

LEKKA ATLETYKA

ZASADY REKRUTACJI DO I KLASY SPORTOWEJ VII LO ZIELONA GÓRA.

Wymagania dla kandydatów do I klasy sportowej VII LO Zielona Góra.

Kandydat musi spełniać podane niżej wymagania:

1. Posiada bardzo dobry stan zdrowia, potwierdzony orzeczeniem lekarskim o zdolności do uprawiania lekkiej atletyki wydanym przez lekarza specjalistę z dziedziny medycyny sportowej lub innego uprawnionego lekarza, zgodnie z przepisami w sprawie trybu orzekania o zdolności do uprawiania sportu przez dzieci i młodzież do ukończenia 21 roku życia;
2. Posiada pisemną zgodę rodziców lub opiekunów prawnych na uczęszczanie do klasy sportowej VII LO Zielona Góra;
3. Spełnia co najmniej jeden z n/w warunków w zakresie sprawności sportowej w zakresie lekkiej atletyki:
 - uczestniczył w Mistrzostwach Polski Młodzików U-16 (MPMł.);
 - zajął miejsce I-XII w Międzywojewódzkich Mistrzostwach Młodzików U-16 (MMM);
 - zajął miejsce I-VIII w Mistrzostwach Województwa Młodzików U-16 (MWMł.);
 - zajął miejsce I-VIII w Mistrzostwach Województwa Juniorów Młodszych U-18 (MWJM);
 - posiada klasę V lub wyższą wg norm wynikowych Polskiego Związku Lekkiej Atletyki (PZLA);
 - zaliczył test sprawności fizycznej - uzyskał minimum jeden wynik o wartości celujący (6) lub średnią wyników egzaminów na poziomie co najmniej dobrym (4).

Tabela z normami egzaminu sprawnościowego do VII LO Zielona Góra.

OCENA	DZIEWCZĘTA				CHŁOPCY			
	KONKURENCJA				KONKURENCJA			
	60m. (s)	600m.(min.)	w dal (m)	kula (3)(m)	60m.(s)	1000m.(min.)	w dal (m)	kula (5)(m)
6	8,8	1.48,0	4,80	9,00	7,8	2.57,0	5,70	10,00
5	9,2	2.00,0	4,50	8,50	8,2	3.10,0	5,40	9,50
4	9,7	2.10,0	4,20	8,00	8,6	3.25,0	5,15	9,00
3	10,1	2.25,0	3,90	7,50	9,0	3.35,0	4,90	8,50
2	10,6	2.45,0	3,50	7,00	9,4	3.45,0	4,60	8,00

Kandydaci, którzy posiadają wynik sportowy minimum II klasy wg norm PZLA mogą być kwalifikowani do Szkoły Mistrzostwa Sportowego - Ośrodka Szkolenia Sportowego Młodzieży.

KONSULTACJE NABOROWE - 21 MAJA 2018, OD GODZ. 15.30.

SALA SPORTOWA VII LO, ZIELONA GÓRA, WYSPIAŃSKIEGO 23.

OSOBA ODPOWIEDZIALNA – JERZY WALCZAK (608 476 070)

ISTNIEJE MOŻLIWOŚĆ KONSULTACJI W INNYCH TERMINACH
PO UZGODNIENIU ZE SZKOLENIOWCAMI LEKKIEJ ATLETYKI

SZKOLENIOWIEC	TELEFON	E-MAIL
Jerzy Walczak	608 476 070	jerzywalczak54@poczta.onet.pl
Mariusz Żurowski	609 125 658	mariuszżurowski@wp.pl
Sławomir Landyszkowski	606 368 016	landysz80@op.pl