

ZADÁNÍM  
OSOBNÍHO  
KÓDU NA WEBU  
**OLYMPIJSKYVICEBOJ.CZ**  
DO KARTY ŽÁKA ZJISTÍTE  
DETAILNĚJŠÍ INFORMACE  
O FYZICKÝCH PŘEDPOKLADECH  
DÍTĚTE A UVIDÍTE  
PŘEHLED KLUBŮ, KDE  
MŮŽE PROVOZOVAT  
DOPORUČENÉ  
SPORTY.

PŘEHLED  
VÝKONŮ  
ZE VŠECH  
8 DISCIPLÍN.

## OLYMPIJSKÝ DIPLOM

2022/2023

Jan Nový

ročník 2015 | 1.C | ZŠ Sportovní Lhota

**ea501b**

osobní kód pro přístup na kartu žáka

POČET PALCŮ  
UDÁVÁ, JAK JE NA TOM  
DANÝ ŽÁK V POROVNÁNÍ  
S VRSTEVNÍKY STEJNÉHO  
VĚKU A POHLAVÍ.

VÍCE PALCŮ = LEPŠÍ VÝKON

Disciplína	Výkon	Schopnost	Vyhodnocení *
Skok z místa	120 cm	Výbušnost	👍👍👍👍
Hluboký předklon	-3 cm	Ohebnost	👍👍👍👍
Zátokův běh na 500 m	02:40,7 min	Aerobní vytrvalost	👍👍👍👍
Sedy-lehy po dobu 60 vteřin	18 opak.	Silová vytrvalost	👍👍👍👍
Sprint na 60 m	14,80 s	Rychlost	👍👍👍👍
Postoj čápa	4 s	Rovnováha	👍👍👍👍
T-běh	31,7 s	Hbitost	👍👍👍👍
Skok nad basketbalovým míčem	350 cm	Síla	👍👍👍👍

\* Počet palců ukazuje, jak dobrý jsi ve srovnání s dětmi stejného věku a pohlaví.

URČENÍ  
DOMINANTNÍHO  
POHYBOVÉHO TYPU:

- VYTRVALOSTNÍ,
- RYCHLOSTNÍ,
- SILOVÝ.



**Josef Dostál**

trojnásobný olympijský medailista  
v rychlostní kanoistice

Ahoj, jsem Pepa Dostál  
a stejně jako ty jsem

### SILOVÝ TYP

Kromě mého sportu máš **předpoklady**  
například **pro tyto sporty**:

horolezectví - sportovní lezení  
lední hokej  
cyklistika  
vzpírání  
házená

### Zpráva pro mámu a tátu:

Podrobnosti o fyzických  
předpokladech vašeho dítěte  
najdete po zadání osobního kódu

### ea501b

do karty žáka na webu  
olympijskyviceboj.cz,  
nebo načtete QR kód.



Více informací o projektu najdete na:  
[www.olympijskyviceboj.cz](http://www.olympijskyviceboj.cz)



**SportAnalytik**  
Najde ten pravý sport pro Vaše dítě

TIPY NA  
SPORTOVNÍ KLUBY  
V OKOLÍ ŠKOLY ŽÁKA  
DOPORUČENÉ DLE  
POHYBOVÉHO  
TYPU.

DOPORUČENÍ  
VYBRANÝCH SPORTŮ  
VHODNÝCH PRO  
DRŽITELE DIPLOMU.

ZADÁNÍM  
OSOBNÍHO  
KÓDU NA WEBU  
**OLYMPIJSKYVICEBOJ.CZ**  
DO KARTY ŽÁKA ZJISTÍTE  
DETAILNĚJŠÍ INFORMACE  
O FYZICKÝCH PŘEDPOKLADECH  
DÍTĚTE A UVIDÍTE  
PŘEHLED KLUBŮ, KDE  
MŮŽE PROVOZOVAT  
DOPORUČENÉ  
SPORTY.

PŘEHLED  
ZLEPŠENÍ  
NEBO ZHORŠENÍ  
V POROVNÁNÍ  
S PŘEDCHOZÍM  
ŠKOLNÍM  
ROKEM.

PŘEHLED  
VÝKONŮ  
ZE VŠECH  
8 DISCIPLÍN.

POČET PALCŮ  
UDÁVÁ, JAK JE NA TOM  
DANÝ ŽÁK V POROVNÁNÍ  
S VRSTEVNÍKY STEJNÉHO  
VĚKU A POHLAVÍ.

VÍCE PALCŮ = LEPŠÍ  
VÝKON

# OLYMPIJSKÝ DIPLOM

2022/2023

Jan Nový

ročník 2015 | 1.C | ZŠ Sportovní Lhota

**ea501b**

osobní kód pro přístup na kartu žáka

Disciplína	Výkon	Porovnání s loňským výkonem*	Schopnost	Vyhodnocení*
Skok z místa	120 cm	↘ -10 cm	Výbušnost	👍👍👍👍
Hluboký předklon	-3 cm	↗ +8 cm	Ohebnost	👍👍👍👍
Zátokův běh na 500 m	02:40,7 min	+00:00,0 min	Aerobní vytrvalost	👍👍👍👍
Sedy-lehy po dobu 60 vteřin	18 opak.	↗ +2 opak	Silová vytrvalost	👍👍👍👍
Sprint na 60 m	14,80 s	↗ -1,70 s	Rychlost	👍👍👍👍
Postoj čápa	4 s	↘ -6 s	Rovnováha	👍👍👍👍
100 m běh	31,7 s	↗ -0,5 s	Hbitost	👍👍👍👍
100 m běh s basketbalovým míčem	350 cm	↗ +60 cm	Síla	👍👍👍👍

## URČENÍ DOMINANTNÍHO POHYBOVÉHO TYPU:

- VYTRVALOSTNÍ,
- RYCHLOSTNÍ,
- SILOVÝ.



**Josef Dostál**

trojnásobný olympijský medailista  
v rychlostní kanoistice

Ahoj, jsem Pepa Dostál  
a stejně jako ty jsem

### SILOVÝ TYP

Kromě mého sportu máš **předpoklady**  
například **pro tyto sporty**:

horolezectví - sportovní lezení  
lední hokej  
cyklistika  
vzpírání  
házená

### Zpráva pro mámu a tátu:

Podrobnosti o fyzických  
předpokladech vašeho dítěte  
najdete po zadání osobního kódu

### ea501b

do karty žáka na webu  
olympijskyviceboj.cz,  
nebo načtete QR kód.



Více informací o projektu najdete na:  
[www.olympijskyviceboj.cz](http://www.olympijskyviceboj.cz)

**SportAnalytik**  
Najde ten pravý sport pro Vaše dítě

TIPY NA  
SPORTOVNÍ KLUBY  
V OKOLÍ ŠKOLY ŽÁKA  
DOPORUČENÉ DLE  
POHYBOVÉHO  
TYPU.

DOPORUČENÍ  
VYBRANÝCH SPORTŮ  
VHODNÝCH PRO  
DRŽITELE DIPLOMU.