

Kritéria pro talentovou zkoušku z atletiky

studijní obor 79-42-K/41 – gymnázium se sportovní přípravou

Start na 10 m – leh na záda, chodidla těsně u zdi; cíl – 10 m od zdi

chlapci	
výkon	hodnocení
nad 3,8 s	0 bodů
3,5–3,7 s	1 bod
3,2–3,4 s	2 body
2,9–3,1 s	3 body
2,7–2,8 s	4 body
Pod 2,6 s	5 bodů

dívky	
výkon	hodnocení
nad 3,8 s	0 bodů
3,5–3,7 s	1 bod
3,2–3,4 s	2 body
2,9–3,1 s	3 body
2,7–2,8 s	4 body
Pod 2,6 s	5 bodů

Desetiskok – odrazy střídavě levou pravou; start z klidu, měří se poslední doskok

chlapci	
výkon	hodnocení
do 20,9 m	0 bodů
21,0–21,9 m	1 bod
22,0–22,9 m	2 body
23,0–23,9 m	3 body
24,0–24,9 m	4 body
nad 25 m	5 bodů

dívky	
výkon	hodnocení
do 19,0 m	0 bodů
19,0–19,9 m	1 bod
20,0–20,9 m	2 body
21,0–21,9 m	3 body
22,0–22,9 m	4 body
nad 23 m	5 bodů

Hod 2kg medicinbalem – autovým způsobem, bez přešlapu

chlapci	
výkon	hodnocení
do 5,9 m	0 bodů
6,0–6,4 m	1 bod
6,5–6,9 m	2 body
7,0–7,4 m	3 body
7,5–7,9 m	4 body
nad 8,0 m	5 bodů

dívky	
výkon	hodnocení
do 4,9 m	0 bodů
5,0–5,4 m	1 bod
5,5–5,9 m	2 body
6,0–6,4 m	3 body
6,5–6,9 m	4 body
nad 7,0 m	5 bodů

Skoky přes švihadlo snožmo bez meziskoků – 2 min

chlapci	
výkon	hodnocení
do 139	0 bodů
140–159	1 bod
160–179	2 body
180–199	3 body
200–219	4 body
220 a více	5 bodů

dívky	
výkon	hodnocení
do 139	0 bodů
140–159	1 bod
160–179	2 body
180–199	3 body
200–219	4 body
220 a více	5 bodů

Jacíkův celomotorický test

Z polohy vleže na zádech – přes vzpřímený stoj – leh na břiše – hrudník na zemi – vzpřímený stoj – leh na zádech – 1 bod – doba trvání 2 minuty. Každá poloha je ukončena tlesknutím dlaní o stehna.

chlapci	
výkon	hodnocení
do 8	0 bodů
9–11	1 bod
12–15	2 body
16–19	3 body
20–21	4 body
nad 22	5 bodů

dívky	
výkon	hodnocení
do 8	0 bodů
9–11	1 bod
12–15	2 body
16–19	3 body
20–21	4 body
nad 22	5 bodů

Na talentové zkoušky s sebou:

1. doporučení oddílu (kromě členů Atletiky Jihlava)
2. přehled aktivní závodní činnosti ze statistik ČAS
3. přehled dalších závodů nezahrnutých ve statistikách ČAS, např. Běžecký pohár...

V Jihlavě 27. ledna 2026

Mgr. Bohumír Machovec, Ph.D.

bohumirmachovec@gymnaziumjihlava.cz

hlavní trenér atletiky