

ZAHRANIČNÍ TESTOVÉ BATERIE

Bc. Lucie Grajciarová

Masarykova univerzita v Brně

Fakulta sportovní studií

Sportovní edukace

Předmět: Antropomotorika

TESTOVÉ BATERIE

- Seskupení více testů
 - jsou společně standardizované
- Výsledky se kombinují -> vytvářejí skóre baterie
- Jsou standardizované na určitém vzorku -> jsou navzájem srovnatelné



TESTOVÉ BATERIE

- **HOMOGENNÍ**
 - Podobné testy
 - Zvýšení spolehlivosti
 - Stejná motorická schopnost
 - Testy spolu významně korelují
 - Spolehlivější postižení měřícího znaku
- **HETEROGENNÍ**
 - Testování fyzické zdatnosti
 - Zjišťují různé stránky výkonnosti
 - Více motorických schopností
 - Testy spolu korelují minimálně

TESTOVÉ BATERIE

motorická vyspělost

Ozereckého testy motorické vyspělosti

- 1923
- Hodnocení úrovně pohybové vyspělosti
- Ruský neurolog N.J. Ozereckij
- Děti ve věku 4-16 let
- Testování obratnosti, koordinace pohybů, soutěže
- Hodnotí se zvládnutí určitých dovedností

1900


1923



TESTOVÉ BATERIE

motorická vyspělost

Ozereckého testy motorické vyspělosti

- Skákat po pravé noze a postrkovat před sebou do vzdálenosti 5 m prázdnou krabičku od zápalek
- Běh ke stolu vzdálenému 5 m, vyjmout 4 sirky z krabičky zápalek, z nich složit , přeložit na půl papír a vrátit se zpět
- Vyskočit do výšky a přitom 3x tlesknout před tělem
- V předpažení dlaněmi dolů střídavě jednu ruku sevřít v pěst, druhou otevřít
- Vyskočit do výšky a současně si sáhnout oběma rukama na paty

TESTOVÉ BATERIE

motorická vyspělost

Iowa-Brace test

- 1927
- USA
- Posouzení pohybové inteligence
- Není potřeba nářadí ani náčiní
- 21 cvičení/ 6 věkových skupin
- Každá skupina 10 cviků

- Psychomotorické faktory:
 - obratnost, rovnováha a síla

- Hodnotí se splnil/nesplnil



1900

1923

1927



TESTOVÉ BATERIE

motorická vyspělost

Iowa-Brace test

1. Stoj, podřep na levé noze, předklon, zanožit pravou nohu a dotknout se hlavou země bez ztráty rovnováhy
2. Tři kliky ve vzporu ležmo
3. Stoj na levé noze, výskokem celý obrat vlevo
4. Ze sedu skrčmo uchopit nohy za paty – celý obrat vpravo postupně přes pravé koleno a bok, na levý bok a koleno znovu do sedu skrčmo
5. Stoj na levé noze, pravé chodidlo je opřeno o vnitřní stranu levého kolena, ruce spojeny za zády, výdrž 10 sekund se zavřenýma očima
6. Ze sedu snožmo vzpor ležmo vzadu jednoruč na pravé, levá vzpažit, výdrž 5 sekund bez ztráty rovnováhy
7. Dřep, kolena od sebe – rukama z vnitřní strany obejmout kotníky a spojit ruce zase vpředu – výdrž 5 sekund
8. Z dřepu zvolna vztyk s obratem
9. Z kleku zapažením stoj bez opory rukou
10. V dřepu přednožit pravou a zpět do dřepu, opakovat 2x

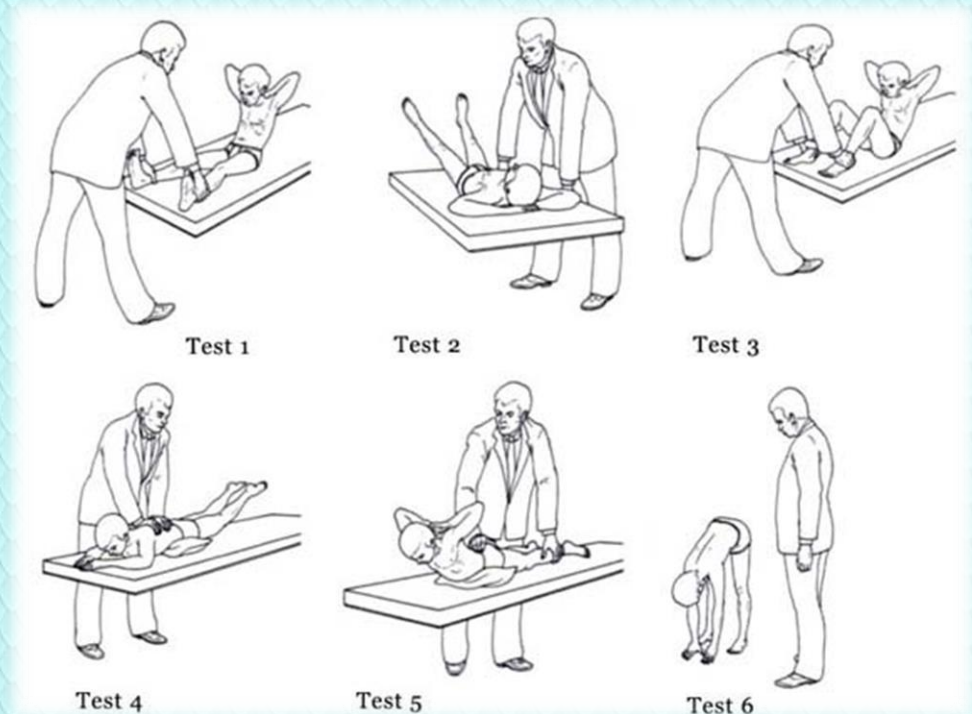
Test Kraus-Weber

- 50letech 20. stol.
- USA
- Posouzení *minimální* úrovně tělesné zdatnosti
- **Evropské děti zdatnější než děti americké**

Popis

- Šest úkolů
- Bez pomůcek
- Jednoduchost!
- Možnost modifikací
- **NESPLNÍ-LI ZÁKLADNÍ POŽADAVKY, JE TO NA POVÁŽENOU!**
- Nerozcvičuje se
- Každý test se zkouší **POUZE** jednou
- Pro splnění testu – splnit všech šest cvičení

TESTOVÉ BATERIE motorická vyspělost



1900

1923

1927

1950

TESTOVÉ BATERIE

motorická vyspělost

Test Kraus-Weber

- Zvednutí trupu. Na zádech, ruce spojené za hlavou. Napnuté nohy fixuje druhá osoba. Zvednout trup do sedu
- Zvednutí trupu s pokrčenýma nohama
- Zvednutí nohou. V lehu na zádech, ruce spojené za hlavou, udržet napnuté nohy 10 sekund asi 30 cm nad podložkou
- Zvednutí trupu v poloze na břiše
- Zvednutí nohou v poloze na břiše
- Ohebnost. Ze stoje předklon s napnutýma nohama, prsty rukou se dotknou země

Hodnocení

- **Splnil/ nesplnil (špatný stav břišních a zádočných svalů a ohebnosti páteře)**

<https://www.youtube.com/watch?v=hB85xHkrxBw>



VÝZNAMNÉ TESTOVÉ BATERIE

Test AAHPER

- 1957
- První reakce Americká asociace pro zdraví, tělesnou výchovu a rekreaci na výsledky Kraus-Weber testu

Obsah

- Shyby pro muže / výdrž ve shybu pro ženy
- Leh-sed
- Člunkový běh 4x10 yardů (9,144 metrů) s přenášením dvou špalíčků
- Skok do dálky z místa odrazem snožmo
- Sprint 50 yardů (45,72 metrů)
- Hod softbalovým míčem
- Běh na 600 yardů (548,64 metrů)



1900

1923

1927

1950

1957

VÝZNAMNÉ TESTOVÉ BATERIE

Denisiuk test

- 1963
 - Test normován na polské mládeži ve věku 8-19 let
- Heterogenní baterie
- 5 pohybových schopností
 - Síla
 - Výbušná síla
 - Rychlost
 - Obratnost
 - Vytrvalost




VÝZNAMNÉ TESTOVÉ BATERIE

Denisiuk test

- Hod těžkým míčem – test síly
- Výskok dosažený – test výbušné síly
- Běh na 60 metrů – test rychlosti
- Běh s kotoulem – test obratnosti
- Běh na 300 metrů – test vytrvalosti
- *Vzpor dřepmo a ležmo*



Test ICSPFT

- 1964
- Přijat Mezinárodním výborem pro standardizaci testů tělesné zdatnosti na OH v Tokiu 
- Zpracovalo: 70 pracovníků ze 35 zemí (i ČSSR)

Obsah

- Sprint na 50 m
- Skok do dálky z místa
- Vytrvalostní běh na 600 m – děti do 12 let
- Běh 800 m – dívky a ženy nad 12 let
- Běh 1000 m – chlapci a muži od 12 let
- Síla ruky měřená dynamometrem
- Shyby pro muže / výdrž ve shybu pro dívky, ženy a chlapce do 12 let
- Obratnostní běh 4x10 m s přenášením předmětů
- Leh-sed
- Měření ohebnosti v předklonu

1900

1923

1927

1950

1957

1963

1964



VÝZNAMNÉ TESTOVÉ BATERIE

Test EUROFIT

- 1982
- Osm testů

Obsah

- Stoj jednož – plameňák
- Dotýkáci test (tapping)
- Dosah v předklonu v sedu
- Skok daleký z místa odrazem snožmo / vertikální výskok s dosahováním
- Tah paží / ruční dynamometrie
- Opakované lehy a sedy
- Výdrž ve shybu na hrazdě nadhmatem
- Člunkový běh 10x5 metrů / sprint na 50 metrů



<https://>

1923

1927

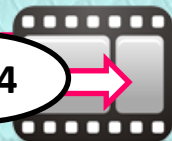
1950

1957

1963

1964

1984



VÝZNAMNÉ TESTOVÉ BATERIE

CIAR

- Institut pro aerobní výzkum v Dallasu
- Testy zdravotně orientované tělesné zdatnosti
- **5 povinných testů**
 - Běh nebo chůze na 1 míli (1 609 metrů)
 - Zvedání trupu v lehu na břiše
 - Kliky (každé 3 s)
 - Curl-up 
 - Měření procenta tuku



VÝZNAMNÉ TESTOVÉ BATERIE

CIAR

- **Nepovinné testy**
 - Shyby
 - Ohebnost v sedu
 - Spojení rukou za tělem



VÝZNAMNÉ TESTOVÉ BATERIE

CIAR - Hodnocení

Limity výkonů – chlapci

Věk	Běh na 1 míli (min:s.)		Procenta tuku		Leh-sed (curl-up)		Zvedání trupu (v palcích = 2,54 cm)		Kliky (počet)	
5	-	-	25	10	2	10	6	12	3	8
6	-	-	25	10	2	10	6	12	3	8
7	-	-	25	10	4	14	6	12	4	10
8	-	-	25	10	6	20	6	12	5	13
9	12:30	10:00	25	10	9	24	6	12	6	15
10	11:30	9:00	25	10	12	24	9	12	7	20
11	11:00	8:30	25	10	15	28	9	12	8	20
12	10:30	8:00	25	10	18	36	9	12	10	20
13	10:00	7:30	25	10	21	40	9	12	12	25
14	9:30	7:00	25	10	24	45	9	12	14	30
15	9:00	7:00	25	10	24	47	9	12	16	35
16+	8:30	7:00	25	10	24	47	9	12	18	35

Limity výkonů – dívky

Věk	Běh na 1 míli (min:s.)		Procenta tuku		Leh-sed (curl-up)		Zvedání trupu (v palcích = 2,54 cm)		Kliky (počet)	
5	-	-	32	17	2	10	6	12	3	8
6	-	-	32	17	2	10	6	12	3	8
7	-	-	32	17	4	14	6	12	4	10
8	-	-	32	17	6	20	6	12	5	13
9	13:00	10:00	32	17	9	22	6	12	6	15
10	12:30	9:30	32	17	12	26	9	12	7	15
11	12:00	9:00	32	17	15	29	9	12	7	15
12	12:00	9:00	32	17	18	32	9	12	7	15
13	11:30	9:00	32	17	18	32	9	12	7	15
14	11:00	8:30	32	17	18	32	9	12	7	15
15	10:30	8:00	32	17	18	35	9	12	7	15
16+	10:00	8:00	32	17	18	35	9	12	7	15

ZDROJE

- GRUBER, Dominik. *Vytvoření zásobníku motorických testů používaných v tělesné výchově*. České Budějovice, 2011. Bakalářská práce. JIHOČESKÁ UNIVERZITA V ČESKÝCH BUDĚJOVICÍCH. Vedoucí práce PhDr. Renata Malátová, Ph.D.
- KOPENCOVÁ, MAZÚR, WOJNAR a WAJČNEROVÁ. *Testové baterie* [online]. In: . [cit. 2016-10-20]. Dostupné z: <https://is.muni.cz/el/1451/podzim2015/np2003/ode/TESTOVE-BATERIE-DONE.pdf>
- NEUMAN, Jan. *Cvičení a testy obratnosti, vytrvalosti a síly*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2003. ISBN 80-7178-730-2.
- Obrázky: google.com

DOTAZY?

DĚKUJI ZA POZORNOST... 

Bc. Lucie Grajciarová

Masarykova univerzita v Brně

Fakulta sportovní studií

Sportovní edukace

Předmět: Antropomotorika