

Hamvas Béla Gimnázium

2018/2019-es tanév - 12. kódú tagozat fizikai alkalmassági vizsga

Emelt óraszámú testnevelés tagozatos gimnáziumi osztály

Célunk, hogy az elsajátított ismeretek készítsék fel a tanulókat arra, hogy a Testnevelési és Sporttudományi karokon, a főiskolák testnevelés-tanári szakán, a tanítóképzésben, vagy bármely más felsőfokú oktatási intézményben eredményesen tanulhassanak.

Jelentkezhetnek: 14. életévüket betöltött, és az általános iskola 8 osztályát végzett fiúk és lányok

Felvételi követelmények:

a) Testnevelésből felvételi-alkalmassági vizsgát tartunk.

b) Érvényes iskolaorvosi vagy sportorvosi alkalmassági igazolás. Testnevelésből felmentés és gyógytestnevelésen való részvétel kizáró ok.

A testnevelés tagozatos gimnáziumi osztály felvételi anyaga:

Az alkalmassági vizsga követelményei átlagos erőnléti állapotot feltételezve:

1. felülés 4 perc karok tarkóartásával hajlított lábakkal talajon
2. helyből távolugrás 3 kísérlet
3. kötélmászás 1 kísérlet folyamatos mászás
4. 800 m folyamatos futás időre (melegítő szükséges) szabad tér

Értékelés: az 1-2 feladat értékelése a Hungarofit, a 4. feladat értékelése az atlétika 5 próba pontérték táblázata alapján történik.

Kiket várunk: Akik a tanulás mellett magas szinten szeretnének sportolni és más sportágakkal is megismerkedni. Gyalog, -vizi, -kerékpár és sítúrákon próbára tenni önmagukat.