

# Bodové hodnotenie kritérií disciplín telesnej zdatnosti

študijný odbor : FYZ a UZS  
akademický rok: 2022/2023

D T Z	Body FYZ		0	0,5	1	1,5	2	2,5	3	3,5	4	4,5	5	5,5	6	6,5	7	7,5	8	8,5	9	9,5	10	
	UZS		0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
1.	člnkový beh	M	viac ako 12,1 sek.	12,1	12,0	11,9	11,8	11,7	11,6	11,5	11,4	11,3	11,2	11,1	11,0	10,9	10,8	10,7	10,6	10,5	10,4	10,3	10,2 a menej	
	4x10m	Ž	viac ako 12,7 sek.	12,7	12,6	12,5	12,4	12,3	12,2	12,1	12,0	11,9	11,8	11,7	11,6	11,5	11,4	11,3	11,2	11,1	11,0	10,9	10,8 a menej	
2.	beh	M	menej ako 2150 m	2150	2200	2250	2300	2350	2400	2450	2500	2550	2600	2650	2700	2750	2800	2850	2900	2950	3000	3050	3100 a viac	
	12 min.	Ž	menej ako 1750 m	1750	1800	1850	1900	1950	2000	2050	2100	2150	2200	2250	2300	2350	2400	2450	2500	2550	2600	2650	2700 a viac	
3.	plávanie	M	viac ako 3:06 min:sek	3:06	3:02	2:58	2:54	2:50	2:46	2:42	2:38	2:34	2:30	2:26	2:22	2:18	2:14	2:10	2:06	2:02	1:58	1:54	1:50 a menej	
		Ž	viac ako 3:16 min:sek	3:16	3:12	3:08	3:04	3:00	2:56	2:52	2:48	2:44	2:40	2:36	2:32	2:28	2:24	2:20	2:16	2:12	2:08	2:04	2:00 a menej	
	100 m prsia, znak	M	viac ako 2:56 min:sek	2:56	2:52	2:48	2:44	2:40	2:36	2:32	2:28	2:24	2:20	2:16	2:12	2:08	2:04	2:00	1:56	1:52	1:48	1:44	1:40 a menej	
		Ž	viac ako 3:06 min:sek	3:06	3:02	2:58	2:54	2:50	2:46	2:42	2:38	2:34	2:30	2:26	2:22	2:18	2:14	2:10	2:06	2:02	1:58	1:54	1:50 a menej	
4.	gymnastika ( len FYZ )	BODY za jeden prvok																						
		0				0,5				1				1,5				2						
		nezvládnuté				zvládnuté s veľkými nedostatkami				zvládnuté s väčšími nedostatkami				zvládnuté s malými nedostatkami				zvládnuté bez nedostatkov						
		BODY za zostavu 0 - 10 (päť prvkov - kotúl vpred, vzad, letmo, premet bokom, stoj na rukách )																						

Poznámka: DTZ - disciplíny telesnej zdatnosti, M - muž, Ž - žena