**Testy sprawnościowe do klasy sportowej**

**Koszykówka**

- slalom z kozłowaniem

- bieg po prostej

- rzut wolny

- dwutakt  z prawej strony prawa ręka

- dwutakt z lewej strony lewa ręka

**Piłka nożna**

- próba szybkościowa (10x5m.)  
- próba mocy (skok w dal z miejsca),   
- technika specjalna (prowadzenie piłki)  
- gra: (ocena umiejętności w 4 obszarach: technika, taktyka, motoryka,

mentalność)