

PUNKTY Z TESTÓW REKRUTACYJNYCH DO KLAS SPORTOWYCH LICEUM OGÓLNOKSZTAŁCĄCE

Z PIŁKI NOŻNEJ PRYZNAWANE BĘDĄ WG PONIŻSZEGO KLUCZA:

Próba 1: SZYBKOŚĆ.

CHŁOPCY / DZIEWCZĘTA

Punktacja	Ocena	Czas	
5	Bardzo dobra	<4,2''	<5,2''
4	Dobra	4,21''-4,5''	5,21-5,4''
3	Przeciętna	4,51''-4,8''	5,41-5,6''
2	Słaba	4,81''-5,1''	5,61-5,9''
1	Bardzo słaba	>5,11''	>5,91''

Próba 2: PRÓBA MOCY (SKOK W DAL Z MIEJSCA).

CHŁOPCY / DZIEWCZĘTA

Punktacja	Ocena	Odległość chłopcy	Odległość dziewczęta
5	Bardzo dobra	> 211 cm	> 171 cm
4	Dobra	190-210 cm	151-170 cm
3	Przeciętna	171-190 cm	131-150 cm
2	Słaba	151-170 cm	111-130 cm
1	Bardzo słaba	<150 cm	<110 cm

Próba 3: TECHNIKA SPECJALNA- PROWADZENIA PIŁKI.

CHŁOPCY / DZIEWCZĘTA

Punktacja	Ocena	Czas Chłopcy	Czas Dziewczyny
5	Bardzo dobra	15,50''>	17,50''>
4	Dobra	15,51''-17,00''	17,51''-19,00''
3	Przeciętna	17,01''-19,00''	19,01''- 21,00''
2	Słaba	19,01''-21,00''	21,01''-23,00''
1	Bardzo słaba	>21,01''	>23,01''

Próba 4: TECHNIKA SPECJALNA- UDERZENIE NA BRAMKĘ

CHŁOPCY / DZIEWCZĘTA

Punktacja	Ocena
5	Bardzo dobra
4	Dobra
3	Przeciętna
2	Słaba
1	Bardzo słaba

Próba 5: TECHNIKA SPECJALNA- „MISTRZ KRÓTKICH PODAŃ”

CHŁOPCY / DZIEWCZĘTA

Punktacja	Ocena	Ilość podań Chłopcy	Ilość podań Dziewczyny
5	Bardzo dobra	>17	>13
4	Dobra	16 - 14	12-10
3	Przeciętna	13 - 11	9-8
2	Słaba	10 - 8	7-6
1	Bardzo słaba	7 i mniej	5 i mniej

Próba 6: MAŁA GRA- OBSERWACJA.

CHŁOPCY / DZIEWCZĘTA

Punktacja	Ocena
5	Bardzo dobra
4	Dobra
3	Przeciętna
2	Słaba
1	Bardzo słaba