

ТЕСТ ЗА ПРОЦЕНУ МОТОРИЧКИХ СПОСОБНОСТИ – СТРУКОВНЕ СТУДИЈЕ

Тест је у виду **ПОЛИГОНА** са **15 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 **2,30 минута за мушкарце (150 секунди), а за девојке 3,00 минута (180 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.

1. Кандидат узима из сегмента **одбојкашку лопту** и четири пута одбија лопту прстима, чекићем или бридом длана у таблу. Одбијања не мора да буду учињена повезано.
2. Кандидат изводи један колут напред на струњачи и повезано
3. кандидат прелази преко поклопца «шведског сандука» летећим колутом.
4. Кандидат котрља три лопте (једна рукометна, једна одбојашка и једна кошаркашка) на растојању линија 3м крећући се унапред око чуњева (описујући "осмицу") и враћа лопте у квадрат.
5. Кандидат изводи **суножне скокове** у пет обруча положена цик-цак.
6. Кандидат поставља **фудбалску лопту** у **«квадрат»** (обележен на паркету) и задатак **започиње вођењем лопте ногом** (између 4 сталка, 3 у линији и 1 бочно у нивоу другог сталка, са размаком од 2,5 м), у задатом смеру почевши са леве стране првог сталка. У случају губитка контроле над лоптом кандидат започиње вођење од првог сталка.
7. Кандидат изводи шут ногом на гол техником по избору (по земљи или кроз ваздух) са постизањем гола (девојке 6м, мушкарци 7м). У случају промашаја, кандидат мора поновити шут, а може користити резервну **фудбалску лопту** (само једна резервна лопта).
8. Кандидат после залета и одскока са даске прескаче преко «коња» у ширину (висине 135 цм за мушкарце и 120 цм за девојке) техником по избору.
9. Кандидат изводи један колут напред на струњачи након чега
10. У стојећем ставу, држећи обруч обема рукама (обруч не сме да испадне из руку или додирне тло) провлачи се прво главом исводећи 5 повезаних провлака,
11. Кандидат узима **рукометну лопту** из сегмента и води је одбијањем даљом руком у односу на сталак и хватањем у обе руке између 2 сталка са леве стране у односу на први сталак у задатом смеру кретања. Вођење лопте започети код првог сталка а завршити код другог сталка. У случају рушења сталка, сталак поставити на место и задатак поновити из почетка.
12. Кандидат изводи шут на гол руком са постизањем гола кроз ваздух без претходног додира лопте о тло (девојке 7м, мушкарци 9м). У случају промашаја, кандидат мора поновити шут, а може користити резервну **рукометну лопту** (само једна резервна лопта).
13. Кандидат пет пута прескаче вијачу (унапред) суножним скоковима у месту након чега оставља вијачу.
14. 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, лопту оставља у сегмент (у случају да лопта «изађе» из сегмента кандидат мора вратити лопту на предвиђено место) и тек након тога се штоперица зауставља.
15. Кандидат произвољном техником постиже кош, након чега,

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.

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.

