

PUNKTACJA DLA TESTÓW SPRAWNOŚCIOWYCH

KLASA SPORTOWA – maksymalnie 100 punktów

1. TEST SZYBKOŚCI – maksymalnie 10 punktów

40% najszybszych uczestników zdających test – 10 pkt,
15% kolejnych zdających – 8 pkt,
15% kolejnych zdających – 6 pkt,
15% kolejnych zdających – 4 pkt,
15% najgorszych wyników – 0 pkt.

2. ŻONGLERKA PIŁKĄ – maksymalnie 10 punktów

15 i więcej odbić – 10 pkt,
14 odbić – 9 pkt,
13 odbić – 8 pkt,
12 odbić – 7 pkt,
11 odbić – 6 pkt,
10 odbić – 5 pkt,
9 odbić – 4 pkt,
8 odbić – 3 pkt,
7 odbić – 2 pkt,
6 odbić – 1 pkt,
5 odbić i mniej – 0 pkt.

3. PIŁKARSKI TOR PRZESZKÓD – maksymalnie 10 punktów

Tor należy pokonać w czasie do 34 sekund. Powyżej tego czasu jest 0 punktów za piłkarski tor przeszkód bez względu na uzyskany wynik strzałów na bramkę.

10 – 12 punktów za strzały – 10 pkt,
9 punktów za strzały – 9 pkt,
8 punktów za strzały – 8 pkt,
7 punktów za strzały – 7 pkt,
6 punktów za strzały – 6 pkt,
5 punktów za strzały – 5 pkt,
4 punktów za strzały – 4 pkt,
3 punktów za strzały – 3 pkt,
2 punktów za strzały – 2 pkt,
1 punktów za strzały – 1 pkt,
0 punktów za strzały – 0 pkt.

4. MAŁA GRA – maksymalnie 20 punktów

ocenie podlegają indywidualne umiejętności zdającego, w skali 5 – 10 – 15 – 20 punktów

5. DUŻA GRA – maksymalnie 50 punktów

ocenie podlegają indywidualne umiejętności zdającego, w skali 10 – 20 – 30 – 40 – 50 punktów

KLASA MUNDUROWA – maksymalnie 20 punktów

1. PRÓBA WYTRZYMAŁOŚCI (test Coopera) – maksymalnie 10 punktów

dla chłopców:

powyżej 3041 metrów – 10 punktów

3041– 2651 – 6 punktów

2651 – 2205 metry – 4 punkty

dystans poniżej 2205 metrów – 2 punkty

dla dziewcząt:

powyżej 2390 metrów – 10 punktów

2390 – 2095 metry – 6 punktów

2095 – 1765 metry – 4 punkty

dystans poniżej 1765 metrów – 2 punkty

2. PRÓBA SIŁY DYNAMICZNEJ (rzut piłka lekarską) – maksymalnie 3 punkty

40% najdłuższych odległości – 3 punkty,

30% średnich odległości – 2 punkty,

30% najsłabszych odległości – 1 punkt.

3. PRÓBA ZWINNOSCIOWO – SZYBKOŚCIOWA (tor przeszkód) – maksymalnie 7 punktów

czas poniżej 51 sekund – 7 punktów,

51,01 – 54,00 – 6 punktów,

54,01 – 57,00 – 5 punktów,

57,01 – 1,00,00 – 4 punkty,

1,00,01 – 1,03,00 – 3 punkty,

1,03,01 – 1,06,00 – 2 punkty,

1,06,01 – 1,09,00 – 1 punkt,

czas powyżej 1,09,01 – 0 punktów.