

ZESTAW PRÓB SPRAWNOŚCIOWYCH

dla kandydatów do klasy sportowej I– III: klasa I.
Szkoła Podstawowa nr 5 Nowy Dwór Mazowiecki

profil: ogólnorozwojowy z elementami gier zespołowych i pływania

§ 1. Postanowienia ogólne

1. Egzamin sprawności fizycznej ma charakter **ogólnorozwojowy**.
2. Próby dostosowane są do wieku dzieci (6–7 lat).
3. Każda próba oceniana jest punktowo.
4. Maksymalna liczba punktów: **20 pkt.**

§2. Próby sprawnościowe i punktacja

1. Bieg na 20 m ze startu wysokiego (szybkość) – 0–4 pkt.

- ocena czasu biegu

Wynik	Punkty
bardzo dobry	4
dobry	3
dostateczny	2
dopuszczający	1
brak zaliczenia	0

2. Skok w dal z miejsca (skoczność) – 0–4 pkt.

- oceniana długość skoku

Wynik	Punkty
bardzo dobry	4
dobry	3
dostateczny	2
dopuszczający	1
brak zaliczenia	0

3. Bieg wahadłowy 4 × 10 m (zwinność i koordynacja) – 0–4 pkt.

Wynik	Punkty
bardzo dobry	4
dobry	3
dostateczny	2
dopuszczający	1

Wynik	Punkty
brak zaliczenia	0

4. Próba pływacka / adaptacja do środowiska wodnego – 0–4 pkt.

- ocenie podlega:
 - oswojenie z wodą, wejście do wody bez stresu
 - zanurzenie głowy, twarzy
 - *dowolne -przełynięcie krótkiego dystansu*

Ocena	Punkty
bardzo dobra	4
dobra	3
dostateczna	2
podstawowa	1
brak zaliczenia	0

§ 3. Kryterium kwalifikacji

1. Minimalna liczba punktów uprawniająca do przyjęcia: **10 pkt.**
2. O przyjęciu decyduje liczba uzyskanych punktów oraz liczba miejsc.
3. Komisja może uwzględnić predyspozycje motoryczne i koordynacyjne dziecka.

§ 4. Uwagi końcowe

- Podczas rekrutacji nie wymaga się od kandydatów opanowania techniki pływackiej - szukamy potencjału, nie perfekcji.
- Ocena obejmuje przede wszystkim brak lęku przed wodą, gotowość do podejmowania aktywności w środowisku wodnym, prawidłowość koordynacji ruchowej oraz zdolność do współpracy z nauczycielem.
- Umiejętności pływania będą systematycznie kształtowane w toku szkolenia i realizacji programu klasy sportowej.