

Test sprawności do służby w Policji

W dniach 4 i 14 kwietnia 2025 r. w sali OPP Komendy Wojewódzkiej Policji w Gdańsku po raz pierwszy odbył się 1 etap, jednego z etapów postępowania kwalifikacyjnego do służby w Policji tj. test sprawności fizycznej zgodnie z art. 25 ust. 12a ustawy z 6 kwietnia 1990 r. o Policji. Z klasy IV LO o profilu policyjnym z Powiatowego Zespołu Szkół Nr 1 w Kościerzynie, którzy jeszcze w trakcie roku szkolnego mieli możliwość przystąpić do egzaminu państwowego. Do egzaminu zgłosiło się 13 osób i pod opieką koordynatora Andrzeja Okrój udali się na próbny test w dniu 4 kwietnia br., a 14 kwietnia br. odbył się państwowy egzamin przed komisją. Podczas egzaminu pozytywnie test zaliczyło 12 osób. Natomiast jedna osoba z uwagi na wcześniejszą kontuzję będzie go powtarzać. Jednocześnie zadowolające jest to, że następne dwie osoby zgłosiły się do rekrutacji. Nowy test sprawności fizycznej do policji składa się z czterech oddzielnych prób, a nie jednego toru przeszkód. Próby to: rzut piłką lekarską, siady z leżenia, bieg ze zmianą kierunku i bieg na 1000m. Aby zaliczyć test, kandydat musi uzyskać określony minimalny wynik w każdej z prób oraz uzyskać co najmniej 32 punkty na 60 możliwych .

Szczegółowe próby i normy:

1. **Rzut piłką lekarską:** Kandydat wykonuje rzut oburącz zza głowy piłką lekarską (3 kg) na odległość, której minimum wynosi 5 metrów.
- **Siady z leżenia:** W czasie 30 sekund kandydat wykonuje minimum 14 prawidłowych powtórzeń.
- **Bieg ze zmianą kierunku:** Kandydat musi trzykrotnie przebiec wyznaczoną trasę, przestrzegając określonego schematu w czasie nie przekraczającym 33 sekund.
- **Bieg na 1000m:** Kandydat musi przebiec 1000m w określonym czasie

Zasady zaliczania:

- Kandydat musi zaliczyć wszystkie próby.
- Aby uzyskać pozytywny wynik, kandydat musi uzyskać co najmniej 32 punkty na 60 możliwych.
- Wyniki przeliczane są na punkty.
- Minimalny czas na zaliczenie toru przeszkód (przed zmianami) wynosił 1 min 41 s.

Na zakończenie należy poinformować, że nasi uczniowie osiągnęli wyniki w górnej granicy punktacji, podczas egzaminu z testu sprawności fizycznej. Czekamy na pozostałe etapy kwalifikacyjne.