



Zasady i kryteria oceny potencjału motorycznego kandydatek do I klasy IV LO z Oddziałami Mistrzostwa Sportowego w Gdańsku.

Wstęp

Punktem wyjścia do oceny jest pomiar wzrostu, który jest dominujący dla siatkówki. Przy ustalaniu pozostałych kryteriów oceny przyjęto zasadę określenia norm, które badana powinna spełnić aby jej udział w procesie treningowym pozwalał jej na swobodny rozwój. Wartości brane pod uwagę to budowa ciała, możliwości tlenowe i umysłowe. Kolejnej ocenie podlegają testy, które pokazują potencjał badanej w zakresie koordynacji, skoczności, siły i szybkości.

Kandydatka podczas testów sprawnościowych do 4LO z OMS w Gdańsku może uzyskać maksymalnie 10 punktów.

Ocena stopnia potencjału motorycznego ucznia

Ocena składa się z 3 elementów:

1. Określenie **wyjściowej ilości punktów** na podstawie zakresu wzrostu w jakim znajduje się dana kandydatka (liczba punktów odpowiada zakresowi). TABELA 1
2. Kandydatka powinna spełniać **określone normy** (budowy ciała i nauki). Za każdą niespełnioną normę zawodniczkę odejmuje się 1 punkt od ilości punktów uzyskanych za wzrost. TABELA 2
3. **Za wybitne wyniki w testach** skoczności, siły i szybkości kandydatki otrzymują bonusowe punkty, które dodaje się do ilości punktów przyznanych za wzrost, po ew. odjęciu punktów za niespełnione normy. TABELA 3

TABELA 1. Zakresy wzrostu do określenia ilości punktów dla kandydata

Zakresy	Dziewczęta			
	VI	V	IV	III
Punkty	6	5	3	2
2008	≥180	176	168	164
2009	≥178	174	166	162

*kandydatki, których wzrost jest niższy niż przedstawiony w zakresie III nie otrzymują żadnego punktu za wzrost, ale ich wyniki dotyczące norm i testów liczą się i mogą w niektórych wypadkach wpływać na ocenę.

TABELA 2. Wartości norm i testów dla kandydatek

	Minimalne normy		Testy			
	1	2	1	2	3	4
Rok	Wskaźnik Rohrera*	Średnia ocen*	Skok w dal z miejsca	Wyskok dosiężny	Rzut p. lek. 2 kg	Koperta
urodzenia	wskaźnik	średnia	m	m	m	s
2008	1,16	4,0	1,90	2,75	8,00	16,00
2009	1,17	4,0	1,85	2,65	7,00	16,50

*Średnia ocen za ostatni semestr.

TABELA 3. Wartości wybitne w testach dla kandydatek

	Testy			
	1	2	3	4
Rok urodzenia	Skok w dal z miejsca	Wyskok dosiężny	Rzut p. lek. 2 kg	Koperta
	m	m	m	sek.
2008	2,10	2,85	9,00	14,50
2009	2,05	2,75	8,00	15,00

TABELA 4. Ocena kandydatki

Stopień	Ilość punktów	Stopień	Ilość punktów
1 - niedostateczny	≤0	4 - dobry	5-6
2 - dopuszczający	1-2	5 - bardzo dobry	7-8
3 - dostateczny	3-4	6 - celujący	9-10

* Kandydatki, które otrzymują stopień bardzo dobry, zaliczają testy sprawnościowe. Kandydaci o wybitnych umiejętnościach technicznych, ale poniżej np. IV zakresu wzrostu, przewidziani na pozycję - Libero lub Rozegranie, mogą uzyskać dodatkowo do 4 pkt. maksymalnie. Poniżej III zakresu, 3 punkty itd., trzymając się zasady, że za wzrost kandydat otrzymuje nie więcej jak 6 punktów

** W przypadku dużej liczby kandydatek z bardzo dobrą oceną o dalszej kwalifikacji decydują umiejętności techniczne.

Zasady i kryteria oceny potencjału motorycznego kandydatów do I klasy IV LO z Oddziałami Mistrzostwa Sportowego w Gdańsku.

Wstęp

Punktem wyjścia do oceny jest pomiar wzrostu, który jest dominujący dla siatkówki. Przy ustalaniu pozostałych kryteriów oceny przyjęto zasadę określenia norm, które badana powinna spełnić aby jej udział w procesie treningowym pozwalał jej na swobodny rozwój. Wartości brane pod uwagę to budowa ciała, możliwości tlenowe i umysłowe. Kolejnej ocenie podlegają testy, które pokazują potencjał badanej w zakresie koordynacji, skoczności, siły i szybkości.

Kandydat podczas testów sprawnościowych do 4LO z OMS w Gdańsku może uzyskać maksymalnie 10 punktów.

Ocena stopnia potencjału motorycznego ucznia

Ocena składa się z 3 elementów:

1. Określenie **wyjściowej ilości punktów** na podstawie zakresu wzrostu w jakim znajduje się dana kandydat (liczba punktów odpowiada zakresowi). TABELA 1
2. Kandydat powinna spełniać **określone normy** (budowy ciała i nauki). Za każdą spełnioną normę zawodnikowi dodaje się 1 punkt od ilości punktów uzyskanych za wzrost. TABELA 2
3. **Za wybitne wyniki w testach** skoczności kandydaci otrzymują bonusowe punkty, które dodaje się do ilości punktów przyznanych za wzrost. TABELA 3

TABELA 1. Zakresy wzrostu do określenia ilości punktów dla kandydata

Zakresy	Chłopcy			
	VI	V	IV	III
Punkty	6	5	3	2
2008	≥192	188	184	180
2009	≥188	184	180	176

*kandydaci, których wzrost jest niższy niż przedstawiony w zakresie III nie otrzymują żadnego punktu za wzrost, ale ich wyniki dotyczące norm i testów liczą się i mogą w niektórych wypadkach wpływać na ocenę.

TABELA 2. Wartości norm i testów dla kandydatów

	Minimalne normy		Testy	
	1	2	1	2
Rok	Wskaźnik Rohrera*	Średnia ocen*	Skok w dal z miejsca	Wyskok dosiężny
urodzenia	wskaźnik	średnia	m	m
2008	1,15	4,0	2,25	3,10
2009	1,14	4,0	2,20	3,00

*Średnia ocen za ostatni semestr.

TABELA 3. Wartości wybitne w testach dla kandydatów

	Testy	
	1	2
Rok urodzenia	Skok w dal z miejsca	Wyskok dosiężny
	m	m
2008	2,45	3,14
2009	2,40	3,05

TABELA 4. Ocena kandydata

Stopień	Ilość punktów	Stopień	Ilość punktów
1 - niedostateczny	≤0	4 - dobry	5-6
2 - dopuszczający	1-2	5 - bardzo dobry	7-8
3 - dostateczny	3-4	6 - celujący	9-10

* Kandydaci, którzy otrzymują stopień bardzo dobry, zaliczają testy sprawnościowe. Kandydaci o wybitnych umiejętnościach technicznych, ale poniżej np. IV zakresu wzrostu, przewidziani na pozycję - Libero lub Rozegranie, mogą uzyskać dodatkowo do 4 pkt. maksymalnie. Poniżej III zakresu, 3 punkty itd., trzymając się zasady, że za wzrost kandydat otrzymuje nie więcej jak 6 punktów

Uwaga! W przypadku dużej liczby kandydatów z bardzo dobrą oceną o dalszej kwalifikacji decydują umiejętności techniczne.