



Kryteria kwalifikacji w SP Nr 35 dla kandydatów do klas I o profilu łyżwiarstwa figurowego i łyżwiarstwa z elementami hokeja:

I. Kryteria naboru kandydatów do I klasy szkoły podstawowej:

1. Dobry stan zdrowia udokumentowany zaświadczeniem lekarskim o zdolności do uprawiania łyżwiarstwa wydanym przez lekarza podstawowej opieki zdrowotnej.
2. Uzyskanie odpowiedniej ilości punktów kwalifikacyjnych w testach sprawnościowych.
3. Pozytywny wynik testu psychologicznego dla przyszłych adeptów łyżwiarstwa

Test sprawnościowy – dla kandydatów do I klasy Szkoły Podstawowej.

1. Bieg 30 m.
2. Skłon tułowia w przód.
3. Pozycja – bocian.
4. Skok w dal z miejsca.
5. Wyskok dosiężny.

TABELA PUNKTOWA : dla uczniów klas I

PUNKTY	Bieg 30 m.	Bocian/sek.	Skłon tułowia/sek.	Skok w dal z miejsca/cm	Wyskok dosiężny/cm
10	6.0"	1'	10	130	35
9	6.1"	55"	9	120	32
8	6.2"	50"	8	110	30
7	6.3"	45"	7	100	27
6	6.4"	40"	6	90	24
5	6.5"	35"	5	80	21
4	6.6"	30"	4	70	18
3	6.7"	25"	3	60	15
2	6.8"	20"	2	50	12
1	7.0"	15"	10	40	9
0	7.1"	14"	1	39	8

Skala ocen na podstawie uzyskanych punktów w teście sprawnościowym:

- Bardzo dobra: 41 - 50 pkt.
- Dobra: 31 - 40 pkt.
- Przeciętna: 21 - 30 pkt.
- Słaba: 11 - 20 pkt.
- Bardzo słaba: 0 - 10 pkt.

Ocena poszczególnych składowe testu klasyfikującego w skali punktowej: 0-10:

- Bardzo dobra: 9 - 10
- Dobra: 7 - 8
- Przeciętna: 4 - 6
- Słaba: 2 - 3
- Bardzo słaba: 0 - 1

Zaliczenie testu:

Test sprawnościowy uznaje się za zaliczony, gdy kandydat do kl. I szkoły podstawowej uzyska **minimum 15 punktów.**

Opis testu

Ad.1 Wykonanie - opisu biegu na 30 metrów.

Na komendę „na miejsca” badany staje nieruchomo przed linią startową w pozycji wykroczonej (tzw. start wysoki). Na sygnał wybiega i z największą prędkością pokonuje wyznaczony dystans. Czas mierzymy z dokładnością do 0.1 sekundy.

Ad.2 Wykonanie - opisu utrzymanie pozycji bocian.

Badany staje na jednej nodze, druga noga podniesiona jest do kolana (utrzymanie pozycji bociana). Liczona jest czas, w której badany utrzyma tą pozycję.

Ad.3 Wykonanie - opisu skłonu tułowia w przód.

Badany staje na skrzyni, tak aby palce stóp znalazły się równo z krawędzią skrzyni. Stopy złączone, nogi proste w stawach kolanowych. Z tej pozycji badany wykonuje skłon w przód tak, aby dotrzeć palcami poniżej krawędzi skrzyni. Taką pozycję maksymalnego skłonu należy utrzymać przez 2 sekundy.

Ad.4 Wykonanie - opisu skoku w dal.

Badany staje w małym rozkroku z ustawionymi równolegle stopami przed wyznaczoną linią. Następnie pochyla tułów, ugina nogi (półprzysiad) z równoczesnym zamachem obu rąk dołem w tył, po czym wykonuje wymach rąk w przód i odbijając się jednocześnie i energicznie od podłoża skacze jak najdalej. Długość skoku mierzy się od wyznaczonej linii do najbliższego śladu pozostawionego przez piętę skaczącego. Jeżeli skaczący po wykonaniu skoku przewróci się do tyłu wówczas skok powtarza.

Ad. 5 Wykonanie - opisu wyskoku dosiężnego.

Wyskok z miejsca z obu nóg. Mierzmy różnicę między miejscem dotyku swobodnie wyciągniętej i wyprostowanej do góry ręki, a miejscem dotyku podczas wyskoku.