

TABULKY PRO HODNOCENÍ TĚLESNÉ VÝCHOVY – CHLAPCI

BĚH NA 60 m (s)

ZNÁMKA/ROČNÍK	6.	7.	8.	9.
1	≤ 10,30	≤ 10,10	≤ 9,90	≤ 9,70
2	10,31 ≤ 11,20	10,11 ≤ 11,00	9,91 ≤ 10,80	9,71 ≤ 10,60
3	11,21 ≤ 12,10	11,01 ≤ 11,90	10,81 ≤ 11,70	10,61 ≤ 11,50
4	12,11 ≤	11,91 ≤	11,71 ≤	11,51 ≤

HOD GRANÁTEM (m)

ZNÁMKA/ROČNÍK	6.	7.	8.	9.
1	20,0 ≤	25,0 ≤	30,0 ≤	35,0 ≤
2	16,0 ≤ 19,9	21,0 ≤ 24,9	26,0 ≤ 29,9	31,0 ≤ 34,9
3	12,0 ≤ 15,9	17,0 ≤ 20,9	22,0 ≤ 25,9	27,0 ≤ 30,9
4	≤ 11,9	≤ 16,9	≤ 21,9	≤ 26,9

BĚH NA 1500 m (min)

ZNÁMKA/ROČNÍK	6.	7.	8.	9.
1	≤ 8:00,0	≤ 7:40,0	≤ 7:20,0	≤ 7:00,0
2	8:00,1 ≤ 8:30,0	7:40,1 ≤ 8:10,0	7:20,1 ≤ 7:50,0	7:00,1 ≤ 7:30,0
3	8:30,1 ≤ 9:00,0	8:10,1 ≤ 8:40,0	7:50,1 ≤ 8:20,0	7:30,1 ≤ 8:00,0
4	9:00,1 ≤	8:40,1 ≤	8:20,1 ≤	8:00,1 ≤

SKOK DO VÝŠKY (m)

ZNÁMKA/ROČNÍK	6.	7.	8.	9.
1	105 ≤	110 ≤	115 ≤	120 ≤
2	95 ≤ 104	100 ≤ 109	105 ≤ 114	110 ≤ 119
3	85 ≤ 94	90 ≤ 99	95 ≤ 104	100 ≤ 109
4	≤ 84	≤ 89	≤ 94	≤ 99

PŘESKOKY ŠVIHADLA ZA 2 MINUTY (počet)

ZNÁMKA/ROČNÍK	6.	7.	8.	9.
1	124 ≤	134 ≤	144 ≤	154 ≤
2	107 ≤ 123	117 ≤ 133	127 ≤ 143	137 ≤ 153
3	91 ≤ 106	101 ≤ 116	111 ≤ 126	121 ≤ 136
4	≤ 90	≤ 100	≤ 110	≤ 120

LEH-SEDY ZA 1 MINUTU (počet)

ZNÁMKA/ROČNÍK	6.	7.	8.	9.
1	47 ≤	49 ≤	51 ≤	53 ≤
2	35 ≤ 46	37 ≤ 48	39 ≤ 50	41 ≤ 52
3	24 ≤ 34	26 ≤ 36	28 ≤ 38	30 ≤ 40
4	≤ 23	≤ 25	≤ 27	≤ 29

HOD VZAD 2 KG MEDICINBALEM (m)

ZNÁMKA/ROČNÍK	6.	7.	8.	9.
1	6,93 ≤	7,93 ≤	8,93 ≤	9,93 ≤
2	6,03 ≤ 6,92	7,03 ≤ 7,92	8,03 ≤ 8,92	9,03 ≤ 9,92
3	5,13 ≤ 6,02	6,13 ≤ 7,02	7,13 ≤ 8,02	8,13 ≤ 9,02
4	≤ 5,12	≤ 6,12	≤ 7,12	≤ 8,12

SKOK Z MÍSTA (cm)

ZNÁMKA/ROČNÍK	6.	7.	8.	9.
1	181 ≤	189 ≤	198 ≤	208 ≤
2	165 ≤ 180	173 ≤ 188	182 ≤ 197	193 ≤ 207
3	148 ≤ 164	156 ≤ 172	165 ≤ 181	177 ≤ 192
4	≤ 147	≤ 155	≤ 164	≤ 176