



**Kritériá pre prijatie uchádzača:**

**Talentová skúška** sa skladá z nasledovných častí:

(hodnotí komisia zostavená odborníkmi a trénermi daného druhu športu)

**1. Pohybový test**

**A. Všeobecný pohybový test**

**BEH na 50 m / 2 pokusy**

**Faktor :** Faktor lokomočnej rýchlosti

**Vykonanie :** Štart sa vykonáva z polovysokého štartu,  
na povel – výstrel , píšťalka. Testovaný musí dosiahnuť maximálnu rýchlosť počas celej  
trate a pred cieľovou čiarou nesmie znížiť rýchlosť

| Beh na 50m (sek) |    |           |          |
|------------------|----|-----------|----------|
| Pohlavie         |    | Chlapci   | Dievčatá |
| Vek              |    | 15 rokov  | 15 rokov |
| Body             | 0  | > 8,4     | >9,1     |
|                  | 2  | 8,1 – 8,3 | 8,8-9    |
|                  | 4  | 7,8 - 8   | 8,5-8,7  |
|                  | 6  | 7,5 - 7,7 | 8,2-8,4  |
|                  | 8  | 7,2-7,4   | 7,9-8,1  |
|                  | 10 | <7,1      | <7,8     |



### **HOD 2 kg PLNOU LOPTOU / 3 pokusy**

**Faktor :** sila brušného a chrbtového svalstva

**Vykonanie :** stoj rozkročný, záklon trupu so zapažením pokrčmo, dynamický švih paží, odhod medicimbalu. Pri odhode obe nohy ostávajú v kontakte s podlahou, pozor na prešľap

| Hod plnou loptou 2 kg |           |                |                 |
|-----------------------|-----------|----------------|-----------------|
| Pohlavie              |           | <b>Chlapci</b> | <b>Dievčatá</b> |
| Vek                   |           | 15 rokov       | 15 rokov        |
| <b>Body</b>           | <b>0</b>  | <5,7           | <5,35           |
|                       | <b>2</b>  | 5,8- 6,25      | 5,36- 6,10      |
|                       | <b>4</b>  | 6,26-6,98      | 6,11-6,79       |
|                       | <b>6</b>  | 6,99-7,95      | 6,80-7,55       |
|                       | <b>8</b>  | 7,96-8,70      | 7,56-8,20       |
|                       | <b>10</b> | 8,71-.....     | 8,21-.....      |

### **ŠTVORSKOK / 2 pokusy**

**Faktor :** výbušná sila dolných končatín

**Vykonanie :** základné postavenie, mierny stoj rozkročný ( špičky na úrovni čiary). Hmit podrepmo – vyštartuje, odráža sa do diaľky so súčasným švihom paží vpred a hore, prvým až tretím skokom striedavo a štvrtým skokom spája po odraze dolné končatiny a dopadá znožmo

| Štvorskok (m) |           |                |                 |
|---------------|-----------|----------------|-----------------|
| Pohlavie      |           | <b>Chlapci</b> | <b>Dievčatá</b> |
| Vek           |           | 15 rokov       | 15 rokov        |
| <b>Body</b>   | <b>0</b>  | <6,00          | <6,42           |
|               | <b>2</b>  | 6,81-7,25      | 6,43- 7,13      |
|               | <b>4</b>  | 7,26-8,61      | 7,12-8,02       |
|               | <b>6</b>  | 8,62-9,38      | 8,03- 8,54      |
|               | <b>8</b>  | 9,39- 9,86     | 8,55-8,98       |
|               | <b>10</b> | 9,87-.....     | 8,99-.....      |



### **SED – ĽAH / 1 min**

**Faktor :** dynamická a vytrvalostná sila brušného svalstva

**Vykonanie :** ľah vzadu, nohy skrčmo prichytené spolužiakom, ruky vzpažené skrčmo do tylu. Po odštartovaní čo najviac opakovaní sed-ľahu. Lopatky sa dotýkajú podložky

| Sed - ľah (počet za 1min) |    |          |          |
|---------------------------|----|----------|----------|
| Pohlavie                  |    | Chlapci  | Dievčatá |
| Vek                       |    | 15 rokov | 15 rokov |
| Body                      | 0  | <7       | <3       |
|                           | 2  | 7-13     | 3-10     |
|                           | 4  | 14-17    | 11-15    |
|                           | 6  | 18-26    | 16-24    |
|                           | 8  | 27-32    | 25-30    |
|                           | 10 | >32      | >30      |

### **ČLNKOVÝ BEH 4x10m (sek)**

**Faktor :** bežecko-dynamická rýchlosť

**Vykonanie :** Štart sa vykonáva z nízkeho štartu na povel.

Rýchlosť, koordinácia, sila dolných končatín.

| Člnkový beh 4x10m (sek) |    |           |           |
|-------------------------|----|-----------|-----------|
| Pohlavie                |    | Chlapci   | Dievčatá  |
| Vek                     |    | 15 rokov  | 15 rokov  |
| Body                    | 0  | >14,8     | >15,7     |
|                         | 2  | 14,8-13,9 | 15,7-14,6 |
|                         | 4  | 13,8-13,1 | 14,5-13,7 |
|                         | 6  | 13,0-11,7 | 13,6-12,2 |
|                         | 8  | 11,6-10,5 | 12,1-11,0 |
|                         | 10 | < 10,49   | < 11,1    |



## **B. Špeciálny pohybový test (podľa druhu športu)**

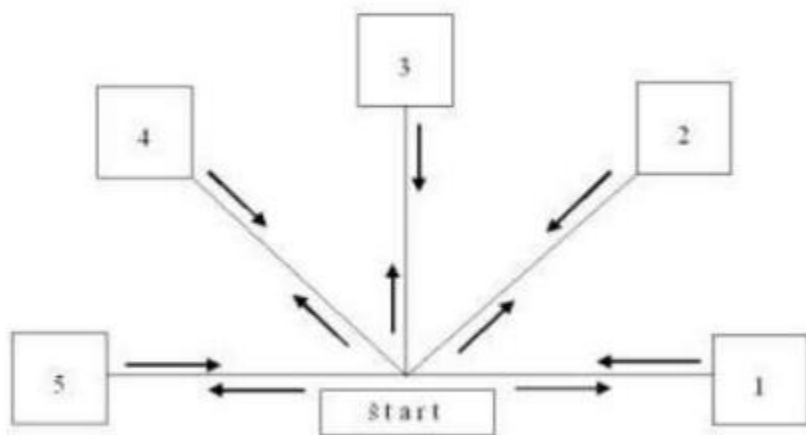
Hodnotený je trénermi daného druhu športu

### **Špeciálny test – TENIS**

Vejár – hviezdicový šprint na vzdialenosť 4 m

Popis : Úlohou testovaného je čo najrýchlejšie zozbierať tenisové loptičky, ktoré sa nachádzajú na 5 miestach od štartu a vytvárajú spolu tvar vejára ( vid'. obrázok). Na štarte je na zemi umiestená tenisová raketa, na ktorú testujúci pokladá loptičky. Úsek medzi raketou a každou loptičkou je 4 metre. Úsek číslo 3 musí testovaný po zdvihnutí lopty ísť späť na štart behom vzad (cúvaním), všetky ostatné úseky prebieha ľubovoľným spôsobom, čo najrýchlejšie. Loptička z rakety nesmie vypadnúť. Každý úsek sa beží samostatne. Začíname polovysokým štartom zo stredovej značky (štart). Spolu treba zozbierať 10 loptičiek.

Pomôcky : Stopky, tenisové loptičky, tenisová raketa





| Vejár (s.)  |           |           |            |
|-------------|-----------|-----------|------------|
| Pohlavie    |           | Chlapci   | Dievčatá   |
| Vek         |           | 15 rokov  | 15 rokov   |
| <b>Body</b> | <b>0</b>  | >36,3     | >38,5      |
|             | <b>2</b>  | 36-36,2   | 38,2-38,4  |
|             | <b>4</b>  | 35,7-35,9 | 37,9-38,1  |
|             | <b>6</b>  | 35,4-35,6 | 37,6-37,8  |
|             | <b>8</b>  | 35,1-35,3 | 37,3-37,5  |
|             | <b>10</b> | 34,8-35   | 37-37,2    |
|             | <b>12</b> | 34,5-34,7 | 36,7-36,9  |
|             | <b>14</b> | 34,2-34,4 | 36,4 -36,6 |
|             | <b>16</b> | 33,9-34,1 | 36,1- 36,3 |
|             | <b>18</b> | 33,6-33,8 | 35,8-36    |
|             | <b>20</b> | <33,5     | <35        |

### Špeciálny test – STOLNÝ TENIS

Kružítka

Popis : Uchádzač vykonáva prekroky zo strán s dotykom plnej lopty raketou. Stojí vo vyznačenom

priestore (štvorec o strane 40 cm). Na zvukový signál hráč uskutočňuje striedavo veľké prekroky (krížové kroky) na ľavú a pravú stranu (napr. napravo ako pri forhendovom údere –

testovaný prekročí ľavou nohou cez pravú a dotkne sa raketou plnej lopty položenej v určitej

vzdialenosti na zemi.

Správne vykonanie je, ak hráč zadnú napnutú nohu pri dotyku plnej lopty nevzdiali z vyznačeného štvorca 40x40 cm. Hráč opakuje tento cvik čo najrýchlejšie po dobu jednej minúty.



Vzdialenosť plných lôpt od stredu je závislá od telesnej výšky hráča a určuje sa priložením tyče k chrbtu. Takto zistená výška hráča +20cm sa nanese na obidve strany od stredu štvorca

a do týchto miest sa položia plné lopty. Tieto môže pridržovať ďalší hráč.

| Kružítok (1 min) |           |          |          |
|------------------|-----------|----------|----------|
| Pohlavie         |           | Chlapci  | Dievčatá |
| Vek              |           | 15 rokov | 15 rokov |
| <b>Body</b>      | <b>0</b>  | 0x       | 0x       |
|                  | <b>2</b>  | 5x       | 1x       |
|                  | <b>4</b>  | 10x      | 4x       |
|                  | <b>6</b>  | 15x      | 8x       |
|                  | <b>8</b>  | 20x      | 12x      |
|                  | <b>10</b> | 25x      | 16x      |
|                  | <b>12</b> | 30x      | 20x      |
|                  | <b>14</b> | 35x      | 25x      |
|                  | <b>16</b> | 40x      | 30x      |
|                  | <b>18</b> | 45x      | 35x      |
|                  | <b>20</b> | 50x      | 40x      |

## Špeciálny test – Futbal

### STREĽBA NOHOU PO SLALOME

**Pomôcky:** lopta, 7 kužeľov (mét, zastávok), pásmo (meter), 2x švihadlo (špagát).

**Popis:** Spoluhráč nahadzuje loptu zo vzdialenosti približne 5 m od štvorca 3x3 m vymedzeného na ploche ihriska. V tomto priestore loptu hráč v pohybe preberie, spracuje a vedie slalomom smerom k bránke, kde sú 2 vymedzené priestory pri tyčiach vo vzdialenosti 2 m. Hráč strieľa do ľubovoľného priestoru vpravo alebo vľavo, a to opäť z určenej vzdialenosti. Prvá méta je na čiare štvorca, celkovo je ich päť (vždy sú vo vzdialenosti 2 m) posledná 2 m od určeného miesta na streľbu (viď obrázok).



Celkovo má hráč 5 pokusy a v každom vykoná streľbu 5-krát (2x pravou, 2x ľavou nohou 1x ľubovoľnou nohou). Pri streľbe pravou nohou sa prvá méta obchádza sprava a pri streľbe ľavou nohou zľava. Lopta sa nesmie dotknúť méty. Streľba do tyče, brvna, sa hodnotí ako úspešná. Vzdialenosť streľby na bránu je pre každú vekovú skupinu iná (viď tabuľka pod obrázkom)

#### **Bodové hodnotenie :**

**Streľba úspešná (do určeného priestoru – 2 m od tyče) po zemi: 4 body**

**Streľba do stredu brány: 2 body**

**Streľba mimo bránu 0 bodov**

Maximálne môže testovaný hráč v jednom pokuse (5striel) dosiahnuť 20 bodov.

#### **Poznámka:**

**Všetky výpočty sa vykonávajú automaticky, zapisujete len dosiahnuté body za streľbu.**

| Streľba nohou po slalome - 16m |    |                | Streľba nohou po slalome - 14m |
|--------------------------------|----|----------------|--------------------------------|
| Pohlavie                       |    | Chlapci        | Dievčatá                       |
| Vek                            |    | 15 rokov       | 15 rokov                       |
| Body                           | 0  | netrafil bránu | netrafil bránu                 |
|                                | 4  | tyčka, stred   | tyčka, stred                   |
|                                | 8  | 2x tyčka       | 2x tyčka                       |
|                                | 12 | 3x tyčka       | 3x tyčka                       |
|                                | 16 | 4x tyčka       | 4x tyčka                       |
|                                | 20 | 5x tyčka       | 5x tyčka                       |





### Špeciálny test – Športy rôzne

V skupine športy rôzne sa vyučuje (trénuje) podľa učebných osnov zameraných na

všestrannú kondičnú prípravu, preto vstupný test na prijímacie talentové skúšky je

všestranný a je v dostatočnom predstihu oznámený v závislosti od typológie(športov) prihlásených uchádzačov. Pre všetkých uchádzačov v tejto kategórii je povinnosť absolvovať **Jacíkov motorický test**.

Prevedenie: Uchádzač zo stoja zaujme polohu na chrbte (lopatky sa dotýkajú zeme) - prechod do stoja a opäť do ľahu na bruchu (hrudník sa dotýka zeme) – naspäť do stoja. Stoj musí byť vzpriamený. Spôsob prechodu do polohy je ľubovoľný, dôležité je správne zaujatie polohy. Každá zmena polohy sa počíta ako jedno opakovanie. Interval merania opakovaní je 2 minúty.

### Hodnotenie:

| Pohlavie    |           | Chlapci      | Dievčatá     |
|-------------|-----------|--------------|--------------|
| Vek         |           | 15 rokov     | 15 rokov     |
| <b>Body</b> | <b>0</b>  | menej ako 55 | menej ako 50 |
|             | <b>2</b>  | 56-64        | 51-56        |
|             | <b>4</b>  | 65-72        | 57-66        |
|             | <b>6</b>  | 73-80        | 67-75        |
|             | <b>8</b>  | 81-85        | 76-80        |
|             | <b>10</b> | 86 a viac    | 81 a viac    |



### Príklad Špeciálneho testu - HOKEJ

Strelba na hokejovú bránu zo vzdialenosti 8m chlapci a 6m dievčatá. Uchádzač musí trafiť vymedzený priestor v 4 rohoch štandardnej hokejovej bránky (obr. 1).



Obr.1

| Strelba na bránu |    |          |          |
|------------------|----|----------|----------|
| Pohlavie         |    | Chlapci  | Dievčatá |
| Vek              |    | 15 rokov | 15 rokov |
| Body             | 0  | <2       | <1       |
|                  | 4  | 2-3      | 1-2      |
|                  | 8  | 4-5      | 3-4      |
|                  | 12 | 6-7      | 5-6      |
|                  | 16 | 8        | 7-8      |
|                  | 20 | 9-10     | 9-10     |



## 2. Body za reprezentáciu

| Body     | pre 1.ročník                                                     |
|----------|------------------------------------------------------------------|
| 0        | -                                                                |
| 2+2=4    | Hráč / pretekár....okresná súťaž + medailové umiestnenie         |
| 4+4=8    | Hráč / pretekár....krajská súťaž + medailové umiestnenie         |
| 6+6=12   | Hráč / pretekár....2. najvyššia súťaž SR + medailové umiestnenie |
| 8+8=16   | Hráč / pretekár....1. najvyššia súťaž SR + medailové umiestnenie |
| 10+10=20 | Reprezentant SR + účasť na MS. ME, OH mládeže                    |

## 3. Psychodiagnostické testovanie

- odporúčanie prijatia uchádzača akreditovanou inštitúciou, ktorá vyhodnocuje písomné psychodiagnostické testy

- psychodiagnostické testovanie je bodované. Bodový stav nebude zarátaný do celkového bodovania, ale bude vyhodnotený v troch úrovniach:

- odporúča ( 40-20 bodov )
- odporúča s rizikom ( 20-13 bodov )
- neodporúča ( 12 a menej bodov )

## 4. Vyhovujúci prospech

-priemer známok koncoročného vysvedčenia 6. – 8. roč. a polročného z 9. roč. ZŠ

-do priemeru sa nezapočítavajú výchovy ( okrem telesnej výchovy )

-v prípade, že bol predmet hodnotený ako „absolvoval“, do úvahy sa berie známka v predchádzajúcom školskom roku

-pri cudzojazyčných uchádzačoch o prospechu individuálne rozhoduje komisia zložená z pedagógov školy



Pre odbor športový manažment:

Prospech / Priemer/ Počet bodov

do 1,5 (vrátane)..... 10 b

do 2,5 (vrátane)..... 6 b

do 3,5 (vrátane)..... 4 b

nad 3,5 ..... 0 b

Pre odbor športové gymnázium:

Prospech / Priemer/ Počet bodov

do 1,25 (vrátane)..... 10 b

do 2,0(vrátane)..... 6 b

do 3,0 (vrátane)..... 4 b

## **5. Zdravotný stav**

Spôsobilý zdravotný stav uchádzačov pre štúdium na ŠKOLE potvrdzuje telovýchovný lekár v odbore telovýchovné lekárstvo, v zmysle zákona č. 440/2015 o športe a o zmene a doplnení niektorých zákonov (zákon o športe)

Na základe získaných výsledkov a testov uchádzača sa lekár následne vyjadrí schopný/neschopný na štúdium na športovú školu.

Uchádzač sa v deň talentových skúšok pri prezentácii preukazuje daným potvrdením, nie starším ako jeden rok.



**V prípade nedostavenia sa na PTS,** (vid' lekárske potvrdenie) bude uchádzačovi určený náhradný termín talentových skúšok

V prípade nenaplnenia stanoveného počtu žiakov v 1. kole, sa uskutoční 2. kolo talentových skúšok a to vždy druhý utorok uceleného týždňa v mesiaci jún. Termín konania, časový harmonogram a potrebné dokumenty k talentovej skúške oznámi riaditeľ školy.

**KONTAKT:**

Kontaktná osoba: Mgr. Hromjaková Eva, mobil 0905 150 064,  
eva.hromjakova@sportaskola.sk e-mail : sekretariat@sportovegymnazium.sk

webová stránka : [www.sportovegymnazium.sk](http://www.sportovegymnazium.sk)

Adresa školy: SNP 6, 914 51 Trenčianske Teplice

mapa školy: <https://goo.gl/maps/H1yfvHXaBFbf5imE7>