



**Regulamin rekrutacji kandydatów do klas pierwszych
Zespołu Szkół im. Stanisława Staszica w Miętnej
na rok szkolny 2024/2025**

PODSTAWA PRAWNA:

- Ustawa z dnia 14 grudnia 2016 r. - Prawo oświatowe (t.j.: Dz.U. z 2023 r. poz. 900 ze zm.) – rozdział 6;
- Rozporządzenie Ministra Edukacji i Nauki z dnia 18 listopada 2022 r. w sprawie przeprowadzania postępowania rekrutacyjnego oraz postępowania uzupełniającego do publicznych przedszkoli, szkół i placówek i centrów (Dz.U. z 2022 r. poz. 2431 ze zm.);
- Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 26 sierpnia 2019 r. w sprawie badań lekarskich kandydatów do szkół ponadpodstawowych lub wyższych i na kwalifikacyjne kursy zawodowe, uczniów i słuchaczy tych szkół, studentów, słuchaczy kwalifikacyjnych kursów zawodowych oraz doktorantów (Dz.U. z 2019 r. poz. 1651).
- Zarządzenie nr 6 Mazowieckiego Kuratora Oświaty z dnia 29 stycznia 2024 r. w sprawie ustalenia terminów rekrutacji do klas pierwszych publicznych szkół ponadpodstawowych, branżowych szkół II stopnia, szkół policealnych i szkół dla dorosłych na rok szkolny 2024/2025

§ 1

**TERMINARZ REKRUTACJI NA ROK SZKOLNY 2024/2025
DLA ABSOLWENTÓW SZKÓŁ PODSTAWOWYCH
POSTĘPOWANIE REKRUTACYJNE**

Złożenie wniosku, w tym zmiana wniosku o przyjęcie do ZS w Miętnej wraz z dokumentami (podpisanego przez co najmniej jednego rodzica/prawnego opiekuna).	15 maja – 29 maja 2024 r. do godziny 15.00
Uzupełnienie wniosku o przyjęcie do szkoły ponadpodstawowej o świadectwo ukończenia szkoły podstawowej i o zaświadczenie o wyniku egzaminu ósmoklasisty oraz złożenie nowego wniosku, w tym zmiana przez kandydata wniosku o przyjęcie, z uwagi na zmianę szkół do których kandyduje. UWAGA! Na tym etapie nie będzie można składać nowych wniosków o przyjęcie do szkoły ponadpodstawowej dwujęzycznej, oddziału dwujęzycznego, oddziału międzynarodowego, oddziału wstępnego, oddziału przygotowania wojskowego w szkole ponadpodstawowej, oddziałów wymagających od kandydatów szczególnych indywidualnych predyspozycji oraz do szkół i oddziałów prowadzących szkolenie sportowe w szkołach ponadpodstawowych	3 lipca – 10 lipca 2024 r. do godz. 15.00
Przeprowadzenie prób sprawności fizycznej	31 maja – 12 czerwca 2024 r.; II termin do 28 czerwca 2024 r.



Podanie do wiadomości przez komisję rekrutacyjną listy kandydatów, którzy uzyskali pozytywne wyniki prób sprawności fizycznej	do 14 czerwca 2024 r. II termin do 2 lipca 2024 r
Weryfikacja przez komisję rekrutacyjną wniosków o przyjęcie do Szkoły i dokumentów potwierdzających spełnianie przez kandydata warunków poświadczonych w oświadczeniach, w tym dokonanie przez przewodniczącego komisji rekrutacyjnej czynności związanych z ustaleniem tych okoliczności.	do 10 lipca 2024 r.
Weryfikacja przez komisję rekrutacyjną wniosków o przyjęcie do Szkoły i dokumentów potwierdzających spełnianie przez kandydata warunków lub kryteriów branych pod uwagę w postępowaniu rekrutacyjnym.	do 15 lipca 2024 r.
Podanie do publicznej wiadomości przez komisję rekrutacyjną listy kandydatów zakwalifikowanych i niezakwalifikowanych do szkoły.	19 lipca 2024 r. do godz. 12.00
Wydanie przez szkołę prowadzącą kształcenie zawodowe skierowania na badania lekarskie.	15 maja – 22 lipca 2024 r.
Potwierdzenie woli przyjęcia w postaci przedłożenia oryginału świadectwa ukończenia szkoły podstawowej i oryginału zaświadczenia o szczegółowych wynikach egzaminu ósmoklasisty, o ile nie zostały one złożone w uzupełnieniu wniosku o przyjęcie do szkoły, a także zaświadczenia lekarskiego zawierającego orzeczenie o braku przeciwwskazań zdrowotnych do podjęcia praktycznej nauki zawodu.	19 lipca – 24 lipca 2024 r. do godz. 15.00
Podanie do publicznej wiadomości przez komisję rekrutacyjną listy kandydatów przyjętych i kandydatów nieprzyjętych.	25 lipca 2024 r. do godz. 14.00
Poinformowanie przez Dyrektora szkoły Mazowieckiego Kuratora Oświaty o liczbie wolnych miejsc w szkole.	25 lipca 2024 r.
Wystąpienie do komisji rekrutacyjnej o sporządzenie uzasadnienia odmowy przyjęcia.	do 29 lipca 2024 r.
Sporządzenie uzasadnienia odmowy przyjęcia. Sporządzenie przez komisję rekrutacyjną uzasadnienia odmowy przyjęcia.	do 3 dni od dnia wystąpienia o sporządzenie uzasadnienia odmowy przyjęcia
Wniesienie do Dyrektora Szkoły odwołania od rozstrzygnięcia komisji rekrutacyjnej.	do 3 dni od dnia otrzymania uzasadnienia odmowy przyjęcia
Rozpatrzenie odwołania od rozstrzygnięcia komisji rekrutacyjnej przez Dyrektora Szkoły.	do 3 dni od dnia złożenia odwołania do Dyrektora Szkoły.
Termin rekrutacji uzupełniającej	29 lipca – 12 sierpnia 2024 r.



1. Komisja Rekrutacyjna sporządza i podpisuje protokoły postępowania kwalifikacyjnego.
2. Szczegółowe terminy postępowania rekrutacyjnego uzupełniającego można znaleźć na stronie Mazowieckiego Kuratora Oświaty - Kuratorium Oświaty w Warszawie.

§ 2

1. Szkoła nie przeprowadza egzaminów wstępnych.
2. Rekrutacja do szkoły prowadzona jest z wykorzystaniem systemu informatycznego NABÓR firmy VULCAN w poszczególnych zawodach:

Typ szkoły	Nazwa zawodu	przedmioty rozszerzone
Technikum	Technik mechanizacji rolnictwa i agrotechniki (311515)	matematyka/ fizyka
	Technik spedytor (333108) - oddział przygotowania wojskowego	matematyka
	Technik żywienia i usług gastronomicznych (343404)	matematyka/ chemia
	Technik urządzeń i systemów energetyki odnawialnej (311930)	matematyka/ fizyka
	Technik hotelarstwa (422402)	matematyka/ język angielski
	Technik architektury krajobrazu (314202)	matematyka/ biologia
Branżowa Szkoła 1 stopnia	Wielozawodowa	
	Mechanik pojazdów samochodowych (723103)	

§ 3

ZASADY PRYZNAWANIA PUNKTÓW REKRUTACYJNYCH

1. O przyjęciu pozostałych kandydatów do klas pierwszych ZS Miętne decyduje suma punktów możliwych do uzyskania w procesie rekrutacyjnym - **maksymalnie 200**, w tym:
 - a) **100 punktów** - punkty uzyskane w wyniku egzaminu ósmoklasisty zawarte w zaświadczeniu o szczegółowych wynikach egzaminu.Wyniki egzaminu ósmoklasisty wyrażone w procentach przelicza się na punkty według zasady:
 - Język polski: wynik procentowy mnoży się przez współczynnik 0,35 (max. 35 pkt.)
 - Matematyka: wynik procentowy mnoży się przez współczynnik 0,35 (max. 35 pkt.)
 - Język obcy: wynik procentowy mnoży się przez współczynnik 0,3 (max. 30 pkt.)



b) **72 punkty** - za oceny z języka polskiego, matematyki i dwóch wybranych przez ZS Miętne obowiązkowych zajęć edukacyjnych. Sposób przeliczania na punkty ocen wymienionych na świadectwie ukończenia szkoły podstawowej z języka polskiego, matematyki i dwóch wybranych obowiązkowych zajęć:

- 18 punktów – stopień celujący
- 17 punktów – stopień bardzo dobry
- 14 punktów - stopień dobry
- 8 punktów – stopień dostateczny
- 2 punkty – stopień dopuszczający

Przez określenie „przedmiot wskazany przez szkołę” należy rozumieć przedmiot wybrany dla określonego zawodu technikum lub branżowej szkoły I stopnia, tj.:

Nazwa zawodu	Pierwszy przedmiot	Drugi przedmiot
Technik mechanizacji rolnictwa i agrotechniki (311515)	fizyka	informatyka
Technik spedytor (333108) - oddział przygotowania wojskowego	język angielski	
Technik żywienia i usług gastronomicznych (343404)	chemia	
Technik urządzeń i systemów energetyki odnawialnej (311930)	fizyka	
Technik hotelarstwa (422402)	język angielski	
Technik architektury krajobrazu (314202)	geografia	informatyka
BSI Wielozawodowa	geografia	
BSI Mechanik pojazdów samochodowych (723103)	geografia	

Za świadectwo ukończenia szkoły podstawowej z wyróżnieniem przyznaje się **7 punktów**.

Za osiągnięcia w zakresie aktywności społecznej, w tym na rzecz środowiska szkolnego, w szczególności w formie wolontariatu przyznaje się **3 punkty**.

Sposób przeliczania na punkty szczególnych osiągnięć ucznia wymienionych na świadectwie ukończenia szkoły podstawowej: W przypadku przeliczania na punkty kryterium, o którym mowa w art. 134 ust. 2 pkt 4 lit. a, art. 135 ust. 4 pkt 3 lit. a, art. 137 ust. 6 pkt 4 lit. a, art. 140 ust. 3 pkt 5 lit. a i art. 143 ust. 3 pkt 4 lit. a ustawy – Prawo oświatowe, za:

- 1) uzyskanie w zawodach wiedzy będących konkursem o zasięgu ponadwojewódzkim, organizowanym przez kuratorów oświaty na podstawie zawartych porozumień:
 - a. tytułu finalisty konkursu przedmiotowego – przyznaje się **10 punktów**,
 - b. tytułu laureata konkursu tematycznego lub interdyscyplinarnego – przyznaje się **7 punktów**,



- c. tytułu finalisty konkursu tematycznego lub interdyscyplinarnego – przyznaje się **5 punktów**;
- 2) uzyskanie w zawodach wiedzy będących konkursem o zasięgu międzynarodowym lub ogólnopolskim albo turniejem o zasięgu ogólnopolskim:
- a. tytułu finalisty konkursu z przedmiotu lub przedmiotów artystycznych objętych ramowym planem nauczania szkoły artystycznej – przyznaje się **10 punktów**,
 - b. tytułu laureata turnieju z przedmiotu lub przedmiotów artystycznych nieobjętych ramowym planem nauczania szkoły artystycznej – przyznaje się **4 punkty**,
 - c. tytułu finalisty turnieju z przedmiotu lub przedmiotów artystycznych nieobjętych ramowym planem nauczania szkoły artystycznej – przyznaje się **3 punkty**;
- 3) uzyskanie w zawodach wiedzy będących konkursem o zasięgu wojewódzkim organizowanym przez kuratora oświaty:
- a. dwóch lub więcej tytułów finalisty konkursu przedmiotowego przyznaje się **10 punktów**,
 - b. dwóch lub więcej tytułów laureata konkursu tematycznego lub interdyscyplinarnego – przyznaje się **7 punktów**,
 - c. dwóch lub więcej tytułów finalisty konkursu tematycznego lub interdyscyplinarnego – przyznaje się **5 punktów**,
 - d. tytułu finalisty konkursu przedmiotowego – przyznaje się **7 punktów**,
 - e. tytułu laureata konkursu tematycznego lub interdyscyplinarnego – przyznaje się **5 punktów**,
 - f. tytułu finalisty konkursu tematycznego lub interdyscyplinarnego – przyznaje się **3 punkty**;
- 4) uzyskanie w zawodach wiedzy będących konkursem albo turniejem, o zasięgu ponadwojewódzkim lub wojewódzkim:
- a. dwóch lub więcej tytułów finalisty konkursu z przedmiotu lub przedmiotów artystycznych objętych ramowym planem nauczania szkoły artystycznej – przyznaje się **10 punktów**,
 - b. dwóch lub więcej tytułów laureata turnieju z przedmiotu lub przedmiotów artystycznych nieobjętych ramowym planem nauczania szkoły artystycznej – przyznaje się **7 punktów**,
 - c. dwóch lub więcej tytułów finalisty turnieju z przedmiotu lub przedmiotów artystycznych nieobjętych ramowym planem nauczania szkoły artystycznej – przyznaje się **5 punktów**,
 - d. tytułu finalisty konkursu z przedmiotu lub przedmiotów artystycznych objętych ramowym planem nauczania szkoły artystycznej – przyznaje się **7 punktów**,
 - e. tytułu laureata turnieju z przedmiotu lub przedmiotów artystycznych nieobjętych ramowym planem nauczania szkoły artystycznej – przyznaje się **3 punkty**,
 - f. tytułu finalisty turnieju z przedmiotu lub przedmiotów artystycznych nieobjętych ramowym planem nauczania szkoły artystycznej – przyznaje się **2 punkty**;



5) uzyskanie wysokiego miejsca w zawodach wiedzy innych niż wymienione w pkt 1 – 4, artystycznych lub sportowych, organizowanych przez kuratora oświaty lub inne podmioty działające na terenie szkoły, na szczeblu:

- a. międzynarodowym – przyznaje się **4 punkty**,
- b. krajowym – przyznaje się **3 punkty**,
- c. wojewódzkim – przyznaje się **2 punkty**,
- d. powiatowym – przyznaje się **1 punkt**.

W przypadku, gdy kandydat ma więcej niż jedno szczególne osiągnięcie z takich samych zawodów wiedzy, artystycznych i sportowych, o których mowa, na tym samym szczeblu oraz z tego samego zakresu, wymienione na świadectwie ukończenia szkoły podstawowej, przyznaje się jednorazowo punkty za najwyższe osiągnięcie tego ucznia w tych zawodach, z tym że maksymalna liczba punktów możliwych do uzyskania za wszystkie osiągnięcia wynosi **18 punktów**.

W postępowaniu rekrutacyjnym na lata szkolne 2024/2025 do szkół ponadpodstawowych w przypadku osób zwolnionych z obowiązku przystąpienia do egzaminu ósmoklasisty, przelicza się na punkty oceny z języka polskiego, matematyki i języka obcego nowożytnego, wymienione na świadectwie ukończenia szkoły podstawowej, przy czym za uzyskanie z:

1) języka polskiego i matematyki oceny wyrażonej w stopniu:

- a. celującym – przyznaje się po **35 punktów**,
- b. bardzo dobrym – przyznaje się po **30 punktów**,
- c. dobrym – przyznaje się po **25 punktów**,
- d. dostatecznym – przyznaje się po **15 punktów**,
- e. dopuszczającym – przyznaje się po **10 punktów**;

2) wybranego języka obcego nowożytnego oceny wyrażonej w stopniu:

- a. celującym – przyznaje się **30 punktów**,
- b. bardzo dobrym – przyznaje się **25 punktów**,
- c. dobrym – przyznaje się **20 punktów**,
- d. dostatecznym – przyznaje się **10 punktów**,
- e. dopuszczającym – przyznaje się **5 punktów**.

W przypadku większej liczby kandydatów spełniających warunki i kryteria rekrutacji niż liczba wolnych miejsc brane są pod uwagę łącznie następujące kryteria:

- wielodzietność rodziny kandydata,
- niepełnosprawność kandydata (nie wykluczająca go z nauki zawodu),
- niepełnosprawność jednego z rodziców kandydata,
- niepełnosprawność obojga rodziców kandydata,
- niepełnosprawność rodzeństwa kandydata,
- samotne wychowywanie kandydata w rodzinie,
- objęcie kandydata pieczęcią zastępczą.



O kolejności na liście kandydatów do technikum decyduje suma punktów uzyskanych przez kandydata w wyniku postępowania

Liczbę przyjętych kandydatów do poszczególnych oddziałów określa dyrektor Zespołu w porozumieniu z organem prowadzącym szkołę.

§ 4

1. Kandydat ubiegający się o przyjęcie do ZS w Miętnej zobowiązany jest dostarczyć do szkoły wydrukowany i podpisany przez co najmniej jednego rodzica wniosek o przyjęcie do szkoły lub e-wniosek (z systemu elektronicznej rekrutacji).

2. Kandydaci ubiegający się o przyjęcie do Oddziału Przygotowania Wojskowego zobowiązani są do dostarczenia do szkoły do 29 maja 2024 r. wraz z wydrukowanym wnioskiem (podpisanym przez co najmniej jednego rodzica) następujących dokumentów:

- **pisemnej zgody obojga rodziców/ opiekunów na udział w testach sprawnościowych kandydata do OPW,**
- **orzeczenia lekarskiego wydanego przez lekarza podstawowej opieki zdrowotnej potwierdzającego bardzo dobry stan zdrowia kandydata.**

3. Do wniosku kandydaci dołączają (jeśli posiadają) następujące dokumenty:

- 1) opinię wydaną przez publiczną poradnię psychologiczno-pedagogiczną, w tym publiczną poradnię specjalistyczną, w sprawie pierwszeństwa w przyjęciu ucznia z problemami zdrowotnymi do szkoły,
- 2) orzeczenie o potrzebie kształcenia specjalnego wydane ze względu na niepełnosprawność, orzeczenie o niepełnosprawności lub o stopniu niepełnosprawności lub równoważne orzeczenie wydane na podstawie odrębnych przepisów,
- 3) prawomocny wyrok sądu rodzinnego orzekający rozwód lub separację lub akt zgonu oraz oświadczenie o samotnym wychowywaniu dziecka,
- 4) dokument poświadczający objęcie dziecka pieczęcią zastępczą,
- 5) oświadczenie o wielodzietności rodziny kandydata,
- 6) zaświadczenie o uzyskaniu tytułu laureata lub finalisty olimpiad czy konkursów wydane przez właściwego kuratora oświaty.
- 7) oświadczenie pracodawcy o przyjęciu ucznia na praktyczną naukę zawodu.

3. Kopie w/w dokumentów muszą być poświadczone za zgodność z oryginałem.



4. W przypadku równorzędnych wyników uzyskanych na pierwszym etapie postępowania rekrutacyjnego, na drugim etapie postępowania rekrutacyjnego pierwszeństwo przyjęcia mają kandydaci spełniający kryteria wymienione w § 4 pkt. 2, ust. 1), 2), 3), 4), 5).
5. Do szkoły przyjmowani są kandydaci zaczynając od tych, którzy uzyskali największą liczbę punktów rekrutacyjnych zgodnych z przyjętymi kryteriami.
6. Dokumentami potwierdzającymi wolę podjęcia nauki w szkole są:
 - 1) Oryginał świadectwa ukończenia szkoły podstawowej,
 - 2) Oryginał zaświadczenia o wynikach egzaminu ósmoklasisty,
 - 3) fotografia do e-legitymacji przesłana na adres: rekrutacja@mietne.edu.pl spełniająca poniższe warunki:
 - zdjęcie kolorowe, o wymiarach 35 × 45 mm,
 - wykonane na jednolitym jasnym tle, z równomiernym oświetleniem, mające dobrą ostrość oraz odwzorowujące naturalny kolor skóry,
 - obejmować wizerunek od wierzchołka głowy do górnej części barków, tak aby twarz zajmowała 70–80% fotografii,
 - pokazywać wyraźnie oczy, z widocznymi brwiami,
 - osoba na zdjęciu powinna być bez nakrycia głowy i okularów z ciemnymi szklami, powinna patrzeć na wprost z otwartymi oczami nieprzesłoniętymi włosami, z naturalnym wyrazem twarzy i zamkniętymi ustami.
 - Zdjęcie powinno być w formacie .jpg lub .jpeg, o rozmiarze maksymalnie 1MB i w wymiarach 496 pikseli (wysokość) x 354 pikseli (szerokość) lub proporcjonalnie więcej oraz rozdzielczości do 100 dpi.
 - 4) Zaświadczenie lekarskie zawierające orzeczenie o braku przeciwwskazań zdrowotnych do podjęcia praktycznej nauki zawodu,
 - 5) Kandydaci przyjęci do ZS w Miętne na kierunek technik żywienia i usług gastronomicznych zobowiązani będą do wyrobienia aktualnej książeczki sanepidowskiej przed rozpoczęciem zajęć praktycznych,
 - 6) W przypadku kandydatów do technikum w zawodzie technik mechanizacji rolnictwa i agrotechniki i do branżowej szkoły I stopnia w zawodzie mechanik pojazdów samochodowych, dla których podstawa programowa kształcenia w zawodzie przewiduje przygotowanie do uzyskania



Zespół Szkół im. Stanisława Staszica w Miętnej
Miętne; ul. Główna 49; 08 - 400 Garwolin ▪ tel/fax (025) 682 30 88
zsmietne@mietne.edu.pl ▪ www.mietne.edu.pl

umiejętności kierowania pojazdem silnikowym zobowiązani są do dostarczenia orzeczenie lekarskie o braku przeciwwskazań zdrowotnych do kierowania pojazdami,

7) W przypadku kandydata do klasy pierwszej branżowej szkoły I stopnia klasa wielozawodowa - zobowiązani są do dostarczenia do końca wakacji umowy o pracę w celu nauki zawodu.

Niedostarczenie tych dokumentów w terminie oznacza rezygnację kandydata z przyjęcia do szkoły.

7. Szkolną Komisję Rekrutacyjną powołuje Dyrektor szkoły.

8. Komisja sprawdza, czy zostały spełnione warunki rekrutacji kandydatów w oparciu o regulamin rekrutacji.

9. Szkolna Komisja Rekrutacyjna ogłasza wyniki rekrutacji uwzględniając zasadę umieszczania kandydatów na liście w kolejności alfabetycznej.

10. Tryb odwoławczy dla kandydatów nieprzyjętych:

1) W terminie 3 dni od dnia podania do publicznej wiadomości listy kandydatów przyjętych

i kandydatów nieprzyjętych, rodzic kandydata lub kandydat pełnoletni może wystąpić do komisji rekrutacyjnej z wnioskiem o sporządzenie uzasadnienia odmowy przyjęcia kandydata do szkoły

2) Komisja rekrutacyjna sporządza uzasadnienie w terminie 3 dni od dnia wystąpienia przez rodzica kandydata lub kandydata pełnoletniego z wnioskiem. Uzasadnienie zawiera przyczyny odmowy przyjęcia, w tym najniższą liczbę punktów, która uprawniała do przyjęcia, oraz liczbę punktów, którą kandydat uzyskał w postępowaniu rekrutacyjnym.

3) Rodzic kandydata lub kandydat pełnoletni może wnieść do Dyrektora odwołanie od rozstrzygnięcia komisji rekrutacyjnej w terminie 3 dni od dnia otrzymania uzasadnienia.

4) Dyrektor szkoły rozpatruje odwołanie od rozstrzygnięcia komisji rekrutacyjnej w terminie 3 dni od dnia otrzymania odwołania.

**Dyrektor Zespołu Szkół
im. Stanisława Staszica w Miętnej**

mgr inż. Lilja Nawrocka



**TEST SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ DLA KANDYDATÓW DO ODDZIAŁU PRZYGOTOWANIA WOJSKOWEGO
NA ROK SZKOLNY 2024/25**

Zespół Szkół im. Stanisława Staszica w Miętnej

Organizacja i przebieg testu

1. Test sprawnościowy odbędzie się w dniu 3 czerwca 2024 r. o godzinie 10.00 w sali sportowej ZS w Miętnej.
2. Osoby posiadające potwierdzenie lekarskie o czasowej niedyspozycji mogą przystąpić do testu sprawności fizycznej w drugim terminie do 28 czerwca 2024 o godzinie 10.00, w tym samym miejscu.
3. Test będzie przebiegał pod nadzorem i opieką nauczycieli wychowania fizycznego.
4. Każda osoba, przystępująca do egzaminu sprawności fizycznej zobowiązana jest okazać dokument potwierdzający tożsamość (legitymacja szkolna lub inny dokument ze zdjęciem).
5. Do testu nie powinny przystępować osoby z urazami kostno-stawowymi o charakterze przewlekłym, osoby chorujące na cukrzycę, silne alergie, astmę oskrzelową lub inne choroby ograniczające (uniemożliwiające) zwiększony wysiłek fizyczny.
6. Osoby przystępujące do testu powinny być odpowiednio przygotowane, powinny mieć odpowiedni strój sportowy (T-shirt, legginsy lub spodenki, obuwiu sportowe).
7. Uczestnicy testu kategorycznie nie mogą mieć na sobie biżuterii, mają mieć związane włosy, krótkie paznokcie (są to elementy stanowiące zagrożenie dla ćwiczącego oraz współćwiczących).
8. Wszyscy kandydaci są zobowiązani do przestrzegania zasad bhp obowiązujących na bloku sportowym, szatniach i w czasie ćwiczeń.
9. Test poprzedza rozgrzewka, która zapewnia optymalne przygotowanie kandydata do wzmożonego wysiłku.
10. Test sprawności fizycznej uwzględnia próby i normy z podziałem na płeć.

Test sprawności fizycznej stanowi jedną ze składowych systemu rekrutacji. Punkty otrzymane po wykonaniu wszystkich prób testu potwierdzają szczególne predyspozycje wymagane w czasie realizacji programu klas OPW.

Warunki dopuszczenia do testu

1. Warunkiem dopuszczenia do udziału w teście sprawności fizycznej jest:

- przedstawienie zgody rodzica/prawnego opiekuna na udział w teście córki/syna;



Zespół Szkół im. Stanisława Staszica w Miętnej
Miętne; ul. Główna 49; 08 - 400 Garwolin ▪ tel/fax (025) 682 30 88
zsmietne@mietne.edu.pl ▪ www.mietne.edu.pl

- wyrażenie zgody na przetwarzanie danych osobowych w celu przeprowadzenia rekrutacji do klasy OPW;

- przedstawienie zaświadczenia lekarskiego (lekarz rodzinny) o braku przeciwwskazań do czynnego udziału w teście. Zaświadczenie powinno być wystawione nie wcześniej niż 14 dni przed przystąpieniem do testu.

Brak któregokolwiek z wyżej wymienionych dokumentów skutkuje wykluczeniem kandydata z testu.

Dokumenty należy złożyć wraz z wnioskiem o przyjęcie do szkoły w sekretariacie szkoły w terminie do 29 maja 2024r.



.....
(data)

OŚWIADCZENIE RODZICÓW/OPIEKUNÓW PRAWNYCH

Nazwisko i imiona rodziców /opiekunów prawnych:.....

Adres zamieszkania rodziców/ opiekunów prawnych.....

Telefon kontaktowy (komórkowy).....

Wyrażam zgodę na udział syna/córki/podopiecznego*

.....
(imię i nazwisko kandydata)

w testach sprawnościowych do klasy pierwszej Technikum - Oddział Przygotowania Wojskowego, które odbędą się w wyznaczonym terminie na terenie szkoły (sala gimnastyczna) w dniu

Wyrażam zgodę na przetwarzanie danych osobowych zawartych w oświadczeniu oraz podaniu ich w celu udziału dziecka w testach sprawnościowych oraz przeprowadzenia procesu rekrutacji do szkoły w roku szkolnym 2024/2025.

Oświadczam, iż nie ma przeciwwskazań zdrowotnych do uczestnictwa mojego dziecka/ podopiecznego w testach sprawnościowych do szkoły.

.....
(Miejscowość, data)

.....
(Czytelny podpis rodziców/opiekunów prawnych)

* niepotrzebne skreślić



Próby testu sprawności fizycznej

1. Ocenie podlegać będą wszystkie zaplanowane próby. Uzyskane wyniki będą przeliczane na punkty w skali od 1 do 10:
 - 1 punkt to minimalna liczba punktów możliwa do uzyskania za jedną próbę;
 - 10 punktów to maksymalna liczba punktów uzyskana w jednej próbie.
2. Punkty uzyskane w każdej próbie będą sumowane, minimalna liczba punktów powinna stanowić 33% możliwych do uzyskania (13 punktów).
3. Każdy kandydat ma jedno podejście do wykonania próby.

Próby:

1. Próba siły mięśni ramion:
 - dziewczęta - zwis na drążku;
 - chłopcy - podciąganie z pełnego zwisu (łokcie w pełnym wyproście);
2. Próba siły mięśni brzucha - skłony w przód z leżenia tyłem (brzuski).
3. Próba skoczności - skok w dal z miejsca.
4. Próba zwinności - bieg wahadłowy 10 x 10 m.

Opis prób

1. Próba siły mięśni ramion.

Dziewczęta

Wykonanie - z podstawionego krzesła badana 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;

Pomiar - próba wykonywana jest 1 raz. Liczy się ilość wytrzymałych sekund we wspomnianej pozycji. Pomiar kończy się z chwilą gdy podbródek znajduje się poniżej drążka;

Chłopcy

Wykonanie - z podstawionego krzesła badany wykonuje na drążku nachwyt na szerokość barków i wykonuje zwis na prostych ramionach. Na sygnał "start" ćwiczący ugina ramiona w stawach łokciowych i podciąga się tak, aby broda znajdowała się nad drążkiem. Następnie wraca do pozycji wyjściowej w zwisie z wyprostowanymi ramionami. Pomiar - liczona jest ilość poprawnie wykonanych podciągnięć.



Punkty	Dziewczęta - zwis (pomiar w sekundach)	Chłopcy - podciąganie
1	3,0 s i mniej	1 i mniej
2	3,1 - 4,5	2
3	4,6 - 5,5	3
4	5,6 - 7,5	4
5	7,6 - 12,0	5
6	12,1 - 17,5	6 - 7
7	17,6 - 23,0	8 - 9
8	23,1 - 29,5	10 – 11
9	29,6 - 35	12 – 14
10	36 s. i więcej	15 i więcej

2. Próba siły mięśni brzucha - skłony w przód z leżenia tyłem (brzuszki)

Wykonanie - badany leży na materacu z rozstawionymi na szerokość 30 cm stopami, zahaczonymi o pierwszy szczebel drabinki, kolana ma ugięte pod kątem prostym. Ręce splecione na karku. Na sygnał „start” badany wykonuje skłony w przód dotykając łokciami kolan, następnie wraca do pozycji wyjściowej, ćwiczenie trwa 30 sekund.

Pomiar - notowana jest ilość wykonanych skłonów w ciągu 30 sekund;

Normy

Punkty	Dziewczęta	Chłopcy
1	Do 15	Do 20
2	16 – 20	21 – 25
3	21 – 25	26 – 30
4	26 – 30	31 – 35
5	31 – 35	36 – 40
6	36 – 40	41 – 45
7	41 – 45	46 – 50
8	46 – 50	51 – 55
9	51 – 55	56 – 60
10	Powyżej 55	Powyżej 60

3. Próba skoczności - skok w dal z miejsca

Wykonanie - testowany staje za linią, po czym z jednoczesnego odbicia obunóż wykonuje skok w dal na odległość do piaskownicy lub na materac;



Pomiar - skok jest mierzony w cm, od najbliższej pięty (lub części ciała dotykającej podłoża) do linii, z której rozpoczyna się próbę.

Normy

Punkty	Dziewczęta	Chłopcy
1	Do 65 cm	Do 90 cm
2	66 – 85 cm	91 – 110 cm
3	86 – 105 cm	111 – 130 cm
4	106 – 120 cm	131 – 150 cm
5	121 – 141 cm	151 – 170 cm
6	142 – 155 cm	171 – 190 cm
7	156 – 170 cm	191 – 210 cm
8	171 – 191 cm	211 – 230 cm
9	192 – 200 cm	231 – 245 cm
10	Powyżej 200 cm	Powyżej 245 cm

4. Próba zwinności - bieg wahadłowy 10 x 10 m.

Wykonanie - Na komendę „Start” ćwiczący rozpoczyna bieg w kierunku przeciwległej chorągiewki, obiega ją, wraca do chorągiewki na linii startu, obiega ją i pokonuje tę trasę pięciokrotnie. Po każdym okrążeniu oceniający (kontrolujący) informuje o liczbie powtórzeń, np.: „Jeszcze dwa razy”, „Jeszcze raz”. Przewrócenie chorągiewki powoduje powtórzenie próby, która jest próbą ostateczną.

Pomiar - Czas mierzy się z dokładnością do 0,1 sekundy, od sygnału startu do momentu przekroczenia linii mety.

Normy

Punkty	Dziewczęta - pomiar w sekundach	Chłopcy - pomiar w sekundach
1	43,6 i więcej	41,6 i więcej
2	43,5 – 42,6	41,6 – 40,6
3	42,5 – 41,6	40,5 – 39,6
4	41,5 – 40,6	39,5 – 37,6
5	40,5 – 38,6	37,5 – 35,6
6	38,5 – 36,6	35,5 – 33,6
7	36,5 – 34,6	33,5 – 32,6
8	34,5 – 33,6	32,5 – 31,6
9	33,5 – 32,6	31,5 – 30,6
10	32,5 i mniej	30,0 i mniej

