

**Kryteria doboru kandydatów do klasy pierwszej sportowej Szkoły Podstawowej nr 1  
im Tytusa Działyńskiego w Kórniku – testy sprawnościowe**

1. Rodzic lub opiekun prawny kandydata musi dostarczyć: (najpóźniej w dniu testów) zaświadczenie od lekarza rodzinnego, rodzica/ opiekuna prawnego o braku przeciwwskazań do udziału w testach sportowych , każde dziecko musi mieć ze sobą strój sportowy.
2. Zgłoszenia kandydatów w sekretariacie Szkoły do dnia:
  - 19.03.2018 roku do godz.15.00 zgodnie z procedurą naboru do klasy pierwszej szkoły podstawowej
  - lub
  - 21.03.2018 roku do godz.15.00 zgodnie z procedurą naboru do klasy pierwszej szkoły podstawowej
3. Organizacja naboru: Szkoła Podstawowa nr 1 im. Tytusa Działyńskiego w Kórniku
  - Dyscyplina wiodąca: koszykówka, pływanie
  - Dzieci urodzone w 2012 i młodsze
  - **Termin testów naborowych: 19, 21 marca 2019 godzina: 16:00 – klasy 4, 16:45 - klasy 1**
  - Miejsce testów: hala OAZA Kórnik, pływalnia OAZA Kórnik
4. Do klasy pływackiej i klasy koszykarskiej Szkoły Podstawowej nr 1 w Kórniku na pierwszym etapie postępowania przyjmowane są w pierwszym rzędzie dzieci, które uzyskały w kolejności, największą liczbę punktów obliczonych jako suma składników, na podstawie prób sprawności fizycznej przeprowadzonych na pływalni i na sali gimnastycznej.
5. Kryteria doboru kandydatów do klasy pierwszej sportowej – testy sprawnościowe:

**Testy motoryczne**

- 1) Bieg wahadłowy 4 x 10 m z przekładaniem klocków lub woreczków z piaskiem,
- 2) Skok z miejsca w dal
- 3) Gibkość

**Test techniczny- koszykówka,**

- 4) Krążenie piłki pomiędzy nogami po „ósemce” rozmiar piłki 3

**Opis testów**

Ad 1). Bieg wahadłowy 4x10 m z przekładaniem klocków ( woreczków z piaskiem) / próba zwinnościowo – szybkościowa

**Przebieg:** Na sygnał „ na miejsca” badany staje na linii startu. Na komendę „start” biegnie do drugiej linii ( odległość 10m ), podnosi z kółka klocek, woreczek z piaskiem, po czym wraca na linię startu, gdzie kładzie klocek, woreczek z piaskiem ( klocek nie może być rzucony). Następnie biegnie po drugi klocek i wracając kładzie do ponownie w półkolu.

**Wynik:** Próbę wykonuje się dwukrotnie. Liczy się lepszy czas, mierzony z dokładnością do 1/10s. Próba zostaje zakończona z chwilą, gdy drugi klocek znajduje się w półkolu.

**Sprzęt, pomoce:** Stoper, dwa klocki o wymiarach 5x5x5, dwa woreczki z piaskiem, kreda, chorągiewki lub pacholki. Arkusz z listą badanych uczestników.

#### Ad. 2). Skok w dal z miejsca/ocena mocy kończyn dolnych.

**Przebieg:** Badany staje w małym rozkroku z ustawionymi równolegle stopami przed linią odbicia, następnie (pochyla tułów, ugina nogi w kolanach ( półprzysiad) z równoczesnym zamachem obu kończyn górnych dołem w tył, po czym wykonuje wymach rąk w przód z równoczesnym energicznym odbiciem obunóż, skacze jak najdalej. W czasie wykonywania próby należy zwrócić uwagę na poprawność ustawiania stóp. W żadnej fazie odbicia, nie powinny one przekraczać wytyczonej linii.

**Wynik:** Długość skoku mierzymy od wyznaczonej linii odbicia do najbliższego śladu pozostawionego przez piętę skaczącego. Jeżeli badany po wykonaniu skoku przewróci się do tyłu, wówczas skok powtarza. Z trzech wykonanych skoków notuje się najdłuższy z dokładnością do 1 cm.

**Sprzęt, pomoce:** Arkusz z listą badanych uczestników. Próba przeprowadzona w sali gimnastycznej. Podłoże z wyznaczoną linią odbicia oraz równolegle wytyczonymi , co 10 lub 5 cm liniami z podziałką centymetrową. Wszystkie te linie są prostopadłe do kierunku skoku.

#### Ad. 3). Gibkość

skłon tułowia w przód 0 – 10 pkt (stanie w pozycji na baczność, wykonanie ciągłym powolnym ruchem skłonu tułowia w przód bez zginania nóg w kolanach) a) nie dotyka palcami obu rąk palców stóp 0 pkt b) dotyka palcami obu rąk palców stóp 5 pkt c) dotyka palcami obu rąk podłoża 10 pkt

#### Ad. 4). Krążenia po „ósemce” /próba oceny prawidłowej techniki posługiwania się piłką, chwyt piłki.

**Przebieg:** Ćwiczący staje w miejscu przyjmując postawę z piłką. Na sygnał rozpoczyna krążenia piłki po „ósemce” między nogami, przekładając piłkę od przodu. Następnie, gdy skończy próbę rozpoczyna krążenia piłki po „ósemce” od tyłu.

**Czas wykonania:** Jedna próba - 10 sekund krążenia piłki przekładając piłkę od przodu. Druga próba – 10 sekund krążenia piłki przekładając piłkę od tyłu.

**Wynik:** Liczba wykonanych „ósemek” -jedna „ósemka” jest to jedno pełne przełożenie piłki po „ósemce”

**Sprzęt, pomoce:** Piłka do koszykówki rozmiar 3. Arkusz z listą badanych uczestników.

6. Szczegółowych informacji dotyczących przeprowadzenia i przebiegu testów udziela:

- |                        |             |
|------------------------|-------------|
| ✓ Małgorzata Dudka     | 695 662 067 |
| ✓ Kamil Słowik         | 570 965 848 |
| ✓ Alicja Szwarc        | 721432739   |
| ✓ Magdalena Wiśniewska | 790 462 615 |