

ZESPÓŁ SZKÓŁ



im. Ignacego Łukasiewicza

REGULAMIN PRZEPROWADZANIA PRÓB SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ

**dla kandydatów
do oddziału sportowego
o profilu piłki ręcznej**

**w V Liceum Ogólnokształcącym
w Zespole Szkół Centrum Edukacji
im. Ignacego Łukasiewicza**

na rok szkolny 2026/2027

**Zespół Szkół Centrum Edukacji
im. Ignacego Łukasiewicza
Al. F. Kobylińskiego 25
09-400 Płock**

Sekretariat:

V Liceum Ogólnokształcącego – tel. +48 24 365 86 37

– e-mail: zsce@zsce.pl

PODSTAWA ORGANIZACJI TESTÓW

Regulamin określa zasady przeprowadzania Prób sprawności fizycznej, w ramach, których wyróżniamy:

- testy sprawności fizycznej oraz
- testy umiejętności gry w piłkę ręczną

dla kandydatów ubiegających się o przyjęcie do oddziału sportowego o profilu piłki ręcznej w V Liceum Ogólnokształcącym w Zespole Szkół Centrum Edukacji im. Ignacego Łukasiewicza w roku szkolnym 2026/2027.

TERMINY I MIEJSCA PRZEPROWADZANIA TESTÓW

1. I termin przeprowadzenia prób sprawności fizycznej:

- **31 maja 2026 r. godz. 16:00** – próby sprawnościowe – hala sportowa w Zespole Szkół Technicznych „70” – Płock, Al. Jana Kilińskiego 4a;
- **1 czerwca 2026 r. godz. 10:00** – piłka ręczna – umiejętności indywidualne – hala sportowa w Zespole Szkół Centrum Edukacji im. Ignacego Łukasiewicza – Płock, Al. Floriana Kobylińskiego 25;
- **1 czerwca 2026 r. godz. 16:00** – piłka ręczna – fragmenty gry – hala sportowa w Zespole Szkół Centrum Edukacji im. Ignacego Łukasiewicza – Płock, Al. Floriana Kobylińskiego 25.
- **15 czerwca 2026 r.** – ogłoszenie wyników prób sprawności fizycznej po I terminie

2. II termin prób sprawności fizycznej:

- **22 czerwca 2026 r. godz. 10.00** – próby sprawnościowe*
- **22 czerwca 2026 r. godz. 16:00** – piłka ręczna*
- **2 lipca 2026 r.** – ogłoszenie wyników prób sprawności fizycznej z II terminu

3. REKRUTACJA UZUPEŁNIAJACA – termin prób sprawności fizycznej:

- **30 lipca 2026 r. godz. 10.00** – próby sprawnościowe*
- **lipca 2026 r. godz. 16:00** – piłka ręczna*
- **lipca 2026 r.** – ogłoszenie wyników z terminu uzupełniającego.

* miejsce prób sprawności fizycznej w terminie dodatkowym oraz w rekrutacji uzupełniającej zostanie podane w późniejszym terminie.

CEL TESTÓW

Celem przeprowadzanych testów jest ocena:

- poziomu sprawności fizycznej kandydatów,
- predyspozycji motorycznych,
- poziomu umiejętności technicznych w piłce ręcznej,
- umiejętności gry i współpracy w sytuacjach meczowych.

WARUNKI UDZIAŁU W TESTACH

Warunkiem dopuszczenia kandydata do udziału w testach jest:

1. Złożenie wymaganych dokumentów rekrutacyjnych zgodnie z harmonogramem szkoły.
2. Posiadanie aktualnego zaświadczenia lekarskiego o braku przeciwwskazań do udziału w testach sprawnościowych lub aktualnej karty zdrowia sportowca.
3. Posiadanie stroju sportowego oraz obuwia sportowego odpowiedniego do zajęć na hali sportowej.
4. Stawienie się na testy minimum 30 minut przed rozpoczęciem.

STRUKTURA TESTÓW I SYSTEM PUNKTACJI

Proces kwalifikacyjny obejmuje trzy części:

- test sprawności fizycznej,
- test umiejętności indywidualnych oraz
- test fragmentów gry.

Rodzaj testu	Maksymalna liczba punktów	Udział procentowy
Test sprawności fizycznej*	40 pkt	40%
Test umiejętności indywidualnych	30 pkt	30%
Test fragmentów gry	30 pkt	30%
Łącznie	100 pkt	100%

*W skład testów sprawności fizycznej wchodzi:

Nazwa testu	Maksymalna liczba punktów
TEST 5-0-5	8 pkt
Skok w dal z miejsca	8 pkt
Test szybkości liniowej	8 pkt
Podciąganie na drążku podchwytem	8 pkt
Rzut piłką lekarską (3 kg) zza głowy	8 pkt
Łącznie	40 pkt

KRYTERIA OCENY

1. Test sprawności fizycznej - maksymalna liczba punktów: **40 pkt**

2. Test umiejętności indywidualnych - maksymalna liczba punktów: **30 pkt**

Ocena obejmuje:

- technikę podań i chwyków,
- poruszanie plus rzuty z pozycji,
- gra 1x1 (atak-obrona).

3. Test fragmentów gry - maksymalna liczba punktów: **30 pkt**

Ocena obejmuje:

- umiejętność podejmowania decyzji,
- umiejętność gry w ataku i obronie,
- fragmenty gry: 2x1, 2x2, 3x2, 3x3. 4x3.

KRYTERIA ZALICZENIA TESTÓW

Wynik końcowy - każdy kandydat może uzyskać maksymalnie **100 punktów**.

O kolejności przyjęcia decyduje:

- najwyższy uzyskany wynik ze wszystkich trzech części testu sprawności;
- najwyższy uzyskany wynik w rankingu na pozycji w grze.

POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Testy przeprowadza Zespół powołany zarządzeniem przez Dyrektora Szkoły.
2. Decyzje Zespołu są ostateczne i niepodważalne.
3. Kandydaci zobowiązani są do przestrzegania zasad bezpieczeństwa oraz poleceń Zespołu przeprowadzającego testy.
4. Nieobecność kandydata w wyznaczonych terminie testów jest równoznaczna z rezygnacją z udziału w procesie rekrutacji do klasy sportowej.
5. Szkoła nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy pozostawione na terenie obiektu sportowego.

Bartłomiej Biernacki
Dyrektor
Zespołu Szkół Centrum Edukacji
im. Ignacego Łukasiewicza

Wszelkie informacje dotyczące rekrutacji na rok szkolny 2026/2027 dostępne są na stronie internetowej szkoły pod adresem: www.zsce.pl.