FAQ – Testování tělesné zdatnosti 2026

Základní školy (3. a 7. ročník) a střední školy (2. ročník)

Platí pro	Oblast	Test / situace	Otázka	Odpověď
ZŠ	Účast a omluvení	Obecné	Kteří žáci se testování účastní na základní škole?	Testují se žáci 3. a 7. ročníku ZŠ a odpovídajících ročníků víceletých gymnázií. Žák, který je přítomen ve výuce, se testování účastní, pokud mu v tom nebrání závažný důvod.
SŠ	Účast a omluvení	Obecné	Kteří žáci se testování účastní střední škole?	Testují se žáci 2. ročníku SŠ a odpovídajících ročníků víceletých gymnázií. Žák, který je přítomen ve výuce, se testování účastní, pokud mu v tom nebrání závažný důvod.
ZŠ i SŠ	Účast a omluvení	Obecné	Je státní občanství důvodem k vyřazení z testování?	Ne. Rozhodující je zařazení žáka do cílového ročníku a případné důvody k neúčasti podle metodiky; samotné státní občanství není důvodem k vyřazení.
ZŠ i SŠ	Účast a omluvení	Obecné	Co když zákonný zástupce nebo zletilý žák s testováním nesouhlasí?	Samotný nesouhlas k omluvení z testování nestačí. U nezletilého žáka případnou žádost o uvolnění uplatňuje zákonný zástupce; u zletilého žáka SŠ ji uplatňuje žák sám. O uvolnění z výuky předmětu rozhoduje ředitel školy podle pravidel školy a platných předpisů.
ZŠ i SŠ	Účast a omluvení	Obecné	Jak postupovat u žáka úplně nebo částečně uvolněného z tělesné výchovy?	Úplné uvolnění z tělesné výchovy je důvodem k vyřazení z testování. U částečného uvolnění se posuzuje rozsah uvolnění, aktuální stav žáka a dostupné podklady; o uvolnění z výuky předmětu rozhoduje ředitel školy.
ZŠ i SŠ	Účast a omluvení	Obecné	Co když je žák v době testování řádně omluven z výuky a není přítomen?	V řádném termínu se netestuje. Pokud žák nebyl testován vůbec nebo se některého testu nemohl zúčastnit, lze chybějící test(y) doplnit v náhradním termínu. Metodika umožňuje první náhradní měření nejpozději do 28 dnů; u více chybějících testů zachovejte předepsané pořadí a odpočinek.
ZŠ i SŠ	Účast a omluvení	SVP / omezení	Jak postupovat u žáka se speciálními vzdělávacími potřebami?	Samotná existence speciálních vzdělávacích potřeb není důvodem k neúčasti. Žák, který není z tělesné výchovy uvolněn, se testování účastní. U částečného uvolnění je rozhodující jeho rozsah; pokud se omezení na daný test nevztahuje a test lze provést bezpečně a standardně, žák se jej účastní.
ZŠ i SŠ	Zdravotní stav	Obecné	Kdy žák test nezahájí?	Test nezahajujte při akutních projevech onemocnění, akutní bolesti, bolesti při zkušebním provedení, nedokončené rekonvalescenci nebo tehdy, pokud aktuální zdravotní stav či známé omezení neumožňuje bezpečné provedení.
ZŠ i SŠ	Zdravotní stav	Obecné	Co když má žák aktuální zdravotní nebo fyziologické obtíže, které mohou ovlivnit výkon?	Test neprovádějte, pokud aktuální zdravotní nebo fyziologické obtíže neumožňují bezpečné provedení nebo by mohly výrazně ovlivnit výsledek. Patří sem i přechodné obtíže, například výrazné obtíže spojené s menstruací.
ZŠ i SŠ	Zdravotní stav	Obecné	Jak postupovat po nemoci, úrazu nebo operaci?	Po návratu po nemoci se doporučuje s testováním vyčkat alespoň 14 dnů; nejde o automatický zákaz. Po zranění nebo operaci žák test nezahájí, dokud se nevrátí k běžné tělesné zátěži nebo pokud přetrvává omezení.

ZŠ i SŠ	Zdravotní stav	Obecné	Kdo rozhoduje při chronickém nebo stabilizovaném omezení?	Postup se posuzuje individuálně podle aktuálního stavu a dostupných podkladů. Rozhodnutí na úrovni školy se řídí rozsahem omezení, školním řádem a pravidly pro uvolňování z výuky.
ZŠ i SŠ	Zdravotní stav	Obecné	Kdy je nutné probíhající test okamžitě ukončit?	Test ukončete při zranění, pádu s následnými obtížemi, náhlé výrazné bolesti, bolesti na hrudi, mdlobě, ztrátě rovnováhy, dezorientaci, závažných dechových obtížích, křeči nebo při jiné akutní změně stavu. Současně platí specifické STOP podmínky jednotlivých testů.
ZŠ i SŠ	Organizace testování	Obecné	Lze testy rozdělit do více vyučovacích hodin nebo dnů?	Ano. Pořadí testů musí zůstat zachováno. Pokud probíhají dva testy v jedné cvičební jednotce, zajistěte mezi nimi nejméně 10 minut a úplné fyzické i psychické zotavení.
ZŠ i SŠ	Organizace testování	Obecné	Lze již provedený test zopakovat kvůli lepšímu výsledku?	Ne. Po dokončení všech předepsaných pokusů se test v témže testovacím období neopakuje pouze za účelem zlepšení nebo nahrazení výsledku.
ZŠ i SŠ	Organizace testování	Obecné	Lze použít výkon naměřený dříve během školního roku?	Ne. Výsledek musí vzniknout v rámci oficiálního testování v příslušném testovacím období; dříve naměřený výkon se nepřebírá.
ZŠ i SŠ	Organizace testování	Nácvik	Mohou si žáci test předem vyzkoušet nebo na něj cíleně trénovat?	Krátký submaximální nácvik bezprostředně před testem je přípustný jen v rozsahu uvedeném v metodické kartě. Cílená příprava výuky za účelem zlepšení výsledků tohoto testování není žádoucí; běžný obsah výuky se kvůli testování nemá měnit.
ZŠ i SŠ	Organizace testování	Role	Může při testování pomáhat další osoba nebo spolužák?	Ano, pouze v rozsahu určeném metodikou. Pomocník pracuje podle pokynů examinátora a nenahrazuje jeho odpovědnost. Testovaní žáci ani spolužáci nemají hodnotit platnost výkonu; u testu leh–sed však může spolužák pouze přidržovat kotníky.
ZŠ i SŠ	Pomůcky a podmínky	Měření času	Je možné použít mobilní telefon nebo chytré hodinky místo stopek?	Ano, k měření času lze použít také mobilní telefon nebo chytré hodinky s funkcí stopek, pokud umožňují dostatečně přesné měření času. Důležité je zajistit přesnost a jednotný postup měření u všech žáků. Mobilní telefon nebo tablet lze využít také k přehrání zvukové stopy vytrvalostního člunkového běhu.
ZŠ i SŠ	Pomůcky a podmínky	Venkovní provedení	Lze testovat venku?	Ano pouze tehdy, když škola nemá pro daný test vhodné vnitřní podmínky a jsou splněny podmínky metodiky: prostor určený ke sportování, bezpečný povrch, vhodná teplota a bez výrazného větru. Tentýž běžecký test provádějte v rámci školy u všech žáků ve stejném prostředí a na stejném typu povrchu.
ZŠ	Pomůcky a podmínky	Nevhodné podmínky	Co když ZŠ nemá vhodné podmínky pro některý test?	Pokud škola nemá vhodné podmínky pro realizaci některého testu, je nutné dodržet stanovenou metodiku a pravidla bezpečnosti. Pokud nelze zajistit vhodné podmínky pro vytrvalostní člunkový běh ani rovnocennou alternativu, lze po předchozí konzultaci podle organizačních pokynů tento test vynechat. V aplikaci FITPA se příslušné pole ponechá prázdné.
ZŠ i SŠ	Pomůcky a podmínky	Nevhodné podmínky	Co když škola nemá vhodné podmínky nebo náčiní pro některý test?	Pokud škola nemá vhodné podmínky nebo potřebné náčiní pro realizaci některého testu, test neprovádí a příslušné pole v aplikaci FITPA se ponechá prázdné.
ZŠ i SŠ	Pomůcky a podmínky	Vytrvalostní člunkový běh	Lze pro člunkový běh použít jinou zvukovou stopu nebo pískání?	Pro vytrvalostní člunkový běh lze použít oficiální zvukový soubor nebo jiný způsob signalizace, například píšťalku, pokud je možné dodržet předepsané tempo testu a zajistit jednotný průběh měření. Zvolený signál musí být dobře slyšitelný u obou koncových čar.

ZŠ i SŠ	Měření a zápis	Obecné	Jaký je vztah papírového záznamu a elektronického systému?	Primární záznam vzniká bezprostředně u stanoviště do papírového záznamového archu. Teprve poté se výsledky přepisují do elektronického systému. Při přepisu se nemění význam hodnot ani značek.
ZŠ i SŠ	Měření a zápis	Obecné	Co znamenají značky X, N a NA?	X = celý test nebyl proveden nebo karta stanoví ukončení bez výsledku. N = neplatný pokus; používá se jen u testů s více pokusy, pokud to stanoví karta. NA = test proběhl, ale nevznikl platný číselný výsledek; používá se jen tam, kde jej připouští karta nebo záznamový arch. Vzhledem k faktu, že papírové záznamy se neshromažďují, je možné dosažený výkon zaznamenávat i v příslušných jednotkách (např. cm, sekundy nebo počet opakování). Pokud test z jakéhokoli důvodu neskončí platným výsledkem, zaznamená se např. pomlčka.
ZŠ i SŠ	Měření a zápis	Obecné	Může být nula platným výsledkem?	Ano. Pokud metodická karta konkrétního testu výslovně připouští 0 jako platný výsledek, zapisuje se 0, nikoli NA.
ZŠ i SŠ	Měření a zápis	Obecné	Jak opravit chybný údaj v papírovém archu?	Výsledky lze zaznamenávat do připraveného záznamového archu či na vlastní papír nebo do zápisníku. Důležité je, aby byly zaznamenané výkony správně zadány do aplikace FITPA. Způsob opravy chybného údaje v pracovních poznámkách není stanoven.
ZŠ i SŠ	Konkrétní test	Skok daleký z místa	Kdy je pokus ve skoku dalekém neplatný a odkud se výkon měří?	Pokus je neplatný při poskočení před odrazem, výrazné překročení odrazové čáry nebo odrazu z jedné nohy. Měří se kolmo od odrazové čáry k nejbližšímu místu dotyku podlahy; platný výkon se zapisuje v celých centimetrech zaokrouhlených dolů. Provedení je třeba posuzovat přiměřeně věku a pohybovým možnostem žáků a dbát na jednotný přístup při hodnocení.
ZŠ i SŠ	Konkrétní test	Leh–sed	Kdy se započítá jeden cyklus leh–sed–leh?	Cyklus se započítá pouze po dokončení celé sekvence. V sedu se oba lokty shora dotknou souhlasných kolen a cyklus je dokončen až po návratu do lehu, kdy se podložky dotknou záda i oba lokty (případně lopatky). Nesprávný nebo neúplný cyklus se nezapočítá. Provedení cviku je třeba posuzovat přiměřeně věku a pohybovým možnostem žáků.
ZŠ	Konkrétní test	Běh 4 × 10 m	Co se u běhu 4 × 10 m hodnotí jako neplatný pokus?	Neplatný je pokus s chybnou trasou nebo chybějícím povinným dotykem a další situace uvedené na kartě testu. Neplatný pokus se zaznamená, započítává se do dvou předepsaných pokusů a neopakuje se. Platný čas se zaokrouhluje nahoru na desetinu sekundy.
ZŠ i SŠ	Konkrétní test	Vytrvalostní člunkový běh	Kdy je přeběh včasný a co se děje při opoždění?	Rozhoduje pouze to, zda žák včas překročí koncovou čáru podle zvukového signálu; nepoužívá se hodnoticí zóna 1,5 m. Jedno opoždění lze napravit následujícím včasným přeběhem. Test končí po dvou opožděných přeběžích za sebou nebo při vzdání.
ZŠ i SŠ	Konkrétní test	Vytrvalostní člunkový běh	Co když během člunkového běhu selže zvukové zařízení?	Test ukončete bez výsledku. Po odstranění technické závady lze test provést v náhradním termínu, případně lze pro zvukovou signalizaci využít píšťalku.
SŠ	Konkrétní test	Shyby na hrazdě – chlapci	Co je platný shyb a kdy test končí?	Platný shyb se provádí plynule z visu nadhmatem do polohy, kdy je brada při neutrální poloze hlavy zřetelně nad hrazdou, a zpět do visu. Při hodnocení je třeba přihlížet k bezpečnosti žáků a přiměřeně posuzovat techniku provedení. Test končí při zastavení na 2 sekundy nebo déle, po dvou neplatných shybech za sebou nebo při puštění hrazdy.

SŠ	Konkrétní test	Výdrž ve shybu – dívky	Kdy se spouští čas a které chyby test ukončují?	Čas se spouští ve chvíli, kdy žákyně zaujme správnou výchozí polohu a přestane využívat oporu. Během výdrže je třeba sledovat, zda udrží bradu zřetelně nad hrazdou a nedotýká se jí. Měření končí při ztrátě správné polohy, výrazném zapojování nohou či trupu, dotyku brady s hrazdou nebo při puštění hrazdy či seskoku.
ZŠ i SŠ	Výsledky a podpora	Klasifikace	Mohou být výsledky testování použity pro klasifikaci žáka v tělesné výchově?	Ne. Výsledky tohoto monitoringu nejsou určeny pro známkování výkonu žáka v tělesné výchově.
ZŠ i SŠ	Výsledky a podpora	Výstupy pro školu	Kdy, kde a v jaké podobě škola obdrží výsledky testování?	Základní výsledkové reporty budou v aplikaci InspIS DATA k dispozici od 2. listopadu. Nabídnou přehled výsledků po třídách, ročnících a za celou školu a umožní jejich porovnání s výsledky ostatních žáků a škol, které již měření dokončily. Po ukončení měření, na začátku prosince, budou reporty doplněny o vyhodnocení celkové tělesné zdatnosti žáků na základě výsledků jednotlivých disciplín a o porovnání s výsledky předchozího měření z roku 2022.
ZŠ i SŠ	Výsledky a podpora	Materiály a podpora	Kde škola získá aktuální příručku, záznamové archy, zvukový soubor a metodickou podporu?	Aktuální metodické příručky, záznamové archy, zvukový soubor pro vytrvalostní člunkový běh, videonávody a další materiály k testování jsou k dispozici na webu https://edu.gov.cz/mereni-telesne-zdatnosti-zaku-zakladnich-a-strednich-skol/
SŠ	Pomůcky a podmínky	Obecné	Škola nemá pro testování potřebné vybavení. konkr. taneční konzervatoř nemá standardně vybavené tělocvičny, nemá gymnastické vybavení ani nevyučuje klasické hodiny TV. Jak v takovém případě postupovat?	Pokud nemá škola k dispozici potřebné vybavení nebo prostorové podmínky pro bezpečné provedení některé z disciplín, je možné příslušnou disciplínu vynechat. Může se jednat například o test na hrazdě (v případě absence hrazdy nebo jiné schválené alternativy) nebo vytrvalostní člunkový běh (pokud škola nemá k dispozici dostatečně velkou tělocvičnu, nebo nemůže zajistit měření např. venku na školním hřišti (za dodržení všech podmínek, které uvádí metodika). V takovém případě se u příslušné disciplíny v aplikaci FITPA se nechává prázdné pole.
ZŠ	Účast na testování	Obecné	Týká se měření tělesné zdatnosti žáků také žáků tříd a škol zřízených dle §16, odst.9 ŠZ a ZŠ speciálních?	Měření se týká také škol zřízených podle § 16 odst. 9 školského zákona a speciálních škol – v případě žáků se speciálními vzdělávacími potřebami je však při realizaci měření nutné zohlednit jejich individuální možnosti a potřeby. O účasti konkrétního žáka na měření, případně o výběru disciplín, které je žák schopen bezpečně absolvovat, rozhoduje ředitel školy s ohledem na jeho individuální vzdělávací potřeby a zdravotní či jiné omezení.
ZŠ i SŠ	Účast na testování	Obecné	Týká se testování i soukromých, církevních škol?	Měření tělesné zdatnosti se týká základních a středních škol bez ohledu na jejich zřizovatele, tedy také škol soukromých a církevních.
ZŠ i SŠ	Měření a zápis	Obecné	Jak tvořit identifikátor v aplikaci FITPA - je nějaké pravidlo, co musí identifkátor obsahovat, nebo je to zcela na škole?	Je to zcela na škole. Neměl by to ale být identifikátor/kód, který je používán i k jinému účelu. Tedy ne číslo v třídním výkazu, kód z přijímacích zkoušek apod. Identifikátory by měly být vytvořeny jen pro účel měření zdatnosti.
ZŠ	Účast na testování	Obecné	Jakým způsobem se budou měření tělesné zdatnosti účastnit žáci, kteří jsou v individuálním vzdělávání, tzv. "domškoláci".	Ti se zúčastnit mohou, pokud se na tom ředitel domluví se zákonnými zástupci. Povinné to nemají. Pokud se budou účastnit, pak musejí přijít do školy v termínu, kdy budou měření absolvovat ostatní žáci.

ZŠ i SŠ	Účast na testování	Obecné	Mohou se žáci z organizačních důvodů začít testovat již v průběhu října, nebo v případně, že by testování nestihli provést během listopadu, dokončit měření na začátku prosince?	Oficiální termín měření tělesné zdatnosti je stanoven na období od 2. do 30. listopadu 2026. Aplikace FITPA však bude školám zpřístupněna již 16. října 2026. Školy tedy mohou dobrovolně zahájit měření již ve druhé polovině října, pokud jim to usnadní organizaci testování. Měření je nutné dokončit nejpozději do 30. listopadu 2026.
ZŠ i SŠ	Účast na testování	Obecné	Speciální základní škola zřízená dle §16, odst.9 má několik žáků ve 3 a 7. třídě, ale žádný z nich není schopen vykonat žádnou z disciplín. Mají do systému vůbec vstupovat a zazanemnávat nulové hodnoty?	V takovém případě je nutné kontaktovat ČŠI (např. přes Inspis Helpdesk), ta je může vyjmout ze seznamu škol povinných provést měření. Stejný postup je i v případě, že se škola/třída nemůže měření ze závažných organizačních důvodů zůčastnit (např. kolize s probíhajícími plaveckými kurzy).
ZŠ i SŠ	Účast na testování	Obecné	Jak chápat náhradní měření nejpozději do 28 dnů? Je tím myšleno v rámci testovacího období 2. 11 - 30. 11 nebo i nad rámec tohoto období?	Měření včetně případných náhradních termínů je nutné dokončit nejpozději do 30. listopadu 2026. Po tomto datu již nebude možné zadávat výsledky do aplikace FITPA. Výsledky z pozdějšího měření již nebudou zahrnuty do celkových výsledků školy.
ZŠ i SŠ	Účast na testování	Obecné	Jak postupovat v případě, že žák navštěvuje 2 rozdílné školy, např. při střídavé péči. Na které škole má být provedeno měření?	V případě, že žák navštěvuje dvě školy (např. v rámci střídavé péče), doporučujeme, aby se školy vzájemně domluvily, na které z nich žák měření absolvuje. Případně se může žák sám rozhodnout, ve které škole se do měření zapojí. Důležité je zajistit, aby měření absolvoval alespoň na jedné z nich.