

Załącznik nr 2

Opis dyscyplin dziesięcioboju nowoczesnego w Zespole Szkół Technicznych w Radomiu.

1. PROGRAMOWANIE URZĄDZENIA

Warunki początkowe (przygotowane na stanowisku)

- Stanowisko komputerowe podłączone do Internetu
- Urządzenie MicroBit + kabelek USB (podłączone do komputera)
- Dowolna przeglądarka internetowa z uruchomioną stroną *makecode.org*
- Czas max 10 minut

Potrzebne umiejętności:

- Posługiwanie się aplikacją *makecode.org*
- Znajomość programowania urządzenia *microbit*
- Znajomość składni języka programowania, w tym: warunki, pętle, tworzenie wersji wykonywalnej programu

2. TWORZENIE STRONY INTERNETOWEJ

Warunki początkowe (przygotowane na stanowisku)

- Stanowisko komputerowe
- Edytor tekstowy (Notepad++, Notatnik)
- Dowolna przeglądarka internetowa
- Czas max 10 minut

Potrzebne umiejętności:

- Znajomość podstawowej składni HTML
- Posługiwanie się edytorem tekstu

3. PISANIE PROGRAMU

Warunki początkowe (przygotowane na stanowisku)

- Stanowisko komputerowe
- Środowisko programistyczne (DEV C++)

Potrzebne umiejętności:

- Obsługa środowiska programistycznego (DEV C++)
- Znajomość składni języka programowania, w tym: warunki, pętle, tworzenie wersji wykonywalnej programu

4. ZARABIANIE KABELKA UTP (TZW. SKRĘTKI) WTYKAMI RJ 45 NA CZAS

Warunki początkowe (przygotowane na stanowisku)

- 2 metry kabla UTP (tzw. Skrętki)
- 5 wtyczek RJ 45
- Narzędzia (zagniatarka, tester)

Potrzebne umiejętności:

- Posługiwanie się narzędziami

5. PRZECHWYCENIE HASŁA DO SIECI WI-FI ZASZYFROWANEJ WPA2

Warunki początkowe (przygotowane na stanowisku)

- Komputer z kartą sieciową Wi-Fi
- Nośnik Kali Linux (na CD lub pamięci przenośnej USB)
- Router z DHCP z funkcją AP ze skonfigurowaną siecią Wi-Fi zabezpieczoną kluczem szyfrującym WPA2
- Czas 5 minut

6. URUCHOMIENIE KOMPUTERA NA CZAS

Warunki początkowe (przygotowane na stanowisku) - 6 stanowisk w tym samym czasie:

- Komputer z zainstalowanym systemem Windows 10 (użytkownik nie zna hasła administratora)
- 2 nośniki systemów operacyjnych typu Live (na CD lub pamięci przenośnej USB)
- Czas 5 minut

7. SKOK W DAL

Miejsce - bieżnia na stadionie lekkoatletycznym w ZST.

Zadanie:

Uczeń wykonuje rozbieg i odbija się z jednej nogi ze strefy, po czym ląduje na piaszczystej części skoczni. Pomiaru długości skoku dokonuje się od najbliższego śladu w piaskownicy do najbliższego śladu zostawionego przez ucznia w strefie odbicia.

8. RZUT PIŁKĄ LEKARSKĄ

Miejsce - sala gimnastyczna w ZST.

Zadanie:

Uczeń wykonuje rzut piłką lekarską (3kg) oburącz w tył nad głowę. W celu wykonania rzutu uczeń staje w niewielkim rozkroku, tyłem do kierunku rzutu, stopy ustawione na linii, pięty tuż przy linii wyrzutu. Pomiaru odległości dokonuje sędzia, który znajduje się najbliżej upadającej piłki, ustala się miejsce upadku piłki (krawędź śladu bliższa linii rzutu).

9. RZUT PIŁKĄ DO KOSZA

Miejsce - sala gimnastyczna w ZST.

Zadanie:

Uczeń wykonuje 10 rzutów do kosza stojąc "na linii rzutów wolnych".

10. BIEG NA 60 M

Miejsce - bieżnia na stadionie lekkoatletycznym w ZST.

Zadanie:

Uczeń ma za zadanie przebiec w jak najlepszym czasie dystans 60 m. Zgodnie z przepisami IAAF obowiązuje start niski z bloków startowych. Czas mierzony jest stoperem przez sędziego.