

## ТЕСТ СПЕЦИФИЧНИХ МОТОРИЧКИХ СПОСОБНОСТИ СА ЛОПТОМ

Тест је у виду **ПОЛИГОНА** са **12 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 минута за мушкарце (120 секунди), а за девојке 2,15 минута (135 секунди)**. У случају да у току извођења теста-полигона предвиђено време истекне, кандидат се зауставља и уписује у 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.

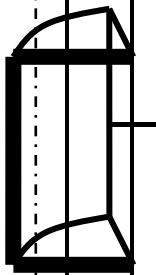
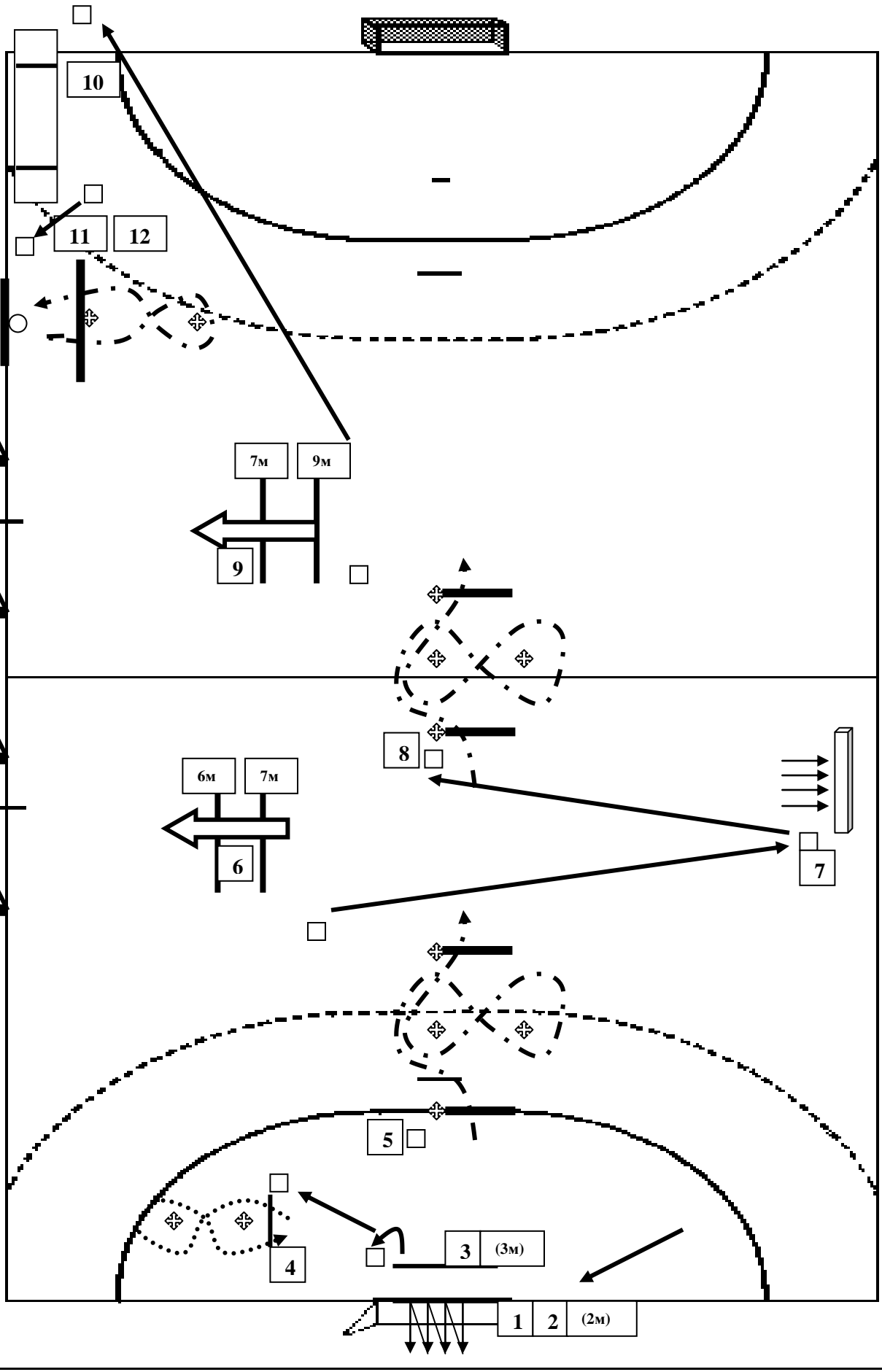
1. Са удаљености не мање од **2м** од зида, кандидат 4 пута без прекида одбија **одбојкашку лопту** наизменично "прсти-чекић" (одбојкашка техника) од површине на зиду (**било где у таблу !!!**). У случају губитка контроле над лоптом задатак поновити из почетка. По завршетку задатка лопту ставити у сегмент.
2. Кандидат узима **рукометну лопту** из сегмента и 4 пута наизменично десном и левом руком без прекида одбија лопту од површине на зиду (било где у таблу !!!) и амортизује на длан (на удаљености не мањој од 2 м) без пада лопте на тло.
3. Кандидат на удаљености, не мањој од 3 м од зида, баца исту рукометну лопту (изнад висине рамена), врши окрет за 360° око уздужне осе, у произвољну страну и хвата одбијену лопту без њеног претходног пада на тло. По завршетку задатка вратити лопту у сегмент.
4. Кандидат узима из сегмента **кошаркашку, рукометну и одбојкашку лопту** и котрљањем три лопте описује „осмицу“ између два сталка крећући се унапред, са произвољне стране у односу на први сталак. На почетку задатка све три лопте морају да се спусте на паркет испред линије, а по завршетку задатка (обавезно прекотрљати све три лопте преко исте линије!!!) и вратити све лопте у сегмент (у случају да нека лопта „изађе“ из сегмента кандидат мора вратити лопту на предвиђено место и тек онда наставити даље са испитом).
5. Кандидат узима **фудбалску лопту** из сегмента, поставља је пре линије код првог сталка и обавезно започиње вођење лопте ногом између 4 сталка (3 у линији и 1 бочно, у нивоу другог сталка са размаком од 2,5 м) са десне стране у односу на први сталак и у задатом смеру кретања. Задатак се завршава када лопта пређе преко линије код последњег сталка. У случају губитка контроле над лоптом кандидат започиње вођење од првог сталка. У случају померања/рушења сталка, сталак поставити на место и задатак поновити из почетка.
6. Истом фудбалском лоптом извести шут на гол ногом произвољном техником (по земљи или кроз ваздух за девојке, а кроз ваздух за мушкарце!!!) са постизањем гола (девојке 6м, мушкарци 7м). У случају промашаја, кандидат може користити резервну лопту (само једна резервна лопта).
7. Кандидат узима **фудбалску лопту** из сегмента и одбија лопту 4 пута од препреке (произвољна нога; не мора се „штоповати“ лопта) и по завршетку задатка враћа лопту у сегмент.
8. Кандидат узима **рукометну лопту** из сегмента и наставља кретање произвољно водећи лопту између 4 сталка (3 у линији и један бочно у висини другог сталка са размаком од 2,5 метара) са десне 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 последњег сталка. У случају померања/рушења сталка, сталак поставити на место и задатак поновити из почетка.
9. Истом рукометном лоптом извести шут на гол произвољном руком (изнад висине рамена) са постизањем гола кроз ваздух без претходног додира лопте о тло (девојке 7м, мушкарци 9м). У случају промашаја, кандидат може користити резервну лопту (само једна резервна лопта).
10. Кандидат узима из сегмента и води **кошаркашку лопту** једном руком по тлу, са најмање 5 (пет) одбијања лопте у означеном простору, ширине 50 цм и дужине 5 м. Започињање вођења се мора обавити на почетку, а завршити на крају означеног простора. У случају губитка контроле над лоптом кандидат започиње вођење од почетка означеног простора. Кандидат мора вратити лопту на предвиђено место.
11. Кандидат узима из сегмента **кошаркашку лопту** и води је у задатом смеру кретања („осмица“) између два сталка, са произвољне стране у односу на први сталак. Вођење започети пре линије код првог сталка, а завршити најмање једним вођењем након исте линије по завршетку задатка. У случају померања/рушења сталка, сталак поставити на место и задатак поновити из почетка.
12. Кандидат наставља са истом лоптом и произвољном техником постиже **кош**, након чега се лопта враћа у сегмент (у случају да лопта „изађе“ из сегмента кандидат мора вратити лопту на предвиђено место) и тек након тога се штоперица зауставља.

По завршетку полигона, кандидату се показује штоперица, тј. постигнуто време након чега он прилази записничком столу, са пратиоцем на пријемном испиту, где се уверава у исправно уписано време 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



10

11

12

7М

9М

9

8

6М

7М

6

7

5

4

3 (3М)

1

2 (2М)