

**Regulamin prób sprawności fizycznej oddziału mistrzostwa sportowego o profilu piłka nożna w II Liceum Ogólnokształcącym im. Krzysztofa Kamila Baczyńskiego w Świdniku. Rekrutacja do klasy pierwszej na rok szkolny 2026/2027**

1. Próby sprawności fizycznej przeprowadza się w terminie 15.06.2026 r. godz. 17.00 (zbiórka 16:30).
2. Próby sprawności będą przeprowadzone na boiskach klubu MKS Avia Świdnik Sp. z o.o. przy ul. Sportowej 2 w Świdniku.
3. W pracach komisji rekrutacyjnej do przeprowadzenia prób sprawności fizycznej uczestniczą trenerzy Akademii Piłkarskiej Avii Świdnik.
4. Dokumenty wymagane przed przystąpieniem do próby sprawności fizycznej dla kandydatów do oddziału mistrzostwa sportowego które należy złożyć w terminie od 8.06.2026 r. do 12.06.2026 r.:
  - Wniosek o przyjęcie do szkoły, do oddziału mistrzostwa sportowego.
  - Orzeczenie lekarskie potwierdzające bardzo dobry stan zdrowia kandydata, kwalifikujące do oddziału mistrzostwa sportowego o specjalności piłka nożna wydane przez lekarza podstawowej opieki zdrowotnej lub przedłożenie aktualnej karty zdrowia sportowca (obowiązujące tylko do przystąpienia do próby sprawności fizycznej). Kandydaci, którzy nie złożą w/w dokumentów, nie będą mogli wziąć udziału w próbach sprawności fizycznej.
  - Pisemna zgoda rodziców na uczęszczanie dziecka do oddziału mistrzostwa sportowego i jego udziału w próbach sprawności fizycznej oraz treningach, zawodach i obozach sportowych.
5. Próba sprawności fizycznej:
  - Miejsce: boisko pełnowymiarowe ze sztuczną nawierzchnią,
  - Kolejność prób:
    1. Szybkość.
    2. Próba mocy (skok w dal z miejsca).
    3. Technika specjalna (prowadzenie piłki, podanie i przyjęcie piłki, strzał do celu).
    4. Gra mała 4x4/5x5 – ocena umiejętności w 4 obszarach:

- zaangażowanie w grę w ataku i w grę w obronie,
  - współpraca z partnerem na boisku,
  - decyzyjność (podania, strzał, drybling),
5. Gra duża 9x9/11x11 - ocena umiejętności w 4 obszarach:
- zaangażowanie w grę w ataku i w grę w obronie,
  - współpraca z partnerem na boisku,
  - decyzyjność (podania, strzał, drybling),
6. Test wytrzymałości.
- Harmonogram przebiegu prób:
    1. Rejestracja kandydatów.
    2. Omówienie z kandydatami prób i zasad.
    3. Próby 1 - 5,
    4. Próba 6 - test wytrzymałości.
    5. Zakończenie testu, podziękowanie uczestnikom.
    6. Podanie wyników testu uczestnikom w terminie określonym w harmonogramie rekrutacji: 19.06.2026 r.
  - Informacje ogólne:
    - ocena zawodników – do oceny próby GRA MAŁA i GRA DUŻA wymagana jest liczba minimum 2 osób przeprowadzających próbę sprawności przypadających na 1 zespół, do przeprowadzenia pozostałych prób sprawnościowych minimum 3 trenerów,
    - rozmiar bramek: 7,32m x 2,44m,
    - piłki rozmiar 5 (450g),
    - boisko o wymiarach wg przepisów gry w piłkę nożną dla danej gry.

- Punktacja:

Szybkość (Bieg na dystansie 30m)

Czas	Punkty
$\leq 4,19$ s	10 pkt
4,20 – 4,40 s	8 pkt
4,41 – 4,60 s	6 pkt
4,60 – 4,80 s	4 pkt
$\geq 4,81$ s	2 pkt

Skok w dal z miejsca (max 10 pkt)

Odległość	Punkty
$\geq 240$ cm	10 pkt
225 – 239 cm	8 pkt
210– 224 cm	6 pkt
209 – 189 cm	4 pkt
$\leq 189$ cm	2 pkt

Test Wytrzymałości (max 10 pkt)

Wynik	Punkty
$\geq$ poziom 11.0	10 pkt
9.6 – 10.9	8 pkt
8.1 – 9.5	6 pkt
7.0 – 8.1	4 pkt
$\leq 7.0$	2 pkt

Technika specjalna (max 10 pkt)

Kryterium	Punkty
Bardzo wysoki poziom (pełna kontrola, obie nogi, szybkość, precyzja)	9–10 pkt
Dobry poziom (niewielkie błędy, dobra jakość)	7–8 pkt
Poziom przeciętny (poprawnie, ale bez dynamiki i dokładności)	5–6 pkt
Poziom niski (częste błędy techniczne)	3–4 pkt
Bardzo niski poziom	1–2 pkt

Gra mała (4x4 / 5x5) (max 10 pkt)

Poziom gry	Punkty
Zawodnik wyróżniający się (decyzyjność, dynamika, kreatywność)	9–10 pkt
Gra dobra (aktywny, poprawne decyzje)	7–8 pkt
Gra przeciętna	5–6 pkt
Gra słaba (mały wpływ na grę)	3–4 pkt
Brak wpływu na grę	1–2 pkt

Gra duża (9x9/11x11) (max 10 pkt)

Poziom	Punkty
Bardzo dobre rozumienie gry, wysoka intensywność, wpływ na wynik	9–10 pkt
Dobry poziom (poprawne ustawienie i decyzje)	7–8 pkt
Poziom przeciętny	5–6 pkt
Problemy taktyczne i decyzyjne	3–4 pkt
Poziom niewystarczający	1–2 pkt

7. Postanowienia końcowe:

- Maksymalna liczba punktów do zdobycia: 60 pkt.
- Próbę sprawności fizycznej uznaje się za zaliczoną, jeśli kandydat uzyska 50% wszystkich punktów możliwych do zdobycia. W przypadku zdobycia mniejszej liczby punktów, kwalifikacja zostanie uzależniona od liczby miejsc,
- z prób sprawności fizycznej komisja rekrutacyjna na podstawie opracowanych arkuszy wyników z przeprowadzenia próby sprawności fizycznej do oddziału mistrzostwa sportowego sporządza protokół i przedstawia niezwłocznie dyrektorowi szkoły.