

Kedves Tanuló! Tisztelt Szülők!

Az OH által 2024. áprilisának végén meghirdetett FELVÉTELI JEGYZÉKÉBEN iskolánkba felvett tanulók sikeres beiratkozásának feltétele, hogy a jelentkező tanuló:

2024. májusának második hetében pályaaalkalmassági szűréseken vegyen részt

előre meghatározott KÜLÖN időpontban: ITT olvasható

(Kérjük, vegye elő gyermeke OKTATÁSI AZONOSÍTÓ SZÁMÁT!)

Első lépésben: Az egészségügyi vizsgálat 10 – 15 percet vesz igénybe. (Kitöltött Egészségügyi kérdőív, oltási kiskönyv, háziorvosi igazolások szükségesek!)

Rendészeti, honvédelmi és közszolgálati szakirányok esetében:

Második lépésben: A rendészeti, honvédelmi és közszolgálati képzések esetében a pályaaalkalmassági szűrések (egészségügyi, sport-fizikai felmérések) várható időtartama: 45 perc .

A pályaaalkalmassági követelmények vizsgálatát az adott szakmában jártas gyakorló szakoktatók és egészségügyi szakemberek bevonásával végezzük. Célja azoknak a jelentkezőknek a kiválasztása, akik várhatóan sikeresen teljesítik a szakképzés követelményeit; fizikai felkészültségük megfelelő és választott szakmájukban kívánnak elhelyezkedni.

(A pályaaalkalmassági vizsgálat lebonyolításához sportfelszerelés szükséges!)

II. Tájékoztató a rendvédelmi-honvédelmi és közszolgálati képzésekre jelentkező tanulók pályaaalkalmassági (pszichológiai-mentális) szűréséről

Az SZVK által előírt:

- **pályaaalkalmassági követelmények,**
- **rendészeti pályára készülve tartsák szem előtt a jelenleg hatályos jogszabályban foglaltakat (57/2009. (X. 30.) IRM-ÖM-PTNM együttes rendelet egyes rendvédelmi szervek hivatásos állományú tagjai egészségi, pszichikai és fizikai alkalmasságáról, közalkalmazottai és köztisztviselői munkaköri egészségi alkalmasságáról, a szolgálat-, illetve keresőképtelenség megállapításáról, valamint az egészségügyi alapellátásról).**
- **a honvédelmi-katonai pályára készülve tartsák szem előtt a jelenleg hatályos 7/2006. (III. 21.) HM rendeletet a hivatásos és szerződéses katonai szolgálatra, valamint a katonai oktatási intézményi tanulmányokra való egészségi, pszichikai és fizikai alkalmasság**

elbírálásáról, továbbá az egészségügyi szabadság, a szolgálatmentesség és a csökkentett napi szolgálati idő engedélyezésének szabályairól.

III. Tájékoztató a rendvédelmi-honvédelmi és közszolgálati képzésekre jelentkező tanulók pályaaalkalmassági fizikai felvételi gyakorlatok leírása

Testnevelés vagy sportfelszerelés szükséges a gyakorlatok végrehajtásához!

1. gyakorlat	Mellső fekvőtámaszban karhajlítás-nyújtás
pálya	tornaterem vagy sportpálya
kiinduló helyzet	mellső fekvőtámasz a talajon (karok vállszélességben, nyújtottan, előre néző ujjakkal a talajon, törzs egyenes, térd nyújtott, lábak összezárva, fej mérsékelten emelt, előre néző tekintettel)
1. ütem	mindkét kar hajlítása úgy, hogy a felkar vízszintes helyzetbe kerüljön (a könyököket kissé kifelé vigyük, ne szorítsuk a törzshöz, a láb és a törzs egyvonalban, csípőnket ne engedjük le, de ne is emeljük, fejünkkel előre nézünk)
2. ütem	mindkét kar nyújtása (minta kiinduló helyzetnél)
feladat	30 másodpercen keresztül folyamatos végrehajtás
értékelés	csak az előírt testhelyzetekben végrehajtott gyakorlatok darabszáma érvényes
eszközfelhasználás	stopperóra
2. gyakorlat	Helyből távolugrás
helyszín	tornaterem vagy sportpálya
kiinduló helyzet	az ugróvonal mögött álló helyzet
feladat	helyből karlendítéssel, páros lábról történő elrugaszkodással elugrás a legnagyobb távolságra
értékelés	az ugróvonaltól mért legközelebbi talajszintet érintő távolság
eszközfelhasználás	ugrógödör vagy jelzett pálya, talajegyengető szerszám, mérőszalag
3. gyakorlat	Hanyattfekvésből felülés
pálya	tornaterem vagy sportpálya
kiinduló helyzet	hanyatt fekvés hajlított lábbal (kb. derékszögben), lábfej rögzítve (segédeszközzel, társ segítségével), tarkóra tartás, vagy mell előtt keresztben felkarra fogás
1. ütem	felülés, könyök érinti a térdet
2. ütem	ereszkedés kiinduló helyzetbe
feladat	1 percen keresztül folyamatos végrehajtás
értékelés	csak az előírt testhelyzetekben végrehajtott gyakorlatok darabszáma érvényes
eszközfelhasználás	bordásfal szőnyeggel, vagy ülőpad, stopperóra
4. gyakorlat	Netfit ingafutás