

NORMY I PUNKTACJA BRUK-BET TERMALICA KIDS CHALLENGE

ETAP	SKRZAT		ŻAK		ORLIK		MŁODZIK	
ROCZNIK	2013-2014		2011 - 2012		2009 - 2010		2007 - 2008	
WYNIK	ZAKRES	PUNKTY	ZAKRES	PUNKTY	ZAKRES	PUNKTY	ZAKRES	PUNKTY
ZWROTY Z PIŁKĄ – czas (s)								
Wybinty	0 – 16,00	3	0 – 13,70	3	0 – 13,20	3	0 – 11,60	3
Bardzo dobry	16,01 – 17,00	2,5	13,71 – 14,50	2,5	13,21 – 14,00	2,5	11,61 – 12,50	2,5
Dobry	17,01 – 18,30	2	14,51 – 15,70	2	14,01 – 14,70	2	12,51 – 13,00	2
Średni	18,31 – 20,00	1,5	15,71 – 17,00	1,5	14,71 – 15,50	1,5	13,01 – 14,00	1,5
Poniżej normy	20,01 – 22,00	1	17,00 – 18,30	1	15,51 – 16,50	1	14,01 – 15,00	1
Poniżej normy	22,01 – 24,00	0,5	18,31 – 20,00	0,5	16,51 – 18,00	0,5	15,01 – 16,00	0,5
Poniżej normy	24,01 >	0	20,01 >	0	18,00 >	0	16,01 >	0
PROWADZENIE PIŁKI PO LINII ŁAMANEJ – czas (s)								
Wybinty	0 – 22,00	3	0 – 17,50	3	0 – 16,30	3	0 – 14,50	3
Bardzo dobry	22,01 – 23,00	2,5	17,51 – 18,50	2,5	16,31 – 17,00	2,5	14,51 – 15,00	2,5
Dobry	23,01 – 25,00	2	18,51 – 20,00	2	17,01 – 18,00	2	15,01 – 15,70	2
Średni	25,01 – 26,50	1,5	20,01 – 21,50	1,5	18,01 – 19,00	1,5	15,71 – 16,70	1,5
Poniżej normy	26,51 – 28,00	1	21,51 – 23,00	1	19,01 – 20,50	1	16,71 – 17,50	1
Poniżej normy	28,01 – 30,00	0,5	23,01 – 24,00	0,5	20,51 – 22,00	0,5	17,51 – 19,00	0,5
Poniżej normy	30,01 >	0	24,00 >	0	22,01 >	0	19,00 >	0
ŻONGLERKA – ilość podbić								
Wybinty	26 >	3	40 >	3	71 >	3	81 >	3
Bardzo dobry	20 - 25	2,5	30 – 40	2,5	50 – 70	2,5	60 – 80	2,5
Dobry	16 - 19	2	25 – 29	2	40 – 49	2	50 – 59	2
Średni	11 - 15	1,5	20 – 24	1,5	30 – 39	1,5	40 – 49	1,5
Poniżej normy	7 - 10	1	14 – 19	1	21 – 29	1	31 – 39	1
Poniżej normy	4 - 6	0,5	8 – 13	0,5	11 – 20	0,5	21 – 30	0,5
Poniżej normy	< 5	0	< 7	0	< 10	0	< 20	0
BIEG PO LINII ŁAMANEJ – czas (s)								
Wybinty	0 – 15,30	3	0 – 13,70	3	0 – 12,70	3	0 – 12,30	3
Bardzo dobry	15,31 – 16,00	2,5	13,71 – 14,50	2,5	12,71 – 13,50	2,5	12,31 – 13,00	2,5
Dobry	16,01 – 16,40	2	14,51 – 15,20	2	13,51 – 14,20	2	13,01 – 13,75	2
Średni	16,41 – 17,10	1,5	15,21 – 16,00	1,5	14,21 – 15,00	1,5	13,76 – 14,50	1,5
Poniżej normy	17,11 – 18,00	1	16,00 – 17,00	1	15,01 – 15,75	1	14,51 – 15,20	1
Poniżej normy	18,01 – 19,00	0,5	17,01 – 18,00	0,5	15,76 – 16,50	0,5	15,21 – 16,00	0,5
Poniżej normy	19,01 >	0	18,01 >	0	16,51 >	0	16,01 >	0
SKOK W DAL Z MIEJSCA – odległość (cm)								
Wybinty	160 >	3	180 >	3	200 >	3	220 >	3
Bardzo dobry	150 - 159	2,5	165 - 179	2,5	185 - 199	2,5	200 - 220	2,5
Dobry	140 - 149	2	155 - 164	2	175 - 184	2	185 - 199	2
Średni	130 - 139	1,5	145 - 154	1,5	165 - 174	1,5	175 - 184	1,5
Poniżej normy	120 - 129	1	135 - 144	1	155 - 164	1	165 - 174	1
Poniżej normy	110 - 119	0,5	125 - 134	0,5	145 - 154	0,5	155 - 164	0,5
Poniżej normy	100 - 109	0	115 - 124	0	135 - 144	0	145 - 154	0

Opracowano na podstawie publikacji: Nowoczesne nauczanie i doskonalenie gry w piłkę nożną,
P.Grycmanm, W. Szyngiera, (2016) oraz Norm PZPN