

Punktacja prób technicznych (Szkoła Podstawowa, Gimnazjum, Liceum)

SZKOŁA PODSTAWOWA

1. Krążenia po „ósemce”

W sumie podczas próby można zdobyć 80 punktów (40 punktów przekładając piłkę od przodu + 40 punktów przekładając piłkę od tyłu).

Punkty	Krążenia po „ósemce”
40	11 i więcej
36	10
32	9
28	8
24	7
20	6
16	5
12	4
8	3
4	2

2. Kozłowanie slalomem

W sumie podczas próby można zdobyć 80 punktów.

Punkty	Kozłowanie slalomem czas (s)	
	9 lat	10 lat
80	9,89 i mniej	9,79 i mniej
72	9,90-10,39	9,80-10,29
64	10,40-10,89	10,30-10,79
56	10,90-11,39	10,80-11,29
48	11,40-11,89	11,30-11,79
40	11,90-12,39	11,80-12,29
32	12,40-12,89	12,30-12,79
24	12,90-13,39	12,80-13,29
16	13,40-13,89	13,30-13,79
8	13,90 i więcej	13,80 i więcej

3. Rzut do kosza

Ocena ekspercka, na którą składają się punkty przyznawane przez 2 trenerów. Każdy trener może przyznać do 50 punktów. W sumie podczas próby można zdobyć 100 punktów.

GIMNAZJUM

1. Krążenia po „ósemce”

W sumie podczas próby można zdobyć 120 punktów (60 punktów przekładając piłkę od przodu + 60 punktów przekładając piłkę od tyłu).

Punkty	Krążenia po „ósemce”
60	13 i więcej
54	12
48	11
42	10
36	9
30	8
24	7
18	6
12	5
6	4

2. Kozłowanie slalomem

W sumie podczas próby można zdobyć 120 punktów.

Punkty	Kozłowanie slalomem czas (s)	
	12 lat	13 lat
120	7,25 i mniej	7,15 i mniej
108	7,26 – 7,75	7,16 – 7,65
96	7,76 – 8,25	7,66 – 8,15
84	8,26 – 8,75	8,16 – 8,65
72	8,76 – 9,25	8,66 – 9,15
60	9,26 – 9,75	9,16 – 9,65
48	9,76 – 10,25	9,66 – 10,15
36	10,26 – 10,75	10,16 – 10,65
24	10,76 – 11,25	10,66 – 11,15
12	11,26 i więcej	11,16 i więcej

3. Rzut po kozłowaniu

W sumie podczas próby można zdobyć 120 punktów. Za każdy celny rzut przyznaje się 60 punktów (4 celne rzuty x 15 punktów = 60 punktów) oraz za uzyskany czas maksymalnie 60 punktów.

Punkty	Rzut po kozłowaniu czas (s)	
	12 lat	13 lat
60	27,29 i mniej	26,99 i mniej
54	27,30 – 28,29	27,00 – 27,99
48	28,30 – 29,29	28,00 – 28,99
42	29,30 – 30,29	29,00 – 29,99
36	30,30 – 31,29	30,00 – 30,99
30	31,30 – 32,29	31,00 – 31,99
24	32,30 – 33,29	32,00 – 32,99
18	33,30 – 34,29	33,0 – 33,99
12	34,30 – 35,29	34,00 – 34,99
6	35,30 i więcej	35,00 i więcej

4. Próba skuteczności rzutów z wysoku

Za każdy celny rzut z pozycji 1,3,5,7,9 przyznajemy 10 pkt, a za celny rzut z pozycji 2,4,6,8,10 przyznajemy 14 pkt. W sumie można zdobyć 120 punktów (5 celnych rzutów za 10 punktów + 5 celnych rzutów za 14 punktów = 120 punktów).

5. Poruszanie się po boisku z piłką.

Ocena ekspercka, na którą składają się punkty przyznawane przez 2 trenerów. Każdy trener może przyznać do 60 punktów. W sumie podczas próby można zdobyć 120 punktów.

LICEUM

1. Kozłowanie slalomem

W sumie podczas próby można zdobyć 150 punktów.

Punkty	Kozłowanie slalomem czas (s)	
	15 lat	16 lat
150	6,88 i mniej	6,79 i mniej
135	6,99 – 7,24	6,80 – 6,99
120	7,25 – 7,00	7,00 – 7,15
105	7,26 – 7,75	7,16 – 7,65
90	7,76 – 8,25	7,66 – 8,15
75	8,26 – 8,75	8,16 – 8,65
60	8,76 – 9,25	8,66 – 9,15
45	9,26 – 9,75	9,16 – 9,65
30	9,76 – 10,25	9,66 – 10,15
15	10,26 i więcej	10,16 – 10,65

2. Rzut z biegu po podaniu

W sumie podczas próby można zdobyć 150 punktów. Za każdy celny rzut przyznaje się 60 punktów (4 celne rzuty x 15 punktów = 60 punktów) oraz za uzyskany czas maksymalnie 90 punktów.

Punkty	Rzut z biegu po podaniu czas (s)	
	15 lat	16 lat
90	27,29 i mniej	26,99 i mniej
81	27,30 – 28,29	27,00 – 27,99
72	28,30 – 29,29	28,00 – 28,99
63	29,30 – 30,29	29,00 – 29,99
54	30,30 – 31,29	30,00 – 30,99
45	31,30 – 32,29	31,00 – 31,99
36	32,30 – 33,29	32,00 – 32,99
27	33,30 – 34,29	33,0 – 33,99
18	34,30 – 35,29	34,00 – 34,99
9	35,30 i więcej	35,00 i więcej

3. Próba skuteczności rzutów z wyskoku

Za każdy celny rzut z pozycji 1,3,5,7,9 przyznajemy 10 pkt, a za celny rzut z pozycji 2,4,6,8,10 przyznajemy 20 pkt. W sumie można zdobyć 150 punktów (5 celnych rzutów za 10 punktów + 5 celnych rzutów za 20 punktów = 150 punktów).

