

Kwalifikacje

Poniżej przedstawimy terminy kwalifikacji do korpusu szeregowych zawodowych

i Narodowych Sił Rezerwowych

w roku 2021 :

~~12.01.2021 r.~~
9,23.02.2021 r.
9,23.03.2021 r.
13,27.04.2021 r.
11,25.05.2021 r.
8,22.06.2021 r.
6.07.2021 r.
24.08.2021 r.
7,21.09.2021 r.
12,26.10.2021 r.
9,23.11.2021 r.
7.12.2021 r.

Kandydaci zainteresowani zawodową służbą wojskową powinni posiadać na czas kwalifikacji:

- książeczkę wojskową;
- dowód osobisty;
- świadectwo służby (dotyczy byłych żołnierzy zawodowych);
- zaświadczenie o ukończeniu służby przygotowawczej;
- świadectwo ukończenia szkolenia podstawowego;
- inne dokumenty potwierdzające kwalifikacje zawodowe, np. prawo jazdy, świadectwa ukończenia szkół, certyfikaty, świadectwo ukończenia kursu itp;
- zaświadczenie lekarskie o braku przeciwwskazań do przystąpienia do egzaminu z wychowania fizycznego;
 - maseczka ochronna;
 - rękawiczki jednorazowe;
 - długopis.

Czas i miejsce stawiennictwa – godz. **08.00** przy biurze przepustek JW 4009,
ul. Ułanów 43, Kraków.

KRYTERIA EGZAMINU Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

**TESTY I NORMY OCENY SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ DLA KANDYDATÓW
NA OFICERÓW, PODOFICERÓW I SZEREGOWYCH ZAWODOWYCH**

**DLA KANDYDATÓW NA STANOWISKA W KORPUSIE OFICERÓW,
PODOFICERÓW I SZEREGOWYCH ZAWODOWYCH – MEŻCZYŹNI**

Motoryka	Nazwa ćwiczenia	JM	Grupa wiekowa do 25 lat			Grupa wiekowa 26–30 lat			Grupa wiekowa 31–35 lat			Grupa wiekowa 36–40 lat			Grupa wiekowa powyżej – 41 lat		
			5	4	3	5	4	3	5	4	3	5	4	3	5	4	3
Wytrzymałość	Marszbieg na 3000 m	min	13,30	14,30	15,40	13,45	14,45	16,00	14,00	15,00	16,10	14,40	15,40	16,50	15,40	16,40	17,50
Siła	Podciąganie się na drążku wysokim <u>lub</u>	ilość	11	9	7	10	8	6	9	7	5	8	6	4	6	5	4
	Uginanie i prostowanie ramion w podporze leżąc przodem na ławeczce		54	48	42	50	44	38	44	38	32	38	32	26	34	28	22
Szybkość	Bieg wahadłowy 10 x 10 m <u>lub</u>	sek.	30,6	31,6	32,6	30,9	31,9	32,9	31,2	32,2	33,2	31,5	32,5	33,5	32,1	33,1	34,1
	Bieg zygakiem „koperta”		23,4	24,4	25,4	23,8	24,8	25,8	24,2	25,2	26,2	24,6	25,6	26,6	25,0	26,0	27,0

**DLA KANDYDATÓW NA STANOWISKA W KORPUSIE OFICERÓW,
PODOFICERÓW I SZEREGOWYCH ZAWODOWYCH – KOBIETY**

Motoryka	Nazwa ćwiczenia	JM	Grupa wiekowa do 25 lat			Grupa wiekowa 26–30 lat			Grupa wiekowa 31–35 lat			Grupa wiekowa 36–40 lat			Grupa wiekowa powyżej – 41 lat		
			5	4	3	5	4	3	5	4	3	5	4	3	5	4	3
Wytrzymałość	Marszbieg na 3000 m	min	15,30	16,30	17,30	16,15	17,25	18,25	16,25	17,25	18,35	17,25	18,25	19,35	18,35	19,35	20,35
Siła	Podciąganie się na drążku wysokim <u>lub</u>	ilość	5	4	3	4	3	2	3	2	1	3	2	1	3	2	1
	Uginanie i prostowanie ramion w podporze leżąc przodem na ławeczce		30	25	20	27	21	17	24	19	14	21	18	12	18	15	10
Szybkość	Bieg wahadłowy 10 x 10 m <u>lub</u>	sek.	32,2	33,2	34,3	32,5	33,5	34,6	32,8	33,8	34,9	33,5	34,6	35,6	34,6	35,6	36,6
	Bieg zygakiem „koperta”		25,9	26,7	28,2	26,5	27,2	28,7	26,9	27,7	28,2	27,7	28,2	29,2	28,2	29,2	30,2

Więcej informacji i szczegółów dotyczących naboru ochotników do zawodowej służby wojskowej prosimy kierować:

SEKCJA PERSONALNA

• tel. 261135538

6bdow.sekcjapersonalna@ron.mil.pl