

Plavání

Testování z plavání proběhne na Plaveckém stadionu v Českých Budějovicích **na 50m bazéne**.

Každý test bude ohodnocen body v rozmezí od 0 do 8 bodů viz tabulky. Žák může celkem získat maximálně 40 bodů. **Pro úspěšné splnění zkoušek je nutné celkem dosáhnout úrovně 24 nebo více bodů. Další podmínkou je zisk minimálně 14 bodů v měřených disciplínách a minimálně 10 bodů v hodnocení techniky.**

Odlišnosti v hodnocení výkonů dívek a chlapců jsou upřesněny u každého testu.

1. specializace 100m I. zp (hlavní plavecký způsob)

	body	8	7	6	5	4	3	2	1
chlapci	100m M	1:13,8	1:16,2	1:19,6	1:22,6	1:24,2	1:26,4	1:28,6	1:30,8
	100m Z	1:13,7	1:17,7	1:21,0	1:23,3	1:25,9	1:28,1	1:30,3	1:32,5
	100m P	1:25,1	1:26,4	1:29,0	1:30,8	1:33,0	1:35,2	1:37,4	1:39,6
	100m K	1:02,3	1:03,0	1:05,2	1:07,6	1:09,2	1:11,4	1:13,6	1:15,8
dívký	100m M	1:15,7	1:17,6	1:19,8	1:22,9	1:25,3	1:28,4	1:31,2	1:34,8
	100m Z	1:17,5	1:19,6	1:21,7	1:23,9	1:26,1	1:28,3	1:30,5	1:32,7
	100m P	1:27,2	1:28,4	1:30,6	1:32,1	1:34,5	1:36,7	1:38,9	1:41,1
	100m K	1:07,0	1:08,5	1:10,0	1:11,9	1:14,8	1:17,0	1:19,2	1:21,4

2. vytrvalost 400m Vz (volný způsob)

	body	8	7	6	5	4	3	2	1
chlapci	čas	4:54,1	5:03,6	5:15,6	5:21,1	5:27,8	5:33,3	5:38,8	5:44,3
dívky	čas	5:10,3	5:14,9	5:20,9	5:26,2	5:31,5	5:37,0	5:42,5	5:48,0

3. všestrannost 200m Pz (polohově)

	body	8	7	6	5	4	3	2	1
chlapci	čas	2:35,9	2:38,9	2:43,9	2:48,8	2:52,8	2:57,2	3:00,9	3:04,7
dívky	čas	2:46,6	2:49,9	2:53,7	2:55,1	2:58,6	3:02,4	3:05,9	3:09,4

4. technika 4x 50m Pz (polohově, hodnotí se technika, čas se neměří)

	známka	1	2	3	4	5
chlapci i dívky	motýlek	4 body	3 body	2 body	1 bod	0 bodů
	znak	4 body	3 body	2 body	1 bod	0 bodů
	prsa	4 body	3 body	2 body	1 bod	0 bodů
	kraul	4 body	3 body	2 body	1 bod	0 bodů