

Přijímací řízení na střední školu pro školní rok 2026-2027

68-42-M/01 Bezpečnostně právní činnost studijní obor středního vzdělání zakončený maturitní zkouškou

Kritérium fyzické testy

zaběhnout 1000 m + CMT + člunkový běh = 27 bodů,

další skutečnosti, které osvědčují vhodné fyzické schopnosti uchazeče + 3 body.

Umístění na 1. až 3. místě v okresních a vyšších soutěžích ve sportech, ve kterých se uplatňuje síla, rychlost, vytrvalost a všestrannost. Uchazeč musí toto doložit doklady (diplomy) zaslanými spolu s přihláškou.

maximální zisk 30 bodů.

Chlapci

Běh 1000 m	
Body	Výkon (min)
9	3:55 a méně
7	3:56 - 4:16
5	4:17 - 4:37
3	4:38 - 4:58
1	4:59 - 5:19
0	5:20 a více

CMT – každý stoj	
Body	Počet za 2 min
9	46 a více
7	45 – 41
5	40 – 36
3	35 – 31
1	30 – 26
0	25 a méně

Člunkový běh	
Body	Výkon (s)
9	11,4 a méně
7	11,5 - 12,0
5	12,1 - 12,6
3	12,7 - 13,2
1	13,3 - 13,8
0	13,9 a více

Dívky

Běh 1000 m	
Body	Výkon (min)
9	4:10 a méně
7	4:11 - 4:30
5	4:31 - 4:50
3	4:51 - 5:10
1	5:11 - 5:30
0	5:31 a více

CMT – každý stoj	
Body	Počet za 2 min
9	41 a více
7	40 – 36
5	35 – 31
3	30 – 26
1	25 – 21
0	20 a méně

Člunkový běh	
Body	Výkon (s)
9	11,9 a méně
7	12,0 - 12,5
5	12,6 - 13,1
3	13,2 - 13,7
1	13,8 - 14,3
0	14,4 a více

K úspěšnému splnění fyzických testů nesmí uchazeč získat 0 bodů ani z jedné disciplíny.

Podrobný popis disciplín

Běh na 1000 m

Úkolem je uběhnout uvedenou vzdálenost v co nejkratším čase. Ověřuje se střednědobá vytrvalost.

CMT – celomotorický test (opakovaně)

Sledujeme sílu, rychlostní vytrvalost a obratnost ve vzájemné součinnosti. Při tomto testu jde o co největší počet provedených cviků v době dvou minut.

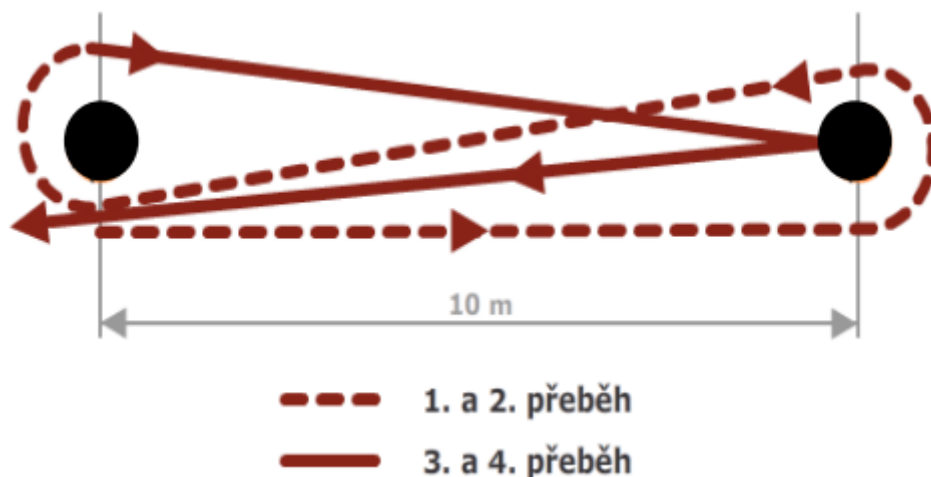
Popis cviku: cvičící ze stoje spatného přechází přes dřep do lehu na břiše a zvedne ruce z podložky, přechází zpět opět přes dřep do stoje spatného, dále pokračuje přes dřep do lehu na napřímená záda, ruce se dotknou podložky podél těla a zpět přechází přes sed a dřep do stoje spatného.

Za každý přechod do stoje spatného je počítáno jedno provedení cviku.

Člunkový běh, 4x10m

Sledujeme běžeckou rychlost spolu se schopností prudkých změn při pohybu, obratnost, kondici.

Popis cviku: běh se provádí mezi dvěma metami vzdálenými 10 metrů. Startuje se vedle mety číslo 1 a běží se k metě č. 2, která se obíhá. Zpět se vrací šikmo k metě č. 1, která se opět obíhá. Třetí úsek se běží přímo, následuje dotyk mety č. 2, rychlý obrat a po proběhnutí kolem mety č. 1 se zastavuje čas.



Ing. Josef Vavřínek
ředitel SOŠ a SOU řemesel
Kutná Hora, Čáslavská 202
příspěvková organizace