



Szkoła Podstawowa
z Oddziałami Integracyjnymi nr 344
im. Powstania Warszawskiego
ul. Erazma z Zakrocymia 15
03-185 Warszawa
tel. 22 614-90-30 fax. 22 676-64-05
NIP: 524 22 75 453

**Karta kandydata nr
ubiegającego się o przyjęcie do klasy I o profilu pływanie
w roku szkolnym 2022/2023**

Nazwisko i imiona dziecka

.....

Data urodzenia

.....

Miejsce urodzenia

.....

Numer PESEL

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Adres zamieszkania

.....

Obwód szkoły zgodny z miejscem zameldowania

.....

Wynik sprawdzianu przeprowadzonego w dniu

.....

Imię i nazwisko trenera

.....

Test umiejętności pływackich składa się z zadań pływackich

- Wydech do wody:** pkt.
 - 0 pkt brak wykonania wydechu
 - 5 pkt wykonanie co najmniej kilka wydechów
- Przeplnięcie pod przeszkodą – lina torowa** pkt.
 - 0 pkt brak wykonania przeplnięcia
 - 5 pkt przeplnięcie od ściany krawędzi pływalni pod liną torową
 - 10 pkt skok z krawędzi pływalni i przeplnięcie pod liną torową

- 15 pkt skok z krawędzi pływalni i przepłynięcie pod liną torową bez dotykania dna
3. **Ślizg w pozycji na piersiach na odcinku 5m** pkt.
- 0 pkt brak podjęcia próby
 - 5 pkt poślizg na piersiach z przyborem
 - 10 pkt poślizg na piersiach do 5m.
 - 15 pkt poślizg na piersiach powyżej 5m
4. **Ślizg w pozycji na grzbiecie na odcinku 5m** pkt.
- 0 pkt brak podjęcia próby
 - 5 pkt poślizg na grzbiecie z przyborem
 - 10 pkt poślizg na grzbiecie do 5m
 - 15 pkt poślizg na grzbiecie powyżej 5m
5. **Naprzemienna praca nóg w pozycji na grzbiecie** pkt.
- 0 pkt brak podjęcia próby
 - 5 pkt przepłynięcie z przyborem na odc. 10m
 - 10 pkt przepłynięcie bez przyboru 25m
6. **Naprzemienna praca nóg w pozycji na piersiach** pkt.
- 0 pkt brak podjęcia próby
 - 5 pkt przepłynięcie z przyborem na odc. 10m
 - 10 pkt przepłynięcie z przyborem 25m
7. **Pływanie kraulem w pozycji na grzbiecie** pkt.
- 0 pkt brak podjęcia próby
 - 15 pkt za przepłynięcie kraulem na grzbiecie na odc. 25m
8. **Pływanie kraulem w pozycji na piersiach** pkt.
- 0 pkt brak podjęcia próby
 - 15 pkt za przepłynięcie kraulem na piersiach na odc. 25m

RAZEM pkt.

Podpis trenera

Data