

REGULAMIN REKRUTACJI
do oddziału sportowego o profilu PIŁKA RĘCZNA - KLASA IV
w roku szkolnym 2023/2024

O przyjęcie do klasy sportowej - pływanie mogą starać się dziewczęta
urodzone w roku 2013 niezależnie od miejsca zamieszkania (brak rejonizacji).

1. Terminy przeprowadzenia testu: **16.03.2023 r., godz. 15:30.**
2. Miejsce: Szkoła Podstawowa nr 51 przy ul. Jodłowej 21, hala sportowa.
3. Dokumentacja rekrutacyjna:

Złożenie wymaganych dokumentów w sekretariacie ds. uczniowskich do **16.03.2023 r. do godz. 15:30:**

- ✓ podanie o przyjęcie dziecka do oddziału sportowego w roku szkolnym 2023/2024 (**załącznik nr 1**),
 - ✓ oświadczenie o braku przeciwwskazań do uprawiania sportu (**załącznik nr 2**),
 - ✓ oświadczenie woli podjęcia nauki w oddziale sportowym po uzyskaniu informacji o zakwalifikowaniu do klasy sportowej w terminie do 14.04.2023 r. do godz. 15:00 (**załącznik nr 3**),
 - ✓ orzeczenie o zdolności do uprawiania sportu wydane przez lekarza podstawowej opieki zdrowotnej/medycyny sportowej (po uzyskaniu informacji o zakwalifikowaniu do klasy sportowej) do dnia 30.06.2023 r.
4. Terminy przeprowadzenia postępowania rekrutacyjnego i uzupełniającego, w tym terminy składania dokumentów na rok szkolny 2023/2024 do oddziałów sportowych i mistrzostwa sportowego podane są w **załączniku**.
 5. Uczestnicy testu muszą być wyposażeni w strój sportowy.
 6. Test sprawnościowy oceniający kompetencje kandydata:

1. Skok w dal z miejsca – moc:

- a) Sposób wykonania: uczeń, stojąc przed linią na całych stopach, odbija się jednocześnie obiema stopami z równoczesnym wymachem rąk dołem w przód i skacze jak najdalej w przód.
- b) Ocena: próbę powtarza się dwukrotnie, mierząc odległość z dokładnością do 1 cm, ocenia się najlepszy wynik.

2. Bieg na dystansie 50 metrów:

- a) Sposób wykonania: uczeń startuje z pozycji wysokiej na sygnał gwizdka (dowolna postawa stojąca).
- b) Ocena: czas mierzony stoperem elektronicznym z dokładnością do 0.01 sekundy; zawodnik wykonuje próbę dwukrotnie z zachowaniem przerwy wypoczynkowej (3-5 min), a ocenę stanowi czas lepszego biegu.

3. Bieg zwinnościowy (4x10):

- a) Sposób wykonania: ćwiczący staje na linii startu, na komendę „gotów-start“ biegnie pokonując 4 x dystans 10m przenosząc woreczek gimnastyczny.
- b) Ocena: czas z dokładnością do 0,01 sekundy, zawodnik wykonuje próbę jeden raz.

4. Siady z leżenia tyłem – siła mięśni brzucha:

- a) Sposób wykonania: z leżenia tyłem (na plecach) uczeń wykonuje „brzuski” – siad i powrót do leżenia, przez 1 minutę.
- b) Ocena: ilość wykonanych „brzuszków”.

5. Skłon tułowia – gibkość:

- a) Sposób wykonania: skłon tułowia w przód z postawy stojącej na ławeczce.
- b) Ocena: pomiar zasięgu.

6. Zwis na ugiętych rękach – siła ramion:

- a) Sposób wykonania: zadanie polega na jak najdłuższym utrzymaniu się w zwisie na drążku na ugiętych rękach.
- b) Ocena: pomiar czasu.

PUNKTACJA PRÓB

Wszystkie próby punktowane są wg tabel punktacji sprawności fizycznej Międzynarodowego Testu Sprawności Fizycznej.

Informacje dla rodziców:

1. Rodzice przyprowadzają dziecko do szkoły – w drzwiach przy głównym wejściu do szkoły dziecko zostanie odebrane przez nauczyciela i zaprowadzone na obiekty sportowe.
2. Po zakończonych testach dziecko zostanie odprowadzone przez nauczyciela do drzwi przy głównym wejściu do szkoły.
3. Rodzice oczekują na dziecko przed wejściem do szkoły.
4. Dzieci powinny posiadać: strój sportowy, obuwie sportowe na halę, wodę do picia.