

1 PŘÍLOHY

1.1 Popis jednotlivých testů

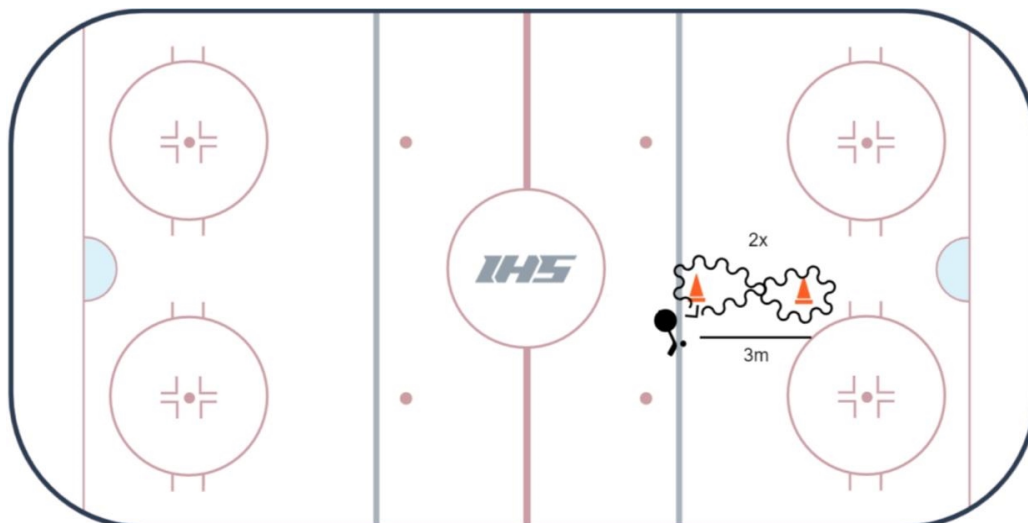
Test 1

Zadáním prvního testu byl krátký driblink na místě s puštěním kotouče do forhendu. Pro splnění testu musel hráč udržet kotouč před tělem a z krátkého driblingu po dvou zamícháních plynule pustit kotouč do forhendu a zpátky přejít do krátkého driblinku. Bez přerušení pohybu a ztráty kotouče hráč toto opakuje celkem 3x. Hlavní je plynulost pohybu a práce spodní ruky na holi, při pohybu do forhendu. Tento test je považován za nesplněný, pokud hráč nemá kotouč pod kontrolou, kotouč mu ujíždí, staví se na hranu, driblink není plynulý, anebo hráč nepracuje spodní rukou na holi.

Test 2

Hráč startuje s kotoučem jízdou vpřed ke kuželu, který objíždí prudkým obloukem s kotoučem na forhendu, poté startuje k druhému kuželu, který objíždí s kotoučem na bekhendu. Toto hráč opakuje 2x v maximální rychlosti. Kužely jsou ve vzdálenosti 3 m od sebe. Hráč musí mít kotouč pod kontrolou a plynule vyjíždět oblouky jak s kotoučem na forhendu, tak i na bekhendu. Pokud hráč neudrží kotouč pod kontrolou a musí pro kotouč dojíždět mimo trasu nebo pohyb není plynulý, je pomalý či se hráč dokonce zastaví test je považován za nesplněný.

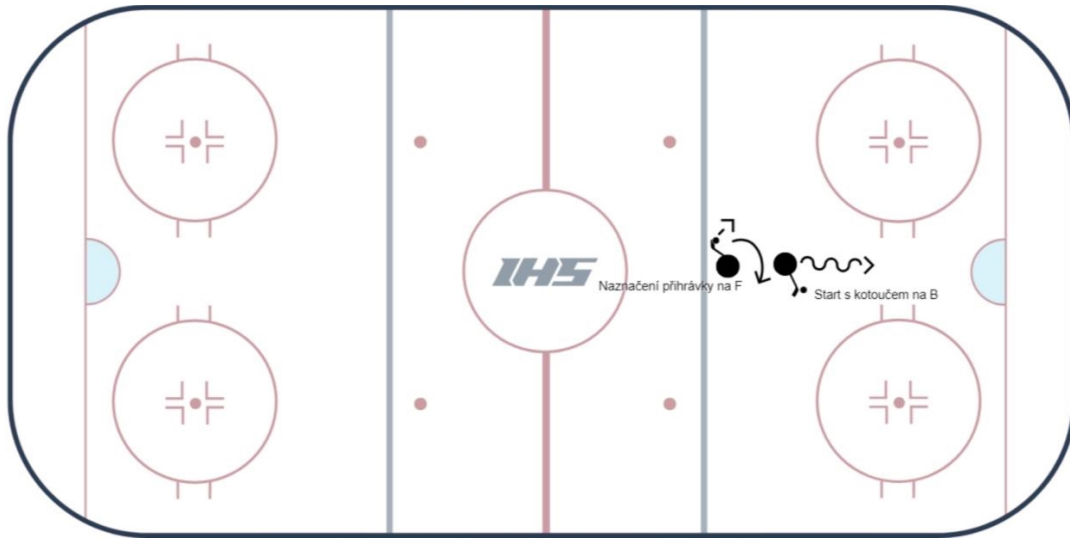
Obrázek 1: Jízda prudkým obloukem kolem kuželu s kotoučem na forhendu, jízda prudkým obloukem kolem kužel s kotoučem na bekhendu (IHS, 2023)



Test 3

V tomto testu stojí hráč na místě s kotoučem na forhendu. Hráč naznačí přihrávku forhendem, a přechází s kotoučem do bekhendu a současně startuje jízdou vpřed. Hráči nesmí kotouč ztratit při naznačení, ani při přechodu z forhendu do bekhendu. Pohyb musí být plynulý a při startu vpřed musím mít hráč kotouč pod kontrolou.

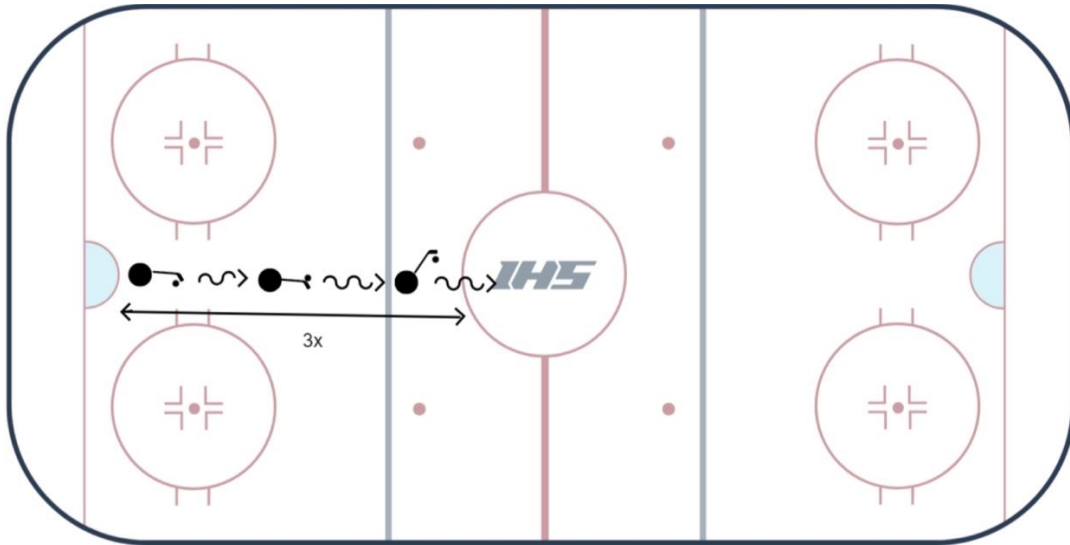
Obrázek 2: Naznačení přihrávky po ruce s vyjetím přes ruku (IHS, 2023)



Test 4

Tento test navazuje na Test 1, ve které hráč měl za úkol driblink na místě s puštěním do forhendu. V tomto testu přidáváme jízdou vpřed. Hráč vyjíždí jízdou vpřed, a pracuje s kotoučem krátkým driblinkem před tělem. Hráč z krátkého driblinku pouští kotouč do forhendu a plynule přechází zpět do krátkého driblinku. Hráč mezi pouštěním kotouče do forhendu s kotoučem zamíchat alespoň 2x. Toto celé hráč opakuje celkem 3x. Stejně jako u Testu 1 je důležitá plynulost pohybu a práce spodní ruky, tento test je však mnohem náročnější, neboť probíhá v jízdě. Pokud hráči kotouč utíká a nemá ho pod kontrolou, špatně pracuje se spodní rukou na holi nebo pohyb rukou či jízdou vpřed není plynulý je test pro hráče neúspěšný.

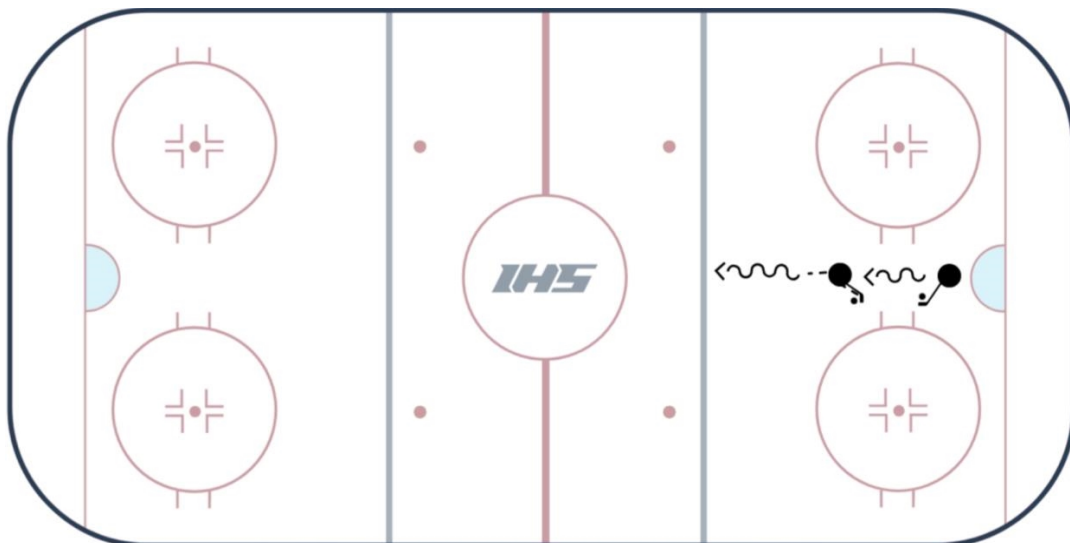
Obrázek 3: Krátký driblink v jízdě vpřed s puštěním kotouče do forhendu (IHS, 2023)



Test 5

Hráč startuje jízdou vpřed s kotoučem, kotouč má na forhendu. Kotouč dostává za úroveň svého těla a forhendem kotouč posílá sobě mezi nohy, přikopává si kotouč vpřed a pokračuje v jízdě s kotoučem na holi. Pokud hráč při jízdě kotouč ztratí, není schopen si ho poslat mezi nohy či přikopnout je v tomto testu neúspěšný. Hráči stačí když tuto dovednost zvládne pouze jednou.

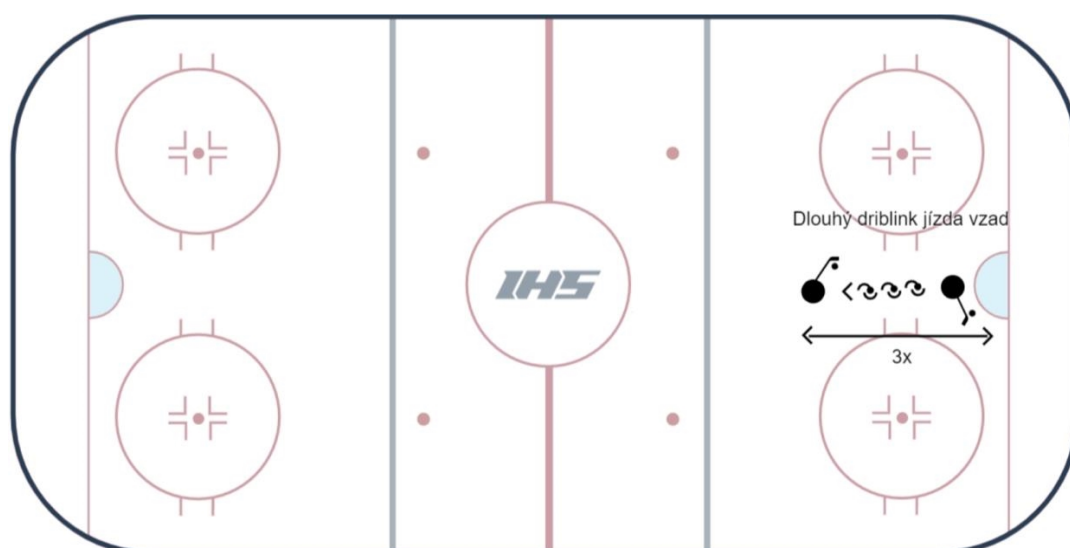
Obrázek 4: Prohození kotouče mezi nohama s přikopnutím při jízdě vpřed (IHS, 2023)



Test 6

Hráč se snaží provádět dlouhý driblink při jízdě vzad co nejrychleji, s důrazem na kontrolu a plynulost pohybů. Během jednoho přechodu z jedné strany na druhou je potřeba udělat třikrát daný driblink. Pro splnění testu je nutné, aby hráč udržel driblink na šířku větší než rozpětí ramen a během jízdy vzad míchal s kotoučem třikrát z jedné strany na druhou bez ztráty kontroly, zastavení nebo zpomalení. Pohyb musí být plynulý a kontinuální. Test je hodnocen jako nesplněný, pokud hráč ztratí kotouč, provádí nekontrolovaný driblink, je nucen změnit směr pro získání kotouče, nebo pokud je driblink příliš krátký. Jakékoli zastavení nebo příliš pomalá jízda vzad rovněž vedou k nesplnění testu.

Obrázek 5: Dlouhý driblink při jízdě vzad (IHS, 2023)



Test 7

Úkolem hráče je provést driblink s holí za úrovní pat během jízdy vpřed. Hráč musí být schopen udržet kotouč pod kontrolou s tělem natočeným vpřed. Hráč splní test, pokud udrží driblink s holí stabilně za úrovní pat a zároveň pokračuje v plynulé jízdě vpřed, aniž by došlo k zastavení nebo nutnosti změnit směr jízdy vpřed. Pokud hráč ztratí kotouč, provádí nekontrolovaný driblink, kotouč mu ujede nebo je nucen změnit směr jízdy, test se považuje za nesplněný. Stejně tak pokud hráč nedokáže udržet kotouč za úrovní těla nebo se zastaví, či jeho jízda je příliš pomalá, nespĺňuje požadavky testu.

Obrázek 6: Driblink za úrovni těla při jízdě vpřed (IHS, 2023)

