

Talentové zkoušky SGAGY Fotbal

1. Část – kondičně- technická: celkem ohodnocena 60 body
2. Část – herní: celkem ohodnocena 40 body

V první části je poměr kondiční složky zastoupen v 75% bodového hodnocení, jelikož Herní činnosti jednotlivce, mezi které se řadí technické dovednosti jako přihrávání, zpracování, výběr místa, střelba, obcházení, vedení míče jsou hodnoceny i ve druhé části v herním prostředí.

Jelikož se na herním výkonu ve druhé části podílí i kondiční schopnosti, je technika v poměru 1:3 zastoupena i v první (kondičně-technické části) talentových zkoušek. Kondiční schopnosti jsou zároveň pro současného fotbalistu naprosto nezbytným předpokladem k prosazení se na výkonnostní i profesionální úrovni.

V talentových zkouškách je bodově zohledněna důležitost jednotlivých složek pro výkon ve fotbale – v první části převládají kondiční schopnosti nad technickými dovednostmi a ve druhé části je to v hodnocení naopak, ale HČJ jsou již hodnoceny odbornými pozorovateli v reálném, herním prostředí, které je klíčové pro fotbalový výkon.

1. Část testování rychlosti – celkem 18 bodů

Mezi nejdůležitější kondiční předpoklady pro současného fotbalistu se řadí schopnosti rychlostní – proto v kondičně-technické části jsou obodovány celkem 18 body. Každý z testů testuje odlišné rychlostní schopnosti, které jsou důležité pro fotbalový výkon.

1. Rychlost startovní, lineární – sprint na 30 metrů na umělé trávě
2. Rychlost se změnou směru – člunkový běh 5x10 metrů

Obojí hodnoceno celkem 9 body

1. **Sprint na 30 metrů na umělé trávě** –polovysoký start, časomíra se zapíná pohybem – test prováděn 2x – hodnocen nejlepší čas

Čas (s)	Body	
≤ 4,60	9	
4,61–4,70	8	
4,71–4,80	7	
4,81–4,90	6	
4,91–5,00	5	
5,01–5,10	4	
5,11–5,20	3	
5,21–5,30	2	
5,31–5,40	1	
≥ 5,41	0	

2. Rychlost změny směru, obratnost, akcelpace, decelerace – **5x10 metrů člunkový běh** – test prováděn 2x – hodnocen nejlepší čas

Čas (s)	Body	
≤ 12,1	9	
12,2–12,3	8	
12,4–12,5	7	
12,6–12,7	6	
12,8–12,9	5	
13,0–13,1	4	
13,2–13,3	3	
13,4–13,5	2	
13,6–13,7	1	
≥ 13,8	0	

2.Část testování vytrvalosti – **VO2MAX test** – běh na 2 km na atletickém oválu – testování aerobní kapacity plic – celkem 14 bodů – test prováděn 1x – měření stopkami

Čas	Body	
≤ 7:35	14	
7:36-7:45	13	
7:46-7:55	12	
7:56-8:05	11	
8:06-8:15	10	
8:16-8:25	9	
8:26-8:35	8	
8:36-8:45	7	
8:46-8:55	6	
8:56-9:05	5	
9:06-9:15	4	
9:16-9:25	3	
9:26-9:35	2	
9:36-9:45	1	
≥ 9:46	0	

3.Část testování síly – **Skok daleký z místa a výdrž v planku** – testování výbušné síly dolních končetin a izometrické síly trupu a horních končetin – celkem 14 bodů

Skok daleký z místa – test prováděn 2x – hodnocen nejlepší výkon – celkem 9 bodů

Vzdálenost (cm)	Body	
≥ 220	9	
210-219	8	
200-209	7	
190-199	6	
180-189	5	
170-179	4	
160-169	3	

150-159	2	
140-149	1	
≤ 139	0	

Výdrž v planku – test prováděn 1x – měřeno stopkami – celkem 5 bodů – striktní hodnocení bez prohnutí – vždy 1 napomenutí

Čas (s)	Body	
≥ 120	5	
100-119	4	
80-99	3	
60-79	2	
40-59	1	
≤ 39	0	

4.Část testování individuální techniky – zpracování míče, střelba, přihrávání, vedení míče, obcházení – **Zakončení na přesnost druhým dotekem a Slalom zakončený na přesnost přihrávky** – testy prováděny 2x – hodnocen je nejlepší výsledek – celkem 14 bodů.

Zakončení na přesnost druhým dotykem: Uchazeč dostává přihrávku za hranicí velkého vápna a po zpracování míče (maximálně na hranici značky pokutového kopu) zakončuje na velkou bránu rozdělenou do čtyř stejně velkých sektorů předem určeným směrem, který si určí uchazeč sám (směrem nebo proti směru hodinových ručiček, který musí dodržet). Celkový počet je osm pokusů a dva na sektor. Získání plného počtu bodů stačí zasáhnout každý sektor jednou. Test musí být proveden plynule bez zastavení míče.

Počet zásahů do sektoru	Body	
4	7	
3	6	
2	4	
1	2	

0	0	
---	---	--

Slalom zakončený střelbou na přesnost: Uchazeč provádí na zvukový signál slalom s míčem mezi 5 ti kužely, které jsou od sebe vzdáleny 1m. Po slalomu následuje střelba na branku 3m na 2m, která je vzdálená 16m od posledního kužele slalomu. Tuto činnost provádí 5x. hodnocení: Počet dosažených branek je převeden na body. Tento test je možné provádět dvakrát. Test musí být splněn do 50 sekund. Po překročení časového limitu (50 sekund) je test za 0 bodů.

Počet branek	Body	
5	7	
4	6	
3	4	
2	3	
1	2	
0	0	

4.Část testování HERNÍ DOVEDNOSTI VE HŘE (Maximum 40 bodů)

Hodnoceno odbornými pozorovateli z řad profesionálních licencovaných trenérů SK Kladno při modelovém utkání.

Hodnocení

Precizně zvládá všechny herní činnosti bez technických a taktických chyb 40

Dokonale zvládá většinu herních činností s minimem technických a taktických chyb a nedostatků 35

Částečně zvládá všechny herní činnosti s max dvěma technickými či taktickými chybami a nedostatky 30

Částečně zvládá většinu herních činností s max 3 technickými či taktickými chybami a nedostatky 20

Nedostatky u většiny herních činností z hlediska technických či taktických dovedností 10

Zásadní nedostatky a nezvládnutí všech herních činností 5

INFORMACE K 7. DISCIPLÍNĚ: obsahuje sled těchto herních činností: vedení míče, krátká i dlouhá přihrávka, zpracování míče různými způsoby a částmi těla (vnitřní i vnější nárt, přímý nárt, podrážka, špičkou nohy, hrudníkem, hlavou, bérce), spolupráce při hře, komunikace mezi hráči, orientace v prostoru, přebírání míče, řešení situací 1vs1 v obranné i útočné fázi, snaha o kombinaci a její technické provedení, obcházení soupeře, výběr místa, střelba, odebírání míče, soubojové chování, herní inteligence, čtení hry, odebírání míče, zajišťování spoluhráče, taktické chování v defenzivní i ofenzivní činnosti, volba vhodných řešení při vyhodnocování situací v defenzivní i ofenzivní činnosti