



PK.1110.4.2021

Ogłoszenie nr 3/2021 o naborze do służby w Państwowej Straży Pożarnej

Na podstawie Rozporządzenia Ministra Spraw Wewnętrznych i Administracji z dnia 29 marca 2018 r. w sprawie postępowania kwalifikacyjnego o przyjęcie do służby w Państwowej Straży Pożarnej (Dz. U. z 2018 r. poz. 672) **Komendant Powiatowy Państwowej Straży Pożarnej w Radzynie Podlaskim ogłasza nabór do służby w Komendzie Powiatowej Państwowej Straży Pożarnej w Radzynie Podlaskim.**

- 1. Liczba stanowisk, na które prowadzony jest nabór:** 2 stanowiska.
- 2. Stanowisko, którego dotyczy postępowanie kwalifikacyjne:** stażysta w służbie przygotowawczej, **stanowisko docelowe:** starszy ratownik-kierowca.
- 3. Miejsce pełnienia służby:** Komenda Powiatowa Państwowej Straży Pożarnej w Radzynie Podlaskim.
- 4. System pełnienia służby:** zmianowy 24/48.
- 5. Wymagania konieczne stawiane kandydatom:**

Osoby ubiegające się o przyjęcie do służby muszą spełniać warunki określone w art. 28 i art. 34 ust. 4 i 5 ustawy z dnia 24 sierpnia 1991 r. o Państwowej Straży Pożarnej, (t. j. Dz. U. z 2020 r. poz. 1123 z późn. zm.):

- 1) posiadać obywatelstwo polskie.
- 2) być nie karanym za przestępstwo lub przestępstwo skarbowe.
- 3) korzystać z pełni praw publicznych.
- 4) posiadać, co najmniej wykształcenie średnie lub średnie branżowe.
- 5) posiadać zdolność fizyczną i psychiczną do pełnienia służby w Państwowej Straży Pożarnej (zostanie ustalona przez Lubelską Rejonową Komisję Lekarską podległą ministrowi właściwemu do spraw wewnętrznych wobec kandydatów, którzy uzyskali najwyższą ilość punktów w trakcie naboru).

7. Dodatkowe wymagania konieczne stawiane kandydatom:

- 1) Posiadać prawo jazdy kategorii C.

Brak udokumentowania przez kandydata ww. wymagań uniemożliwia zakwalifikowanie jego oferty do następnego etapu postępowania kwalifikacyjnego.

8. Dokumenty wymagane przed przystąpieniem do testu sprawności fizycznej:

- 1) Podanie o przyjęcie do służby w Państwowej Straży Pożarnej odręcznie podpisane przez kandydata (informacje konieczne w podaniu to: imię i nazwisko, numer telefonu, adres e-mail).
- 2) Życiorys (obowiązkowo odręcznie podpisany przez kandydata).
- 3) Oświadczenie podpisane odręcznie o spełnieniu wymogów koniecznych stawianych kandydatom oraz oświadczenie o zapoznaniu się z zasadami naboru (wg wzoru określonego w **załączniku nr 2** do niniejszego ogłoszenia o naborze)
- 4) Zaświadczenie lekarskie o braku przeciwwskazań zdrowotnych do wykonywania ćwiczeń fizycznych wystawione nie wcześniej niż na 30 dni przed przystąpieniem do testu sprawności fizycznej (**załącznik nr 3** do ogłoszenia o naborze do służby w PSP).

Zaświadczenie lekarskie kandydat okazuje przed przystąpieniem do testu sprawności fizycznej.

Wszystkie wymagane oświadczenia muszą być sporządzone wyłącznie na drukach, które stanowią załączniki do niniejszego ogłoszenia o naborze i są do pobrania na stronie internetowej <https://www.kppspradzyn.pl/> lub w sekretariacie Komendy Powiatowej Państwowej Straży Pożarnej w Radzynie Podlaskim przy ul. Pomiarowej 1. Oświadczenia sporządzone na innych niż zamieszczone w załącznikach wzorach nie będą honorowane.

9. Dokumenty wymagane przed przystąpieniem do rozmowy kwalifikacyjnej:

- 1) Kserokopie świadectw pracy lub służby z poprzednich miejsc pracy lub służby, o ile wcześniej kandydat pozostawał w stosunku pracy lub służby.
- 2) Kopie dokumentów potwierdzających posiadane wykształcenie, wykszolenie lub posiadane umiejętności. System punktowy stosowany do oceny preferencji z tytułu posiadanego przez kandydatów wykształcenia, wykszolenia lub posiadanych umiejętności określa **załącznik nr 1** do ogłoszenia o naborze.
- 3) Zaświadczenie o udziale w działaniach ratowniczo – gaśniczych lub ćwiczeniach organizowanych przez jednostki organizacyjne Państwowej Straży Pożarnej, o ile kandydat jest członkiem ochotniczej straży pożarnej.

Każdemu kandydatowi Komisja nada indywidualny numer identyfikacyjny, którym będzie się posługiwać, podczas podawania poszczególnych wyników postępowania kwalifikacyjnego. Informacja o numerze indywidualnym zostanie przekazana telefonicznie na podany w podaniu numer telefonu.

Sposób postępowania z dokumentami kandydatów, którzy nie zakwalifikowali się do kolejnych etapów postępowania kwalifikacyjnego.

Dokumenty kandydatów, którzy nie zakwalifikowali się do kolejnych etapów postępowania kwalifikacyjnego można będzie odebrać w sekcji organizacyjno-kadrowej Komendy w terminie 1 miesiąca od dnia zakończenia naboru. Po tym czasie zostaną protokolarnie zniszczone.

10. Termin i miejsce składania dokumentów.

Dokumenty należy składać w zamkniętej kopercie podpisanej imieniem i nazwiskiem kandydata, z dopiskiem „NABÓR DO SŁUŻBY nr 3/2021 W KP PSP W RADZYNIU PODLASKIM”. Dokumenty należy składać w terminie **od 9 sierpnia 2021 r. do 23 sierpnia 2021 r.:**

- osobiście w sekretariacie Komendy Powiatowej PSP w Radzynie Podlaskim przy ul. Pomiarowej 1 w dni robocze od poniedziałku do piątku w godzinach 7:30-15:30 - (dokumenty złożone po terminie, **tj. po godzinie 15:30 dnia 23 sierpnia 2021 r. - nie będą rozpatrywane**).
- listownie na adres: Komenda Powiatowej Państwowej Straży Pożarnej w Radzynie Podlaskim ul. Pomiarowa 1, 21-300 Radzyń Podlaski z dopiskiem „NABÓR DO SŁUŻBY nr 3/2021 W KP PSP W RADZYNIU PODLASKIM”- **decyduje data stempla pocztowego.**

Nie będą udzielane telefonicznie informacje o wynikach poszczególnych etapów postępowania kwalifikacyjnego.

Etapy postępowania kwalifikacyjnego

I. Ocena dokumentów złożonych przed przystąpieniem do testu sprawności fizycznej – 24-26 sierpnia 2021 r.

Komisja kwalifikacyjna, powołana przez Komendanta Powiatowego PSP w Radzynie Podlaskim, dokona oceny złożonych przez kandydatów dokumentów.

Złożenie przez kandydata dokumentów niekompletnych lub niespełnienie przez niego wymogów określonych w ogłoszeniu o naborze do służby w Komendzie Powiatowej Państwowej Straży Pożarnej w Radzynie Podlaskim jest równoznaczne z uzyskaniem negatywnego wyniku z postępowania kwalifikacyjnego.

II. Test sprawności fizycznej – 27 sierpnia 2021 r.

Informacja o miejscu i godzinie rozpoczęcia testu sprawności fizycznej dla kandydatów zostanie podana na stronie internetowej komendy (<https://www.kppspradzyn.pl/>) 26 sierpnia 2021 roku.

Przed przystąpieniem do testu sprawności fizycznej kandydat okazuje dokument potwierdzający jego tożsamość oraz przedkłada zaświadczenie lekarskie o braku przeciwwskazań zdrowotnych.

Test sprawności fizycznej dla kandydatów (mężczyzn i kobiet) obejmuje:

- **podciąganie się na drążku,**
- **bieg po kopercie,**
- **próbę wydolnościową.**

Test sprawności fizycznej uznaje się za zaliczony w przypadku zaliczenia każdej z trzech prób oraz osiągnięcia wyniku końcowego dla mężczyzn – co najmniej 55 pkt, a dla kobiet – co najmniej 45 pkt.

W przypadku gdy liczba kandydatów, którzy zaliczyli test sprawności fizycznej, jest mniejsza od liczby stanowisk, na które prowadzony jest nabór, obniża się minimalny do osiągnięcia wynik końcowy testu sprawności fizycznej do 38 pkt – dla mężczyzn i 30 pkt – dla kobiet.

Szczegółowy opis sposobu przeprowadzenia poszczególnych prób (próby wydolnościowej oraz prób sprawnościowych) testu sprawności fizycznej określa **załącznik nr 4** do ogłoszenia o naborze.

W postępowaniu kwalifikacyjnym nie będą honorowane wyniki testu sprawności fizycznej uzyskane przez kandydatów w postępowaniu kwalifikacyjnym w innych jednostkach organizacyjnych PSP.

III. Sprawdzian lęku wysokości (akrofobia) – godz. 9.00, 1 września 2021 r.

Sprawdzian zostanie przeprowadzony na placu Komendy Powiatowej Państwowej Straży Pożarnej w Radzynie Podlaskim przy ul. Pomiarowej 1.

Przed przystąpieniem do sprawdzianu lęku wysokości kandydat okazuje dokument potwierdzający jego tożsamość.

Sprawdzian lęku wysokości uznaje się za zaliczony, jeżeli asekurowany kandydat samodzielnie wszedł na wysokość 20 m na drabinę ustawioną pod kątem 75° i zszedł z niej. Podczas sprawdzianu kandydatów obowiązuje obuwie kryte (nie dopuszczalne jest obuwie typu sandały lub klapki). Sprawdzian wykonuje się z asekuracją, z wykorzystaniem środków ochrony indywidualnej zapewnionych przez organizatora naboru.

IV. Ocena dokumentów złożonych przed przystąpieniem do rozmowy kwalifikacyjnej – 6 września 2021 r.

Kandydaci, którzy zaliczą dotychczasowe etapy, zobowiązani są dostarczyć dokumenty wymagane przed przystąpieniem do rozmowy kwalifikacyjnej, o których mowa w ogłoszeniu – (wymienione w pkt 9).

Dokumenty należy składać osobiście w sekretariacie Komendy Powiatowej PSP w Radzynie Podlaskim przy ul. Pomiarowej 1 w terminie do 3 września 2021 r. do godz. 15:30 (dokumenty złożone po terminie, tj. po godzinie 15:30 dnia 3 września 2021 r. - nie będą rozpatrywane).

Komisja dokonuje oceny złożonych dokumentów, która polega na sprawdzeniu ich kompletności oraz spełnienia wszystkich wymogów określonych w ogłoszeniu. Złożenie przez kandydata dokumentów niekompletnych lub niespełnienie przez niego wymogów określonych w ogłoszeniu jest równoznaczne z uzyskaniem negatywnego wyniku z postępowania kwalifikacyjnego.

Posiadane wykształcenie, wykszolenie lub posiadane umiejętności są oceniane w systemie punktowym. Maksymalna liczba punktów możliwa do uzyskania wynosi 60. System punktowy stosowany do oceny preferencji z tytułu posiadanego przez kandydatów wykształcenia, wykszolenia lub posiadanych umiejętności określa **załącznik nr 1** do ogłoszenia o naborze.

V. Rozmowa kwalifikacyjna – 7 września 2021 r.

Rozmowa kwalifikacyjna odbywać się będzie w pomieszczeniach Komendy Powiatowej PSP w Radzynie Podlaskim przy ul. Pomiarowej 1.

Rozmowa zostanie przeprowadzona indywidualnie z każdym z kandydatów, którzy przejdą pozytywnie wcześniejsze etapy postępowania kwalifikacyjnego.

Podczas rozmowy kwalifikacyjnej ocenie podlega:

- 1) autoprezentacja, w której kandydat przedstawia swoje słabe i mocne strony, motywację do podjęcia służby w Państwowej Straży Pożarnej oraz postawę społeczną;
- 2) umiejętność przekazywania, odbierania i rozumienia informacji oraz jasnego i wyrazistego formułowania wypowiedzi;
- 3) wiedza na temat funkcjonowania ochrony przeciwpożarowej;
- 4) szczególne zainteresowania i dotychczasowe osiągnięcia kandydata.

Każdy z członków komisji, po przeprowadzeniu rozmowy kwalifikacyjnej, odrębnie ocenia kandydata przyznając maksymalnie 10 punktów.

Liczbę punktów uzyskanych w trakcie rozmowy kwalifikacyjnej ustala się na podstawie sumy średniej arytmetycznej liczby punktów przyznanych przez czterech członków komisji

z dokładnością do jednego miejsca po przecinku. Pozytywny wynik z rozmowy kwalifikacyjnej osiąga kandydat, który uzyska co najmniej 16 punktów.

VI. Ustalenie zdolności fizycznej i psychicznej do pełnienia służby w Państwowej Straży Pożarnej.

Przeprowadzone zostanie przez Lubelską Rejonową Komisję Lekarską podległą ministrowi właściwemu do spraw wewnętrznych. Na badania zostaną skierowani kandydaci, którzy podczas naboru uzyskali największą liczbę punktów. W przypadku stwierdzenia przez komisję niezdolności do służby w PSP, rezygnacji lub niestawienia się na badania, skierowanie otrzyma następna osoba, która uzyskała najwyższą liczbę punktów.

Ważne informacje:

1. Przed przystąpieniem do każdego etapu naboru kandydat jest zobowiązany okazać komisji dokument potwierdzający jego tożsamość.
2. Do kandydatów nie stosuje się punktów preferencyjnych z tytułu wieku. Wynik testu sprawności fizycznej oceniany jest w skali dychotomicznej – (pozytywny/ negatywny). W związku z powyższym punkty uzyskane podczas testu sprawności fizycznej nie stanowią składowej sumy punktów w całym procesie postępowania kwalifikacyjnego.
3. Komisja kwalifikacyjna zastrzega sobie możliwość zmiany terminu poszczególnych etapów naboru w przypadku wystąpienia zdarzeń losowych.
4. Kandydaci w postępowaniu kwalifikacyjnym zobowiązani są do śledzenia informacji o przebiegu naboru na stronie internetowej <https://www.kppspradzyn.pl/>, gdzie będą publikowane informacje na temat ewentualnych zmian w przebiegu naboru oraz kandydatów zakwalifikowanych do dalszych etapów.
5. Po złożeniu dokumentów komisja nadaje kandydatowi numer identyfikacyjny. Informacje o osiągniętych wynikach będą publikowane w oparciu o przyznane numery.
6. Dodatkowe informacje o naborze można uzyskać w sekcji organizacyjno-kadrowej Komendy Powiatowej PSP w Radzynie Podlaskim lub telefonicznie pod numerami: 83 352 77 51 od poniedziałku do piątku w godzinach 7:30-15:30.
7. Komenda Powiatowa Państwowej Straży Pożarnej w Radzynie Podlaskim nie ponosi odpowiedzialności za wypadki oraz zdarzenia losowe powstałe podczas naboru do służby, które powstały nie z jej winy.
8. Zgodnie z art. 34 ust. 4 i 5 ustawy z dnia 24 sierpnia 1991 r. o Państwowej Straży Pożarnej mianowanie strażaka może nastąpić po odbyciu zasadniczej służby wojskowej lub po przeniesieniu do rezerwy bez odbycia tej służby albo po zwolnieniu od obowiązku służby wojskowej. Kandydat, który zostanie skierowany na badania do Lubelskiej Rejonowej Komisji Lekarskiej MSWiA w Lublinie będzie musiał przedstawić dokumenty potwierdzające zrealizowanie powyższego obowiązku – (kserokopia książeczki wojskowej z uwidocznionymi danymi osobowymi kandydata i zapisem dotyczącym uregulowania stosunku do służby wojskowej).

KOMENDANT POWIATOWY
PAŃSTWOWEJ STRAŻY POŻARNEJ

bryg. mgr inż. Witold GRAJCAR

Harmonogram naboru do służby

Data	Zadania
9-23.08.2021 r.	Składanie dokumentów do służby przygotowawczej w Państwowej Straży Pożarnej
24-26.08.2021 r.	Ocena dokumentów złożonych przed przystąpieniem do testu sprawności fizycznej
27.08.2021 r.	Test sprawności fizycznej (podciąganie się na drążku, bieg po kopercie, próba wydolnościowa – BEEP TEST)
01.09.2021 r.	Sprawdzian leku wysokości (akrofobia)
03.09.2021 r.	Termin do którego należy składać dokumenty przed przystąpieniem do rozmowy kwalifikacyjnej.
06.09.2021 r.	Ocena dokumentów złożonych przed przystąpieniem do rozmowy kwalifikacyjnej
07.09.2021 r.	Rozmowa kwalifikacyjna

Klauzula informacyjna:

Zgodnie z art. 13 ust. 1 i 2, art. 14 ust. 1 i 2 ogólnego Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (RODO), informuję, że:

1. Administratorem przetwarzającym Pani/Pana dane osobowe jest: Komendant Powiatowy Państwowej Straży Pożarnej w Radzynie Podlaskim (21-300 Radzyń Podlaski, ul. Pomiarowa 1, tel. 83 352-77-50, fax. 83 352-73-44, e-mail: kp_radzyn@straz.lublin.pl).
2. W Komendzie Powiatowej Państwowej Straży Pożarnej w Radzynie Podlaskim wyznaczony został, decyzją Lubelskiego Komendanta Wojewódzkiego PSP w Lublinie, Inspektor Ochrony Danych: (20-012 Lublin, ul. Strażacka 7, tel. 81 53 51 237, e-mail: iod@kwpsp.lublin.pl).
3. Pani/Pana dane osobowe są przetwarzane na podstawie art. 6 ust 1 lit c RODO oraz art. 28 i 28b ustawy z dnia 24 sierpnia 1991 r. o Państwowej Straży Pożarnej (T. j.: Dz. U. z 2020 r. poz. 1123 ze zmianami) w celu przeprowadzenia naboru do służby na stanowisko stażysty (docelowo starszy ratownik-kierowca) w systemie zmianowym, w Komendzie Powiatowej PSP w Radzynie Podlaskim.
4. Odbiorcą danych jest Komendant Powiatowy PSP w Radzynie Podlaskim, oraz członkowie komisji kwalifikacyjnej.
5. Kandydat przystępujący do naboru podaje własne dane osobowe dobrowolnie. Bez podania wymaganych danych osobowych nie będzie możliwy udział w naborze do służby w Komendzie Powiatowej PSP w Radzynie Podlaskim.
6. Dane będą przechowywane przez okres 1 miesiąca od zakończenia naboru.
7. Przysługuje Pani/Panu prawo do:
 - a) żądania od administratora dostępu do treści swoich danych, ich sprostowania, usunięcia po upływie okresu przechowywania zgodnym z właściwymi przepisami archiwalnymi lub ograniczenia przetwarzania, wniesienia sprzeciwu wobec przetwarzania;
 - b) wniesienia skargi do organu nadzorczego, którym jest Urząd Ochrony Danych Osobowych (00-193 Warszawa, ul. Stawki 2, tel. 22 531 03 00, fax. 22 531 03 01, e-mail: kancelaria@uodo.gov.pl) jeżeli uzna Pani/Pan, że przetwarzanie narusza przepisy RODO.
8. Pani/Pana dane osobowe nie będą przekazywane do państwa trzeciego lub organizacji międzynarodowej.
9. Przetwarzanie podanych przez Panią/Pana danych osobowych nie będzie podlegało zautomatyzowanemu podejmowaniu decyzji, w tym profilowaniu, o którym mowa w art. 22 ust. 1 i 4 RODO.

**SYSTEM PUNKTOWY STOSOWANY DO OCENY PREFERENCJI Z TYTUŁU
POSIADANEGO PRZEZ KANDYDATÓW DO SŁUŻBY W PAŃSTWOWEJ
STRAŻY POŻARNEJ WYKSZTAŁCENIA, WYSZKOLENIA LUB POSIADANYCH
UMIEJĘTNOŚCI:**

Preferencje, za które obligatoryjnie są przyznawane punkty:

1. Szkolenie podstawowe w zawodzie strażak - 20 punktów;
2. Posiadanie tytułu zawodowego technik pożarnictwa - 25 punktów;
3. Posiadanie tytułu zawodowego inżynier pożarnictwa - 30 punktów;
4. Posiadanie tytułu zawodowego inżynier w specjalności inżynieria bezpieczeństwa pożarowego, uzyskanego w Szkole Głównej Służby Pożarnej - 15 punktów;
5. Uzyskanie kwalifikacji ratownika, o których mowa w art. 13 ustawy z dnia 8 września 2006 r. o Państwowym Ratownictwie Medycznym (Dz. U. z 2017 r. poz. 2195 oraz 2018 r. poz. 650) - 5 punktów;
6. Uprawnienia do wykonywania zawodu ratownika medycznego, o których mowa w art. 10 ustawy z dnia 8 września 2006 r. o Państwowym Ratownictwie Medycznym – 15 punktów;
7. wykształcenie pożarnicze w OSP - ukończone SP - 5 punktów;
8. wykształcenie pożarnicze w OSP - ukończone SP + RT - 10 punktów;
9. wykształcenie pożarnicze w OSP - ukończone SP + RT + RW - 15 punktów;
10. wykształcenie pożarnicze w OSP – ukończone SP według programu z dnia 17 listopada 2015 r. – 15 punktów;
11. ukończone liceum ogólnokształcące lub technikum w klasie, w której były nauczane przedmioty dotyczące funkcjonowania ochrony przeciwpożarowej, dla których zostały opracowane w szkole programy nauczania włączone do szkolnego zestawu programów nauczania – 5 punktów;

Dodatkowe preferencje, za które przyznawane są punkty:

12. Prawo jazdy kat. C+E – 10 punktów;
13. Uprawnienia UDT do napełniania zbiorników przenośnych – 3 pkt,
14. Obsługa urządzeń transportu bliskiego (podesty ruchome przejezdne) - 5 pkt.
15. Patent żeglarski stermotorzysty – 5 pkt.

Sposób liczenia punktów:

1. za kwalifikacje wymienione w pkt 1-3 przyznaje się punkty jedynie z jednego tytułu, z wyższą wartością punktową;
2. za kwalifikacje wymienione w pkt 5 i 6 przyznaje się punkty jedynie z jednego tytułu, z wyższą wartością punktową;
3. za kwalifikacje wymienione w pkt 7-10 przyznaje się punkty jedynie z jednego tytułu, z wyższą wartością punktową;
4. za kwalifikacje wymienione w pkt 7 – 10 przyznaje się punkty jedynie w przypadku potwierdzenia przez właściwego dla działalności ochotniczej straży pożarnej komendanta powiatowego (miejskiego) Państwowej Straży Pożarnej aktywnego członkostwa przez udokumentowany udział w co najmniej dwóch zdarzeniach – w działaniach ratowniczo – gaśniczych lub ćwiczeniach organizowanych przez jednostkę organizacyjną Państwowej Straży Pożarnej (w okresie jednego roku poprzedzającego datę publikacji ogłoszenia).

Wyjaśnienie użytych skrótów:

1. SP - szkolenie podstawowe strażaków-ratowników ochotniczej straży pożarnej;
2. RT - szkolenie z zakresu ratownictwa technicznego dla strażaków-ratowników ochotniczej straży pożarnej;
3. RW - szkolenie strażaków-ratowników ochotniczej straży pożarnej z zakresu działań przeciwpowodziowych oraz ratownictwa na wodach

....., dnia
(miejscowość)

.....
(Imię i nazwisko)

.....

.....
(miejsce zamieszkania)

OŚWIADCZENIE

Ja, poniżej podpisany/a

Zamieszkały/a

świadomy/a odpowiedzialności karnej wynikającej z art. 233 § 1 kodeksu karnego

oświadczam

że posiadam obywatelstwo polskie, korzystam z pełni praw publicznych, nie byłem/am karany za przestępstwo lub przestępstwa skarbowe, posiadam zdolność fizyczną i psychiczną do pełnienia służby w PSP, posiadam co najmniej średnie wykształcenie oraz uregulowany stosunek do służby wojskowej (dotyczy kandydatów objętych ewidencją wojskową), posiadam prawo jazdy kategorii C.

Jednocześnie oświadczam, że zapoznałem/am się z zasadami naboru do służby w Komendzie Powiatowej PSP w Radzynie Podlaskim.

.....
(data i czytelny podpis)

....., dnia

(miejsowość)

.....
(pieczętka zakładu służby zdrowia)

ZAŚWIADCZENIE LEKARSKIE

Zaświadcza się, że stan zdrowia Pana (Pani)

.....
(imię i nazwisko)

PESEL: **pozwala / nie pozwala*** na udział w próbie
wydolnościowej oraz teście sprawności fizycznej tj.: podciąganie na drążku, bieg po kopercie, próbie
wydolnościowej (BEEP TEST), w próbie wysokościowej (akrofobii – wejście asekurowane na drabinę
na wysokość 20 m, ustawioną pod kątem 75⁰) podczas naboru do służby w Komendzie Powiatowej
Państwowej Straży Pożarnej w Radzynie Podlaskim.

.....
(pieczętka i podpis lekarza)

*niepotrzebne skreślić

SPOSÓB PRZEPROWADZENIA TESTU SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ

Test sprawności fizycznej składa się z prób sprawnościowych oraz próby wydolnościowej, które przeprowadza się i ocenia w sposób określony w rozporządzeniu Ministra Spraw Wewnętrznych i Administracji z dnia 25 października 2005 r. w sprawie zakresu, trybu i częstotliwości przeprowadzania okresowych profilaktycznych badań lekarskich oraz okresowej oceny sprawności fizycznej strażaka Państwowej Straży Pożarnej (Dz. U. z 2005 r. Nr 261 poz. 2191, ze zm.).

Test sprawności fizycznej przeprowadza się w ubiorze i obuwiu sportowym w pomieszczeniu zamkniętym o utwardzonej nawierzchni. Kandydat do każdej z prób podchodzi tylko raz. Wyjątek stanowi awaria sprzętu, urządzeń pomiarowych lub zewnętrzne zakłócenia próby.

- **Próba wydolnościowa:**

PRÓBA WYDOLNOŚCIOWA – BEEP TEST – polega na bieganiu między dwoma znacznikami (liniami), oddalonymi od siebie o 20 metrów w określonym, stale rosnącym tempie. Szerokość toru wynosi 1,5 m. Tempo nadaje sygnał dźwiękowy, podczas trwania którego kandydat musi znajdować się poza wyznaczoną linią dwiema nogami. Jeżeli strażak dotrze do linii przed sygnałem, powinien zatrzymać się za nią i ruszyć do kolejnego odcinka po usłyszeniu sygnału.

Koniec testu następuje w momencie, gdy kandydat dwukrotnie nie przebiegnie kolejnych 20 metrów w wyznaczonym czasie lub dwukrotnie pod rząd wystartuje do kolejnych odcinków przed sygnałem.

Ostateczny wynik to liczba pełnych przebiegniętych 20-metrowek na tym poziomie (np. 10-9), gdzie 10 oznacza poziom, a 9 – numer 20-metrowego odcinka.

Liczba odcinków	1 odc.	2 odc.	3 odc.	4 odc.	5 odc.	6 odc.	7 odc.	8 odc.	9 odc.	10 odc.	11 odc.	12 odc.	Czas odcinka
Poziom	Przebiegnięty dystans (m)												
1	20	40	60	80	100	120	140						9,0
2	160	180	200	220	240	260	280	300					8,0
3	320	340	360	380	400	420	440	460					7,5
4	480	500	520	540	560	580	600	620	640				7,2
5	660	680	700	720	740	760	780	800	820				6,8
6	840	860	880	900	920	940	960	980	1000	1020			6,5
7	1040	1060	1080	1100	1120	1140	1160	1180	1200	1220			6,2
8	1240	1260	1280	1300	1320	1340	1360	1380	1400	1420	1440		6,0

9	1460	1480	1500	1520	1540	1560	1580	1600	1620	1640	1660		5,7
10	1680	1700	1720	1740	1760	1780	1800	1820	1840	1860	1880		5,5
11	1900	1920	1940	1960	1980	2000	2020	2040	2060	2080	2100	2120	5,3
12	2140	2160	2180	2200	2220	x	x	x	x	x	x	x	5,1

- **Podciąganie się na drążku:**

Drążek jest umieszczony na wysokości doskocznej, pozwalającej na swobodny zwis ciała, bez dotykania podłoża. W przypadku braku możliwości doskocznej do drążka, kandydat ma prawo do uzyskania pomocy osób przeprowadzających test sprawności fizycznej.

Kandydat zajmuje pozycję w zwisie na drążku (nachwytem lub podchwytem) o ramionach wyprostowanych w stawach łokciowych. Na komendę „start” podciąga się, tak aby broda znalazła się powyżej drążka, i wraca do pozycji wyjściowej, następnie ponawia ćwiczenie.

Oceniający głośno podaje liczbę zaliczonych podciągnięć. Jeżeli kandydat nie wykona ćwiczenia zgodnie z opisem, np. nie podciągnie się na drążku do wymaganej pozycji lub nie wróci do zwisu na drążku o ramionach wyprostowanych w stawach łokciowych, oceniający powtarza ostatnią liczbę prawidłowo zaliczonych podciągnięć.

Podczas wykonywania ćwiczenia dozwolona jest praca tułowia i nóg.

Wynikiem końcowym jest liczba prawidłowo zaliczonych podciągnięć.

- **Bieg po kopercie:**

Konkurencja jest przeprowadzana na polu prostokąta o wymiarach 3 x 5 m, na którym w wyznaczonych miejscach (naklejone z taśmy o szerokości 5 cm krzyże mają wymiary 20 x 20 cm) ustawia się tyczki o wysokości 160-180 cm - podstawa tyczki w całości musi zakrywać naklejony krzyż (sposób rozmieszczenia tyczek przedstawia rysunek).

Kandydat na komendę "na miejsca" podchodzi do linii startu i zajmuje pozycję startową. Na komendę "start" kandydat rozpoczyna bieg zgodnie z oznaczonym na rysunku kierunkiem (A-B-E-C-D-E-A), omijając tyczki od strony zewnętrznej. Kandydat pokonuje trasę trzykrotnie. Podczas wykonywania próby obowiązuje całkowity zakaz chwywania i przytrzymywania stojących tyczek. W przypadku przewrócenia lub przesunięcia tyczki z punktu jej ustawienia, kandydat musi ją ustawić na wcześniej zajmowanym miejscu i dopiero kontynuować bieg. W przypadku nieustawienia tyczki na wcześniej zajmowanym miejscu i kontynuowaniu biegu, kandydatowi przerywa się próbę i uznaje się ją za niezaliczoną. Kandydat może popełnić 1 falstart, kolejny go dyskwalifikuje. Wynikiem końcowym jest czas pokonania ćwiczenia, z dokładnością do 0,01 sekundy.

Schemat przebiegu konkurencji:

