



Spolufinancovaný
Európskou úniou



PROGRAM
SLOVENSKO



MINISTERSTVO
ŠKOLSTVA, VÝSKUMU,
VÝVOJA A MLÁDEŽE
SLOVENSKEJ REPUBLIKY



**POHYBOM
K POHODE**
AKTÍVNA ŠKOLA

PROPOZÍCIE

TESTOVANIE POHYBOVÝCH SCHOPNOSTÍ

**OLYMPIJSKÉHO ODZNAKU VŠESTRANNOSTI V RÁMCI
NÁRODNÉHO PROJEKTU**

POHYBOM K POHODE

S KONCEPTOM AKTÍVNA ŠKOLA

2026/2027



FAKULTA TELESNEJ
VÝCHOVY A ŠPORTU
Univerzita Komenského
v Bratislave



SLOVENSKÝ
OLYMPIJSKÝ
A ŠPORTOVÝ
VÝBOR



MINISTERSTVO
ČESTOVNÉHO RUCHU
A ŠPORTU
SLOVENSKEJ REPUBLIKY

I. VŠEOBECNÉ USTANOVENIA:

Usporiadateľ: Slovenský olympijský a športový výbor.

Miesto: Telocvičňa v škole počas vyučovacích hodín Telesnej a športovej výchovy

Podmienka účasti: Pred zadávaním výsledkov je potrebné, aby škola v platforme EduPage určila školského administrátora pre Olympijský odznak všestrannosti.

Registrácia základnej školy do testovania Olympijského odznaku všestrannosti v rámci národného projektu Pohybom k pohode s konceptom Aktívna škola, ako aj registrácia osemročného gymnázia do projektu Olympijský odznak všestrannosti, sa uskutoční zadaním výsledkov testovania žiakov prostredníctvom platformy EduPage v časti OLOV – Pohybom k pohode.

Testovanie je určené pre žiakov 5. až 9. ročníka základných škôl a príslušných ročníkov osemročných gymnázií, narodených od 1. januára 2011 do 31. augusta 2016.

Do vyhodnotenia môže byť zaradený len žiak, pri ktorom sú v platforme EduPage zadané výsledky všetkých šiestich pohybových disciplín a zároveň údaje o jeho telesnej výške a telesnej hmotnosti.

Návod: [Ako cez EduPage zadám a odošlem podklady pre Olympijský odznak všestrannosti / Pohybom k pohode \(šk. rok 2026/2027\)?](#)

Posledný deň zadania výsledkov: **30. 11. 2026 (do 23:59 hod.)**

Viac informácií: Mgr. Milan Špánik, PhD., MPA
odznak@olympic.sk
+421 918 773 144

Ceny: Každý žiak obdrží digitálny certifikát na stiahnutie priamo žiakovi a rodičom s vyhodnotením výkonnosti v jednotlivých pohybových disciplínach prostredníctvom platformy EduPage. Najúspešnejší žiaci získajú jednotlivé stupne odznakov (zlatý, strieborný, bronzový). Každá zúčastnená škola získa certifikát o zapojení sa do testovania pohybových schopností.

II. TECHNICKÉ USTANOVENIA:

Disciplíny a ich poradie:

1. ČLNKOVÝ BEH 10 x 5m
2. HOD 2 KG PLNOU LOPTOU VPRED
3. SKOK DO DIAĽKY Z MIESTA ZNOŽMO
4. VÝDRŽ V ZHYBE NADHMATOM
5. ĽAH – SED za 30s
6. VYTRVALOSTNÝ ČLNKOVÝ BEH ([Zvuková nahrávka testu](#))

Systém: Každému výkonu žiaka v každej z vyššie uvedených disciplín projektu sa prideluje bodové ohodnotenie podľa tabuliek. Tabuľky sú odlišné v závislosti od pohlavia a roku narodenia.

III. ZÁVEREČNÉ USTANOVENIA

Učitelia sú zodpovední za správne vykonanie pohybových disciplín počas hodín Telesnej a športovej výchovy a za správne odoslanie výsledkov.

Mgr. Milan Špánik, PhD., MPA
projektový manažér