

Zarządzenie Wewnętrzne Nr 17/2013
Wójta Gminy Mielno
z dnia 01 marca 2013 r.

w sprawie: sposobu określenia stopnia sprawności fizycznej osób ubiegających się o przyjęcie do Straży Gminnej w Mielnie

Na podstawie art. 9 ust. 1 i art. 24 ust. 6 ustawy z dnia 29 sierpnia 1997 r. o strażach gminnych (Dz.U. nr 123 poz. 779 z późn.zm.) oraz § 7 ust. 2 pkt 29 Zarządzenia Wewnętrznego nr 3/2012 Wójta Gminy Mielno z dnia 31 stycznia 2012 r. w sprawie Regulaminu Organizacyjnego Urzędu Gminy w Mielnie zarządzam, co następuje:

§ 1.

Określenie stopnia sprawności fizycznej osoby ubiegającej się o przyjęcie do Straży Gminnej w Mielnie, zwanej dalej kandydatem, następuje w drodze jednodniowego egzaminu sprawności fizycznej, obejmującego zestaw ćwiczeń określonych w załączniku do zarządzenia, pozwalających na ocenę pożądaných u strażnika gminnego cech motorycznych, takich jak: moc, wytrzymałość, siła, zwinność i koordynacja ruchowa. Zestaw ćwiczeń i norm określony został w załączniku nr 1.

§ 2.

1. Do egzaminu sprawności fizycznej dopuszcza się kandydata, który przeszedł etap wstępnej selekcji kandydatów oraz legitymuje się zaświadczeniem lekarskim dopuszczającym do ćwiczeń sprawnościowych (fizycznych).
2. Na test sprawności fizycznej należy przybyć w stroju sportowym.
3. Przed przystąpieniem do ćwiczeń każdy kandydat zobowiązany jest do okazania dokumentu tożsamości (z fotografią) oraz przedłożenia Komisji Rekrutacyjnej aktualnego zaświadczenia lekarskiego podpisanego przez lekarza rejonowego, rodzinnego lub internistę, dopuszczającego do testu sprawnościowego – zaświadczenie jest ważne 1 miesiąc od daty wystawienia.

Zaświadczenie lekarskie ważne jest tylko na wzorze druku określonym w załączniku nr 2.

§ 3.

Egzamin sprawności fizycznej przeprowadza Komisja Rekrutacyjna powołana przez Wójta Gminy Mielno zgodnie z Regulaminem Naboru.

§ 4.

1. Czas i miejsce przeprowadzenia egzaminu zostanie ustalony przez Przewodniczącego Komisji Rekrutacyjnej, a kandydat zostanie o tym powiadomiony z odpowiednim wyprzedzeniem.
2. Niestawienie się kandydata na egzamin sprawności fizycznej lub brak dokumentów o których mowa w § 2 ust. 3 jest równoznaczne z niezaliczeniem tego egzaminu oraz niedopuszczeniem do następnego etapu naboru.

§ 5.

Kandydat musi zaliczyć pozytywnie wszystkie ćwiczenia składające się na egzamin sprawności fizycznej.

§ 6.

W przypadku niezaliczenia jednego ćwiczenia, czyli osiągnięcia wyniku niższego niż zawarty w tabeli w załączniku nr 1 do zarządzenia, kandydat ma szansę, po zakończeniu egzaminu, na jednorazową próbę poprawienia tego ćwiczenia.

§ 7.

1. Uzyskanie wyniku niższego niż podane w tabeli z uwzględnieniem § 6, skutkuje niezaliczeniem przez kandydata egzaminu sprawności fizycznej oraz niedopuszczeniem do następnego etapu naboru.
2. Uzyskanie dwóch wyników niższych niż podane w tabeli skutkuje przerwaniem egzaminu, niezaliczeniem przez kandydata egzaminu sprawności fizycznej oraz niedopuszczeniem do następnego etapu naboru.

§ 8.

Wynik końcowy z egzaminu sprawności fizycznej jest to liczba końcowa uzyskanych punktów, która stanowi średnią arytmetyczną wszystkich uzyskanych punktów z poszczególnych ćwiczeń.

§ 9.

Liczbę punktów poszczególnych ćwiczeń oraz liczbę końcową uzyskanych punktów wpisuje się w Kartę Egzaminacyjną – stanowiącą załącznik nr 3 do Zarządzenia.

§ 10.

Karta Egzaminacyjna stanowi podstawę do dalszego postępowania kwalifikacyjnego lub odrzucenia kandydata z dalszego postępowania. Liczbę końcową uzyskanych punktów przenosi się do protokołu naboru kandydata.

§ 11.

W uzasadnionych przypadkach można odstąpić od określenia stopnia sprawności fizycznej.

§ 12.

Nadzór nad realizacją zatrudnienia powierzam Sekretarzowi Gminy.

§ 13.

Traci moc Zarządzenie wewnętrzne Nr 17/2010 Wójta Gminy Mielno z dnia 15 kwietnia 2010 r. w sprawie sposobu określania stopnia sprawności fizycznej osób ubiegających się o przyjęcie do Straży Gminnej w Mielnie.

§ 14.

Zarządzenie wchodzi w życie z dniem podpisania i ma zastosowanie do ogłoszonego już naboru na stanowisko aplikanta..

Wójt Gminy Mielno
Olga Roszak-Pezala

RADCA PRAWNY

Marcin Sychowski

EGZAMIN SPARWNOŚCI FIZYCZNEJ DLA OSÓB UBIEGAJĄCYCH SIĘ O PRZYJĘCIE DO PRACY W STRAŻY GMINNEJ W MIELNIE.

Zestaw ćwiczeń i norm

I. Opis prób sprawnościowych:

1. Siady proste z leżenia tyłem w ciągu 30 sekund:

➤ mężczyźni

Na komendę „gotów” kandydat przyjmuje pozycję leżącą tyłem, ręce splecione palcami zakłada na kark, ramiona na materacu, nogi w lekkim rozkroku – niestabilizowane. Na komendę „start” kandydat unosi tułów do pozycji pionowej dotykając czołem dłoni prowadzącego próbę, a następnie wraca do pozycji wyjściowej z ramionami na materacu – (ćwiczenie czasowe, kryteria zawarte w tabeli sprawności fizycznej).

➤ kobiety

Na komendę „gotów” kandydatka przyjmuje pozycję leżącą tyłem, ręce skrzyżowane na klatce piersiowej, ramiona na materacu, nogi w lekkim rozkroku – niestabilizowane. Na komendę „start” kandydatka unosi tułów do pozycji pionowej dotykając czołem dłoni prowadzącego próbę, a następnie wraca do pozycji wyjściowej z ramionami na materacu – (ćwiczenie czasowe, kryteria zawarte w tabeli sprawności fizycznej.).

2. Rzut piłką ciężką 3 kilogramową (mężczyźni) i 2 kilogramową (kobiety).

Na komendę „gotów” kandydat(ka) podnosi piłkę i przyjmuje pozycję rozkroczną przodem do linii rzutu. Na komendę „start” przenosi piłkę za głowę i wykonuje rzut oburącz zza głowy. Kandydat(ka) wykonuje dwa rzuty, z tym, że zalicza się rzut dłuższy. Odległość rzutu wyznacza punkt, w którym rzucona piłka osiągnie pierwszy kontakt z podłożem. Przekroczenie linii w momencie wykonywania rzutu albo bezpośrednio po nim unieważnia próbę. W trakcie rzutu zezwala się na wspięcie na palcach lub podskok – (kryteria zawarte w tabelach sprawności fizycznej).

3. Bieg wahadłowy (10 x 10, a kobiety 4 x 10)

Odcinek 10 m oznaczony dwiema chorągiewkami. Kandydat(ka) staje przed linią startu i (metry) i na sygnał „start” odpowiednią ilość razy obiega chorągiewki. Przewrócenie chorągiewki, nie przebiegnięcie wskazanej ilości okrążeń dyskwalifikuje kandydata - (ćwiczenia czasowe, kryteria zawarte w tabelach sprawności fizycznej).

KOBIEТЫ			LICZBA PUNKTÓW	MEŹCZYŹNI		
Siady proste z leżenia tyłem (liczba powtórzeń)	Rzut piłką lekarską 2 kg znad głowy (odl. w m)	Bieg wahadłowy 4 x 10 m (czas w s)		Siady proste z leżenia tyłem (liczba powtórzeń)	Rzut piłką lekarską 3 kg znad głowy (odl. w m)	Bieg wahadłowy 10 x 10 m (czas w s)
20	10,00	12,0	75	23	12,0	29,4
	9,90	12,1	74		11,90	29,5
	9,80	12,2	73		11,80	29,6
19	9,70	12,3	72	22	11,70	29,7
	9,60	12,4	71		11,60	29,8
	9,50	12,5	70		11,50	29,9
18	9,40	12,6	69	21	11,40	30,0
	9,30	12,7	68		11,30	30,1
	9,20	12,8	67		11,20	30,2
	9,10	12,9	66		11,10	30,3
17	9,00	13,0	65	20	11,00	30,4
	8,90	13,1	64		10,90	30,5
	8,80	13,2	63		10,80	30,6
	8,70	13,3	62		10,70	30,7
	8,60	13,4	61		10,60	30,8
16	8,50	13,5	60	19	10,50	30,9
	8,40	13,6	59		10,40	31,0
	8,30	13,7	58		10,30	31,1
	8,20	13,8	57		10,20	31,2
	8,10	13,9	56		10,10	31,3
15	8,00	14,0	55	18	10,00	31,4
		14,1	54			31,5
	7,90	14,2	53		9,90	31,6
		14,3	52			31,7
	7,80	14,4	51		9,80	31,8
		14,5	50			31,9
	7,70	14,6	49		9,70	32,0
		14,7	48			32,1
	7,60	14,8	47		9,60	32,2
		14,9	46			32,3
	7,50	15,0	45		9,50	32,4
		15,1	44			32,5
14	7,40	15,2	43	17	9,40	32,6
		15,3	42			32,7
	7,30	15,4	41		9,30	32,8
		15,5	40			32,9
	7,20	15,6	39		9,20	33,0
		15,7	38			33,1
	7,10	15,8	37		9,10	33,2
		15,9	36			33,3

13	7,00	16	35	16	9,00	33,4
		16,1	34			33,5
	6,90	16,2	33		9,90	33,6
		16,3	32			33,7
	6,80	16,4	31		8,80	33,8
		16,5	30			33,9
	6,70	16,6	29		8,70	34,0
		16,7	28			34,1
	6,60	16,8	27		8,60	34,2
		16,9	26			34,3
12	6,50	17,0	25	15	8,50	34,4
			24			
	6,40	17,2	23		8,40	34,5
			22			
	6,30	17,4	21		8,30	34,6
			20			
	6,20		19		8,20	
		17,6	18			34,7
	6,10		17		8,10	
			16			
11	6,00	17,8	15	14	8,00	34,8
	5,90		14		7,90	
	5,80	18,0	13		7,80	
	5,70		12		7,70	
	5,60	18,2	11		7,60	
	5,50		10		7,50	34,9
	5,40		9		7,40	
	5,30	18,4	8		7,30	
	5,20		7		7,20	
	5,10		6		7,10	
	5,00	18,6	5		7,00	35,0
			4			
			3,5			
			3			
			2			
			1			

Za wyniki gorsze niż podano powyżej przyznaje się „0” punktów

.....

pieczętka zakładu służby zdrowia

..... dnia

miejscość

ZAŚWIADCZENIE

Zaświadcza się, że Pan(i)

.....

Nazwisko i imię

Urodzony(a)

W

data urodzenia miejsce urodzenia

może przystąpić do testu sprawności fizycznej obejmującego:

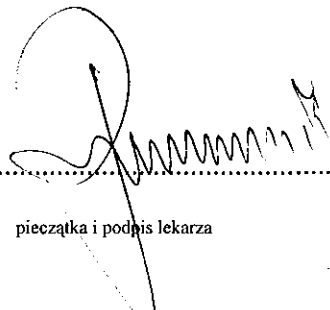
dla mężczyzn:

- siady proste z leżenia tyłem,
- rzut piłką lekarską 3 kg znad głowy,
- bieg wahadłowy 10 x 10 m,

dla kobiet:

- siady proste z leżenia tyłem
- rzut piłką lekarską 2 kg znad głowy
- bieg wahadłowy 4 x 10 m

**Zaświadczenie wydaje się w celu przedstawienia na egzaminie kwalifikacyjnym do
przyjęcia, do Straży Gminnej w Mielnie.**

.....


pieczętka i podpis lekarza

