

KARTA NABOROWA DO KLASY PŁYWACKIEJ

.....
Imię i nazwisko oraz data urodzenia dziecka

CZĘŚĆ I – wypełniają rodzice

Oświadczam, że mój syn / moja córka jest kandydatem do oddziału sportowego w SP 55 w Szczecinie. Jest zdrowy/zdrowa i nie ma przeciwwskazań medycznych do wysiłku fizycznego. Jednocześnie wyrażam zgodę na udział dziecka w testach sprawności fizycznej organizowanych przez szkołę, przeprowadzanych w ramach rekrutacji.

Szczecin,r.
data

.....
podpis rodzica/ opiekuna

CZĘŚĆ II – wypełniają organizatorzy testu

Próba sprawności ruchowej na lądzie

1. Pomiary antropometryczne:
Wzrost.....cmpkt
Waga.....kg
2. Bieg na odcinku 20 metrówsek.....pkt
3. Skłon tułowia w przód.....pkt
4. Skok z miejsca w dalcm.....pkt
5. Rzut i chwyt piłki.....pkt
6. Bieg wahadłowy 4 x 10 m.....sek.....pkt

Próba sprawności ruchowej w wodzie

1. Swobodne leżenie na piersiach.....pkt
2. Zanurzanie głowy.....pkt
3. Poślizg na piersiach.....pkt
4. Praca NN na piersiach do stylu dowolnego.....pkt
5. Skoki do wody na nogi.....pkt