279-283	1
	284-288	2
	289-293	3
	294-298	4
	nad 299	5
skok z místa (cm)	do 213	0
	214-220	1
	221-227	2
	228-234	3
	235-241	4
	nad 242	5

pohybové schopnosti	výkon	body
hod 1 kg medicinbalem z kleku jednoruč (m)	do 11	0
	11,1-12	1
	12,1-13	2
	13,1-14	3
	14,1-15	4
	nad 15,1	5
K-test (s)	nad 12,11	0
	11,81 – 12,10	1
	11,51 – 11,80	2
	11,21 – 11,50	3
	10,91 – 11,20	4
	do 10,90	5

pohybové dovednosti	body
odbíjení obouruč vrchem	5
odbíjení obouruč spodem	5
herní kombinace (příhrávka, nahrávka, lob)	5
technika smeč	10
technika podání	7
kotoul vpřed	1
stoj na rukou do kotoulu	1
přemet stranou nebo vpřed	1

Celkem za pohybové schopnosti a dovednosti

max. 70 bodů

## *Dívky*

pohybové schopnosti	výkon	body
tělesná výška (cm)	do 166	0
	167-169	1
	170-172	2
	173-175	3
	176-178	4
	nad 179	5
dosah ve stoji jednoruč (cm)	do 210	0
	211-215	1
	216-220	2
	221-225	3
	226-230	4
	nad 231	5
čistý výskok (cm)	do 42	0
	43-45	1
	46-48	2
	49-51	3
	52-54	4
	nad 55	5
dosah ve výskoku z rozběhu (cm)	do 260	0
	261-265	1
	266-270	2
	271-275	3
	276-280	4
	nad 281	5
skok z místa (cm)	do 183	0
	184-190	1
	191-197	2
	198-204	3
	205-211	4
	nad 212	5
hod 1 kg medicinbalem z kleku jednoruč (m)	do 8	0
	8,1-9	1
	9,1-10	2

pohybové schopnosti	výkon	body
	10,1-11	3
	11,1-12	4
	nad 12,1	5
K-test (s)	nad 12,41	0
	12,11 – 12,40	1
	11,81 – 12,10	2
	11,51 – 11,80	3
	11,21 – 11,50	4
	do 11,20	5

pohybové dovednosti	Výkon	body
odbití obouruč vrchem		5
odbití obouruč spodem		5
herní kombinace (příhrávka, nahrávka, lob)		5
technika smeč		10
technika podání		7
kotoul vpřed		1
stoj na ruku do kotoulu		1
přemet stranou		1

Celkem za pohybové schopnosti a dovednosti

max. 70 bodů

31.10.2017