

Mobilní metodická příručka

25 - Základní školy

3. A 7. ROČNÍK ZŠ A ODPOVÍDAJÍCÍ ROČNÍKY VÍCELETÝCH GYMNAZIÍ

Testování tělesné zdatnosti

Mobilní alternativní zobrazení metodické příručky pro práci před testováním i přímo na stanovišti.

4 testy **2 doporučené jednotky** **✓ offline**

1 **METODICKÁ AUTORITA**
Mobilní aplikace je alternativním zobrazením metodiky. Při nejasnosti, pochybnosti nebo rozdílu je směřovatná aktuální papírová / PDF příručka a příslušná metodická karta.

1 **NEJKRATŠÍ CESTA KE SPRÁVNÉMU TESTOVÁNÍ**
Společnou část si přečtete jednou před testovacím obdobím. Při samotném testování pracujete především s kartou daného testu a příslušným záznamovým archem.

Vyberte test

01
Skok daleký z místa
Otevřít kartu →

02
Leh-sed
Otevřít kartu →

03
Běh 4 x 10 m
Otevřít kartu →

04
Vytrvalostní člunkový běh
Otevřít kartu →

Základní pravidla testování +

Jak příručku a karty používat?

Jak testování zorganizovat



testuj.zdatnost.workers.dev