

## **Testy obowiązuje przy naborze do klasy I gimnazjum i IV szkoły podstawowej.**

Testy naborowe prowadzone są przez trenerów Zespołu Szkół Sportowych nr 2 w Chorzowie. Termin przeprowadzenia testów przypada na 27.04.2014 r. i 11.05.2014 r.

- 10.00 testy do IV klasy szkoły podstawowej
- 12.00 testy do I klasy gimnazjum

Testy odbywać się będą w Hali Sportowej MORiS Chorzów przy ul. Dąbrowskiego 113.

O przyjęciu kandydatów do klas sportowych decyduje:

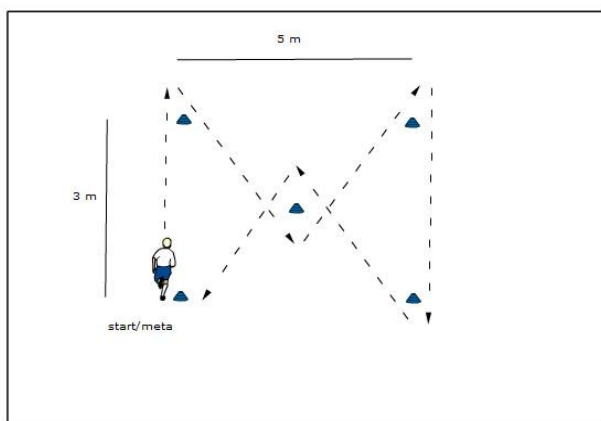
- dobry stan zdrowia,
- zaliczenie testów sprawnościowych,
- pisemna zgoda rodziców (opiekunów prawnych dziecka),
- ocena wyników nauczania i zachowania w szkole podstawowej.

Testy sprawnościowe podzielone zostały na dwie kategorie: testy sprawności ogólnej, w skład których wchodzi 3 próby oraz testy sprawności specjalnej składające się z 1 próby oraz małych gier.

### **Testy sprawności ogólnej**

- **próba zwinności (bieg zygzakiem – „koperta”)**

Na wyznaczonym terenie oznaczamy prostokąt o wymiarach 5x3. Na sygnał dźwiękowy zawodnik startuje z pozycji wysokiej, stopy za linią startu, pokonując jak najszybciej 3 razy bieg po kopercie. Start i meta znajdują się w tym samym miejscu. Wynik końcowy stanowi czas pokonania pełnych trzech okrążeń.

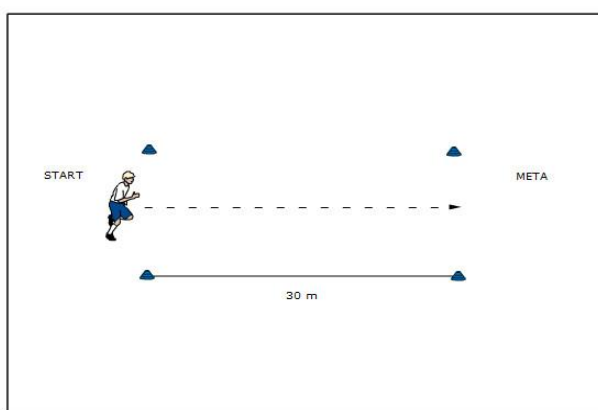


- **próba mocy (skok w dal z miejsca)**

Zawodnik stojąc na całych stopach odbija się przed linią skoku jak najdalej w przód. Wynik końcowy stanowi odległość mierzona w centymetrach od linii skoku do pięty. Próbę wykonujemy dwukrotnie. Zapisujemy lepszy wynik.

- **próba szybkości (bieg na 30 m).**

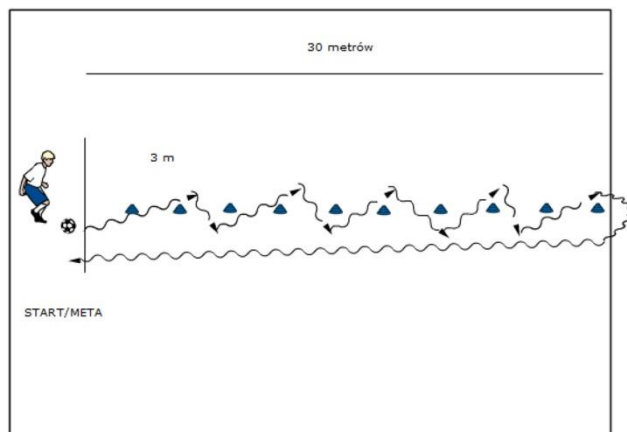
Na sygnał dźwiękowy zawodnik wykonuje start z pozycji wysokiej – bieg po prostej na odcinku 30 metrów. Każdy ćwiczący wykonuje próbę dwukrotnie. Zalicza się lepszy wynik z dwóch prób. Pomiaru dokonujemy stoperem z dokładnością do 1/10 sek.



## **Testy sprawności specjalnej**

- **prowadzenie piłki slalomem**

Zawodnik prowadzi piłkę slalomem na odcinku 30 metrów, starając się nie dotykać pachołków. Po minięciu półmetka zawodnik wraca po prostej prowadząc piłkę. Czas zatrzymuje się w momencie przekroczenia przez zawodnika linii start/meta. Wynik stanowi czas pokonania dystansu z piłką.



- **formy małych gier**

Każdy zawodnik podlega ocenie na podstawie obserwacji gry. Obserwacji i oceny dokonuje wykwalifikowana kadra szkoleniowa. Czas gry wynosi 2x15 minut. Każdy zawodnik uczestniczy w dwóch grach.