

Regulamin
próby sprawności fizycznej dla absolwentów szkoły podstawowej
– kandydatów do Oddziału Przygotowania Wojskowego
w Zespole Szkół Nr 1 im. Stanisława Staszica w Płońsku

WAŻNE!

Uczniowie ubiegający się o przyjęcie do oddziału przygotowania wojskowego muszą złożyć w szkole pierwszego wyboru w terminie do 28.05.2025 r. do godz. 15:00 wniosek wygenerowany z systemu rekrutacyjnego i podpisany przez rodziców,

Kandydat zgłasza się na próbę z rodzicem/opiekunem prawnym oraz z dokumentem umożliwiającym identyfikację (legitymacja szkolna, dowód osobisty, paszport). Wyniki próby mogą zostać udostępnione do wglądu kandydatom oraz ich rodzicom/prawnym opiekunom po wcześniejszym uzgodnieniu.

Próby sprawności fizycznej odbędą się na kompleksie boisk przy Zespole Szkół Nr 1 im. Stanisława Staszica w Płońsku, ul. H. Sienkiewicza 8

I. OGÓLNE WARUNKI PRZEPROWADZENIA PRÓB SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ:

2. Do próby zostaną dopuszczeni tylko kandydaci, którzy dostarczą, najpóźniej w dniu próby, orzeczenie lekarza podstawowej opieki zdrowotnej lub lekarza medycyny pracy, potwierdzające bardzo dobry stan zdrowia i brak przeciwwskazań zdrowotnych do podjęcia nauki w oddziale przygotowania wojskowego oraz oświadczenie rodziców/opiekunów prawnych wyrażające zgodę na udział dziecka w próbie sprawności fizycznej (załącznik nr 1) (Na podstawie art.143 ust.1, pkt 4 ustawy z dnia 14 grudnia 2016 r. Prawo oświatowe (Dz. U. z 2024.0.737))
3. Próbę sprawności fizycznej organizuje Dyrektor Zespołu Szkół Nr 1 im. Stanisława Staszica w Płońsku. Do jej przeprowadzenia powołuje komisję, w skład której wchodzi: **PKR oraz członkowie** – odpowiedzialni za przygotowanie oraz przeprowadzenie próby sprawności fizycznej do OPW, przygotowanie dokumentacji, przekazanie uporządkowanej dokumentacji wraz z protokołem do dyrektora szkoły.
4. Za przygotowanie, organizację i przebieg sprawdzianu pod względem merytorycznym odpowiada wyznaczona przez Dyrektora Szkoły osoba, spośród członków komisji powołanej na czas prób sprawności fizycznej.
5. Ustala się terminy próby sprawności fizycznej:
1) termin główny: 30 maja 2025 r., godz. 15.00 ;
2) termin dodatkowy: 30 czerwca 2025 r., godz. 10.00;
3) termin uzupełniający: 29 lipca 2025 r., godz.10.00;
6. Próbie sprawności fizycznej podlega **każdy** kandydat do klasy pierwszej Oddziału Przygotowania Wojskowego w Zespole Szkół Nr 1 im. Stanisława Staszica w Płońsku. Ogólną liczbę punktów próby sprawności fizycznej ustala się na podstawie sumy wszystkich punktów uzyskanych za poszczególne ćwiczenia, wykonane przez kandydata podczas prób.
7. Sprawdzian składa się z trzech konkurencji :

- biegu na dystansie 60 m
- biegu na dystansie 1000 m (chłopcy) ,600 m (dziewczęta)
- rzutu piłką lekarską 3kg w tył nad głową

8. Warunkiem uzyskania pozytywnego wyniku i zakwalifikowania do przyjęcia do Oddziału Przygotowania Wojskowego jest zaliczenie każdej konkurencji na min. **1** punkt.
9. Kandydat obowiązany jest stawić się na egzamin wraz z prawnym opiekunem w stroju sportowym (koszulka, spodenki lub dresy), buty sportowe (bez kolców). Wszystkie ćwiczenia objęte egzaminem zalicza się w ubiorze sportowym.
10. Próba sprawności fizycznej jest sprawdzianem wstępnym, prowadzonym w celu określenia poziomu sprawności fizycznej kandydatów do Oddziału Przygotowania Wojskowego w Zespole Szkół Nr 1 im. Stanisława Staszica w Płońsku i może być oglądana przez opiekunów prawnych.
11. Wyniki próby każdego kandydata dokumentuje się w indywidualnej karcie oceny sprawności fizycznej kandydata do OPW (załącznik 2).
12. Kandydat, który uzyskał pozytywny wynik próby sprawności fizycznej, otrzymuje zaświadczenie o pozytywnym wyniku próby sprawności fizycznej (załącznik 3).
13. Z przeprowadzonej próby komisja sporządza protokół oraz podaje do wiadomości listę kandydatów, którzy uzyskali pozytywny wynik.
14. Opis norm i konkurencji z podziałem na chłopców i dziewczęta:

Tabela punktowa dla dziewcząt

Konkurencja/punkty	10pkt	9pkt	8pkt	7pkt	6pkt	5pkt	4pkt	3pkt	2pkt	1pkt
60 m (sek.)	9,6	9,9	10,2	10,5	10,8	11,1	11,4	11,7	12,0	12,3
600 m (min.)	2,35	2,40	2,45	2,50	2,55	3,00	3,05	3,10	3,15	3,20
Piłka lekarska 3kg (w metrach)	9	8,5	8	7,5	7	6,5	6	5	4	3

Tabela punktowa dla chłopców

Konkurencja/punkty	10pkt	9pkt	8pkt	7pkt	6pkt	5pkt	4pkt	3pkt	2pkt	1pkt
60 m (sek.)	8,5	8,8	9,1	9,4	9,7	9,9	10,1	10,3	10,5	10,7
1000 m (min.)	3,40	3,45	3,50	3,55	4,00	4,10	4,20	4,30	4,40	4,50
Piłka lekarska 3kg (w metrach)	11	10,5	10,0	9,5	9,0	8,5	8,0	7,0	6	5

OŚWIADCZENIE RODZICA / OPIEKUNA PRAWNEGO

.....
Nazwiska i imiona rodziców / opiekunów prawnych*

.....
Adres zamieszkania rodziców / opiekunów prawnych*

Telefony kontaktowe:.....

Wyrażam zgodę na udział mojego syna / mojej córki / podopiecznego*

.....
(imię i nazwisko dziecka – kandydata do OPW)

w próbie sprawności fizycznej do Oddziału Przygotowania Wojskowego (klasa wojskowa) w II Liceum Ogólnokształcącym w Zespole Szkół Nr 1 im. Stanisława Staszica w Płońsku wg obowiązujących terminów rekrutacji na rok szkolny 2025/2026.

☐ Jednocześnie oświadczam, iż nie ma przeciwwskazań zdrowotnych do udziału mojego dziecka/ podopiecznego* w próbie sprawności fizycznej do Szkoły.

☐ Wyrażam zgodę na przetwarzanie danych osobowych zawartych w oświadczeniu oraz we wniosku o przyjęcie do OPW przez Zespół Szkół Nr 1 im. Stanisława Staszica w Płońsku w celu przeprowadzenia procesurekrutacji, zgodnie z przepisami prawa oświatowego.

.....
(miejscowość, data)

.....
(czytelny podpis rodzica / opiekunaprawnego*)

* - niepotrzebne skreślić

INDYWIDUALNA KARTA OCENY SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ KANDYDATA DO OPW

Imię	Nazwisko	Pesel	Miejsce urodzenia

Data	Konkurencja I		Konkurencja II		Konkurencja III		liczba punktów z próby sprawności fizycznej
	Bieg 60 m		Bieg 600 m dla dziewcząt lub 1000 m dla chłopców		Rzut piłką lekarską 3 kg		
	czas (s)	punkty	czas (min.)	punkty	odległość (m)	punkty	
Ocena							

Komisja:

1. przewodniczący komisji: -

imię i nazwisko
podpis

2. członek komisji:-.....

imię i nazwisko
podpis

3. członek komisji: -

4. członek komisji:
 imię i nazwisko podpis

.....
pieczęć nagłówek szkoły

.....
miejscowość, data

**ZAŚWIADCZENIE
O POZYTYWNYM WYNIKU PRÓBY SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ**

Kandydat do oddziału przygotowania wojskowego w II Liceum Ogólnokształcącym w Zespole Szkół
Nr 1 im. Stanisława Staszica w Płońsku

.....
imię i nazwisko

urodzony/a W
data urodzenia miejsce urodzenia

przystąpił w dniu
data

do próby sprawności fizycznej i otrzymał **wynik pozytywny**.

.....
data, podpis dyrektora szkoły