

# HODNOTIACE TABUĽKY ŠPORTOVÝCH DISCIPLÍN

## Beh 4x10m

Chlapci					
body	6 rokov	7 rokov	8 rokov	9 rokov	10 rokov
1	19,4-18,7	18,9-18,1	18,2-17,5	17,5-16,7	16,4-15,8
2	18,6-18,0	18,0-17,4	17,4-16,8	16,6-16,0	15,7-15,2
3	17,9-17,3	17,3-16,7	16,7-16,1	15,9-15,4	15,1-14,6
4	17,2-16,6	16,6-16,0	16,0-15,4	15,3-14,8	14,5-14,0
5	16,5-15,9	15,9-15,3	15,3-14,7	14,7-14,2	13,9-13,4
6	15,8-15,2	15,2-14,6	14,6-14,0	14,1-13,6	13,3-12,8
7	15,1-14,5	14,5-13,9	13,9-13,3	13,5-13,0	12,7-12,1
8	14,4-13,8	13,8-13,2	13,2-12,6	12,9-12,4	12,0-11,5
9	13,7-13,1	13,1-12,5	12,5-11,9	12,3-11,7	11,4-10,9
10	13,0-12,3	12,4-11,6	11,8-11,2	11,6-11,0	10,8-10,4

\* Za každých ďalších 0,5s bod navyše

Dievčatá					
body	6 rokov	7 rokov	8 rokov	9 rokov	10 rokov
1	19,9-19,2	19,4-18,6	18,6-17,8	17,7-17,0	16,8-16,3
2	19,1-18,5	18,5-17,9	17,7-17,1	16,9-16,4	16,2-15,8
3	18,4-17,8	17,8-17,2	17,0-16,5	16,3-15,8	15,7-15,2
4	17,7-17,1	17,1-16,5	16,4-15,9	15,7-15,2	15,1-14,6
5	17,0-16,4	16,4-15,8	15,8-15,3	15,1-14,6	14,5-14,0
6	16,3-15,7	15,7-15,1	15,2-14,7	14,5-14,0	13,9-13,4
7	15,6-15,0	15,0-14,4	14,6-14,1	13,9-13,4	13,3-12,8
8	14,9-14,3	14,3-13,7	14,0-13,5	13,3-12,8	12,7-12,2
9	14,2-13,6	13,6-13,0	13,4-12,8	12,7-12,2	12,1-11,7
10	13,5-12,8	12,9-12,2	12,7-12,0	12,1-11,5	11,6-11,2

\* Za každých ďalších 0,5s bod navyše

## Skok do diaľky z miesta

Chlapci					
body	6 rokov	7 rokov	8 rokov	9 rokov	10 rokov
1	58-66	66-73	74-82	78-88	88-98
2	67-76	74-83	83-92	89-98	99-108
3	77-86	84-93	93-102	99-108	109-118
4	87-96	94-103	103-112	109-118	119-128
5	97-106	104-113	113-122	119-128	129-138
6	107-116	114-123	123-132	129-138	139-148
7	117-126	124-133	133-142	139-148	149-158
8	127-136	134-143	143-152	149-158	159-168
9	137-146	144-153	153-162	159-168	169-178
10	147-154	153-160	163-170	169-178	179-188

\* Za každých ďalších 5cm 1 bod navyše

Dievčatá					
Body	6 rokov	7 rokov	8 rokov	9 rokov	10 rokov
1	52-61	60-68	67-77	70-80	80-90
2	62-70	69-77	78-86	81-90	91-100
3	71-79	78-86	87-95	91-100	101-110
4	80-88	87-95	96-104	101-110	111-120
5	89-97	96-104	105-113	111-120	121-130
6	98-106	105-113	114-122	121-130	131-140
7	107-115	114-122	123-131	131-140	141-150
8	116-124	123-131	132-140	141-150	151-160
9	125-133	132-140	141-149	151-160	161-170
10	134-142	140-148	150-159	161-170	171-180

\* Za každých ďalších 5cm 1 bod navyše

## Hod 2 kg medicinbal

Chlapci					
body	6 rokov	7 rokov	8 rokov	9 rokov	10 rokov
1	100-120	150-170	150-175	200-225	250-280
2	121-140	171-190	176-200	226-250	281-310
3	141-160	191-210	201-225	251-275	311-340
4	161-180	211-230	226-250	276-300	341-370
5	181-200	231-250	251-275	301-325	371-400
6	201-220	251-270	276-300	326-350	401-430
7	221-240	271-290	301-325	351-375	431-460
8	241-260	291-310	326-350	376-400	461-490
9	261-280	311-330	351-375	401-425	491-520
10	281-300	331-350	376-400	426-450	521-550

\* Za každých ďalších 20cm 1 bod navyše

<b>Dievčatá</b>					
Body	6 rokov	7 rokov	8 rokov	9 rokov	10 rokov
1	90-109	100-120	150-170	150-180	200-231
2	110-128	121-140	171-190	181-210	232-262
3	129-147	141-160	191-210	211-240	263-293
4	148-166	161-180	211-230	241-270	294-324
5	167-185	181-200	231-250	271-300	325-355
6	186-204	201-220	251-270	301-330	356-386
7	205-223	221-240	271-290	331-360	387-417
8	224-242	241-260	291-310	361-390	418-448
9	243-261	261-280	311-330	391-420	449-479
10	262-280	281-300	331-350	421-450	480-510

*\* Za každých ďalších 20cm 1 bod navyše*