4.pielikums

Pulkveža Oskara Kalpaka profesionālās vidusskolas

17.06.2025.

noteikumiem Nr.6-NOT

**Pulkveža Oskara Kalpaka profesionālās vidusskolas**

**iestājpārbaudījumu darba lapa**

|  |  |
| --- | --- |
| **Pretendenta identifikācijas kods** |  |

**FIZISKĀS SAGATAVOTĪBAS PĀRBAUDE**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Pārbaudes datums** | |  |
| Pretendenta paraksts par iepazīšanos ar fiziskās sagatavotības pārbaudes drošības noteikumiem | | |
|  |  | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Vingrinājums** | **Rezultāts** | **Pieņēmēja paraksts** | | **Pieņēmēja paraksta atšifrējums** | | | **Punkti** |
| **Roku saliekšana un iztaisnošana balstā guļus** |  |  | |  | | |  |
| **Kāju pievilkšana turoties stienī** |  |  | |  | | |  |
| **Skrējiens 3 km**  (jaunieši) |  |  | |  | | |  |
| **Skrējiens 1,5 km**  (jaunietes) |  |  | |  | | |  |
|  |  |  |  | |  |  | |
| **Visos 3 vingrinājumos iegūto punktu summa** | | | |  | | |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 2025. gada |  | . |  |  |  |  |  |
|  | | | |  | /komisijas locekļa paraksts/ |  | /paraksta atšifrējums/ |
| 2025. gada |  | . |  |  |  |  |  |
|  | | |  |  | /komisijas locekļa paraksts/ |  | /paraksta atšifrējums/ |