

## **TESTY SPRAWNOŚCIOWE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO**

W ramach obowiązujących zajęć z Wychowania Fizycznego dla uczniów klas IV - VIII w Naszej Szkole zostały przeprowadzone testy sprawnościowe. Zgodnie z ubiegłoroczną nowelizacją Prawa Oświatowego nauczyciel ma obowiązek przeprowadzić raz do roku testy sprawnościowe przeprowadzone w okresie od marca do końca kwietnia. W skład testów sprawnościowych wchodzi cztery próby:

- bieg wahadłowy 10 razy po 5 metrów
- skok w dal z miejsca
- plank - podpór, leżąc przodem na przedramionach tzw. deska
- beep-test 20 metrowy wytrzymałościowy bieg wahadłowy

Wyniki testów nie wpływają na ocenę z wychowania fizycznego, lecz są tylko przedstawieniem mocnych i słabszych stron sprawności fizycznej ucznia. Wyniki z testów sprawnościowych będą wprowadzane przez szkołę na platformę informatyczną SportoweTalenty.pl.

Z sportowym pozdrowieniem:

nauczyciele wychowania fizycznego