

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

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

1. Terminy przeprowadzenia testu: **23.03.2023 r., godz. 16:00.**
2. Miejsce: Szkoła Podstawowa nr 51 przy ul. Jodłowej 21, hala sportowa.
3. Dokumentacja rekrutacyjna:

Złożenie wymaganych dokumentów w sekretariacie ds. uczniowskich do **23.03.2023 r. do godz. 16:00** :

- ✓ 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. **Zwinność:** bieg wahadłowy 4 x 10 m, pomiar czasu (s):

- a) Wykonanie: na sygnał "na miejsca" badany staje na linii startu; na komendę "start" biegnie do drugiej linii (odległość 10 m), podnosi z półkola klocek, po czym wraca na linię startu, gdzie kładzie klocek (klocek nie może być rzucony); następnie biegnie po drugi klocek i wracając kładzie go ponownie w półkolu.
- b) Pomiar: próbę wykonuje się dwukrotnie; liczy się lepszy czas, mierzony z dokładnością do 1/10 s.; próba zostaje zakończona z chwilą, gdy drugi klocek znajduje się w półkolu.
- c) Uwagi: próba zostaje unieważniona, gdy klocek jest do półkola wrzucony; tak wykonaną próbę należy powtórzyć.

2. **Skoczność:** skok w dal z miejsca, pomiar odległości (cm):

- a) Wykonanie: testowany staje za linią, po czym z jednoczesnego odbicia obunóż wykonuje skok w dal na odległość, do piaskownicy lub na materac.
- b) Pomiar: skok mierzony w cm, wykonuje się dwukrotnie.; liczy się wynik skoku lepszego; długość skoku zawarta jest pomiędzy linią skoku, a ostatnim śladem pięt.
- c) Uwagi: skok z upadkiem w tył na plecy jest nieważny i należy go powtórzyć.

3. **Siła ramion:** rzut piłką lekarską (2 kg) w przód, pomiar odległości (cm):

- a) Wykonanie: testowany staje za linią w rozkroku na szerokość bioder, trzymając oburącz piłkę wykonuje zamach z lekkim skłonem tułowia w tył, po czym wyrzuca ją jak najdalej w przód.
- b) Pomiar: rzut mierzony w cm, wykonuje się trzykrotnie; liczy się wynik najlepszego rzutu.
- c) Uwagi: w trakcie wykonania rzutu nie wolno odrywać stóp od podłoża.

4. **Gibkość:** skłon tułowia w przód, stanie w pozycji na baczność:

- a) Wykonanie: badany staje na taborecie tak, by palce stóp obejmowały jego krawędź, stopy zwarte, kolana wyprostowane; następnie wykonuje skłon w przód, zaznaczając jak najniżej palcami rąk ślad na przymocowanej w tym celu do taboretu podziałce.
- b) Pomiar: próbę wykonuje się dwukrotnie, wynik odczytywany jest w cm.
- c) Uwagi: sztywna podziałka jest tak umocowana, że jej 50 cm znajduje się na wysokości styku stóp z powierzchnią podpórki; podpórka powinna mieć 15 cm wysokości i znajdować się 50 cm od ściany; w czasie wykonywania próby badany trzyma nogi wyprostowane; skłon należy wykonać płynnie bez gwałtownych przyruchów.

Podsumowanie sprawdzianu odbywa się po zsumowaniu punktów z każdej próby oraz ustaleniu rankingu osobno w kategorii chłopców i dziewcząt. Ze wszystkich ocenianych elementów będą przyznawane punkty.

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.