

POSTĘPOWANIE KWALIFIKACYJNE PRAKTYCZNE DO KLASY SPORTOWEJ PŁYWACKIEJ

Do części praktycznej postępowania rekrutacyjnego zakwalifikowani są kandydaci, którzy spełniają podstawowe kryteria naboru:

- 1, Zgłoszenie do sekretariatu ZSP Nr 9/ Szkoły Podstawowej nr 32 im. Wojska Polskiego w Gliwicach podania (uczeń z rejonu) lub wniosku (uczeń spoza rejonu)
2. Bardzo dobry stan zdrowia, poświadczony zaświadczeniem lekarskim wydanym przez lekarza podstawowej opieki zdrowotnej,
3. Zapoznanie się z zasadami funkcjonowania klasy sportowej i jej regulaminem.

CZEŚĆ I - LAD (zajęcia odbywają się w sali gimnastycznej)

- a) Próba szybkości
- b) Próba siły eksplozywnej
- c) Próba gibkości
- d) Próba zwinności

	Próba (jednostka)	Wynik	Ilość punktów
1	Szybkość (sek)	13.00 i mniej 13.01-15.00 15 01-17.00 17,01-19.00 19.01 i powyżej	5 4 3 2 1
2	Skoczność (cm)	111 i więcej 101 - 110 91 - 100 81 - 90 80 i mniej	5 4 3 2 1
3	Gibkość	Skłon tułowia w przód o nogach prostych wytrzymanie 3 sekund: <ul style="list-style-type: none"> • chwyt za kostki, przyciągnięcie głowy do kolan • położenie dłoni na podłożu • położenie wszystkich palców na podłożu • dotknięcie palcami podłoża • nie dotyka podłoża palcami 	5 4 3 2 1
4	Zwinność	Pokonanie wyznaczonego toru przeszkód według instrukcji trenera: <ul style="list-style-type: none"> • Dziecko zapamiętało sposób pokonywania toru przeszkód, ćwiczenia wykonuje dokładnie, w 	

	odpowiednim tempie	3
	<ul style="list-style-type: none"> • Dziecko wykonało nieodpowiednią ilość powtórzeń lub w wykonywanych ćwiczeniach wystąpiły niewielkie błędy w ich wykonaniu. • Dziecko nie zapamiętało kolejności ćwiczeń lub ćwiczenia wykonywane były niedokładne lub niezgodne z instruktorem. 	2
		1
Maksymalna ilość punktów do zdobycia w części I		18

CZEŚĆ II — WODA (zajęcia odbywają się na basenie)

W trakcie wykonywania ćwiczeń w wodzie ocenie podlegają posiadane podstawowe umiejętności pływackie. Za każdy z ocenianych elementów dziecko otrzymuje od 1 do 5 punktów. Ocenie podlegają:

- Cwiczenia oswojające (zanurzanie twarzy pod wodę, otwieranie oczu pod wodą)
- Cwiczenia oddechowe (umiejętność wypuszczania powietrza pod wodą)
- Ćwiczenia wypornościowe (leżenie na piersiach i grzbiecie z wykorzystaniem sprzętu wypornościowego)
- Naprzemiennej pracy nóg (w siadzie i w leżeniu, na lądzie oraz w wodzie)

Opis oceny	Punktacja
Dziecko zadane ćwiczenie wykonuje bezbłędnie, zgodnie z objaśnieniem i pokazem, prawidłowo odwzorowując technikę wykonania zadania.	5
Dziecko zadane ćwiczenie wykonuje z niewielkimi błędami technicznymi. Po otrzymaniu dodatkowych informacji słownych lub ruchowych, potrafi błędy te wyeliminować.	4
Dziecko zadane ćwiczenie wykonuje z błędami technicznymi lecz stara się poprawić sposób jego wykonania po kilkakrotnym naprowadzeniu.	3
Dziecko zadane ćwiczenie wykonuje niewłaściwie. Po otrzymaniu informacji zwrotnych stara się poprawić sposób jego wykonania lecz w dalszym ciągu wykonuje go błędnie.	2

Dziecko zadane ćwiczenie wykonuje niezgodnie z pokazem i objaśnieniem. Pomimo dodatkowych informacji nie jest w stanie poprawić sposobu lich wykonania.	
Maksymalna ilość punktów do zdobycia w części II	20

Za nieprzystąpienie do ćwiczenia kandydat otrzymuje 0 punktów.

CZEŚĆ III - OCENA DODATKOWA

W trakcie zajęć rekrutacyjnych odbywających się w sali gimnastycznej oraz na lądzie, komisja rekrutacyjna przydziela kandydatom biorącym udział w zajęciach dodatkowe punkty od 0 do 5 za..

- a) umiejętność odwzorowywania ćwiczeń zgodną z pokazem lub objaśnieniem słownym (3 punkt),
- b) umiejętność współpracy w grupie (3 punkt),
- c) dyscyplinę w trakcie trwania zajęć (3 punkt),
- d) koordynację ruchową dziecka (3 punkt),
- e) predyspozycje somatyczne (3 punkt).

Maksymalna ilość punktów do zdobycia w części III wynosi 15 punktów.

Łączna ilość punktów do zdobycia: 53 punkty.