



Obowiązkowa próba sprawności fizycznej KLASA I SPORTOWA PROFIL – PŁYWANIE

**Szkoła Podstawowa nr 38
w Zespole Szkół Ogólnokształcących Nr 5
z Oddziałami Integracyjnymi w Sosnowcu**

Kandydaci do I klasy sportowej stawiają się w wyznaczonym przez szkołę terminie (jeden z dwóch proponowanych). Następnie w ramach próby sprawności fizycznej każde dziecko musi pokonać tor przeszkód ustawiony na sali gimnastycznej. Wynikiem testu jest uzyskany czas. Tor będzie umożliwiał ocenę dzieci pod względem: szybkości, zwinności, gibkości, skoczności, siły mięśni ramion, nóg i brzucha. Za niepoprawne wykonanie danego ćwiczenia weryfikującego jedną z powyższych zdolności motorycznych nauczyciele nadzorujący będą dodawali „karne” sekundy do rzeczywistego czasu uzyskanego przez kandydata. Warunkiem pozytywnego zaliczenia próby sprawności jest samodzielne ukończenie toru. Wszyscy kandydaci wchodzi na salę gimnastyczną bez rodziców/opiekunów pod nadzorem nauczycieli wychowania fizycznego, którzy to przeprowadzą rozgrzewkę i objaśnią zasady pokonania toru. Każde dziecko będzie miało możliwość próbnego pokonania toru.

Maksymalna liczba punktów do uzyskania to- 100 punktów

Minimalna liczba punktów uprawniająca do przyjęcia to- 50 punktów

**GŁÓWNYM KRYTERIUM PRZY REKRUTACJI KANDYDATÓW DO KLASY PŁYWACKIEJ SĄ
WYNIKI PRÓBY SPRAWNOCI FIZYCZNEJ!**

Pytania można kierować mailowo: justyna.korzen@zso5.sosnowiec.pl