

**Regulamin próby sprawności fizycznej
dla kandydatów klasy mundurowej**

Miejsce przeprowadzenia sprawdzianu: siedziba Zespołu Szkół im. Króla Kazimierza Jagiellończyka w Łęcznej ul. Bogdanowicza 9,
21-010 Łęczna

I termin: 16.06.2025 r., godz. 9:00

II termin: 26.06.2025 r., godz. 9:00 wyłącznie dla kandydatów, którzy z przyczyn niezależnych nie mogli przystąpić do sprawdzianu w I terminie.

W tym przypadku kandydat lub jego rodzic zobowiązany jest przedstawić stosowny dokument poświadczający brak możliwości przystąpienia do sprawdzianu nie później niż w dniu próby osobiście lub w formie elektronicznej na adres: sekretariat@kkjagiellonczyk.fc.pl

Kandydaci przystępujący do egzaminu sprawności fizycznej muszą posiadać odpowiedni strój sportowy oraz obuwie sportowe.

WAŻNE!

Uczniowie ubiegający się o przyjęcie do klasy mundurowej muszą złożyć w szkole pierwszego wyboru w terminie do 13.06.2025r. do godz. 15:00:

1. wniosek wygenerowany z systemu rekrutacyjnego i podpisany przez rodziców,
2. zaświadczenie od lekarza rodzinnego o braku przeciwwskazań zdrowotnych do nauki w klasie mundurowej oraz o braku przeciwwskazań zdrowotnych do wzięcia udziału w próbie sprawności fizycznej,
3. oświadczenie, że kandydat jest ubezpieczony od następstw nieszczęśliwych wypadków (NNW szkolne w szkole podstawowej lub ubezpieczenie indywidualne).

Kandydat zgłasza się na próbę z dokumentem umożliwiającym identyfikację (legitymacja szkolna, dowód osobisty).

Wyniki próby mogą zostać udostępnione do wglądu kandydatom oraz ich rodzicom/prawnym opiekunom po wcześniejszym uzgodnieniu.

Wyniki próby będą dostępne w sekretariacie szkoły.

TESTY I NORMY OCENY PRÓBY SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ

1. rzut oburącz zza głowy do przodu piłką lekarską o ciężarze 3 kg

Kandydat wykonuje rzut oburącz zza głowy do przodu. Kandydat może wykonać dwa rzuty. Wynik z próby sprawnościowej ustala się na podstawie rzutu, podczas którego kandydat uzyskał większą odległość. W przypadku popełnienia dwóch błędów technicznych w trakcie wykonywania próby, kandydat otrzymuje 0 pkt i wynik negatywny z próby.

2. siady z leżenia na plecach w czasie 30 sek.

Kandydat wykonuje siady z jednoczesnym dotknięciem łokciami kolan i natychmiast powraca do leżenia tak, aby łokcie dotknęły materaca. Podczas wykonywania próby sprawnościowej nie można unosić bioder. Wynik próby sprawnościowej stanowi liczbę prawidłowo wykonanych siadów w czasie 30 sek.

3. bieg ze zmianą kierunku

Biegając kandydat omija stojaki w kolejności A – B – E – C – D – E – A. Wynik próby sprawnościowej stanowi czas, w którym kandydat trzykrotnie prawidłowo pokonał trasę biegu. Wynik zapisuje się z dokładnością do 0,1 s. W przypadku popełnienia błędu technicznego kandydat w danym dniu może ponownie, jeden raz, przystąpić do wykonania próby. Ponowne popełnienie błędu technicznego skutkuje uzyskaniem 0 pkt i wyniku negatywnego z próby.

4. bieg z obieganiem stojaków w czasie 90 s

Wyznaczony stojakami dystans kandydat pokonuje w czasie 90 s jak największą liczbę razy. Obiegnięcie stojaków dopuszczalne jest z dowolnej strony. Odcinek zaliczany jest po pokonaniu 10 m dystansu w chwili postawienia co najmniej jednej stopy po zewnętrznej stronie linii wyznaczającej dystans. Wynik próby sprawnościowej stanowi liczba prawidłowo pokonanych odcinków.

Maksymalna liczba punktów możliwa do uzyskania z testu sprawności fizycznej, wynosi 60 punktów. Pozytywny wynik testu uzyskuje kandydat, który otrzymał co najmniej 32 punkty i zaliczył wszystkie próby sprawnościowe.

Normy czasowe

Czas w minutach, sekundach, dziesiątych sekundy od	Czas w minutach, sekundach, dziesiątych sekundy do	PKT
1.39,1	1.41,0	43
1.37,1	1.39,0	44
1.35,1	1.37,0	45
1.33,1	1.35,0	46
1.31,1	1.33,0	47
1.29,1	1.31,0	48
1.27,1	1.29,0	49
1.25,1	1.27,0	50
1.23,1	1.25,0	51
1.21,1	1.23,0	52
1.19,1	1.21,0	53
1.17,1	1.19,0	54

Normy czasowe

Czas w minutach, sekundach, dziesiątych sekundy od	Czas w minutach, sekundach, dziesiątych sekundy do	PKT
1.15,1	1.17,0	55
1.13,1	1.15,0	56
1.11,1	1.13,0	57
1.09,1	1.11,0	58
1.07,1	1.09,0	59
poniżej 1.07,1		60

Podstawa prawna: Rozporządzenie Ministra Spraw Wewnętrznych i Administracji z dnia 14 lutego 2025 r. w sprawie postępowania kwalifikacyjnego wobec kandydatów do służby w Policji § 22-27 oraz załącznik nr 2 (Dz.U. z 2025 r., poz. 248).

Rozporządzenie MSWiA z dnia 25 lutego 2025 r. w sprawie szkolenia w oddziale o profilu mundurowym (Dz.U. z 2025 r., poz. 266).