



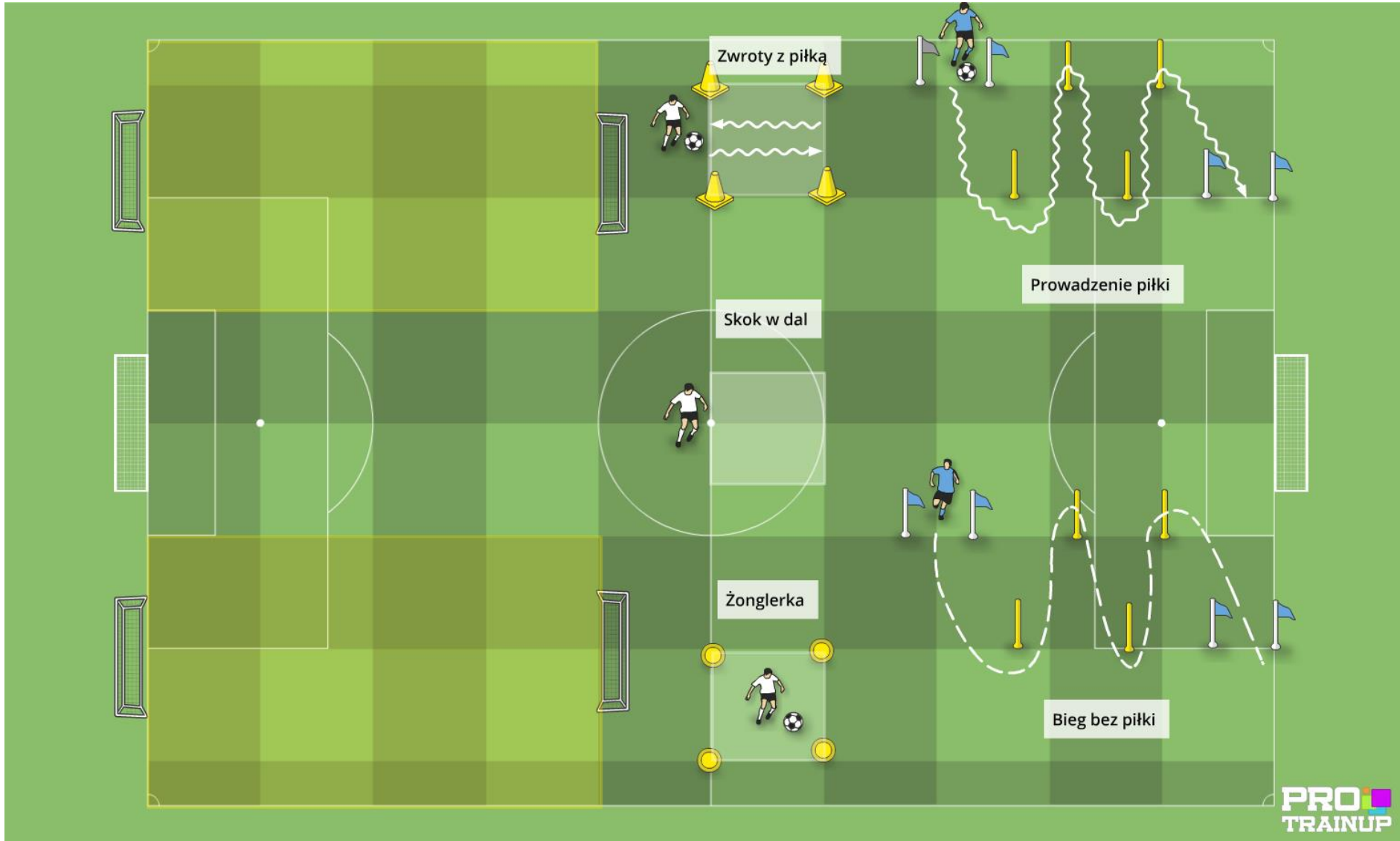
DNI TALENTU UNII TARNÓW

18, 20, 22 czerwca 2018 r.

DNI TALENTU UNII TARNÓW - NABÓR

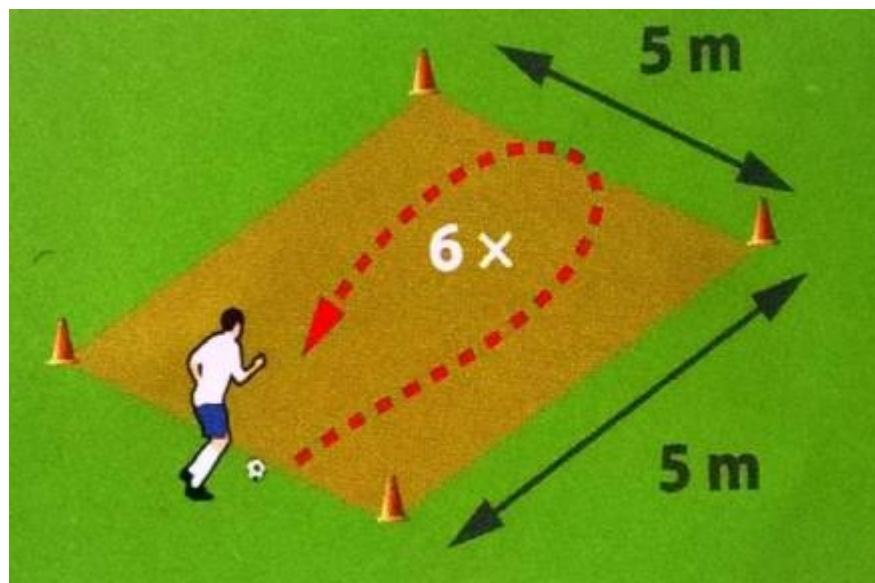
- ▶ Termin: 18, 20, 22 czerwca 2018 r.
- ▶ Dzień: poniedziałek, środa, piątek
- ▶ Godziny: 17:00 - 20:00
- ▶ Miejsce: Stadion Miejski w Tarnowie - Mościcach
- ▶ Zasady: proste tory sprawnościowe; zadania z piłką
- ▶ Ocena: Trenerzy Unii Tarnów
- ▶ Sprzęt: trenerzy, piłki
- ▶ Oprawa: prowadzący, nagłośnienie, ekran, rzutnik

ROZMIESZCZENIE TESTÓW NA BOISKU



DNI TALENTU - ZWROTY Z PIŁKĄ

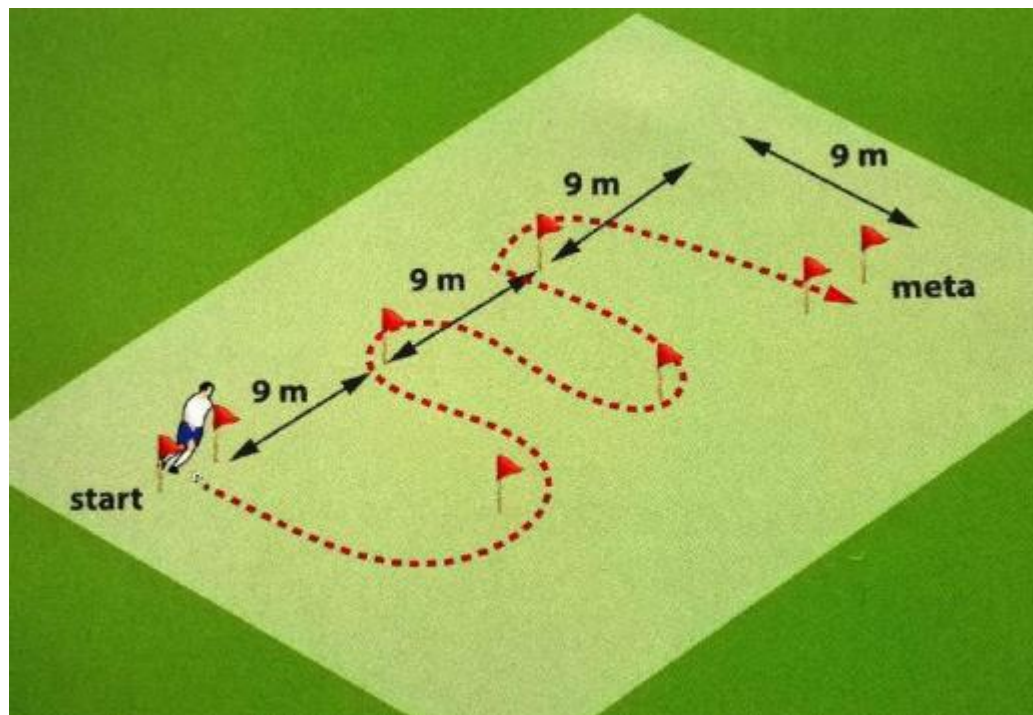
Zawodnik ma za zadanie wykonać jak najszybciej 6 zwrotów z piłką między liniami wyznaczonymi pachotkami oddalonymi od siebie o 5 m. Pomiar czasu rozpoczyna się wraz z poruszeniem piłki leżącej na linii przez zawodnika. Zawodnik musi poprowadzić piłkę za jedną i drugą linię (piłka przekroczy całym obwodem linię wykonując zwroty z nią) 6 razy. Zawodnik kończy próbę przekraczając linię startu i zatrzymując piłkę stopą. Próbę wykonuje się 1 raz. W przypadku błędu zawodnika - próbę należy powtórzyć. Drugie błędne wykonanie oznacza dyskwalifikację zawodnika.



DNI TALENTU - BIEG BEZ PIŁKI

Skala ocen 3 pkt., 2,5 pkt., 2 pkt., 1,5 pkt. 1 pkt., 0,5 pkt., 0 pkt.

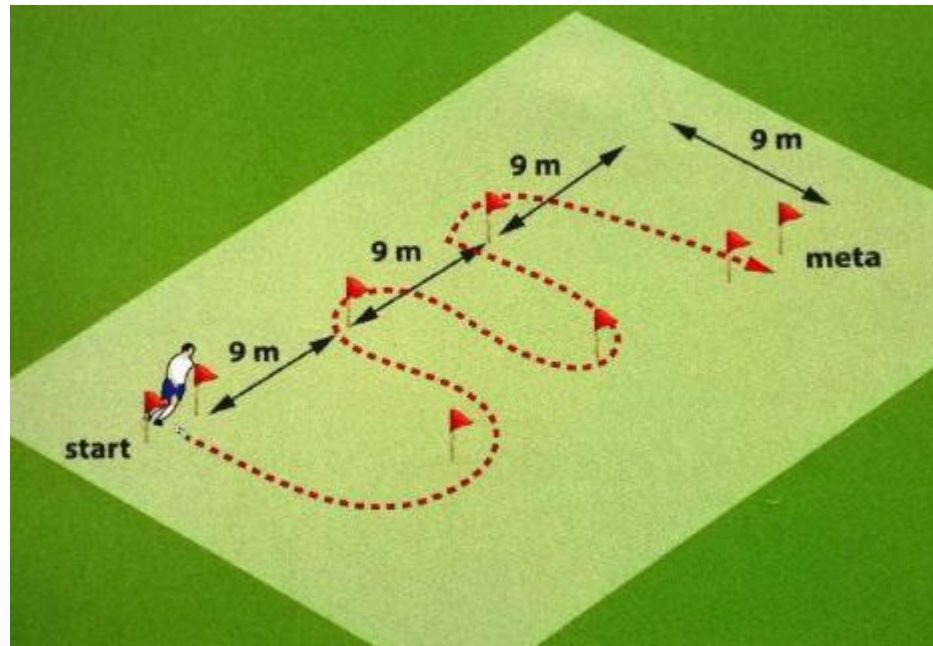
Zawodnik ma za zadanie przebiec jak najszybciej z linii STARTU dookoła tyczek do linii METY. Zawodnik startuje na komendę „GOTÓW - START.” Czas jest zatrzymywany w momencie, gdy kandydat przekroczy linię mety. Próbę zawodnik wykonuje 1 raz. Ewentualne powtórzenie może nastąpić jedynie wtedy, gdy kandydat nie ukończył próby w prawidłowy sposób tj.: np. upadł, pośliznął się.



DNI TALENTU - PROWADZENIE PIŁKI

Skala ocen 3 pkt., 2,5 pkt., 2 pkt., 1,5 pkt. 1 pkt., 0,5 pkt., 0 pkt.

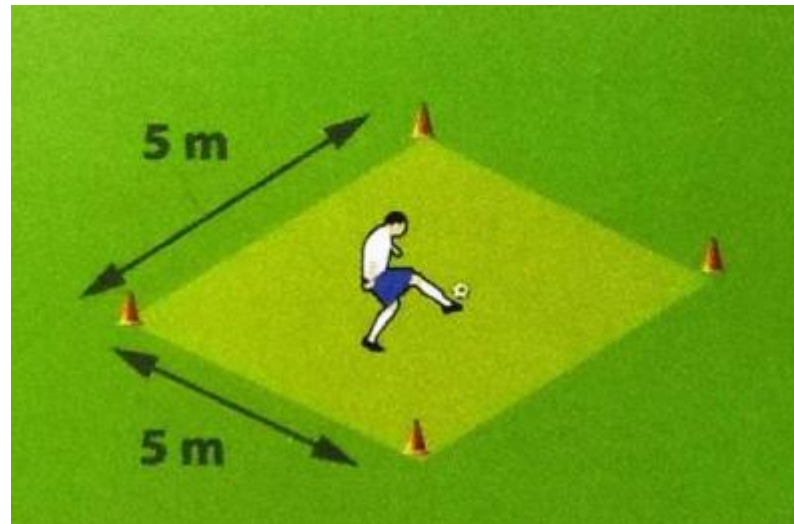
Zawodnik stoi z nogą na piłce na linii STARTU i ma za zadanie wykonać drybling po określonym torze. Odmierzanie czasu rozpoczynamy w momencie, gdy kandydat przekroczy linię startu. Zawodnik ma po kolei obiegać z piłką tyczki a następnie przebiec linię METY. W przypadku, gdy zawodnik nie ukończył próby w prawidłowy sposób (poślizgnął się, przewrócił, obiegł lub dotknął któregoś z pachołków) próbę musi powtórzyć. Drugie błędne wykonanie oznacza dyskwalifikację zawodnika.



DNI TALENTU - ŻONGLERKA

Skala ocen 3 pkt., 2,5 pkt., 2 pkt., 1,5 pkt. 1 pkt., 0,5 pkt., 0 pkt.

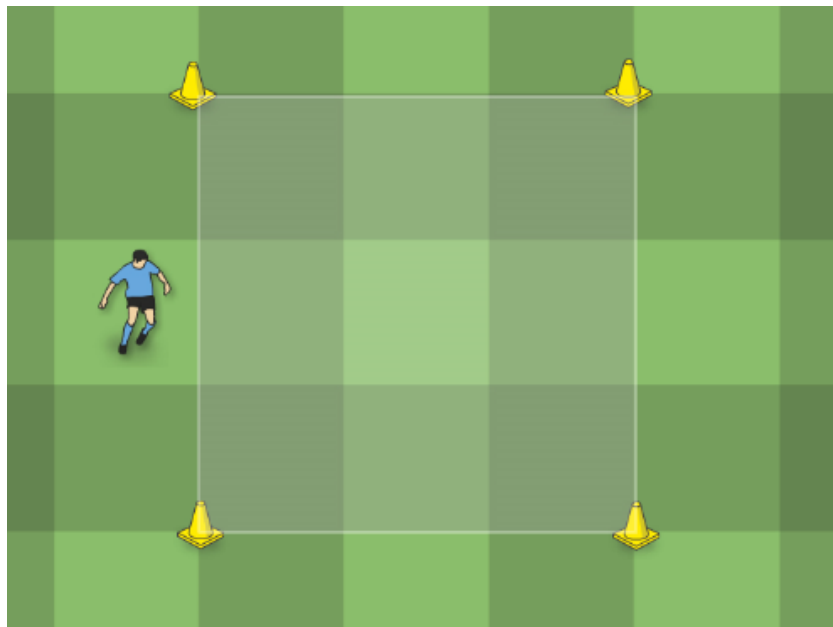
Zawodnik rozpoczyna próbę żonglerki: U14-U11 podnosząc piłkę nogą z ziemi, U10 - 9 opuszczają piłkę z ręki, piłką może mieć kontakt z podłożem. Uwaga, gdy piłka opuści kwadrat może pobiec po nią i dalej żonglować, jak wróci do kwadratu (liczymy dalej na w/w zasadach) Żonglerka trwa 30 sekund i liczona jest liczba podbić piłki (odbicia nogą lewą lub prawą). Ocenie podlega liczba odbić piłki w cyklach w czasie 30 sekund. Próbę wykonuje się dwa razy.



DNI TALENTU - SKOK W DAL Z MIEJSCA

Skala ocen 3 pkt., 2,5 pkt., 2 pkt., 1,5 pkt. 1 pkt., 0,5 pkt., 0 pkt.

Zawodnik stoi dwoma nogami bezpośrednio przed linią i ma za zadanie wykonać jak najdłuższy skok w dal z miejsca. Wzdłuż pola do skoku rozłożona jest taśma centymetrowa. Samo wybicie i lądowanie wykonane jest. Wynik stanowi linia, gdzie zostanie pozostawiona pięta. Zawodnik stara się utrzymać równowagę. Trener zapisuje wynik. Każdy z zawodników oddaje dwa skoki, zapisywana jest lepsza próba.



DNI TALENTU - GRA KONTROLNA

Skala ocen szkolnych 0 - 6 pkt.

Gra 4x4 - Rocznik 2008 i
2009

Na boisku wyznaczamy 2
place do gry 4x4 w
poprzek. Na boisku
przebywają wyłącznie
dzieci, które aktualnie
uczestniczą w grze.
Każdego kandydata ocenia
min. 2 trenerów.
Czas gry 2 x 7,5 min.
Sposób oceny: skala
szkolna: 1-6

Gra 5x5 - Rocznik 2005 -
2007

Na boisku wyznaczamy 2
place do gry 5x5 w
poprzek. Na boisku
przebywają wyłącznie
dzieci, które aktualnie
uczestniczą w grze.
Każdego kandydata ocenia
min. 2 trenerów.
Czas gry 2 x 7,5 min.
Sposób oceny: skala
szkolna: 1-6

DNI TALENTU - NORMY DO PRÓB TESTOWYCH

Rocznik	2005 - 2007		2008 - 2009	
Nazwa	Zakres	Punkty	Zakres	Punkty
Zwroty - czas (s)				
Powyżej normy	0 - 11,60	3	0 - 13,20	3
Powyżej normy	11,61 - 12,50	2.5	13,21 - 14,00	2.5
W normie	12,51 - 13,00	2	14,01 - 14,70	2
W normie	13,01 - 14,00	1.5	14,71 - 15,50	1.5
Poniżej normy	14,01 - 15,00	1	15,51 - 16,50	1
Poniżej normy	15,01 - 16,00	0.5	16,51 - 18,00	0.5
Poniżej normy	16,01 >	0	18,01 >	0

DNI TALENTU - NORMY DO PRÓB TESTOWYCH

Rocznik	2005 - 2007		2008 - 2009	
Nazwa	Zakres	Punkty	Zakres	Punkty
Bieg bez piłki - czas (s)				
Powyżej normy	0 - 12,30	3	0 - 12,70	3
Powyżej normy	12,31 - 13,00	2.5	12,71 - 13,50	2.5
W normie	13,01 - 13,75	2	13,51 - 14,20	2
W normie	13,76 - 14,50	1.5	14,21 - 15,00	1.5
Poniżej normy	14,51 - 15,20	1	15,01 - 15,75	1
Poniżej normy	15,21 - 16,00	0.5	15,76 - 16,50	0.5
Poniżej normy	16,01 >	0	16,51 >	0

DNI TALENTU - NORMY DO PRÓB TESTOWYCH

Rocznik	2005 - 2007		2008 - 2009	
Nazwa	Zakres	Punkty	Zakres	Punkty
Prowadzenie piłki - czas (s)				
Powyżej normy	0 - 14,50	3	0 - 16,30	3
Powyżej normy	14,51 - 15,00	2.5	16,31 - 17,00	2.5
W normie	15,01 - 15,70	2	17,01 - 18,00	2
W normie	15,71 - 16,70	1.5	18,01 - 19,00	1.5
Poniżej normy	16,71 - 17,50	1	19,01 - 20,50	1
Poniżej normy	17,51 - 19,00	0.5	20,51 - 22,00	0.5
Poniżej normy	19,01 >	0	22,01 >	0

DNI TALENTU - NORMY DO PRÓB TESTOWYCH

Rocznik	2005 - 2007		2008 - 2009	
Nazwa	Zakres	Punkty	Zakres	Punkty
Żonglerka - ilość podbić				
Powyżej normy	81 >	3	71 >	3
Powyżej normy	60 - 80	2.5	70 - 50	2.5
W normie	50 - 59	2	49 - 40	2
W normie	49 - 40	1.5	39 - 30	1.5
Poniżej normy	39 - 31	1	29 - 21	1
Poniżej normy	30 - 21	0.5	20 - 11	0.5
Poniżej normy	20 - 0	0	10 - 0	0

DNI TALENTU - NORMY DO PRÓB TESTOWYCH

Rocznik	2005 - 2007		2008 - 2009	
Nazwa	Zakres	Punkty	Zakres	Punkty
Skok w dal z miejsca - odległość (cm)				
Powyżej normy	221 >	3	200 >	3
Powyżej normy	220 - 200	2.5	199 - 185	2.5
W normie	199 - 185	2	184 - 175	2
W normie	184 - 175	1.5	174 - 165	1.5
Poniżej normy	174 - 165	1	164 - 155	1
Poniżej normy	164 - 155	0.5	154 - 145	0.5
Poniżej normy	154 - 145	0	144 - 135	0