

ZATWIERDZAM

Chrzanów, dnia 02 października 2020 r.

**PROTOKÓŁ Z I ETAPU
NABORU DO SŁUŻBY W KOMENDZIE POWIATOWEJ PSP W CHRZANOWIE
NA STANOWISKO STAŻYSTY W SŁUŻBIE PRZYGOTOWAWCZEJ
(DOCELOWO STARSZY RATOWNIK)
W JEDNOSTCE RATOWNICZO - GAŚNICZEJ**

Na zamieszczone w dniu 15 września 2020 r. ogłoszenie o naborze do służby na stanowisko stażysty w służbie przygotowawczej (docelowo starszy ratownik) w Komendzie Powiatowej PSP w Chrzanowie odpowiedziało 33 osoby.

Komisja kwalifikacyjna powołana decyzją 68/2020 z dnia 15 września 2020 r. Komendanta Powiatowego PSP w Chrzanowie zakończyła pierwszy etap naboru kandydatów do służby, który polegał na weryfikacji złożonych dokumentów (podanie o przyjęcie do służby w PSP, życiorys – odręcznie napisany oraz wymagane oświadczenia). W wyniku ww. postępowania komisja dopuściła do następnego etapu 27 osób. Lista osób oraz wyznaczony dzień i godzina testów sprawności fizycznej znajdują się w załączniku nr 1 do protokołu o naborze w Komendzie Powiatowej Straży Pożarnej w Chrzanowie na stanowisko stażysty w służbie przygotowawczej (docelowo starszy ratownik).

Informujemy, że drugi etap naboru „Test sprawności fizycznej” (obejmujący podciąganie na drążku, bieg po kopercie, próbę wydolnościową „Beep test”) odbędzie się w dniach 5-6 października 2020 r. na hali sportowej przy I LO im. Stanisława Staszica w Chrzanowie, ul. Piłsudskiego 14 od godz. 8:30.

Mając na uwadze sytuację epidemiologiczną COVID-19 na terenie kraju oraz wprowadzaniem stref „żółtych” i „czerwonych” umożliwiając jednocześnie dostęp do otwartego konkursu naboru wszystkim osobom zakwalifikowanym do II etapu naboru – test sprawności fizycznej odbędzie się z zachowaniem najwyższych środków sanitarnych. W związku z powyższym, każda osoba zakwalifikowana do II etapu naboru zgłasza się na wyznaczoną godzinę przed bramą wejściową na teren hali sportowej I LO w Chrzanowie przy ul. Piłsudskiego 14 oraz opuszcza teren I LO w Chrzanowie bezpośrednio po ukończonym teście.

Informujemy, iż na testy sprawności fizycznej zgłaszają się osoby (pod rygorem wykluczenia z dalszego postępowania):

1. wyłącznie zdrowe bez objawów chorobowych,
2. posiadające ważny dokument tożsamości ze zdjęciem,
3. posiadające maseczkę ochronną (jedno lub wielorazową), którą można ściągnąć podczas wykonywanej konkurencji - testu sprawności fizycznej,
4. posiadające ubiór i obuwie sportowe,
5. posiadające oryginał zaświadczenia lekarskie wg wzoru określonego w załączniku nr 4 do ogłoszenia o naborze – nie dotyczy osób, które dostarczyły oryginały zaświadczenia w I etapie naboru.

Osoby, które zaliczyły test sprawności fizycznej w naborach do służby przygotowawczej w innych komendach PSP przedkładają oryginał zaświadczenia o zaliczeniu testu sprawności fizycznej.

Decyzją Przewodniczącego Komisji osoby, które w I etapie dostarczyły oryginały zaświadczeń o zdaniu testu sprawności oraz oryginały załącznika nr 4 tj. zaświadczenia lekarskiego zostały dopuszczone automatycznie do III etapu postępowania kwalifikacyjnego.

Na testy nie może się zgłosić osoba objęta kwarantanną lub izolacją w warunkach domowych, a także osoba mieszkająca we wspólnym gospodarstwie domowym z osobą objętą kwarantanną lub izolacją w warunkach domowych.

Komisja:

Przewodniczący: st. kpt. Piotr Bębenek

Członkowie:

st. kpt. Maciej Kurnik

st. kpt. Dominik Głogowski

st. kpt. Grzegorz Michalczyk

asp. Wojciech Głuch

Joanna Sroka

.....
.....
.....
.....
.....
.....

Załącznik nr 1

Wyniki I etapu postępowania kwalifikacyjnego (lista osób zakwalifikowanych i niezakwalifikowanych)

Nr identyfikacyjny kandydata	Kompletność złożonej dokumentacji	Wyniki I etapu postępowania kwalifikacyjnego	Data testów sprawności fizycznej	Godzina testu sprawności fizycznej
1	Kompletna	Zakwalifikowany do II etapu naboru	05.10.2020 r.	Dostarczyć oryginał zaświadczenia o zdaniu testów - 8.15
2	Kompletna	Zakwalifikowany do II etapu naboru	05.10.2020 r.	8.30
3	Kompletna	Zakwalifikowany do II etapu naboru	05.10.2020 r.	9.00
4	Kompletna	Zakwalifikowany do II etapu naboru	05.10.2020 r.	9.30
5	Kompletna	Zakwalifikowany do II etapu naboru	05.10.2020 r.	10.00
6	Kompletna	Zakwalifikowany do II etapu naboru	05.10.2020 r.	10.30
7	Kompletna	Zakwalifikowany do II etapu naboru	05.10.2020 r.	11.00
8	Kompletna	Zakwalifikowany do II etapu naboru	05.10.2020 r.	11.30
9	Kompletna	Zakwalifikowany do II etapu naboru	05.10.2020 r.	12.00
10	Kompletna	Zakwalifikowany do II etapu naboru	05.10.2020 r.	12.30
11	Kompletna	Zakwalifikowany do II etapu naboru	Zaliczony II etap naboru – zakwalifikowany do III etapu	Zaliczony II etap naboru – zakwalifikowany do III etapu
12	Kompletna	Zakwalifikowany do II etapu naboru	05.10.2020 r.	13.00
13	Niekompletna (brak odręcznie napisanego życiorysu)	Nie zakwalifikowany do II etapu naboru	Nie zakwalifikowany	Nie zakwalifikowany
14	Kompletna	Zakwalifikowany do II etapu naboru	05.10.2020 r.	13.30
15	Kompletna	Zakwalifikowany do II etapu naboru	05.10.2020 r.	Dostarczyć oryginał zaświadczenia o zdaniu testów - 8.20
16	Kompletna	Zakwalifikowany do II etapu naboru	05.10.2020 r.	14.00
17	Kompletna	Zakwalifikowany do II etapu naboru	06.10.2020 r.	8.30
18	Kompletna	Zakwalifikowany do II etapu naboru	06.10.2020 r.	9.00

4

19	Kompletna	Zakwalifikowany do II etapu naboru	06.10.2020 r.	9.30
20	Kompletna	Zakwalifikowany do II etapu naboru	06.10.2020 r.	10.00
21	Kompletna	Zakwalifikowany do II etapu naboru	06.10.2020 r.	10.30
22	Niekompletna (brak odręcznie napisanego życiorysu)	Nie zakwalifikowany do II etapu naboru	<u>Nie zakwalifikowany</u>	<u>Nie zakwalifikowany</u>
23	Kompletna	Zakwalifikowany do II etapu naboru	06.10.2020 r.	11.00
24	Kompletna	Zakwalifikowany do II etapu naboru	06.10.2020 r.	11.30
25	Niekompletna (brak odręcznie napisanego życiorysu)	Nie zakwalifikowany do II etapu naboru	<u>Nie zakwalifikowany</u>	<u>Nie zakwalifikowany</u>
26	Kompletna	Zakwalifikowany do II etapu naboru	06.10.2020 r.	12.00
27	Niekompletna (brak odręcznie napisanego życiorysu)	Nie zakwalifikowany do II etapu naboru	<u>Nie zakwalifikowany</u>	<u>Nie zakwalifikowany</u>
28	Kompletna	Zakwalifikowany do II etapu naboru	06.10.2020 r.	12.30
29	Niekompletna (brak odręcznie napisanego życiorysu)	Nie zakwalifikowany do II etapu naboru	<u>Nie zakwalifikowany</u>	<u>Nie zakwalifikowany</u>
30	Kompletna	Zakwalifikowany do II etapu naboru	06.10.2020 r.	13.00
31	Kompletna	Zakwalifikowany do II etapu naboru	06.10.2020 r.	13.30
22	Kompletna	Zakwalifikowany do II etapu naboru	06.10.2020 r.	14.00
33	Wpływ po terminie określonym w ogłoszeniu o naborze	Nie zakwalifikowany do II etapu naboru	<u>Nie zakwalifikowany</u>	<u>Nie zakwalifikowany</u>

Komisja:

Przewodniczący: st. kpt. Piotr Bębenek

Członkowie:

st. kpt. Maciej Kurnik

st. kpt. Dominik Głogowski

st. kpt. Grzegorz Michalczyk

asp. Wojciech Głuch

Joanna Sroka

..... Byłom
.....
.....
.....
.....
.....
.....

OPIS TESTÓW SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ

Test sprawności fizycznej odbędzie się w dniach 05-06 października 2020 r. na hali sportowej przy I Liceum Ogólnokształcącym im. Stanisława Staszica w Chrzanowie ul. Piłsudskiego 14, 32-500 Chrzanów

Wymagania ogólne: 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 zakłócenie próby.

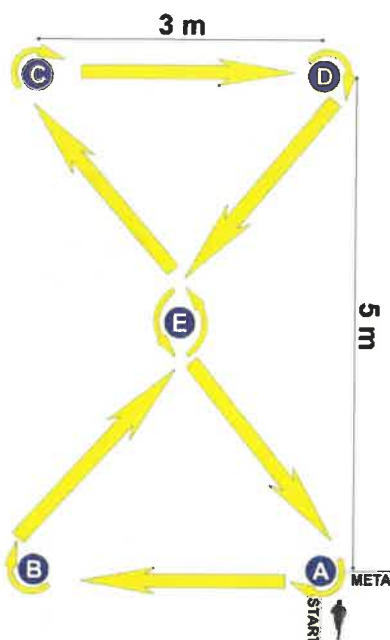
OPIS TESTÓW SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ

Podciąganie się na drążku

Drążek jest umieszczony na wysokości doskocznej, pozwalającej na swobodny zwis ciała, bez dotykania podłoża. W przypadku braku możliwości doskoczenia 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, oceniaczy powtarza ostatnią liczbę prawidłowo zaliczonych podciągnięć. Podczas wykonywania ćwiczenia jest dozwolona praca tułowia i nóg. Wynikiem końcowym jest liczba prawidłowo zaliczonych podciągnięć.

Bieg po kopercie

Konkurencja jest przeprowadzana na polu prostokąta o wymiarach 3 × 5 m, na którym w wyznaczonych miejscach (naklejone z taśmy o szerokości 5 cm krzyże mają wymiary 20 × 20 cm) ustawia się tyczki o wysokości 160-180 cm - podstawa tyczki w całości musi zakrywać naklejony krzyż (sposób rozmieszczenia tyczek przedstawia rysunek). Sposób przeprowadzenia konkurencji: 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 chwytania 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 jako niezaliczoną. Kandydat może popełnić 1 fałstart, kolejny go dyskwalifikuje. Wynikiem końcowym jest czas pokonania ćwiczenia, z dokładnością do 0,01 sekundy.



Rysunek

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 kandydat 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 rozpoczętego poziomu oraz 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 (s)
Poziom	Przebiegnięty dystans (m)												(s)
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

Indywidualne wyniki kandydata, uzyskane w poszczególnych próbach, są przeliczane na punkty przypisane do konkretnego wyniku według tabeli.

TABELA PUNKTOWA (przeliczenie uzyskanych wyników na punkty)

LICZBA PUNKTÓW	Podciąganie się na drążku (liczba powtórzeń)	Bieg po kopercie (czas w sekundach)	Beep test (poziom - liczba odcinków)
75	26	22,00	12 - 5
74	25	22,05	12 - 4
73	24	22,10	12 - 3
72	23	22,15	12 - 2
71	22	22,20	12 - 1
70	21	22,25	11 - 12
69	20	22,30	11 - 11
68	19	22,35	11 - 10
67	18	22,40	11 - 9
66	17	22,45	11 - 8
65	16	22,50	11 - 7
64		22,55	11 - 6
63	15	22,60	11 - 5
62		22,65	11 - 4
61	14	22,70	11 - 3
60		22,75	11 - 2
59		22,80	11 - 1
58	13	22,85	10 - 11
57		22,90	10 - 10
56		22,95	10 - 9
55	12	23,00	10 - 8
54		23,05	10 - 7
53		23,10	10 - 6
52		23,15	10 - 5

51		23,20	10 - 4
50	11	23,25	10 - 3
49		23,30	10 - 2
48		23,35	10 - 1
47		23,40	9 - 11
46		23,45	9 - 10
45	10	23,50	9 - 9
44		23,60	9 - 8
43		23,70	9 - 7
42		23,80	9 - 6
41		23,90	9 - 5
40	9	24,00	9 - 4
39		24,10	9 - 3
38		24,20	9 - 2
37		24,30	9 - 1
36		24,40	8 - 11
35	8	24,50	8 - 10
34		24,60	8 - 9
33		24,70	8 - 8
32		24,80	8 - 7
31		24,90	8 - 6
30	7	25,00	8 - 5
29		25,10	8 - 4
28		25,20	8 - 3
27		25,30	8 - 2
26		25,40	8 - 1
25	6	25,50	7 - 10
24		25,60	7 - 9
23		25,70	7 - 8
22		25,80	7 - 7
21		25,90	7 - 6
20	5	26,00	7 - 5
19		26,10	7 - 4
18		26,20	7 - 3
17		26,30	7 - 2

16		26,40	7 - 1
15	4	26,50	6 - 10
14		26,60	6 - 9
13		26,70	6 - 8
12		26,80	6 - 7
11		26,90	6 - 6
10	3	27,00	6 - 5
9		27,10	6 - 4
8		27,20	6 - 3
7		27,30	6 - 2
6		27,40	6 - 1
5	2	27,50	5 - 9
4		27,60	5 - 8
3		27,70	5 - 7
2		27,80	5 - 6
1	1	27,90	5 - 5

Uwaga: na stronie internetowej KG PSP w Warszawie, pod adresem http://www.straz.gov.pl/sport/Testy_sprawnosci_fizycznej są udostępnione filmy dotyczące przebiegu i wykonania próby wydolnościowej (beep test) oraz prób sprawnościowych.

