

Zasady rekrutacji do klasy sportowej w IV LO w Białymstoku na rok szkolny 2009 - 2010

1. Ogólne zasady funkcjonowania klasy sportowej :

1) IV LO w Białymstoku prowadzi klasy sportowe o specjalizacji :

a) lekka atletyka w 4 grupach treningowych :

> biegi średnie (2 grupy) > biegi krótkie i skoki > rzuty

(5 - 6 miejsc w każdej grupie treningowej - razem 22 miejsca w kl. I)

b) strzelectwo sportowe w 3 grupach treningowych : 1) karabin sportowy,

2) pistolet sportowy, 3) strzel. śrutowe i ruchoma tarcza (razem 8 miejsc w kl. I)

2) rozszerzony program nauczania : wychowanie fizyczne (10 godz. tygodniowo) i biologia,

2) zajęcia sportowe odbywają się : na obiektach własnych szkoły (sala gimnastyczna, siłownia, sauna, boisko, tartanowa bieżnia i skocznia w dal), na stadionie w Zwierzyńcu (10 minut spaceru), strzelnicy przy ulicy Grunwaldzkiej (15 minut spaceru),

3) uczniowie klas sportowych : korzystają z bezpłatnych obiadów w stołówce szkolnej, uczestniczą w obozach i zawodach sportowych, mają dogodny rozkład zajęć, mogą korzystać z internatu przy ulicy Bema (10 minut spaceru).

2. Do klasy sportowej prowadzona jest odrębna rekrutacja :

1) warunkiem przyjęcia do klasy sportowej jest zaliczenie testów sprawnościowych,

2) spośród kandydatów, którzy zaliczą test sprawnościowy przyjęci zostaną ci, którzy uzyskają największą sumę punktów powstałą z dodania punktów za :

a) wyniki egzaminu gimnazjalnego, stopnie z zajęć edukacyjnych, osiągnięcia kandydata wymienione na świadectwie ukończenia gimnazjum,

b) wyniki testów sprawnościowych.

3. Kryteria zaliczenia testów sprawnościowych :

1) L e k k a a t l e t y k a

- obowiązkowy sprawdzian : bieg na 100 m, skok w dal z miejsca,
- sprawdzian z 1 konkurencji kierunkowej do wyboru spośród : bieg na 100m, bieg na 100m przez płotki, bieg na 400m, bieg na 800m (dziewczeta), bieg na 1500m (chłopcy), skok w dal, skok wzwyż, pchnięcie kulą, rzut oszczepem, rzut dyskiem,

- obowiązkowy sprawdzian nie jest punktowany; wymagane jest jego zaliczenie, czyli uzyskanie minimalnego wyniku,

- wynik sprawdzianu z konkurencji kierunkowej jest przeliczany na punkty, o których mowa w punkcie 2. 2) b),

- tabele wyników konkurencji obowiązkowych i kierunkowych oraz ich punktacja są dostępne w sekretariacie i na stronie internetowej IV LO w Białymstoku,

- posiadanie co najmniej IV klasy sportowej w lekkiej atletyce (potwierdzonej przez Podlaski Okręgowy Związek Lekkiej Atletyki) zwalnia ze sprawdzianu z konkurencji kierunkowej z zaliczeniem maksymalnej liczby punktów,
- wynik osiągnięty na zawodach Ligi Lekkoatletycznej i Gimnazjady województwa podlaskiego w roku 2009 może być uznany za wynik sprawdzianu z konkurencji kierunkowej po zgłoszeniu przez kandydata tego faktu Komisji Rekrutacyjno - Kwalifikacyjnej i przedstawieniu pisemnego potwierdzenia ze strony Szkolnego Związku Sportowego; zasady przeliczania wyniku na punkty ustala Komisja.

2) Strzelectwo sportowe

- zasady przeprowadzenia sprawdzianu strzeleckiego w konkurencjach pneumatycznych
 - * odległość - 10 m * tarcze - właściwe dla danej konkurencji według norm PZSS
 - * postawa strzelecka - stojąca czas łączny - 15 minut
 - * liczba strzałów : próbnych - bez ograniczeń, ocenianych - 10
- zasady zaliczenia sprawdzianu strzeleckiego (testu sprawnościowego)
 - * uzyskanie co najmniej 50 pkt. w serii dziesięciu strzałów **lub**
 - * posiadanie co najmniej III klasy sportowej w strzelectwie sportowym (*)
potwierdzonej przez Podlaski Związek Strzelectwa Sportowego i pozytywnej opinii trenera klubowego lub trenera koordynatora kadry wojewódzkiej

(*) - III klasa sportowa w strzelectwie sportowym oznacza uzyskanie na oficjalnych zawodach minimum : 346/400 pkt. w karabinie pneumatycznym lub 332/400 pkt. w pistolecie pneumatycznym
- o kolejności przyjęcia do klasy sportowej strzelectwa sportowego decyduje suma punktów powstała z dodania pkt. za :
 - wyniki egzaminu gimnazjalnego, stopnie z zajęć edukacyjnych, osiągnięcia kandydata o których mowa w § 2 ogólnych zasad rekrutacji,
 - III klasę sportową w strzelectwie (40 pkt.) **lub** wyniki sprawdzianu strzeleckiego punktowanego według zasady : 1 punkt klasyfikacyjny za każdy punkt powyżej 50 uzyskany podczas sprawdzianu (np. za wynik 67 pkt. do tarczy kandydat otrzymuje 17 pkt. klasyfikacyjnych)

4. Dodatkowe dokumenty składane przez kandydatów do klasy sportowej :

- 1) wniosek o przyjęcie do klasy sportowej (druk wniosku - w sekretariacie Liceum),
- 2) zaświadczenie lekarskie kwalifikujące do klasy sportowej wydane przez lekarza poradni medycyny sportowej (np. z Przychodni Sportowo - Lekarskiej w Białymstoku, ul. Pogodna 4, tel. 085 742-22-24 lub z Podlaskiego Centrum Medycyny Sportowej w Białymstoku, ul. Bema 3, III piętro, tel. 085 744-39-84) na podstawie skierowania lekarza rodzinnego,
- 3) pisemna zgoda rodziców (opiekunów) na naukę w klasie sportowej (druk - w sekretariacie),
- 4) kserokopię świadectwa ukończenia II klasy gimnazjum (potwierdzonej za zgodność z oryginałem w sekretariacie IV LO) oraz wykaz ocen za I semestr III klasy gimnazjum,
- 5) wynik zaliczenia testów sprawnościowych (jeżeli kandydat zdawał je w innej szkole),

6) potwierdzenie posiadania klasy sportowej,

7) potwierdzenie wyniku osiągniętego na zawodach sportowych, o których mowa w pkt. 3. 1).

5. Terminy rekrutacji do klasy sportowej :

Dodatkowe terminy rekrutacji do klasy sportowej (lekka atletyka lub strzelectwo) :

- składanie wniosek o przyjęcie do klasy sportowej (na druku przygotowanym przez szkołę) :
 - do 18 maja 2009r. do godz. 12.30
- spotkanie kandydatów do klasy sportowej z trenerami - m.in. omówienie zasad rekrutacji, ustalenie zasad organizacji zajęć przygotowujących kandydatów do zaliczenia testów sprawnościowych :
 - 16 kwietnia 2009 r. godz. 15.00 - hol w części sportowej
- zajęcia przygotowujące kandydatów do zaliczenia testów sprawnościowych :
 - 20 kwietnia - 15 maja 2009 r.
- I termin testów sprawnościowych :
 - lekka atletyka - 18 maja 2009r., godz. 12.30
 - strzelectwo sportowe - 20 maja 2009r., godz. 8.00
- II termin testów sprawnościowych : 3 czerwca 2008r.
 - godz.8.00 strzelectwo sportowe
 - godz. 12.30 lekka atletyka

Test lekkoatletyczny odbędzie się na Stadionie Miejskim w Zwierzyńcu, test strzelecki na strzelnicy przy ul. Grunwaldzkiej.

Zbiórka kandydatów w holu części sportowej budynku IV LO.

W II terminie testów mogą wziąć udział :

- kandydaci, którzy chcą poprawić wynik z testu z I terminu,
- kandydaci, którzy nie uczestniczyli w teście w I terminie.

6. Dlaczego warto wybrać klasę sportową w IV LO w Białymstoku ?

- od 31 lat prowadzimy klasy sportowe o specjalizacji lekka atletyka i od 7 lat strzelectwo,
- od wielu lat zajmujemy czołowe miejsca we współzawodnictwie sportowym w województwie podlaskim (I miejsce za rok szk. 2007/08, III miejsce za rok szk. 2006/07, I miejsce za rok szk. 2005/06, w klasyfikacji Wojewódzkiego Szkolnego Związku Sportowego),
- jesteśmy jednym z najlepszych liceów Białegostoku i województwa podlaskiego - kończąc naszą szkołę masz szansę być nie tylko dobrym sportowcem, ale także dobrze zdać maturę i dostać się na dobre studia.

7. Informacje :

- Zasady rekrutacji do IV LO w Białymstoku są dostępne :
 - na stronie internetowej IV LO w Białymstoku : www.4lo.bialystok.pl
 - w sekretariacie IV LO w Białymstoku - na szybie obok wejścia głównego do szkoły
 - w gimnazjach (każde gimnazjum otrzymało kilka egzemplarzy)

- Pokój nauczycieli WF - tel. 085 742-93-19 (Krzysztof Wojszko - koordynator ds. sportu, trenerzy) ; Sekretariat Liceum - tel. 085 742-23-18
- Trenerzy lekkiej atletyki :
 - Jerzy Mydlarz (biegi średnie) - Zofia Jabłońska (biegi średnie)
 - Krzysztof Wojszko (biegi krótkie i skoki) - Cezary Wojno (rzuty)
- Trener strzelectwa sportowego - Włodzimierz Aleksiejuk, tel. 0502649400
- Druki można otrzymać w sekretariacie IV LO lub wziąć ze szkolnej strony internetowej

**Tabele wyników i punktów
konkurencji obowiązkowych i kierunkowych z lekkiej atletyki
na teście sprawnościowym podczas rekrutacji do klasy sportowej
IV LO w Białymstoku na rok szkolny 2009 - 2010**

I. Konkurencje obowiązkowe

Skok w dal z miejsca	
Chłopcy – 200 cm	Dziewczęta – 180 cm

II. Konkurencje kierunkowe

C h ł o p c y

Bieg na 100 m	Bieg na 400 m	Bieg na 1500 m	Bieg na 100 mp pł	Skok w dal	Punkty
12,14 -12,00 s	54,99 - 54,50 s	4,22 - 4:19 min	17,26 -17,20 s	5,93 - 6,00 m	36 - 40 pkt
12,29 -12,15 s	55,49 - 55,00 s	4:25 - 4:23 min	17,34 -17,27 s	5,85 - 5,92 m	31 - 35 pkt
12,39 -12,30 s	55,99 - 55,50 s	4:27 - 4:26 min	17,41 -17,35 s	5,77 - 5,84 m	26 - 30 pkt
12,49 -12,40 s	56,49 - 56,00 s	4:29 - 4:28 min	17,49 -17,42 s	5,71 - 5,76 m	21 - 25 pkt
12,74 -12,50 s	57,49 -56,50 s	4:39 - 4:30 min	17,99 -17,50 s	5,54 - 5,70 m	16 - 20 pkt
12,99 -12,75 s	58,49 - 57,50 s	4:49 - 4:40 min	18,99 -18,00 s	5,29 - 5,55 m	11 - 15 pkt
13,29 -13,00 s	59,49 - 58,50 s	4:59 - 4:50 min	19,99 -19,00 s	5,16 - 5,30 m	6 - 10 pkt
13,50 -13,30 s	60,00 - 59,50 s	5:10 - 5:00 min	20,99 - 20,00 s	5,00 - 5,15 m	5 pkt

Skok wzwyż	Pchnięcie kulą 5 kg	Rzut oszczepem	Rzut dyskiem	Punkty
173 - 175 cm	11,91 - 12,50	40,01 - 42,00	34,01 - 35,50	36 - 40 pkt
171 - 172 cm	11,31 - 11,90	39,01 - 40,00	33,01 - 34,00	31 - 35 pkt
169 - 170 cm	10,81 - 11,30	38,01 - 39,00	32,01 - 33,00	26 - 30 pkt
166 - 168 cm	10,51 - 10,80	37,01 - 38,00	31,01 - 32,00	21 - 25 pkt
162 - 165 cm	10,01 - 10,50	35,01 - 37,00	30,01 - 31,00	16 - 20 pkt
159 - 161 cm	9,51 - 10,00	33,01 - 35,00	29,01 - 30,00	11 - 15 pkt
155 - 158 cm	9,01 - 9,50	31,01 - 33,00	28,01 - 29,00	6 - 10 pkt
154 - 153 cm	8,50 - 9,00	30,00 - 31,00	27,00 - 28,00	5 pkt

D z i e w c z ę t a

Bieg na 100 m	Bieg na 400 m	Bieg na 800 m	Bieg na 100 mp pł	Skok w dal	Punkty
13,69 - 13,60 s	63,99 - 63,50 s	2:31 - 2:30 min	17,26 - 17,20 s	4,96 - 5,00 m	36 - 40 pkt
13,82 - 13,70 s	64,49 - 64,00 s	2:33 - 2:32 min	17,34 - 17,27 s	4,91 - 4,95 m	31 - 35 pkt
13,94 - 13,83 s	64,99 - 64,50 s	2:35 - 2:34 min	17,41 - 17,35 s	4,86 - 4,90 m	26 - 30 pkt
14,09 - 13,95 s	65,99 - 65,00 s	2:37 - 2:36 min	17,49 - 17,42 s	4,81 - 4,85 m	21 - 25 pkt
14,19 - 14,10 s	66,99 - 66,00 s	2:39 - 2:38 min	17,99 - 17,50 s	4,71 - 4,80 m	16 - 20 pkt
14,29 - 14,20 s	67,99 - 67,00 s	2:42 - 2:40 min	18,99 - 18,00 s	4,61 - 4,70 m	11 - 15 pkt
14,39 - 14,30 s	68,99 - 68,00 s	2:45 - 2:43 min	19,99 - 19,00 s	4,51 - 4,60 m	6 - 10 pkt
14,50 - 14,40 s	70,00 - 69,00 s	2:50 - 2:45 min	20,99 - 20,00 s	4,30 - 4,50 m	5 pkt

Skok wzwyż	Pchnięcie kulą 3 kg	Rzut oszczepem	Rzut dyskiem	Punkty
149 - 150 cm	9,56 - 9,70 m	31,01 - 32,50 m	26,01 - 27,50 m	36 - 40 pkt
147 - 148 cm	9,41 - 9,55 m	30,01 - 31,00 m	25,01 - 26,00 m	31 - 35 pkt
145 - 146 cm	9,26 - 9,40 m	29,01 - 30,00 m	24,01 - 25,00 m	26 - 30 pkt
143 - 144 cm	9,01 - 9,25 m	28,01 - 29,00 m	23,01 - 24,00 m	21 - 25 pkt
141 - 142 cm	8,76 - 9,00 m	27,01 - 28,00 m	22,01 - 23,00 m	16 - 20 pkt
139 - 140 cm	8,51 - 8,75 m	26,01 - 27,00 m	21,01 - 22,00 m	11 - 15 pkt
137 - 138 cm	8,26 - 8,50 m	25,01 - 26,00 m	20,01 - 21,00 m	6 - 10 pkt
135 - 136 cm	8,00 - 8,25 m	24,00 - 25,00 m	19,00 - 20,00 m	5 pkt