

EGZAMIN KWALIFIKACYJNY DO KLASY RATOWNICTWA WODNEGO VI LO GDAŃSK, PRZEPROWADZANY JEST NA PŁYWALNI GOS STOGI UL. WILCHELMA STRYJEWSKIEGO 28, ZGODNIE Z WYTYCZNYMI REKRUTACJI 2021.



### KRYTERIA OCENY EGZAMIU SPRAWNOŚCIOWEGO

SPRAWDZIAN NR 1. PŁYWANIE POD WODĄ PRZY DNIE NICKI BASENOWEJ NA DYSTANSIE 25 METRÓW (max 50p do uzyskania)

- 50 punktów: od 25 metrów dotykając ściany ręką bez uprzedniego wynurzenia;
- 40 punktów: od 20,1m do 24,9 metrów;
- 30 punktów: 15,1m do 20metrów;
- 20 punktów: 12,1 do 15metrów;
- 10 punktów: 10,1 do 12 metrów;
- 0 punktów: poniżej 10 metrów.

SPRAWDZIAN NR 2. PŁYWANIE SPOSOBEM DOWOLNYM NA CZAS NA DYSTANSIE 200 METRÓW, START Z POWIERZCHNI WODY (max 50p do uzyskania)

- 50 punktów: do 4 minut;
- 40 punktów: od 4,01 do 5 minut;
- 30 punktów: od 5,01 do 6 minut;
- 20 punktów: od 6,01 do 7 minut;
- 10 punktów: powyżej 7 minnuty;
- 0 punktów: nie przepłynięcie dystansu, odbijanie się od dna niecki lub pływanie niezgodne z techniką pływania.

SPRAWDZIAN NR 3. PŁYWANIE STYLEM KLASYCZNYM (ŻABKA) NA CZAS NA DYSTANSIE 50 METRÓW, START Z POWIERZCHNI WODY (max 50p do uzyskania)

- 50 punktów: do 45 sekund;
- 40 punktów: od 46 do 50 sekund;
- 30 punktów: od 51 do 55 sekund;
- 20 punktów: od 56 do 60 sekund;
- 10 punktów: - powyżej 60 sekund;
- 0 punktów: - nie przepłynięcie dystansu, lub odbijanie się od dna basenu, lub pływanie niezgodne z techniką pływania.

SPRAWDZIAN NR 4. SKOK DO WODY Z WYSOKOŚCI 70cm OCENIANY WG KRYTERIÓW (max 50p do uzyskania)

- 50 punktów: **skok startowy** ze słupka startowego z zachowaniem odpowiedniej techniki: pozycja startowa, odbicie, lot, wejście do wody, szybowanie, napędowe ruchy nogami, wypłynięcie min. za piątym metrem od ściany niskej basenowej, przejście do pływania stylem. Niewykonanie któregoś z elementów będzie skutkowało zmniejszeniem punktacji;
- 30 punktów: **skok szkolny** ze słupka startowego z zachowaniem odpowiedniej techniki: pozycja skoku szkolnego, odbicie, lot, wejście do wody, szybowanie, napędowe ruchy nogami, wypłynięcie min. za piątym metrem od ściany niskej, przejście do pływania stylem). Niewykonanie któregoś z elementów będzie skutkowało zmniejszeniem punktacji;
- 10 punktów: **skok do wody na nogi** słupka startowego;
- 0 punktów: niewykonanie skoku.

MINIMALNA ŁĄCZNA ILOŚĆ PUNKTÓW Z CZTERECH WW. SPRAWDZIANÓW ABY ZALICZYĆ EGZAMIN TO 110.  
MAKSYMALNA ŁĄCZNA ILOŚĆ PUNKTÓW Z CZTERECH WW. SPRAWDZIANÓW DO UZYSKANIA TO 200.  
CZAS TRWANIA EGZAMINU: 50 MINUT.

WAŻNE! KANDYDAT ABY MÓC PRZYSTĄPIĆ DO EGZAMINU KWALIFIKACYJNEGO, MUSI ZAPISAĆ SIĘ NA EGZAMIN, WYSŁAĆ SWOJE ZGŁOSZENIE NA ADRES [adam-sikorski@vilogdansk.pl](mailto:adam-sikorski@vilogdansk.pl) PODAJĄC DANE:

1. TERMIN EGZAMINU
  2. NAZWISKO I IMIĘ
  3. ROK URODZENIA
  4. NR KONTAKTOWY
  5. PODPISANE OŚWIADCZENIE PRZEZ RODZICA/OPIEKUNA O WYRAŻNIU ZGODY NA UDZIAŁ W EGZAMINIE SPRAWNOŚCIOWYM (SKAN LUB ZDJĘCIE PRZESYŁAMY W ZAŁĄCZNIKU WIADOMOSCI)
- W PRZYPADKY PYTAŃ ZWIĄZANYCH Z EGZAMINEM MOŻNA SKONTAKTOWAĆ SIĘ TELEFONICZNIE POD NR: 792 246 060

### TERMINY EGZAMINU KWALIFIKACYJNEGO

EGZAMIN ROZPOCZNA SIĘ O GODZINIE 8:00. NALEŻY PRZYBYĆ NA PŁYWAŁNIĘ GOS STOGI OKOŁO 10 MIN WCZEŚNIEJ PRZED ROZPOCZĘCIEM EGZAMINU

NABÓR PIERWSZY:

NABÓR DRUGI:

NABÓR DODATKOWY:

08.06.2021 godzina 8:00

13.07.2021 godzina 8:00

SIERPIEŃ 2021

09.06.2021 godzina 8:00

14.07.2021 godzina 8:00

SZCZEGÓŁY WKRÓTCE

10.06.2021 godzina 8:00

PODANE TERMINY MOGĄ ULEC ZMIANIE W ZWIĄZKU Z EWENTUALNYM ZAMKNIĘCIEM PŁYWAŁNI W ZWIĄZKU Z EPIDEMIĄ COVID. W TAKIM PRZYPADKU ZOSTANĄ WYZNACZONE NOWE TERMINY EKZAMINÓW O CZYM POINFORMUJEMY W MEDIACH SPOŁECZNOŚCIOWYCH VI LO GDAŃSK