

TESTY SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ DO ODDZIAŁU PRZYGOTOWANIA WOJSKOWEGO

Kandydaci do klasy technik spedytor z oddziałem przygotowania wojskowego OPW wyłonieni zostaną na podstawie przeprowadzonych testów sprawnościowych.

Termin testów sprawnościowych:

05 czerwca 2025 r. godzina 16:00

03 lipca 2025 r. godzina 10:00

Zapisz się telefonicznie: **95 758 25 77**

Pobierz w menu *Rekrutacja* na stronie internetowej CKZiU i wydrukuj zgodę rodziców na udział w teście sprawności. Podpisaną przez rodziców zgodę przynieś na test.

**Zbiórka kandydatów przystępujących do testów sprawnościowych do klasy przygotowania
wojskowego przed wejściem do budynku szkoły Technikum nr 2.**

Testy odbędą się na boisku szkolnym przy Al. Niepodległości 13. W przypadku złych warunków atmosferycznych testy odbędą się na sali gimnastycznej.

TEST SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ OBEJMUJE:

Test sprawności fizycznej przeprowadzony będzie w formie prób określających poziom rozwoju zdolności motorycznych – siły, szybkości, wytrzymałości i skoczności.

CHŁOPCY

L.p.	Liczba punktów	25	20	15	10	5
1.	Ugięcia ramion w podporze przodem (pompki)	30	29-23	22-16	15-10	9-5
2.	Bieg po kopercie (czas w sekundach)	do 18	18,1-19	19,1-20	20,1-21	21,1-22
3.	Skok w dal z miejsca (odległość w centymetrach)	240	239-230	229-220	219-210	209-200
4.	Bieg wahadłowy 6x10m (czas w sekundach)	do 9,6	10,7-9,7	12,2-10,8	13,5-12,3	14,7-13,6
max - 100 pkt. min - 30 pkt.						

DZIEWCZĘTA:

L.p.	Liczba punktów	25	20	15	10	5
1.	Rzut piłką lekarską 2 kg (odległość w metrach)	pow. 7,6	7,6-6,9	6,8-6,0	5,9-5,2	5,1-4,8
2.	Bieg po kopercie (czas w sekundach)	do 21	21,1-22	22,1-23	23,1-24	24,1-25
3.	Skok w dal z miejsca (odległość w centymetrach)	195	194-180	179-170	169-160	159-150
4.	Bieg wahadłowy 6x10m (czas w sekundach)	do 10,6	11,8-10,7	11,9-13,6	13,7-15,3	15,4-16,5
max - 100 pkt. min - 30						

- Kandydat może uzyskać max 100 pkt. łącznie z czterech prób testu sprawności fizycznej, który obowiązkowo przechodzą wszyscy kandydaci do klasy OPW.
- Próbę sprawności fizycznej zalicza kandydat, który uzyskał minimum 30 pkt.
- Kandydaci, którzy uzyskali pozytywny wynik prób sprawności fizycznej przechodzą do dalszego etapu rekrutacji, zgodnie z obowiązującymi terminami oraz przepisami oświatowymi.
- Szczegółowe informacje o terminie prób sprawności fizycznej i punktacji z poszczególnych prób sprawnościowych dostępne będą w sekretariacie szkoły oraz na stronie internetowej.
- Złożenie zapisu na testy wraz z podpisem rodzica lub prawnego opiekuna są równoznaczne z oświadczeniem, że stan zdrowia dziecka umożliwia przystąpienie do testu sprawnościowego.

UWAGA !!! Kandydaci przystępujący do egzaminu sprawności fizycznej muszą posiadać odpowiedni strój sportowy oraz obuwie sportowe.