**Seminárna práca na predmet Pohyb a zdravie**

Otestovať skupinu **10 ľudí (žiaci, študenti, dospelá populácia.......)**

Každého osobitne.

1. Vek
2. Pohlavie
3. Telesná výška (cm)
4. Telesná hmotnosť (kg)
5. BMI – Body Mass Index (body)
6. Obvod pása (cm)
7. Test telesnej zdatnosti – Ruffierov test (body)

**Údaje dať do tabuľky a napísať stručný komentár ku každému testovanému respondentovi ( či je v norme, alebo má nadváhu, aká je jeho telesná zdatnosť...)**

[www.sportujeme.sk](http://www.sportujeme.sk) - je tam kalkulačka na výpočet BMI a tiež Ruffierov test.

Seminárne práce poslať mailom do 17.12.2016 na adresu pavol.bartik@umb.sk