



VI. TEST

RYCHLOST REAKCE
ZACHYCENÍ PADAJÍCÍHO PŘEDMĚTU

Provedení

TESTOVANÁ OSOBA SEDÍ ROZKROČMO NA ŽIDLÍ ČELEM K OPĚRADLU, POKRČENOU PAŽI MÁ OPŘENU O ZÁPĚSTÍ NA OPĚRADLU ŽIDLE. RUKA JE OTEVŘENÁ, PRSTY SMĚŘUJÍ VPŘED, PALEC VZHŮRU. POMOCNÍK DRŽÍ TYČ (PRAVÍTKO) VE SVISLÉ POLOZE ZA HORNÍ OKRAJ TAK, ABY BYLA VZDÁLENA ASI 1 CM OD DLANĚ TESTOVANÉ OSOBY. ZNAČKA 0 CM JE V ÚROVNI SPODNÍHO OKRAJE RUKY (MALÍKOVÁ ČÁST). PO NÁVĚSTÍ „PŘIPRAVENO“ PUSTÍ POMOCNÍK V ROZPĚTÍ 4 S TYČ. TESTOVANÁ OSOBA SE SNAŽÍ TYČ CO NEJRYCHLEJI SEVŘENÍM RUKY ZACHYTIT.

Pokyny a pravidla

ODEČÍTÁME V CM VZDÁLENOST, O KTEROU KLESLA TYČ NÍŽE. HODNOTU ZJIŠŤUJEME U SPODNÍ (MALÍKOVÉ) ČÁSTI RUKY. HODNOTÍME NEJLEPŠÍ ZE 2 POKUSŮ.

Potřeby

TYČ, NA KTERÉ JSOU VYZNAČENY CENTIMETRY V ROZSAHU OD 0 DO 50 CM. TYČ LZE NAHRADIT DLOUHÝM 60 CM PRAVÍTKEM.



Zachycení padajícího předmětu

věk	výkon muži		
	podprůměrný	průměrný	nadprůměrný
6 - 7	34 - 28	27 - 20	19 - 14
8 - 9	33 - 27	25 - 19	18 - 13
10 - 11	32 - 27	26 - 18	17 - 12
12 - 14	31 - 26	24 - 17	16 - 11
15 - 17	30 - 25	23 - 16	15 - 10
18 - 29	30 - 25	23 - 16	15 - 10
30 - 39	31 - 26	24 - 17	16 - 17
40 - 49	32 - 27	25 - 18	17 - 12
50 - 60	35 - 29	28 - 21	20 - 15

věk	výkon ženy		
	podprůměrný	průměrný	nadprůměrný
6 - 7	34 - 28	27 - 20	19 - 14
8 - 9	33 - 27	26 - 19	18 - 13
10 - 11	32 - 27	25 - 18	17 - 12
12 - 14	31 - 26	24 - 17	16 - 11
15 - 17	32 - 27	25 - 18	17 - 12
18 - 29	36 - 29	27 - 19	18 - 13
30 - 39	37 - 30	28 - 20	19 - 14
40 - 49	39 - 32	30 - 22	21 - 15
50 - 60	42 - 35	33 - 25	24 - 18