



REPUBLIKA SLOVENIJA

ZR220083920

MINISTRSTVO ZA OBRAMBO

Vojkova cesta 55, 1000 Ljubljana

T: 01 471 22 11

F: 01 471 29 78

E: glavna.pisarna@mors.si

www.mors.si

Na podlagi 1. odstavka 30. člena Zakona o gasilstvu (Uradni list RS, št. 113/05 – uradno prečiščeno besedilo, 23/19, 189/20 – ZFRO in 39/22) izdaja minister za obrambo

PRAVILNIK
o ugotavljanju psihofizičnih sposobnosti kandidatov za vpis v Program usposabljanja za pridobitev poklica gasilec

1. člen
(namen)

(1) Ta pravilnik določa vsebino, izvajalca, komisijo, način, izvedbo, ocenjevanje in Merila fizičnega preizkusa kandidatov za vpis v Program usposabljanja za pridobitev poklica gasilec (v nadaljnjem besedilu: program) ter vodenje evidence o izdanih potrdilih.

- (2) Preizkus psihofizičnih sposobnosti obsega:
- preizkus fizičnih sposobnosti,
 - psihološki pregled v okviru zdravstvenega pregleda.

(3) Opravljen preizkus psihofizičnih sposobnosti je pogoj za vpis v program.

(4) Določbe tega pravilnika se lahko smiselno uporabljajo tudi za gasilske enote pri izbiri kandidatov za zaposlitev za poklicno opravljanje gasilske službe.

2. člen
(vsebina preizkusa fizičnih sposobnosti)

(2) Preizkus fizičnih sposobnosti obsega preverjanje fizične usposobljenosti, določene z Merili fizičnega preizkusa (v nadaljnjem besedilu: merila), ki so določena v prilogi 1 in so sestavni del tega pravilnika.

3. člen
(izvajalec)

(1) Preizkus fizičnih sposobnosti organizira in izvede Uprava Republike Slovenije za zaščito in reševanje (v nadaljnjem besedilu: uprava). Vse aktivnosti morajo biti zaključene najkasneje 14 dni pred začetkom izvedbe programa.

(2) Uprava zagotovi vse potrebne merilne in druge naprave ter, pripomočke, potrebne za izvedbo preizkusa fizičnih sposobnosti.

4. člen (komisija)

(1) Preizkus fizičnih sposobnosti se opravi pred komisijo, ki jo imenuje generalni direktor uprave. Komisijo sestavljajo predstavnik Združenja slovenskih poklicnih gasilcev, predstavniki Gasilske šole in strokovnjak s področja športa.

(2) Komisijo vodi predsednik komisije, ki je predstavnik Gasilske šole.

(3) Za vodenje zapisnika se imenuje zapisnikar.

5. člen (ocenjevanje)

Pri ocenjevanju fizičnih sposobnosti kandidatov za vpis v program komisija uporablja kriterije, določene z merili.

6. člen (razpis in seznanitev kandidatov)

(1) Uprava do konca septembra v tekočem letu objavi roke izvajanja preizkusa fizičnih sposobnosti skupaj z razpisom za vpis kandidatov v program.

(2) Uprava razpiše najmanj dva roka za preizkus fizičnih sposobnosti, in sicer prvi termin najmanj 50 dni pred začetkom izvedbe programa in drugi termin najkasneje 30 dni pred začetkom izvedbe programa.

(3) Uprava o razpisu za vpis kandidatov v program in rokih za opravljanje preizkusa fizičnih sposobnosti obvesti poklicne gasilske enote, industrijske poklicne gasilske enote in prostovoljna gasilska društva s poklicnim jedrom (v nadaljnjem besedilu: gasilske enote).

7. člen (prijava in odjava)

(1) Gasilska enota ali kandidat samoplačnik se na preizkus fizičnih sposobnosti prijavi s prijavnim obrazcem, ki je določen v prilogi 2 in je sestavni del tega pravilnika, najkasneje deset dni pred razpisanim rokom.

(2) Gasilska enota, ki je prijavila kandidata ali prijavljeni kandidat samoplačnik se od preizkusa fizičnih sposobnosti lahko odjavi najpozneje tri dni pred razpisanim rokom. V nasprotnem se šteje, da kandidat preizkusa ni opravil.

8. člen (izvedba)

(1) Preizkus fizičnih sposobnosti se izvede skladno z merili v enem dnevu.

(2) Predsednik komisije pred začetkom preizkusa fizičnih sposobnosti seznaniti kandidata z merili, s potekom in načinom opravljanja preizkusa fizičnih sposobnosti oziroma vaj in varnostnimi navodil.

(3) Kandidata, ki pri opravljanju preizkusa fizičnih sposobnosti ne ravna skladno z danimi navodili, nepravilno izvaja vaje ali ne upošteva varnostnih navodil komisije, ga član komisije opomni. Če kandidat opomina ne upošteva, predsednik komisije zanj prekine in zaključi preizkus fizičnih sposobnosti. Razlogi za prekinitev se zapišejo v zapisnik. Šteje se, da kandidat preizkusa fizičnih sposobnosti ni opravil.

9. člen (ocena)

(1) Izvedba posamezne vaje se ocenjuje z »opravil« ali »ni opravil«.

(2) Kandidat opravi preizkus fizičnih sposobnosti uspešno, če je ocenjen z oceno »opravil« iz vseh vaj predvidenih z merili.

(3) Predsednik ali član komisije po vsaki vaji seznanja kandidata z doseženim rezultatom in oceno.

(4) Uprava o rezultatih preizkusa fizičnih sposobnosti obvesti gasilsko enoto, ki je napotila kandidata ali samoplačnika.

10. člen (ponavljanje)

(1) Kandidat lahko preizkus ponavlja največ enkrat.

(2) Kandidat ponavlja preizkus v celoti.

11. člen (zapisnik)

(1) O poteku opravljanja preizkusa fizičnih sposobnosti se za vsakega kandidata vodi zapisnik.

(2) Zapisnik vsebuje podatke o kandidatu, njegovih rezultatih, ocenah posameznih vaj, končni oceni preizkusa fizičnih sposobnosti ter podatke o poteku preizkusa fizičnih sposobnosti.

(3) Kandidat ima pravico vpogleda v zapisnik takoj, ko je seznanjen z oceno preizkusa fizičnih sposobnosti.

12. člen (potrdilo)

(1) Kandidatu, ki je preizkus fizičnih sposobnosti opravil, se izda potrdilo. Potrdilo podpiše predsednik komisije.

(2) Potrdilo se vroči kandidatu najkasneje v osmih dneh od dneva opravljenega preizkusa fizičnih sposobnosti.

13. člen
(ugovor)

(1) Kandidat, ki se ne strinja s potekom preizkusa fizičnih sposobnosti, lahko takoj po razglasitvi končne ocene poda pri zapisnikarju ugovor ustno na zapisnik.

(2) Generalni direktor uprave odloči o ugovoru v 8 delovnih dneh po prejema ugovora.

14. člen
(vodenje evidence o izdanih potrdilih)

(1) O preizkusih fizičnih sposobnosti se vodi evidenca, ki vsebuje prijavni obrazec kandidatov na preizkus, zapisnike o poteku preizkusa ter dvojnike izvornih potrdil o opravljenih preizkusih.

(2) Evidenco o izdanih potrdilih trajno hrani uprava.

KONČNA DOLOČBA

15. člen
(uveljavitev)

(1) Ta pravilnik začne veljati petnajsti dan po objavi v Uradnem listu Republike Slovenije.

Številka: *[številka - avtomatsko - ne spreminjaj]* - DGZR
Datum: 05. 10. 2022

Marjan Šarec
Minister za obrambo

Priloga 1: Merila fizičnega preizkusa

Priloga 1

Merila fizičnega preizkusa kandidatov za pristop k opravljanju Programa usposabljanja za pridobitev poklica gasilec

Fizični preizkus kandidatov za vpis v Program usposabljanja za pridobitev poklica gasilec zajema:

1. **Antropološke meritve (telesna višina in telesna masa);** Izvedba meritev zapisana v nadaljevanju.
2. **Test hitrosti in vzdržljivosti (Vaja Cooperjev test);** Izvedba testa je podrobno opisana v nadaljevanju. Vstopna norma je 11 minut.
3. **Test moči mišic zgornjih okončin (Vaja zgib na drogu);** Izvedba testa je podrobno opisana v nadaljevanju. Vstopna norma je 5 ponovitev.
4. **Test moči mišic trupa (Vaja dvigovanje trupa);** Izvedba testa je podrobno opisana v nadaljevanju. Vstopna norma je 30 ponovitev.
5. **Test moči mišic zgornjega dela telesa (Vaja skleci);** Izvedba testa je podrobno opisana v nadaljevanju. Vstopna norma je 25 ponovitev.
6. **Test moči mišic spodnjih okončin (vaja počep z bremenom zadaj (30kg));** Izvedba testa je podrobno opisana v nadaljevanju. Vstopna norma je 20 ponovitev.

1. Antropološke meritve

Telesna višina

Namen: Stanje dolžinske razsežnosti telesa

Naprave in pripomočki: višinomer, ravna, trda podlaga.

Izvedba:

1. Testiranec stoji vzravnano, brez obutve, stopala ima vzporedno drug ob drugem, glavo v podaljšku trupa, pogled usmerjen naravnost.
2. Rezultat telesne višine zapišemo v cm.

Telesna masa

Namen: Stanje masne razsežnosti telesa.

Naprave in pripomočki: Medicinska decimalna tehničica ali osebna tehničica, ravna, trda podlaga.

Izvedba:

1. Testiranec mirno, brez obutve, stopi na sredino tehničice in počaka, da se tehničica umiri.
2. Rezultat telesne mase zapišemo v kg.

2. Test hitrosti in vzdržljivosti (Cooperjev test)

Namen: Ocena aerobnih funkcionalnih sposobnosti, vzdržljivost srčno-žilnega sistema in dihalnega sistema ter vzdržljivost nožnih mišic.

Naprave in pripomočki: ravna podlaga (izmerjeno atletsko tekališče), štoparica.

Izvedba:

1. Od testirane osebe se zahteva, da v čim krajšem času preteče razdaljo 2400 m.
2. Testirana oseba (z merilčevim asistenco) na določen znak (pisk) začne teči. V tem trenutku tudi merilec sproži štoparico in jo ustavi, ko testirana oseba doseže omenjeno razdaljo.
3. Rezultat je čas od piska do pretečene razdalje 2400 m, izražen v celih sekundah.
4. Rezultat se ovrednoti glede na normo (11 minut) z OPRAVIL/ NI OPRAVIL.

3. Test moči mišic zgornjih okončin (vaja zgib na drogu)

Namen: Ocena moči mišic rok in trupa

Naprave in pripomočki: Kovinski drog (premer 28mm) pritrjen 1m višje od testiranca, ravna, mehka, negibljiva podlaga, štoparica.

Izvedba:

1. Od testirane osebe se zahteva, da v času 60 sekund izvede čim več zgibov na drogu.
2. Testirana oseba zavzame začetni položaj: vesa na drogu z nadprijemom malo širše od širine ramen. Noge so iztegnjene in v liniji telesa, glava v podaljšku trupa in pogled usmerjen naravnost.
3. Testirana oseba na določen znak (pisk) začne izvajati zgame. V tem trenutku tudi merilec sproži štoparico in jo ustavi, ko mine 60 sekund.
4. Iz začetnega položaja, pričnemo s fleksijo v komolčnem sklepu. V najvišji točki mora biti glava v nevtralnem položaju ter brada čez višino droga. Noge so ves čas iztegnjene. S popolno ekstenzijo v komolčnem sklepu preide v začetni položaj.
5. Pravilna izvedba zgame se šteje kot 1 ponovitev, v primeru nepravilne izvedbe je zgame ovrednoten z 0.
6. Rezultat je število pravilno izvedenih ponovitev in se glede na normo (5 zgibov) oceni z OPRAVIL/NI OPRAVIL.

4. Test moči mišic trupa (vaja dvigovanje trupa)

Namen: Ocena moči, vzdržljivost v moči mišic trupa.

Naprave in pripomočki: ravna, mehka podlaga, lestvenik, štoparica.

Izvedba:

1. Od testirane osebe se zahteva, da v času 60 sekund izvede čim več dvigov trupa.
2. Testirana oseba zavzame začetni položaj: ležanje na hrbtu, noge pokrčene pod pravim kotom v kolenskem sklepu in stopala pod prečko lestvenika, roke prekržane na prsih, dlani se dotikajo ramen, glava v podaljšku trupa.
3. Testirana oseba na določen znak (pisk) začne izvajati dvige trupa. V tem trenutku tudi merilec sproži štoparico in jo ustavi, ko mine 60 sekund.
4. Iz začetnega položaja, se dviguje v polsede tako da se s komolci dotakne stegen. S spuščanjem trupa ponovno zavzame začetni položaj, ko se lopatice dotaknejo podlage.
5. Kandidat vmes lahko počiva ampak štoparica se ne ustavi.
6. Pravilna izvedba dviga trupa se šteje kot 1 ponovitev, v primeru nepravilne izvedbe je dvig ovrednoten z 0.
7. Rezultat je število pravilno izvedenih ponovitev in se glede na normo (30 dvigov) oceni z OPRAVIL/NI OPRAVIL.

5. Test moči mišic zgornjega dela telesa (Vaja skleci)

Namen: Ocena moči mišic zgornjega dela telesa, vzdržljivost v moči in mišična koordinacija.

Naprave in pripomočki: ravna, trda, negibljiva podlaga, štoparica.

Izvedba:

1. Od testirane osebe se zahteva, da v času 60 sekund naredi čim več ponovitev sklec.
2. Testirana oseba zavzame začetni položaj: opora spredaj ležno, dlani v širini ramen, hrbet vzravnani in poravnani z linijo nog, glava v podaljšku trupa

3. Testirana oseba na določen znak (pisk) začne izvajati sklece. V tem trenutku tudi merilec sproži štoparico in jo ustavi, ko mine 60 sekund.
4. Iz začetnega položaja v opori spredaj ležno, se s fleksijo v komolčnem sklepu spusti proti tlom (sklek). Ko je telo vzporedno s tlemi (vodoraven položaj nadlahti), se z ekstenzijo v komolčnem sklepu dvigne v začetni položaj.
5. Kandidat vmes lahko počiva ampak štoparica se ne ustavi.
6. Pravilna izvedba skleca se šteje kot 1 ponovitev, v primeru nepravilne izvedbe je sklec ovrednoten z 0.
7. Rezultat je število pravilno izvedenih ponovitev in se glede na normo (25 sklec) oceni z OPRAVIL/NI OPRAVIL.

6. Test moči mišic spodnjih okončin (vaja počep z bremenom zadaj)

Namen: Ocena moči, vzdržljivost v moči mišic nog in zadnjice.

Naprave in pripomočki: olimpijski drog (dolžina 2m, teža 20 kg), uteži (10 kg), stojalo za obtežen olimpijski drog, ravna, trda, negibljiva podlaga, štoparica.

Izvedba:

1. Od testirane osebe se zahteva, da v času 60 sekund izvede čim več počepov z bremenom zadaj.
2. Testirana oseba zavzame začetni položaj: stoja raznožno, v širini kolkov, stopala obrnjena rahlo navzven, trup vzravnana, pogled usmerjen naravnost, glava v podaljškem trupu, obtežen drog visoko zadaj, ozek prijem droga z rokami in poravnana zapestja.
3. Testirana oseba na določen znak (pisk) začne izvajati počepe. V tem trenutku tudi merilec sproži štoparico in jo ustavi, ko mine 60 sekund.
4. Iz začetnega položaja, prične s fleksijo v kolenskem in kolčnem sklepu dokler ne doseže počepa (pregib kolčnega sklepa mora biti pod ravnino kolenskega sklepa). V končni, najgloblji poziciji ohranja stopala na tleh, kolena obrnjena v smeri prstov na nogah, hrbet vzravnana kolikor je to mogoče. Z ekstenzijo v kolenskem in kolčnem sklepu preide v začetni položaj.
5. Kandidat vmes lahko počiva ampak štoparica se ne ustavi in obteženega olimpijskega droga ne sme odložiti na stojalo.
6. Pravilna izvedba počepa se šteje kot 1 ponovitev, v primeru nepravilne izvedbe je počep ovrednoten z 0.
7. Rezultat je število pravilno izvedenih ponovitev in se glede na normo (20 počepov) oceni z OPRAVIL/NI OPRAVIL.

Številka: 007-78/2022-3 - DGZR

Datum: [datum - avtomatsko - ne spreminjaj]

Marjan Šarec
minister