|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **FITNESSGRAM** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Město:** | | **Škola:** | | | | | | | | **Ročník: 1 2 3 4 5** | | | | | | | | |
| **Poř. č.** | **Jméno žáka (pouze pro potřeby učitele)** | **Vytrvalost *Název zvoleného testu***  ***………………*** | | **Síla břišních svalů**  **(počet opakování)** | | **Síla extenzorů trupu (vzdálenost v cm)** | | **Síla sv. pletence ramenního *Název zvoleného testu………*** | | **Test flexibility** | | | | | | | | |
| **Předklon (předn. levá)**  **(cm)** | | **Předklon**  **(předn. pravá)**  **(cm)** | | **Dosah**  **(vzpaž. levá)** | | **Dosah**  **(vzpaž. pravá)** | | |
|  | **Měření ve šk. roce:** | **1. měř.** | **2. měř.** | **1. měř.** | **2. měř.** | **1. měř.** | **2. měř.** | **1. měř.** | **2. měř.** | **1. měř.** | **2. měř.** | **1. měř.** | **2. měř.** | **1. měř.** | **2. měř.** | | **1. měř.** | **2. měř.** |
| 1. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| 2. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| 3. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| 4. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |

**Příloha 1 Záznamový arch pro učitele**