



Laidiens: **30.05.2013., Nr. 103**

Oficiālās publikācijas Nr.: **2013/103.10**

Ministru kabineta noteikumi Nr.288

Rīgā 2013.gada 28.maijā (prot. Nr.32 8.§)

Fiziskās sagatavotības prasības Iekšlietu ministrijas sistēmas iestāžu un Ieslodzījuma vietu pārvaldes amatpersonām ar speciālajām dienesta pakāpēm

Izdoti saskaņā ar Iekšlietu ministrijas sistēmas iestāžu un Ieslodzījuma vietu pārvaldes amatpersonu ar speciālajām dienesta pakāpēm dienesta gaitas likuma 4.panta 2.punktu

1. Noteikumi nosaka fiziskās sagatavotības prasības Iekšlietu ministrijas sistēmas iestāžu un Ieslodzījuma vietu pārvaldes amatpersonām ar speciālajām dienesta pakāpēm (turpmāk – amatpersona).

2. Fiziskās sagatavotības prasības nosaka atbilstoši amatpersonu dzimumam, vecumam un amatam:

2.1. vīrieši:

2.1.1. 29 gadi un jaunāki – vecuma grupa V–1;

2.1.2. no 30 līdz 35 gadiem – vecuma grupa V–2;

2.1.3. no 36 līdz 40 gadiem – vecuma grupa V–3;

2.1.4. no 41 līdz 45 gadiem – vecuma grupa V–4;

2.1.5. 46 gadi un vecāki – vecuma grupa V–5;

2.2. sievietes:

2.2.1. 23 gadi un jaunākas – vecuma grupa S–1;

2.2.2. no 24 līdz 29 gadiem – vecuma grupa S–2;

2.2.3. no 30 līdz 35 gadiem – vecuma grupa S–3;

2.2.4. no 36 līdz 40 gadiem – vecuma grupa S–4;

2.2.5. no 41 līdz 45 gadiem – vecuma grupa S–5;

2.2.6. 46 gadi un vecākas – vecuma grupa S–6;

2.3. amatu grupas:

2.3.1. I amatu grupa – amatpersona pilda tādus dienesta pienākumus, kuru veikšanai ikdienā nepieciešama palielināta fiziska slodze, spēka paņēmieni lietošana, spēja ātri reaģēt ekstremālās situācijās vai darbība dažādos

apstākļos;

2.3.2. II amatu grupa – amatpersona pilda tādus dienesta pienākumus, kuru veikšanai ikdienā nav nepieciešama palielināta fiziska slodze vai spēka paņēmieni lietošana, bet vajadzīga teicama fiziskā sagatavotība un spēja ātri reaģēt ekstremālās situācijās;

2.3.3. III amatu grupa – amatpersona pilda tādus dienesta pienākumus, kuri nav saistīti ar palielinātu fizisku slodzi vai spēka paņēmieni lietošanu, bet kuru veikšanai vajadzīga laba fiziskā sagatavotība.

3. Izvērtējot amata dienesta pienākumu izpildes specifiku, iestādes vadītājs nosaka, kādā amatu grupā iekļaujams konkrētais amats.

4. Fiziskās sagatavotības pārbaudes organizē šādās disciplīnās:

4.1. vīriešiem (vecuma grupā V-1, V-2 un V-3) 100 metru skrējiens vai 10 x 10 metru atspoles skrējiens, pievilkšanās pie stieņa vai – ja svars pārsniedz 90 kg – roku saliekšana un iztaisnošana balstā guļus, ķermeņa augšdaļas pacelšana un nolaišana, 3000 metru kross;

4.2. vīriešiem (vecuma grupā V-4) 100 metru skrējiens vai 10 x 10 metru atspoles skrējiens, pievilkšanās pie stieņa vai – ja svars pārsniedz 90 kg – roku saliekšana un iztaisnošana balstā guļus, ķermeņa augšdaļas pacelšana un nolaišana, 1000 metru kross;

4.3. vīriešiem (vecuma grupā V-5) pievilkšanās pie stieņa vai – ja svars pārsniedz 90 kg – roku saliekšana un iztaisnošana balstā guļus, ķermeņa augšdaļas pacelšana un nolaišana, 1000 metru kross;

4.4. sievietēm (vecuma grupā S-1 un S-2) 100 metru skrējiens vai 10 x 10 metru atspoles skrējiens, roku saliekšana un iztaisnošana balstā guļus, ķermeņa augšdaļas pacelšana un nolaišana, 1000 metru kross;

4.5. sievietēm (vecuma grupā S-3 un S-4) 100 metru skrējiens vai 10 x 10 metru atspoles skrējiens, roku saliekšana un iztaisnošana balstā guļus, ķermeņa augšdaļas pacelšana un nolaišana, 500 metru kross;

4.6. sievietēm (vecuma grupā S-5 un S-6) roku saliekšana un iztaisnošana balstā guļus, ķermeņa augšdaļas pacelšana un nolaišana, 500 metru kross.

5. Par katru nokārtoto fiziskās sagatavotības pārbaudes disciplīnu atbilstoši rezultātam tiek piešķirts tabulā (pielikums) norādītais punktu skaits (no viena līdz desmit punktiem).

6. Fiziskās sagatavotības pārbaude ir sekmīgi nokārtota, ja amatpersona saņēmusi vismaz vienu punktu katrā fiziskās sagatavotības pārbaudes disciplīnā un kopējais punktu skaits:

6.1. vecuma grupā V-1, V-2, V-3, V-4, S-1, S-2, S-3 un S-4 ir:

6.1.1. 20 un vairāk I amatu grupā;

6.1.2. 16 un vairāk II amatu grupā;

6.1.3. 12 un vairāk III amatu grupā;

6.2. vecuma grupā V-5, S-5 un S-6 ir:

6.2.1. 16 un vairāk I amatu grupā;

6.2.2. 12 un vairāk II amatu grupā;

6.2.3. 8 un vairāk III amatu grupā.

7. Atzīt par spēku zaudējušiem Ministru kabineta 2006.gada 21.novembra noteikumus Nr.969 "Fiziskās sagatavotības prasības Iekšlietu ministrijas sistēmas iestāžu un Ieslodzījuma vietu pārvaldes amatpersonām ar speciālajām dienesta pakāpēm" (Latvijas Vēstnesis, 2006, 194.nr.; 2009, 97.nr.).

Ministru prezidents *Valdis Dombrovskis*

Iekšlietu ministra vietā –
ekonomikas ministrs *Daniels Pavļuts*

Pielikums
Ministru kabineta
2013.gada 28.maija
noteikumiem Nr.288

Fiziskās sagatavotības prasības

1. Vecuma grupa V-1

Nr. p.k.	Pievilkšanās pie stieņa (reizes)		Roku saliekšana un iztaisnošana balstā guļus (reizes)	100 metru skrējiens (sekundes)	10 x 10 m atspoles skrējiens (sekundes)	3000 metru kross (minūtes: sekundes)	Ķermeņa augšdaļas pacelšana un nolaišana (reizes divās minūtēs)	Punkti
	līdz 90 kg	virs 90 kg						
1.1.	1-5	1-3	20-23	15,2-15,5	27,7-27,9	15:30-16:30	32-40	1
1.2.	6-8	4-5	24-27	14,9-15,1	27,4-27,6	15:00-15:29	41-49	2
1.3.	9-10	6-7	28-31	14,6-14,8	27,1-27,3	14:30-14:59	50-58	3
1.4.	11-12	8-9	32-36	14,3-14,5	26,8-27,0	14:00-14:29	59-66	4
1.5.	13-14	10-11	37-41	14,0-14,2	26,5-26,7	13:30-13:59	67-74	5
1.6.	15-16	12	42-46	13,7-13,9	25,9-26,4	13:00-13:29	75-82	6
1.7.	17	13	47-52	13,4-13,6	25,5-25,8	12:30-12:59	83-90	7
1.8.	18	14	53-58	13,1-13,3	25,1-25,4	12:00-12:29	91-97	8
1.9.	19	15	59-64	12,8-13,0	24,8-25,0	11:30-11:59	98-105	9
1.10.	20 un vairāk	16 un vairāk	65 un vairāk	12,7 un ātrāk	24,7 un ātrāk	11:29 un ātrāk	106 un vairāk	10

2. Vecuma grupa V-2

Nr. p.k.	Pievilkšanās pie stieņa (reizes)		Roku saliekšana un iztaisnošana balstā guļus (reizes)	100 metru skrējiens (sekundes)	10 x 10 m atspoles skrējiens (sekundes)	3000 metru kross (minūtes: sekundes)	Ķermeņa augšdaļas pacelšana un nolaišana (reizes divās minūtēs)	Punkti
	līdz 90 kg	virs 90 kg						
2.1.	1-4	1-3	18-21	16,3-16,6	28,8-29,0	16:25-17:25	28-36	1
2.2.	5-6	4	22-25	15,9-16,2	28,3-28,7	16:00-16:24	37-45	2
2.3.	7-8	5	26-29	15,5-15,8	27,9-28,2	15:30-15:59	46-53	3
2.4.	9-11	6	30-33	15,2-15,4	27,3-27,8	15:00-15:29	54-61	4