

**REGULAMIN SZKOLNEJ KOMISJI REKRUTACYJNEJ  
ZESPOŁU SZKÓŁ SPORTOWYCH I MISTRZOSTWA SPORTOWEGO W GDAŃSKU  
SPORTOWA SZKOŁA PODSTAWOWA NR 75**

**REKRUTACJA DO KLAS SPORTOWYCH na rok szkolny 2025/2026**

§ 1

SZKOLNA KOMISJA REKRUTACYJNA SSP nr 75 w Gdańsku, ul. Subisława 22 w składzie:

**Przewodniczący:** Walczak Leszek

**Członkowie:** Bonisławski Dominik  
Kaśków Andrzej  
Malczewski Jakub  
Mierzejewska Marta  
Miłańska Marzena  
Rymarczyk Ireneusz  
Wojkiewicz Dorota

informuje, że:

proceedzi nabór do n/w klas: VI SSP nr 75 w dyscyplinie sportowej:

- **IV M SP – gimnastyka sportowa - klasa SMS**
- **VI C SP - piłka nożna chłopców**

prowadzi również nabór uzupełniający do następujących dyscyplin sportowych:

- lekka atletyka - nabór do klasy 2-8 SSP nr 75
- pływanie - nabór do klasy 2-8 SSP nr 75

## § 2

### WYMAGANA DOKUMENTACJA

1. Wniosek o przyjęcie dziecka do klasy (do pobrania w szkole lub na stronie szkoły).
2. Zaświadczenie lekarskie o braku przeciwwskazań zdrowotnych do uprawiania sportu lub aktualna Karta Zdrowia Sportowca.
3. Dwie fotografie formatu legitymacyjnego
4. W przypadku ucznia ze szczególnymi potrzebami edukacyjnymi – aktualna opinia z Poradni Psychologiczno - Pedagogicznej.
5. Kserokopia aktu urodzenia.
6. Świadectwo ukończenia klasy niższego szczebla
7. Opinia wychowawcy klasy ze szkoły macierzystej
8. W przypadku klas piłkarskich - rejestr extranet

## § 3

| LP | Algorytm czynności w postępowaniu rekrutacyjnym                                                                                  | Data rozpoczęcia           | Data zakończenia            |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|-----------------------------|
| 1. | Składanie wniosku o przyjęcie do publicznej, sportowej szkoły podstawowej, publicznej, podstawowej szkoły mistrzostwa sportowego | 05.05.2025r. od godz. 9.00 | 23.05.2025r. do godz. 15.00 |

|    |                                                                                                                                                               |                             |                             |
|----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-----------------------------|
| 2. | Przeprowadzenie testów sprawności fizycznej w poszczególnych dyscyplinach na warunkach ustalonych przez polski związek sportowy właściwy dla danej dyscypliny | 28.05.2025r.                | 17.06.2025r.                |
| 3. | Podanie do publicznej wiadomości listy kandydatów, którzy uzyskali pozytywne wyniki testów sprawności fizycznej                                               | 26.06.2025r. godz. 12.00    |                             |
| 4. | Uzupełnienie wniosku o świadectwo uzyskania promocji do klasy programowo wyższej                                                                              | 27.06.2025r.                | 30.06.2025r. do godz. 15.00 |
| 5. | Publikacja lista zakwalifikowanych                                                                                                                            | 01.07.2025r. godz. 12.00    |                             |
| 6. | Potwierdzenie woli nauki przez rodzica kandydata w postaci złożenia pisemnego oświadczenia w placówce zakwalifikowania                                        | 02.07.2024r. od godz. 12.00 | 03.07.2025r. do godz. 15.00 |
| 7. | Publikacja list przyjętych                                                                                                                                    | 7.07.2025r. godz. 12.00     |                             |
| 8. | Rekrutacja uzupełniająca                                                                                                                                      | 08.07.2025r. od godz. 12.00 | do 30.08.2025r.             |

§ 4

Terminy przeprowadzenia prób sprawności fizycznej w poszczególnych dyscyplinach:

## Gimnastyka:

Zestaw prób sprawności fizycznej w gimnastyce sportowej do klasy IV M.:

### TEST KWALIFIKACYJNY W GIMNASTYCE SPORTOWEJ DO KLASY IV SMS NA POZIOMIE SZKOŁY PODSTAWOWEJ

| Próby     | 1<br>Bieg na<br>20m<br>(s) | 2<br>Skok w<br>dal z<br>miejsca<br>(cm) | 3<br>Podciągnię-<br>cia w zwisie<br>nachwytem<br>na drążku<br>(ilość) | 4<br>Wznosy NN<br>w zwisie na<br>drabinkach<br>ponad<br>głowę do<br>poziomu<br>dochwytu<br>[ilość] | 5<br>Siłowe<br>stanie na<br>RR -<br>szpiczaga z<br>postawy<br>rozkroczonej<br>na planszy | 6<br>Podpór zgięty<br>w podporze -<br>poziomka na<br>poręczach<br>(s) | 7<br>Ugięcia RR w<br>podporze<br>przodem na<br>poręczach<br>(ilość) | 8<br>Podpór na<br>kółkach<br>(s) | 9<br>Grzybek – koła<br>odboczne<br>(ilość) | 10<br>Suma potrażeń<br>w elementach z<br>gibkości<br>/skłon w siadzie<br>prostym i<br>rozkrocznym,<br>mostek, 3<br>szpagaty/<br>(pkt) |
|-----------|----------------------------|-----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|----------------------------------|--------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Punktacja |                            |                                         |                                                                       |                                                                                                    |                                                                                          |                                                                       |                                                                     |                                  |                                            |                                                                                                                                       |
| 10,0      | 3,8                        | 190                                     | 16                                                                    | 20                                                                                                 | 12                                                                                       | 20                                                                    | 16                                                                  | 40                               | 20                                         | 0 - 0,3                                                                                                                               |
| 9,5       | 3,9                        | 185                                     | 15                                                                    | 19                                                                                                 | 11                                                                                       | 19                                                                    | 15                                                                  | 35                               | 19                                         | 0,4 - 0,5                                                                                                                             |
| 9,0       | 4,0                        | 180                                     | 14                                                                    | 18                                                                                                 | 10                                                                                       | 18                                                                    | 14                                                                  | 30                               | 18                                         | 0,6 - 0,7                                                                                                                             |
| 8,5       | 4,1                        | 175                                     | 13                                                                    | 17                                                                                                 | 9                                                                                        | 17                                                                    | 13                                                                  | 25                               | 17                                         | 0,8 - 0,9                                                                                                                             |
| 8,0       | 4,2                        | 170                                     | 12                                                                    | 16                                                                                                 | 8                                                                                        | 16                                                                    | 12                                                                  | 24                               | 16                                         | 1,0                                                                                                                                   |
| 7,5       | 4,3                        | 165                                     | 11                                                                    | 15                                                                                                 | 7                                                                                        | 15                                                                    | 11                                                                  | 23                               | 15                                         | 1,1                                                                                                                                   |
| 7,0       | 4,4                        | 160                                     | 10                                                                    | 14                                                                                                 | 6                                                                                        | 14                                                                    | 10                                                                  | 22                               | 14                                         | 1,2                                                                                                                                   |
| 6,5       | 4,5                        | 155                                     | 9                                                                     | 13                                                                                                 | 5                                                                                        | 13                                                                    | 9                                                                   | 21                               | 13                                         | 1,3                                                                                                                                   |
| 6,0       | 4,6                        | 150                                     | 8                                                                     | 12                                                                                                 | 4                                                                                        | 12                                                                    | 8                                                                   | 20                               | 12                                         | 1,4                                                                                                                                   |
| 5,5       | 4,7                        | 145                                     | 7                                                                     | 11                                                                                                 | -                                                                                        | 11                                                                    | 7                                                                   | 19                               | 11                                         | 1,5                                                                                                                                   |
| 5,0       | 4,8                        | 140                                     | 6                                                                     | 10                                                                                                 | 3                                                                                        | 10                                                                    | 6                                                                   | 18                               | 10                                         | 1,6                                                                                                                                   |
| 4,5       | 4,85                       | 135                                     | 5                                                                     | 9                                                                                                  | -                                                                                        | 9                                                                     | 5                                                                   | 16                               | 9                                          | 1,7 - 1,8                                                                                                                             |
| 4,0       | 4,9                        | 130                                     | 4                                                                     | 8                                                                                                  | 2                                                                                        | 8                                                                     | 4                                                                   | 14                               | 8                                          | 1,9 - 2,0                                                                                                                             |
| 3,5       | 4,95                       | 125                                     | -                                                                     | 7                                                                                                  | -                                                                                        | 7                                                                     | -                                                                   | 12                               | 7                                          | 2,1 - 2,2                                                                                                                             |
| 3,0       | 5,0                        | 120                                     | 3                                                                     | 6                                                                                                  | 1                                                                                        | 6                                                                     | 3                                                                   | 10                               | 6                                          | 2,3 - 2,4                                                                                                                             |



|     |     |     |   |   |   |   |   |   |   |           |
|-----|-----|-----|---|---|---|---|---|---|---|-----------|
| 2,5 | 5,1 | 115 | - | 5 | - | 5 | - | 9 | 5 | 2,5 - 2,6 |
| 2,0 | 5,2 | 110 | 2 | 4 | - | 4 | 2 | 8 | 4 | 2,7       |
| 1,5 | 5,3 | 105 | - | 3 | - | 3 | - | 7 | 3 | 2,8       |
| 1,0 | 5,4 | 100 | 1 | 2 | - | 2 | 1 | 6 | 2 | 2,9       |
| 0,5 | 5,5 | 95  | - | 1 | - | 1 | - | 5 | 1 | 3,0       |

Wynik kwalifikujący do szkolenia w SMS - minimum 60 pkt.!

**Opis prób testu :**

**Zawodnik próby 1 - 9 może wykonać maksymalnie 2 razy. Rejestrowany jest wynik lepszy.**

1. Bieg na 20m – na sygnał „na miejsca” testowany staje nogą wykroczną za linią startową w pozycji startowej wysokiej. Następnie na sygnał „start” biegnie jak najszybciej do mety.
2. Skok w dal z miejsca - testowany staje za linią, po czym z jednoczesnego odbicia obunóż wykonuje skok w dal na odległość.  
Długość skoku zawarta jest pomiędzy linią skoku a ostatnim śladem pięt. Skok z upadkiem w tył na plecy lub do popdporu na RR jest nieważny i należy go powtórzyć.
3. Podciągnięcia w zwisie nachwytem na drążku – Próbę rozpoczyna się z pełnego zwisu, podciągnięcie jest zaliczone gdy broda podczas ugięcia ramion znajdzie się ponad drążkiem. Przerwywamy próbę gdy czas w zwisie jest dłuższy niż 3 sekundy, wykonana jest zamachem lub rzutem.
4. Wznosy NN w zwisie na drabinkach ponad głowę do poziomu dochwyty – W zwisie na drabinkach zawodnik unosi proste, złączone nogi do góry ( do poziomu dochwyty rąk ) i opuszcza do zwisu, itd. Duży błąd ( np. ugięcie nóg ) i przerwa w ćwiczeniu dłuższa niż 3 sekundy powoduje zakończenie próby.
5. Siłowe stanie na RR (szpiczaga z postawy rozkroczonej na planszy) - Zaliczamy tylko prawidłowe wykonanie techniczne. Duży błąd i przerwa w ćwiczeniu dłuższa niż 3 sek powoduje zakończenie próby. Zawodnik może wykonywać ćwiczenie z asekuracją (przytrzymanie w stanie na RR), ale bez pomocy.
6. Podpór zgięty w podporze ( poziomka ) na poręczach – Zawodnik unosi nogi proste złączone do poziomu. Duży błąd w ćwiczeniu i opuszczenie NN poniżej żerdzi powoduje zakończenie próby.
7. Ugięcia RR w podporze przodem na poręczach – ugięcie ramion jest zaliczone gdy ramię i przedramię wyznaczy kąt prosty. Duży błąd ( np. ugięcie nóg ) i przerwa w ćwiczeniu dłuższa niż 3 sekundy powoduje zakończenie próby.

8. Podpór na kółkach – Zawodnik wykonuje ćwiczenie o rękach wyprostowanych. Duży błąd ( ugięcie rąk lub NN) lub upadek z podporu powoduje zakończenie próby.
9. Grzybek ( koła odboczne ) - koła powinny być wykonane prawidłowo technicznie, rozpoczęte i zakończone w podporze przodem. Duży błąd ( ugięcie NN) lub upadek z podporu powoduje zakończenie próby.
10. Skłon w siadzie prostym i rozkrocznym, mostek, 3 szpagaty – W próbie testujący trener ocenia prawidłowość technicznego wykonania poszczególnych ćwiczeń. Każde ćwiczenie musi być wytrzymane 3 sekundy.

**Termin:** I termin: - 11 czerwca 2025r. - godz. 9.00

**Termin uzupełniający:** - 29 sierpnia 2025 - godz. 10.00

**Miejsce:** Akademia Wychowania Fizycznego i Sportu w Gdańsku ul. Kazimierza Górskiego 1  
Hala Leszka Blanika – wejście od ulicy Czyżewskiego.

Szczegółowych informacji udzieli trener:

**Arkadiusz Filowiat** – tel. 607 703 172; mail: [a.filowiat@zssms.edu.gdansk.pl](mailto:a.filowiat@zssms.edu.gdansk.pl)

\* \* \* \* \*

## **PIŁKA NOŻNA:**

1. Wypełnienie formularza zgłoszeniowego - [TUTAJ](#).
2. Udział w testach sprawności ukierunkowanej i specjalnej - zestaw prób do klasy **VI**, poniżej
  1. Szybkość -bieg na dystansie 30 m ze startu wysokiego (z cząstkowym pomiarem szybkości na dystansach 5, 10 i 15 m; pomiar jest dokonywany za pomocą zestawu fotokomórek),
  2. Skoczność - (szybkości rozwijania siły) poprzez skok w dal z miejsca,

3. Umiejętności prowadzenia piłki ze zmianą kierunku biegu,
4. Umiejętności chwytów piłki z upadkiem, wprowadzenia piłki do gry nogą i ręką (tylko kandydaci na pozycję bramkarza),
5. Umiejętności gry (sprawności w działaniach indywidualnych i we współdziałaniu) w małych grach 4 vs 4 lub 5 vs 5.

Minimalna liczba punktów kwalifikująca kandydata do klasy licealnej – **60 pkt.**

**Terminy:** I termin: - 02 czerwca 2025r. - godz. 15.30

Termin uzupełniający: - 18 sierpnia 2025r. - godz. 15.00

**Miejsce:** Boisko ze sztuczną nawierzchnią AWFIS w Gdańsku ul. K. Górskiego 1 (zbiórka kandydatów o godzinie 15:30 przed wejściem głównym do AWFIS). W dniu uczestnictwa w testach kandydaci zobowiązani są do przedłożenia kserokopii aktualnych badań lekarskich oraz przygotowania odpowiedniego ubioru i sprzętu sportowego, adekwatnego do nawierzchni boiska i warunków atmosferycznych.

Prosimy również o zabranie na testy ważnej karty zdrowia lub oświadczenia pisemnego, że rodzic wyraża zgodę i bierze odpowiedzialność za udział w testach.

Uwaga ! Bez dostarczenia kompletu dokumentów zawodnik nie zostanie dopuszczony do testów. Poza rejestracją elektroniczną zgłoszenia do udziału w testach należy potwierdzić telefonicznie. Kandydat musi być zarejestrowany w systemie extranet.

Szczegółowych informacji udziel trener:

Rymarczyk Ireneusz – tel. 668 131 385; mail: i.rymarczyk@lo21.edu.gdansk.pl

\* \* \* \* \*

**LEKKA ATLETYKA – klasy sportowe – nabór uzupełniający:**

Terminy: I termin: - 05 czerwca 2025r. godz. 16.00  
II termin: - 01 lipca 2025r. godz. 10.00

Termin uzupełniający: - 24 lipca 2025r. godz. 10.00

Szczegółowych informacji udzielają trenerzy:

Klasy II – III SP - Małgorzata Pogorzelska - tel. 606 806 650;

Klasy IV - VIII SP - Tomasz Krawczak - tel. 504 033 325

\* \* \* \* \*

**PŁYWANIE – klasy sportowe SP – nabór uzupełniający:**

Szczegółowych informacji udziela trener **Hanna Maksim** – tel. 508 100 168

DYREKTOR  
Zespołu Szkół Sportowych  
i Mistrzostwa Sportowego  
mgr Ewa Leyk-Latowska