

Alkalmasság vizsgálat

A Nemzeti Közszerológálati Egyetem Hatudományi és Honvédtisztképző Karra jelentkezők alkalmassági vizsgálatát Magyar Honvédség Egészségügyi Központ, Repülőorvosi-, Alkalmasságvizsgáló és Gyógyító Intézetében végzik.

Intézetvezető főorvos: Dr. Sasi Ágnes orvos ezredes

Elérhetőségei:

Postacím: Magyar Honvédség Egészségügyi Központ, Repülőorvosi-, Alkalmasságvizsgáló és Gyógyító Intézet, Koordinációs és Adatfeldolgozó Osztály

Rövidítés: Magyar Honvédség EK RAVGYI KAFO

6000 Kecskemét, Balaton u. 17.

6001 Kecskemét, PF: 306

Telefonszám: +36 76 581-600 / 3401 mellék

Fax: +36 76 581- 606

Kapcsolattartó: Wachtelné Vincze Erika alezredes Telefon: +36 76 581-608; mobil: +36 30 627-1750; e-mail: vincze.erika@hm.gov.hu

Az alkalmasság vizsgálatok célja:

A honvéd tisztjelöltnek jelentkező esetén a 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 vizsgálat előtt 48 órával mákot tartalmazó ételt ne fogyasszanak!

A berendelt a vizsgálatokra az alábbiakat hozza magával:

- érvényes fényképes igazolványt (személyazonosító igazolvány, útleveél, vagy jogosítvány);
- a társadalombiztosítási azonosító jelét (TAJ-számát) igazoló hatósági bizonyítványt;
- a házi orvos, vagy a házi gyermekorvos igazolását a jelentkező által ismert krónikus betegségéről, vagy annak hiányáról; korábbi zárójelentéseit, leleteit (komolyabb megbetegedésekről);
- amennyiben van, egy éven belüli mellkasröntgen leletet (ha nincs az alkalmasságvizsgálat során lehetőség van ennek elvégzésére)

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

A vizsgálatra érkező személyek megkapják a Vizsgálati lapot, amely tartalmazza:

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

Egészségi vizsgálatok

Belgyógyászat:

Anamnézis felvétele, fizikális vizsgálat, vérnyomásmérés, EKG készítés.

A laboratóriumi vizsgálat széleskörű, beletartozik:

- teljes vérkép, vérsüllyedés;
- vércukor, vérzsírok
- májfunkció
- drog teszt;
- vizelet;
- Hepatitis szerológia (HBV, HCV)
- HIV teszt
- VDRL teszt
- nőknél: terhességi 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.

± 5 D -nál erősebb szemüveg esetén első fokon alkalmatlan a minősítés.

Fül – orr – gége:

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

Fogászat:

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

Pszichológia

Katonai szolgálatra pszichológiai szempontból az a személy alkalmas, aki megfelel a katonai szolgálat által támasztott mentális színvonalbeli, személyiségi és pályamotivációs követelményeknek.

A pszichológiai vizsgálat a személyiség, a mentális színvonal és további, a pályaalakmassághoz szükséges speciális képességek meghatározására irányul, mely kérdőíveket, műszeres vizsgálatokat és egy személyes beszélgetést tartalmaz.

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.

Az a jelentkező alkalmas, aki a részére előírt fizikai kondicionális követelmény mozgásformáiból a minimális pontszámot, és a három mozgásformából összesen legalább **120 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:

- 2000 m síkfutás sportöltözetben,
- férfiak esetében ütemezett fekvőtámasz, és
- nők esetében térdelőtámaszban karhajlítás-nyújtás, és
- lapocka emelés.

Az értékelés pontérékelési rendszerrel történik. A 2000 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.

Amennyiben a fizikai alkalmasság-vizsgálat eredménye első alkalommal sikertelen, a felvételi időszakban a fizikai alkalmasság-vizsgálat megismételhető. A második fizikai vizsgálatra időpontot az mh.ek.ravgyi.favo@hm.gov.hu email címen kérhetnek. (Tel: +36 76 581-600/ 3416 mellék)

1. Kar-vállöv mozgásformák szabályos végrehajtása

1.1. Ütemezett fekvőtámasz

- a) Kiindulóhelyzet: mellső fekvőtámasz.
- b) Vállszéles vagy legfeljebb kéttenyérrnyivel szélesebb kéztámasz, könyökben nyújtott kar, a fej, a törzs, a láb egy vonalban, a lábak legfeljebb vállszéles terpeszben helyezkedhetnek el.
- c) 1. ütem: ereszkedés hason fekvésbe, tenyerek elemelése a talajról.
- d) 2. ütem: tenyértámasszal a talajon emelkedés kiindulóhelyzetbe.
- e) A gyakorlat végrehajtására 2 perc áll rendelkezésre.
- f) Pihenő helyzet a kiindulóhelyzet.
- g) A gyakorlat végrehajtása közben a térdék nem érhetnek a talajhoz. Minden olyan ismétlés, amelynek bármely üteme alatt a térdék hozzáérnek a talajhoz, nem elfogadható. A 2. ütem során a karokat teljesen ki kell nyújtani. A 2. ütem befejező helyzetében oldalnézetben a végrehajtó feje, válla, csípője, térdé és bokája egy egyenes alkot.

1.2. Térdelő fekvőtámaszban karhajlítás-nyújtás

- a) Kiindulóhelyzet: térdelő fekvőtámasz.
- b) Vállszéles vagy legfeljebb kéttenyérrnyivel szélesebb kéztámasz, könyökben nyújtott kar, a fej, a törzs, a comb egy vonalban, medence hátra billentett helyzetben.
- c) 1. ütem: karhajlítás - a váll érje el a könyök síkját.
- d) 2. ütem: karnyújtás kiindulóhelyzetbe.
- e) A gyakorlat végrehajtására 2 perc áll rendelkezésre.
- f) Pihenő helyzet a kiindulóhelyzet.
- g) Nem fogadható el a végrehajtás, ha az 1. ütemben a váll alsó síkja nem éri el a könyök síkját, ha a 2. ütemben a könyök nem kerül nyújtott helyzetbe vagy ha a gyakorlat végrehajtása közben a fej, a törzs és a comb nem kerül egy vonalba.

1.3.Lapockaemelés

- a) Kiindulópólya: hanyatt fekvés, terpesz-talptámasz a talajon.
- b) A térd 90 fokban hajlított helyzetben, kéztámasz a combon, kar nyújtva.
- c) 1. ütem: lapockaemelés tenyércsúsztatással a combon és az ujjakkal – középső ujj – térdérintés.
- d) 2. ütem: törzslengedés tenyércsúsztatással kiindulópólyába - a csípő és a lapocka érinti a talajt.
- e) A gyakorlat végrehajtására 2 perc áll rendelkezésre.
- f) Pihenő helyzet a kiindulópólya.
- g) A gyakorlatot mindaddig lehet folytatni, amíg a középső ujj a térd legmagasabb pontjával érintkezik.

2000 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 vizsgálat előtt 2 órával ne étkezzon, és ne dohányozzon, de 2-3 órával korábban könnyű szénhidrát fogyasztása javasolt.

Vizsgálati lapok bizottsági zárása után a Minősítő lap és a Fizikai állapotfelmérő lap postázásra kerül az Egyetem felé és az érintett részére.