**Požadavky na talentové zkoušky**

1. **Člunkový běh (4x 10m)**– a. bez míče

 b. s míčem (dribling)



* žák mety obíhá vždy na opačnou stranu
* při driblingu nutné driblovat jednou rukou

*Hodnocení:* dle naměřeného času

1. **Plavání – 4x bazén (50 m)** – možno měnit styly, vždy na obrátce možno dotknout země, jinak ne!!! Při dotyku mimo obrátku je žák ohodnocen N – nesplnil a zařazen na poslední místo v pořadí

*Hodnocení:* dle naměřeného času

1. **Kotoul vpřed a kotoul vzad** – vždy tři pokusy na každý druh kotoulu
* žák při provádění kotoulu vpřed začíná ze stoje mírně rozkročného, položí obě ruce dlaněmi paralelně na žíněnku, kotoul provede v podélné ose žíněnky bez vybočení a vstane bez pomocí rukou opět do stoje mírně rozkročeného
* při provádění kotoulu vzad žák začíná ze stoje mírně roznoženého (možné i z dřepu), položí obě ruce dlaněmi paralelně na žíněnku, kotoul provede v podélné ose žíněnky a vstane bez dotyku kolen žíněnky opět do stoje mírně rozkročeného

*Hodnocení:* v každém kotoulu jsou hodnoceny tři výše uvedené body. Za každý nesplněný bod bude žáku přičten jeden záporný bod (-1).

1. **Trojskok – vždy tři pokusy**
* Žák začíná z místa, vykoná tři odrazy snožmo jsoucí za sebou bez přerušení!

*Hodnocení:* dle naměřeného nejdelšího skoku

1. **Hod kriketovým míčkem s rozběhem** – vždy tři pokusy
* žák z rozběhu (min. 5 kroků) provede hod kriketovým míčkem svoji dominantní rukou
* žák nesmí přešlápnout vyznačenou čáru odhodu

*Hodnocení:* dle naměřeného nejdelšího pokusu

1. **Běhy 600 – 800m**
* dívky zaběhnou trať o délce 600m a chlapci 800m

*Hodnocení:* dle naměřeného času

1. **Přeskoky přes švihadlo** – možno kterýkoliv způsob
* žák po dobu 1 minuty bude provádět skoky přes švihadlo, které mu budou počítány

*Hodnocení:* dle počtu přeskoků

1. **Hodnocení kázně** – pokud žák bude mít na prvním stupni ZŠ negativní hodnocení chování:
* opakované důtky třídního učitele = přičteno 3 body.
* ředitelská důtka = přičteno 6 bodů.