

## ТЕСТ ЗА ПРОЦЕНУ МОТОРИЧКИХ СПОСОБНОСТИ – СТРУКОВНЕ СТУДИЈЕ

Тест је у виду **ПОЛИГОНА** са **13 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 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 са вијачом у рукама.

1. Кандидат пет пута прескаче вијачу (унапред) суножним скоковима у месту након чега оставља вијачу.
2. Кандидат узима **одбојкашку лопту** и четири пута одбија лопту без прекида прстима, чекићем или бридом длана у таблу. У случају хватања или пада лопте на тло кандидат има право на поновне покушаје.
3. Кандидат котрља три лопте (по једна рукометна, одбојкашка и кошаркашка) на растојању линија 3м крећући се унапред и уназад (лопте морају да пређу линију).
4. 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 десне стране првог сталка. У случају губитка контроле над лоптом кандидат почиње вођење од првог сталка.
5. Известити шут на гол техником по избору са постизањем гола **по земљи** (девојке), и са постизањем гола **кроз ваздух без претходног додира лопте о тло** (мушкарци). **Девојке** изводе шут са удаљености од 6м, а **мушкарци** са удаљености од 7м. У случају промашаја, кандидат мора поновити шут, а може користити резервну **фудбалску лопту** (само једна резервна лопта).
6. Кандидат изводи један колут напред.
7. Кандидат изводи **суножне скокове** у пет обруча положена цик-цак.
8. Кандидат после залета прескаче преко «козлића» у ширину (висине 125 цм за мушкарце и 115 цм за девојке) техником по избору.
9. 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.
10. 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),
11. 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.
12. Кандидат води лопту одбијањем о тле, левом или десном руком или наизменично, крећући се између 2 сталка са десне стране у односу на први сталак у задатом смеру кретања.
13. 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) и тек након тога се штоперица зауставља.

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.

