

Alkalmasság vizsgálat

A Nemzeti Közszerológati Egyetem Hadtudományi és Honvédtisztképző Karra jelentkezők alkalmassági vizsgálatát Magyar Honvédség Egészségügyi Központ, Védelem-egészségügyi Igazgatóság, Repülőorvosi-, Alkalmasságvizsgáló és Gyógyító Intézetében végzik.

Elérhetőségei:

Postacím: Magyar Honvédség Egészségügyi Központ, Védelem-egészségügyi Igazgatóság, Repülőorvosi-, Alkalmasságvizsgáló és Gyógyító Intézet, Katonai Alkalmasságvizsgáló Osztály

Rövidítés: Magyar Honvédség EK VEI RAVGYI KAVO

6000 Kecskemét, Balaton u. 17.

6001 Kecskemét, PF: 306

Telefonszám: 06 76 581-600 / 3404 mellék

Fax: 06 76 581- 606

Kapcsolattartó: Wachtelné Vincze Erika őrnagy (Tel: 06 76 581-608; mobil: 06 30 627-1750; e-mail: vincze.erika@hm.gov.hu)

Osztályvezető: Sebestyén Dr. Sasi Ágnes orvos alezredes

Az alkalmasság vizsgálatok célja:

- a) a honvéd tisztjelöltnek jelentkező, honvéd altiszt-jelöltnek jelentkező és honvédségi ösztöndíjasnak jelentkező esetén a képzés, illetve a tanulmányok folytatására való alkalmassági elbírálása a felvétel előtt, a honvéd tisztjelölt és a honvéd altiszt-jelölt esetén a képzés, illetve a tanulmányok folytatására való alkalmasság elbírálása a képzés során, az alkalmasság soron kívüli felülvizsgálata,
- b) a honvéd tisztjelöltnek jelentkező, a honvéd altiszt-jelöltnek jelentkező és honvédségi ösztöndíjasnak jelentkező katonai pályára való alkalmasságának elbírálása.

Az intézetben végzett alkalmasság vizsgálatok:

- egészségi,
- pszichikai,
- és fizikai alkalmassági minősítésből tevődnek össze.

A vizsgálatokra éhgyomorral érkeznek a jelentkezők.

A berendelt a vizsgálatokra az alábbiakat hozza magával:

- fényképes igazolványt (személyazonosító igazolvány, útlevel);
- a társadalombiztosítási azonosító jelét (TAJ-számát) igazoló hatósági bizonyítványt;
- 1 évnél nem régebbi mellkasröntgent;
- a háziorvos, vagy a házi gyermekorvos igazolását a jelentkező által ismert krónikus betegségéről, vagy annak hiányáról; korábbi zárójelentéseit, leleteit (komolyabb megbetegedésekről);
- női jelentkező esetében 3 hónapnál nem régebbi nőgyógyászati szakorvosi vizsgálat, 1 évnél nem régebbi citológiai eredményt.

A beérkezést követően csoportos tájékoztatás történik a vizsgálatok menetéről. Tájékoztató után megkezdődik az adategyeztetés.

A vizsgálatra érkező személyek megkapják a Pályaalkalmassági-vizsgálati lapot, amely tartalmazza:

- egészségügyi,
- ideg- és elmegyógyászati kérdőívet és nyilatkozatot,
- vizelet mintavételi jegyzőkönyv (Drog teszt),
- fizikai állapot felmérő lapot,
- adatvédelmi nyilatkozatot.

Egészségügyi vizsgálatok

Belgyógyászat:

Anamnézis felvétele, fizikális vizsgálat, vérnyomásmérés, EKG készítés.

A laboratóriumi vizsgálat széleskörű, beletartozik:

- vesefunkció, elektrolitok;
- teljes vérkép, vérsüllyedés;
- májfunkció, Hepatitis szerológiai;
- drog teszt;
- vizelet;
- HIV teszt

Sebészet:

Anamnézis felvétele, fizikális vizsgálat.

Ideggyógyászat:

Reflexek, tér,- időbeli orientáció, beszéd, mozgáskoordináció vizsgálata.

Szemészet:

Szemfenék vizsgálat, visus tábla, színlátás, szem mozgásának vizsgálata, látótér vizsgálat.

A szemüveg, kontaktlencse viselése csak a katonai vezetői alapképzési szak esetében kizáró ok.

A látásélességnél a javíthatóság határa ± 3 D sph $\pm 1,5$ D cyl, e feletti Dioptria esetén első fokon alkalmatlan a minősítés.

Fül – orr – gége:

Hallásvizsgálat, külső hallójárat, dobhártya, garat, garatívek, orr vizsgálata.

Fogászat:

Száj nyálkahártya vizsgálata, fog státusz felvétele, szájüregi rákszűrés végzése.

Pszichológia

Katonai szolgálatra pszichikailag az a személy alkalmas, aki megfelel a katonai szolgálat által támasztott szellemi, érzékelési, személyiségbeli, értékrendi és pályamotivációs követelményeknek.

Pszichológiai vizsgálat a személyiség, a mentális színvonal, és az adott feladathoz szükséges speciális képességek meghatározására irányul. A vizsgálatához kérdőívet, úgynevezett papír,- ceruza teszteket és műszereket használnak és ezeket, egy személyes beszélgetés egészíti ki.

Fizikai alkalmasság vizsgálat

A fizikai alkalmassági vizsgálat előtt belgyógyász, sebész, és ideggyógyász szakorvos dönti el, hogy a jelentkező terhelhető-e.

Fizikai alkalmasság megítélése

A fizikai alkalmasság-vizsgálat a fizikai kondicionálás képességi követelmény teljesítésének vizsgálatából áll.

Katonai szolgálatra fizikailag az a katonai szolgálatra jelentkező, illetve honvéd alkalmas, aki a részére előírt fizikai kondicionális követelmény mozgásformáiból a minimális pontszámot, és a három mozgásformából összesen legalább **220 pontot** elér.

A mozgásformánként elérendő minimális pontszám: állóképességi mozgásformák esetén **60 pont**, kar és törzs erő-állóképességi mozgásformák esetén mozgásformánként **30-30 pont**.

A fizikai alkalmasság vizsgálatára alkalmas mozgásformák:

- 3200 m síkfutás sportöltözetben,
- fekvőtámasz gyakorlatcsoport gyakorlatai,
- húzódzkodás gyakorlatcsoport gyakorlatai,
- felülés gyakorlatcsoport gyakorlatai.

A felsorolt mozgásanyagból három mozgásforma teljesítését kell mérni. A 3200 m síkfutás sportöltözetben és a felülés gyakorlatcsoport gyakorlatai kötelezőek, a fekvőtámasz gyakorlatcsoport gyakorlatai és a húzódzkodás gyakorlatcsoport gyakorlatai között választani lehet. Az értékelés pontérékelési rendszerrel történik. A 3200 m síkfutás maximális elérhető pontszáma 160 pont, az erő-állóképesség felmérő gyakorlatokért maximum 100-100 pont adható. A három mozgásforma felmérésével megszerezhető legmagasabb pontszám 360 pont, a fizikai alkalmasság minimum követelménye 220 pont.

„Alkalmas” az a jelentkező, aki a mellő fekvőtámaszban karhajlítás-nyújtás vagy húzódzkodás illetve a hanyattfekvésből felülés mozgásformáknál legalább 30-30 pontot, a 3200 m-es síkfutásból legalább 60 pontot elér és az összesített pontszám tekintetében minimálisan 220 pontot teljesít.

Amennyiben a fizikai alkalmasság-vizsgálat eredménye első fokon alkalmatlan, a **másodfokú fizikai vizsgálatokra (Kecskemét)** időpontot Wachtelné Vincze Erika őrnagy asszonytól kérhetnek. (Tel: 06 76 581-608; mobil: 06 30 627-1750; e-mail: vincze.erika@hm.gov.hu)

PAV lapok bizottsági zárása után

PAV lapok postázásra kerülnek az Egyetem felé.

Alkalmatlan minősítés esetén

Az első fokon meghozott döntés ellen a vizsgálati személynek fellebbezési joga van.

A fellebbezést postai úton lehet benyújtani (15 napon belül) a Másodfokú Alkalmasság-vizsgáló Bizottság (MAV) elnökének címezve.

Ha 15 nap után nem érkezik fellebbezési lap, akkor az elsőfokú minősítés érvényes.

Ez után ugyanúgy történik a postázás, mint az alkalmas minősítés esetén.

Az erő-állóképességi gyakorlatok végrehajtása

Fekvőtámaszban karhajlítás-nyújtás gyakorlat:

A „Kiinduló helyzetbe le!” vezényszóra a vizsgálandó személy a korábban ismertetett és bemutatott módon foglalja el a kiinduló helyzetet, majd a „Rajt!”, vagy „Gyakorlat rajta!” vezényszóra kezdje meg a gyakorlat végrehajtását.

Kiinduló helyzet: mellő fekvőtámasz (a vállszélesnél legfeljebb kéttényérnyivel szélesebb támasz, könyökben nyújtott kar, a fej, a törzs, a láb egyvonalban, a lábak legfeljebb vállszéles terpeszben helyezkedhetnek el);

1. ütem: karhajlítás (a váll érje el a könyök síkját);
2. ütem: karnyújtás kiinduló helyzetbe.

A gyakorlat végrehajtása során, a gyakorlat végrehajtását ellenőrző (ergonómus) ha szükséges hibát javít és minden szabályosan végrehajtott gyakorlat után közli az eredményt. Amennyiben az első 10 ismétlés szabálytalan, akkor a felmérő jelentkezőt az „Állj!”, vagy „Gyakorlat állj!” vezényszóval megállítja. „Állásba fel!” vezényszóval felállítja, majd elismétli a szabályos végrehajtás kritériumait, a végrehajtás közben vétett hibákat és a sor végére küldi, ezzel lehetőséget adva a javításra.

Amennyiben az első 10 végrehajtás szabályos, nincs lehetőség az újrakezdésre, csak a szabályosan végrehajtott gyakorlatok kerülnek dokumentálásra. A gyakorlat végrehajtására 2 perc áll rendelkezésre. Pihenni csak kiinduló helyzetben lehet.

Térdelő-fekvőtámaszban karhajlítás-nyújtás gyakorlat:

A „Kiinduló helyzetbe!”, vagy „Kiinduló helyzetbe le!” vezényszóra a vizsgálandó személy a korábban ismertetett és bemutatott módon foglalja el a kiinduló helyzetet, majd a „Rajt!”, vagy „Gyakorlat rajta!” vezényszóra kezdje meg a gyakorlat végrehajtását.

Kiinduló helyzet: Térdelő-fekvőtámasz nyújtott csípővel (a vállszélesnél legfeljebb kéttenyérnyivel szélesebb támasz, könyökben nyújtott kar, a fej, a törzs, a comb egy vonalban);

1. ütem: karhajlítás (a váll érje el a könyök síkját);
2. ütem: karnyújtás kiinduló helyzetbe.

A gyakorlat végrehajtása során, a gyakorlat végrehajtását ellenőrző (ergonómus) ha szükséges hibát javít és minden szabályosan végrehajtott gyakorlat után közli az eredményt. Amennyiben az első 10 ismétlés szabálytalan, akkor a felmérő jelentkezőt az „Állj!”, vagy „Gyakorlat állj!” vezényszóval megállítja. „Állásba fel!” vezényszóval felállítja, majd elismétli a szabályos végrehajtás kritériumait, a végrehajtás közben vétett hibákat és a sor végére küldi, ezzel lehetőséget adva a javításra.

Amennyiben az első 10 végrehajtás szabályos, nincs lehetőség az újrakezdésre, csak a szabályosan végrehajtott gyakorlatok kerülnek dokumentálásra. A gyakorlat végrehajtására 2 perc áll rendelkezésre. Pihenni csak kiinduló helyzetben lehet.

Karhajlítás-nyújtás függésben nyújtón (húzódkodás):

A „Kiinduló helyzetbe!”, vagy „Kiinduló helyzetbe le!” vezényszóra a vizsgálandó személy a korábban ismertetett és bemutatott módon foglalja el a kiinduló helyzetet, majd a „Rajt!”, vagy „Gyakorlat rajta!” vezényszóra kezdje meg a gyakorlat végrehajtását.

Kiinduló helyzet: Függés a nyújtón (húzódkodó állványon) vállszéles alsó- vagy felső-madárfogással, illetve alsó-, vagy felső-teljes fogással, kar könyökben nyújtott;

1. ütem: karhajlítás (az áll kerüljön a nyújtó fölé);
2. ütem: karnyújtás kiinduló helyzetbe.

A gyakorlat végrehajtása során, a gyakorlat végrehajtását ellenőrző (ergonómus) ha szükséges hibát javít és minden szabályosan végrehajtott gyakorlat után közli az eredményt. Amennyiben az első 5 ismétlés szabálytalan, akkor a felmérő jelentkezőt az „Állj!”, vagy „Gyakorlat állj!” vezényszóval megállítja. „Állásba fel!” vezényszóval felállítja, majd elismétli a szabályos végrehajtás kritériumait, a végrehajtás közben vétett hibákat és a sor végére küldi, ezzel lehetőséget adva a javításra.

Amennyiben az első 5 végrehajtás szabályos, nincs lehetőség az újrakezdésre, csak a szabályosan végrehajtott gyakorlatok kerülnek dokumentálásra.

A gyakorlatot mindaddig lehet folytatni, amíg a jelentkező két kézzel fogja a nyújtót. Pihenni csak kiinduló helyzetben lehet.

Hanyattfekvésből felülés gyakorlat:

A „Kiinduló helyzetbe!”, vagy „Kiinduló helyzetbe le!” vezényszóra a vizsgálandó személy a korábban ismertetett és bemutatott módon foglalja el a kiinduló helyzetet, majd a „Rajt!”, vagy „Gyakorlat rajta!” vezényszóra kezdje meg a gyakorlat végrehajtását.

Kiinduló helyzet: hajlított ülés (sarok a talajon, a térd 90 fokban hajlított, a lábfej társ, vagy szer által rögzített), fejhez tartás, vagy vállhoz tartás kereszttezett karral a test előtt vagy felkarhoz tartás kereszttezett karral a test előtt; (a kiválasztott testrésszel az érintkezés mindvégig maradjon meg)

1. ütem: ereszkedés hanyattfekvésbe (csípő és lapocka érinti a talajt);
2. ütem: felülés kiinduló helyzetbe.

A gyakorlat végrehajtása során, a gyakorlat végrehajtását ellenőrző (ergonómus) ha szükséges hibát javít és minden szabályosan végrehajtott gyakorlat után közli az eredményt. Amennyiben az első 10 ismétlés szabálytalan, akkor a felmérő jelentkezőt az „Állj!”, vagy „Gyakorlat állj!” vezényszóval megállítja. „Állásba fel!” vezényszóval felállítja, majd elismétli a szabályos végrehajtás kritériumait, a végrehajtás közben vétett hibákat és a sor végére küldi, ezzel lehetőséget adva a javításra.

Amennyiben az első 10 végrehajtás szabályos, nincs lehetőség az újrakezdésre, csak a szabályosan végrehajtott gyakorlatok kerülnek dokumentálásra.

A gyakorlat végrehajtására 2 perc áll rendelkezésre. Pihenni csak kiinduló helyzetben lehet.

3200 m síkfutás:

Folyamatos, előre haladó mozgás, amely legfőbb jellemzője a repülő fázis, amikor a futó személy az ellépés és talajfogás fázisa közötti időszakban elveszti kapcsolatát a talajjal.

Öltözet:

Évszaknak, időjárásnak megfelelő, kényelmes sportöltözet és sportcipő.

A jelölt a felmérés napján és az azt megelőző napon ne végezzen kimerítő fizikai terhelést. A felmérés előtti éjszaka legalább 6-8 órát aludjon, a felmérés előtti 24 órában fogyasszon bőséges folyadékot. A próba előtt 2 órával ne étkezzen, és ne dohányozzon, de 2-3 órával a próba előtt könnyű szénhidrát fogyasztása javasolt.