

ТЕСТ СПЕЦИФИЧНИХ МОТОРИЧКИХ СПОСОБНОСТИ СА ЛОПТОМ

Тест је у виду **ПОЛИГОНА** са **11 задатака**. Кандидат мора правилно да изврши све задатке за што краће време, са неограниченим бројем покушаја за сваки задатак. Укупно време за савладавање теста-полигона је ограничено и износи **1,45 минута за мушкарце (105 секунди), а за девојке 2 минута (120 секунди)**. У случају да у току извођења теста-полигона предвиђено време истекне, кандидат се зауставља и уписује му се **нула (0) бодова**. Бодовање се врши на основу стандардизованог одступања од просечног резултата посебно за оба пола.

ОПИС ЗАДАТАКА: Почетни положај је став стојећи са **одбојкашком лоптом** у рукама.

1. Са удаљености не мање од 2м од зида, кандидат 4 пута без прекида одбија **одбојкашку лопту** од површине на зиду (**било где у таблу!!!**) наизменично „прстима“ и „чекићем“. У случају губитка контроле над лоптом задатак поновити из почетка.

2. Кандидат пребацује **одбојкашку лопту** кроз предручење лопту преко главе, хвата је у заручењу и кроз заручење пребацује је преко главе и хвата у предручењу, без пада лопте на тло.

3. Кандидат узима из сегмента **кошаркашку лопту** и одбија је од табле на зиду обема рукама са груди (на удаљености не мањој од **3 м**) са окретом за 360° у једну, па у другу страну, без пада лопте на тло.

4. Кандидат **5** пута одбија **кошаркашку лопту** у простору дужине 5м, ширине 0,5м при чему прво и последње одбијање мора остварити на почетку односно на крају простора.

5. Кандидат произвољном техником **постиже кош**, након чега лопту оставља у сегмент (у случају да лопта «изађе» из сегмента кандидат мора вратити лопту на предвиђено место)

6. Кандидат поставља **фудбалску лопту** у «квадрат» и задатак започиње вођењем лопте ногом, након чега одбија лопту 4 пута од препреке (**произвољна нога**; не мора се «штоповати» лопта) и наставља вођење лопте ногом

7. Вођење **фудбалске лопте** ногом, између 4 сталка (**3 у линији и 1 бочно, у нивоу другог сталка**, са размаком од 2,5 м), са десне стране првог. У случају губитка контроле над лоптом кандидат започињање вођење од првог сталка.

8. Извести шут на гол произвољном техником (по земљи или кроз ваздух) са постизањем гола (девојке 6м, мушкарци 7м). У случају промашаја, кандидат може користити резервну **фудбалску лопту** (само једна резервна лопта).

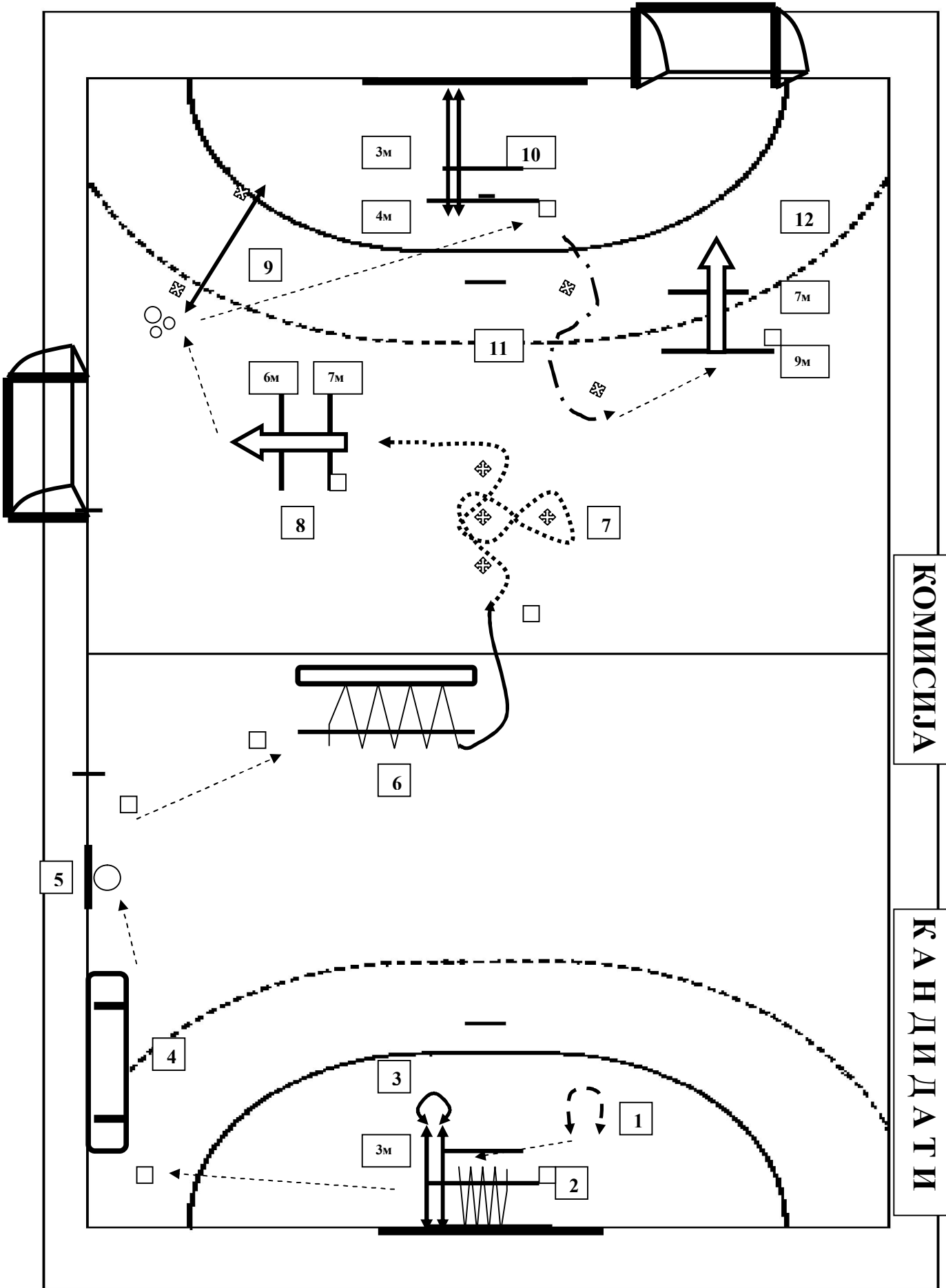
9. Котрљање **три лопте** (две рукометне и једна кошаркашка) на растојању сталка 3м крећући се унапред и уназад (лопте морају да пређу линију).

10. Кандидат одбија **рукометну лопту** од зида 2 пута јачом руком (изнад висине рамена) и хвата је оберучно (на удаљености не мањој од 3 м) и 2 пута слабијом руком, без пада лопте на тло.

11. Кандидат произвољно води **рукометну лопту** између 2 сталка са леве стране у односу на први сталак у задатом смеру кретања. Вођење лопте започети пре линије код првог сталка а завршити најмање једним вођењем лопте после линије код другог сталка. У случају рушења сталка, сталак поставити на место и задатак поновити из почетка.

12. Извести шут на гол произвољном руком (изнад висине рамена) са постизањем гола кроз ваздух без предходног дотика лопте о тло (девојке 7м, мушкарци 9м). У случају промашаја, кандидат може користити резервну **рукометну лопту** (само једна резервна лопта).

По завршетку полигона, кандидату се показује штоперица, тј. постигнуто време након чега он прилази записничком столу где се уверава у исправно уписано време, узима личну карту и одлази на своје место које **не сме** напустити до завршетка теста-полигона свих кандидата из своје групе. Евентуалне жалбе на неправилности које могу настати током полагања испита могу се **ОДМАХ** (док траје испит за ту групу) поднети руководиоцу полигона. Овакве жалбе се разматрају и решавају на лицу места.



КОМИСИЈА

КАНДИДАТИ