

## **REGULAMIN REKRUTACJI DO ODDZIAŁU SPORTOWEGO, DO KLASY CZWARTEJ W DYSCYPLINIE SPORTU ZAPASY**

### **1. Podstawa prawna:**

Ustawa z dnia 6 grudnia 2013r, o zmianie ustawy o systemie oświaty oraz niektórych innych ustaw (Dz. U. 2014, poz.7)

Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z dnia 15 października 2012r. w sprawie warunków tworzenia, organizacji oraz działania oddziałów sportowych, szkół sportowych oraz szkół mistrzostwa sportowego (Dz. U. z 2012r. Nr 196, poz.1129).

Statut Szkoły Podstawowej z Oddziałami Integracyjnymi Nr 342 im. Jana Marcina Szancera w Warszawie.

### **2. Informacje ogólne:**

- a) począwszy od roku szkolnego 2013/2014 w szkole podstawowej tworzy się oddział sportowy dla co najmniej 20 uczniów w oddziale, ukierunkowany na szkolenie uczniów od klas IV-VI;
- b) szkolenie sportowe w oddziale sportowym jest prowadzone w ramach zajęć sportowych według programu sportowego opracowanego dla dyscypliny sportu zapasy;
- c) oddział sportowy realizuje program szkolenia sportowego równoległe z programem nauczania uwzględniającym podstawę programową kształcenia ogólnego, właściwą dla szkoły podstawowej.

### **3. O przyjęcie do oddziału sportowego może się ubiegać kandydat, który:**

- a) wykazuje bardzo dobry stan zdrowia potwierdzony przez lekarza specjalistę w dziedzinie medycyny sportowej lub innego uprawnionego lekarza specjalistę;
- b) posiada pisemną zgodę rodziców (*opiekunów prawnych*);
- c) uzyskał odpowiednią liczbę punktów za wyniki z przeprowadzonych prób sprawności fizycznej.

### **4. Wymagane dokumenty:**

- a) wniosek o przyjęcie do oddziału sportowego szkoły podstawowej;
- b) dwie podpisane fotografie;
- c) oryginał świadectwa ukończenia klasy niższej szkoły podstawowej lub kopia potwierdzona przez dyrektora szkoły, którą kandydat ukończył;
- d) orzeczenie lekarskie o stanie zdrowia.

### **5. Terminy rekrutacji:**

- a) do 30 kwietnia br. składanie podań o przyjęcie do oddziału sportowego;
- b) termin przeprowadzenia prób sprawności fizycznej upływa w drugą sobotę czerwca;
- c) czwartego dnia (*licząc dni robocze*) po ostatecznym terminie przeprowadzenia prób sprawnościowych, następuje udostępnienie wyników z testu sprawności fizycznej;
- d) pierwszy wtorek po zakończeniu roku szkolnego, do godziny 15.00 składanie w sekretariacie szkoły oryginałów świadectw i zaświadczeń lekarskich o stanie zdrowia;

e) pierwszy piątek po zakończeniu roku szkolnego, do godziny 15.00 ogłoszenie listy przyjętych do klasy czwartej oddziału sportowego.

#### **6. Szkolna komisja rekrutacyjno-kwalifikacyjna:**

a) w celu przeprowadzenia rekrutacji do klasy czwartej oddziału sportowego dyrektor szkoły do dnia 28 lutego br. powołuje szkolną komisję rekrutacyjno-kwalifikacyjną;

b) w skład komisji wchodzi:

- wicedyrektor szkoły jako przewodniczący;
- nauczyciele wychowania fizycznego,
- pedagog szkolny,

c) zadania szkolnej komisji rekrutacyjno-kwalifikacyjnej:

- weryfikuje (*w miarę potrzeb*) postanowienia regulaminu na dany rok szkolny,
- do 30 marca br. wydaje komunikat (*ogłoszenie*) o terminach rekrutacji i zasadach kwalifikowania kandydatów do oddziału sportowego,
- przeprowadza próby sprawności fizycznej
- ustala i podaje do publicznej wiadomości listę kandydatów przyjętych i nieprzyjętych i ewentualną liczbę wolnych miejsc;
- kwalifikuje kandydatów do przyjęcia na podstawie orzeczeń lekarskich,
- ustala listę uczniów przyjętych do szkoły,
- sporządza protokół postępowania rekrutacyjnego.

*Uwaga: W przypadku, gdy liczba kandydatów spełniających te same kryteria i warunki rekrutacji przekroczy limit miejsc przewidzianych dla uczniów w oddziale sportowym, komisja rekrutacyjno-kwalifikacyjna w pierwszej kolejności przeprowadzi postępowanie kwalifikacyjne wobec uczniów objętych rejonizacją nauczania.*

#### **7. Wnoszenie i rozpatrywanie odwołań:**

a) możliwość wniesienia odwołania przysługuje rodzicom (*prawnym opiekunom*) w terminie do trzech dni, liczonym od daty ogłoszenia listy uczniów przyjętych do oddziału sportowego;

b) odwołania od wyników rekrutacji rozpatruje dyrektor szkoły w terminie do siedmiu dni, liczonym od daty ich złożenia;

c) decyzja dyrektora szkoły jest ostateczna.

#### **Załączniki do regulaminu:**

1. Test sprawności fizycznej (*Opis prób sprawnościowych - zasady uzyskiwania punktów*).

2. Wniosek o przyjęcie do oddziału sportowego.

## MIĘDZYNARODOWY TEST SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ

### *(Opis prób sprawnościowych - zasady uzyskiwania punktów)*

#### **I. Próby sprawności fizycznej:**

1. **Próba szybkości** - Bieg na dystansie 50 m z pozycji stojącej. Próba powtarzana jest dwukrotnie. O wyniku decyduje czas biegu uzyskany w lepszej próbie.
2. **Skoczność** - Skok w dal z miejsca. Kandydat wykonuje skok w dal z miejsca. Próba powtarzana jest dwukrotnie. Liczy się odległość od miejsca wybiecia do ostatniego śladu pozostawionego na podłożu lub piachu.
3. **Wytrzymałość** – bieg na dystansie 600 m. Na sygnał „na miejsca” kandydat staje za linią startu w pozycji startowej wysokiej. Na sygnał „start” biegnie odpowiadającym mu tempem do linii mety.
4. **Pomiar dynamometryczny siły dłoni** - kandydat ścisną dynamometr ręką silniejszą. Nadgarstek powinien znajdować się w przedłużeniu linii przedramienia. W czasie wykonywania próby ręka testowana nie może dotykać żadnej części ciała. Siła dłoni mierzona jest w kilogramach. Liczy się pomiar lepszy z dwóch prób. Wymachy ręką w czasie pomiaru są niedozwolone, wykonaniu prób powinna towarzyszyć pełna koncentracja psychiczna.
5. **Wytrzymanie w zwisie na drążku- próba siły rąk i barków** - z podstawionego krzesła lub ławeczki gimnastycznej badany przechodzi do zwisu nachwytem o ramionach ugiętych. Dłonie powinny znajdować się na szerokości barków. Na sygnał „start” zaczyna się próba zwisu i trwa aż do zmęczenia. Podbródek w czasie trwania testu powinien znajdować się wyraźnie nad drążkiem. Próba wykonywana jest 1 raz. Liczy się ilość wytrzymałych sekund we wspomnianej pozycji. Pomiar kończy się z chwilą gdy podbródek znajduje się poniżej drążka.
6. **Próba zwinności** - Bieg wahadłowy 4 x 10 m z pozycji stojącej z jednoczesnym przekładaniem z miejsca na miejsce klocka o boku 5 cm lub woreczka gimnastycznego. Próba powtarzana jest dwukrotnie. O wyniku decyduje czas biegu uzyskany w lepszej próbie. Próba zostaje unieważniona, gdy klocek lub woreczek gimnastyczny jest rzucony. Tak wykonaną próbę należy powtórzyć.
7. **Siła mięśni brzucha** - badany leży na materacu z rozstawionymi na szerokość 30 cm stopami i kolanami ugiętymi pod kątem prostym. Ręce splecione na karku. Testowanemu pomaga partner, który przytrzymuje stopy tak, aby nie odrywały się od podłoża. Na sygnał „start” badany wykonuje skłony w przód dotykając łokciami kolan, następnie wraca do pozycji wyjściowej, ćwiczenie trwa 30 sekund. Notowana jest ilość wykonanych skłonów w ciągu 30 sekund. Badanego nie dyskwalifikuje się w przypadku gdy robi dłuższe przerwy w czasie wykonywania skłonów.
8. **Próba gibkości** - Skłon tułowia w przód z pozycji stojącej z wykorzystaniem podwyższenia. Kandydat wykonuje skłon tułowia w przód nie uginając kończyn dolnych w kolanach. Próba powtarzana jest dwukrotnie. O wyniku decyduje odległość na skali mierniczej zmierzona od punktu pomiaru do miejsca dotknięcia miary palcami. Skłon należy wykonać płynnie bez gwałtownych ruchów

**Uwaga:** *Przed rozpoczęciem każdej próby nauczyciel wychowania fizycznego opisuje i pokazuje kandydatom poprawność jej wykonania. Do testów sprawności fizycznej zostaną dopuszczeni kandydaci z pisemną zgodą rodziców/opiekunów prawnych.*

## **II. Zasady uzyskiwania punktów:**

1. Poziom przygotowania kondycyjnego ocenia się na podstawie uzyskanych wyników zamienionych na wartości punktowe i przyrównanych do norm .
2. Wynik z testu sprawności fizycznej dla danego kandydata ustala się na zasadzie zsumowania punktów uzyskanych z poszczególnych prób sprawności fizycznej.
3. W każdej z prób Międzynarodowego Testu Sprawności Fizycznej (MTSF) kandydat może uzyskać maksymalnie 100 punktów tak zwanych edukacyjnych. Według przelicznika 0,125 ustalonego przez Polski Związek Zapaśniczy kandydat musi zdobyć **minimum 100 punktów w MTSF** aby uzyskać kwalifikację do klasy sportowej o profilu zapasy.
4. Normy dla dzieci 9 i 10 letnich zliczane są oddzielnie, podobnie jak dla dziewcząt i chłopców.
5. Wynik z testu sprawności fizycznej dla danego kandydata ustala się na zasadzie zsumowania punktów uzyskanych z poszczególnych prób sprawności fizycznej. Do klasy sportowej zostaje przyjętych kolejnych 26 osób na podstawie testu sprawności fizycznej.
6. W przypadku równej ilości punktów do klasy w pierwszej kolejności zostaje przyjęte dziecko które uzyska lepszy wynik z biegu na dystansie 600 m, a następnie biegu na dystansie 50 m.

Warszawa, dn. \_\_\_\_\_ 201....r.

### **WNIOSEK O PRZYJĘCIE DO ODDZIAŁU SPORTOWEGO**

Proszę o przyjęcie mojego dziecka do Szkoły Podstawowej z Oddziałami Integracyjnymi Nr 342 im. Jana Marcina Szancera w Warszawie, do klasy czwartej o profilu sportowym zapasy:

Dane o kandydacie:

1. Imię i nazwisko kandydata: \_\_\_\_\_

data urodzenia: \_\_\_\_\_

PESEL kandydata (w przypadku braku seria i numer paszportu lub innego dokumentu):

\_\_\_\_\_

2. Imiona i nazwiska rodziców/prawnych opiekunów:

\_\_\_\_\_

3. Adres zamieszkania rodziców/prawnych opiekunów kandydata: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

4. Adres poczty elektronicznej i numeru telefonu rodziców kandydata:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Załączniki:**

- 1. Orzeczenie lekarskie;**
- 2. Pisemna zgoda rodziców.**

.....  
*Imię i nazwisko ucznia*

.....  
*klasa*

## **ZGODA RODZICA**

Wyrażam zgodę na uczęszczanie mojego dziecka do klasy czwartej sportowej w Szkole Podstawowej z Oddziałami Integracyjnymi Nr 342 Im. Jana Marcina Szancera w Warszawie, w której prowadzone będzie szkolenie sportowe w dyscyplinie sportu zapasy. Oświadczam, że znane mi są wymagania zawarte w regulaminie rekrutacji do klasy sportowej. Zobowiązuję się do ścisłej współpracy z wychowawcą klasy i nauczycielem wychowania fizycznego.

*Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych dla potrzeb szkoły zgodnie z Ustawą z dnia 29.08.1997 r..o ochronie danych osobowych (Dz. U. z 1997 r. Nr 133 poz.833)*

.....  
*(data i podpis rodziców/prawnych opiekunów)*

## ORZECZENIE LEKARSKIE O ZDOLNOŚCI DO UPRAWIANIA SPORTU ZAPASY

Zgodnie z przepisami w sprawie trybu orzekania o zdolności do uprawiania sportu zapasy

stwierdzam, że .....

*(imię i nazwisko ucznia)*

PESEL.....

*(data urodzenia)*

jest zdrowy i nie posiada przeciwwskazań do nauki w klasie sportowej o profilu zapasy oraz amatorskiego uprawiania tej dyscypliny sportu.

Wzrost: ....., waga: .....

Data badania .....

.....  
*podpis lekarza specjalisty w dziedzinie medycyny sportowej  
lub innego uprawnionego lekarza*