Regulament

Pentru organizarea și desfășurarea probei suplimentare pentru verificarea aptitudinilor fizice în cadrul procedurii de recrutare în vederea ocupării prin concurs a funcțiilor vacante de polițiști locali din cadrul Biroului Poliție locală

CAPITOLUL I / GENERALITĂȚI

OBIECTIVUL PRINCIPAL AL PREZENTULUI REGULAMENT îl constituie aptitudinile fizice în cadrul procedurii de ocupare prin concurs a funcțiilor vacante.

OBIECTUL REGULAMENTULUI îl constituie elaborarea cadrului legal la nivel local de evaluare a aptitudinilor fizice, în cadrul procedurii de ocupare prin concurs a funcțiilor vacante.

1. CADRUL LEGAL

- Legea nr. 155/2010-Poliției Locale;
- H.G.R. nr.1332/2010-privind aprobarea Regulamentului-cadru de organizare și funcționare a poliției locale;
- OMAI nr.154 din 03.03.2004- privind activitățile de educație fizică și sport în MAI;cu modificarile aduse.

2. DEFINIȚII

- **Grupele de vârstă**

a. **grupa I:** până la 30 de ani inclusiv;
b. **grupa II:** de la 31 până la 33 de ani inclusiv;
c. **grupa III:** de la 34 până la 40 de ani inclusiv;
d. **grupa IV:** de la 41 până la 44 de ani inclusiv;
e. **grupa V:** de la 44 până la 49 de ani inclusiv;
f. **grupa VI:** de la 50 de ani;

- **Categoria de solicitare fizică** - se clasifică în următoarele categorii:

a. **normală:** personalul fără competențe operative;
b. **accentuată:** personalul cu competențe operative;
c. **departajare a probelor și baremelor pe criterii de sex:** bărbați/femei;

3. REGULI GENERALE

- Evaluarea performanțelor sportive reprezintă un criteriu de departajare a susținătorilor probelor fizice în cadrul procedurii de ocupare prin concurs a funcțiilor vacante.
- Procedurile de evaluare a performanțelor sportive și pregătirea fizică sunt coordonate de un instructor sportiv
- Reprezintă probe eliminatorii în cadrul concursului de ocupare a funcțiilor vacante. Toate probele sunt obligatorii. Nesusţinerea unei probe sau abandonul au ca efect eliminarea din concurs a candidatului.

CAPITOLUL II/ DOMENIUL DE APLICABILITATE

4. Prezentul regulament se va aplica în cadrul procedurii de ocupare prin concurs a funcțiilor vacante.

CAPITOLUL III/ PREVEDERI SPECIFICE

5. Condiții de desfășurare a procedurilor de evaluare a performanțelor fizice:

a. Probele se susţin în aceeaşi zi, în următoarea ordine: **alergare** – rezistenţă/ viteză, **flexie abdominală** (femei)**/ flotări** (bărbați).
b. Probele se execută în ţinută sportivă adecvată anotimpului (pantofi de sport, tricou, pantaloni scurţi sau trening).
c. Este declarat „Admis” candidatul care îndeplineşte baremul stabilit pentru fiecare probă, corespunzător notei 5 şi obţine, la final, minimum nota 6, reprezentând media aritmetică a notelor acordate la probele de flexie abdominală şi alergare de rezistenţă. Candidatul care nu promovează o probă este eliminat din concurs, iar în funcţie de momentul în care intervine aceasta, nu mai parcurge cealaltă probă, fiind declarat „Respins”.
d. Indiferent de cauze/motive**, nu se admit reexaminări, repetări sau contestaţii.**
e. Performanţa obţinută de candidaţi şi nota obţinută se consemnează în borderoul de examen.
f. Verificarea aptitudinilor la probele fizice se efectuează cu respectarea prevederilor a OMAI nr.154/2004 privind activităţile de educaţie fizică şi sport în MAI, respectiv a propunerilor de modificare și completare cu noi probe/bareme regăsite și adaptate la evaluările derulate de autoritățile din domeniul siguranței și ordinii publice.

CAPITOLUL IV- Precizări tehnice şi metodice privind efectuarea probelor:

A. <u>Proba de alergare - rezistență</u>

a) se execută cu startul din picioare, în serii de 3 - 10 candidaţi/ cronometru;
b) trecerea de la alergare la mers se consideră abandon.

B. <u>Proba de alergare - viteză</u>

a) se execută cu startul din picioare, în serii, câte 2 candidaţi/ cronometru;

C. Proba de flexie abdominală

a) se execută din poziţie culcat pe spate, cu mâinile la ceafă şi sprijin la picioare;
b) se execută timp de două minute, fără pauze, cu câte un candidat/cronometru.

D. Proba de flotări

a) se execută din poziţie culcat pe față, cu palmele așezate pe podea şi sprijin pe vârful picioarelor la lungimea umerilor;

ANEXE:

6. Bareme departajate pe categorii de vârstă și sex:

Proba de alergare – rezistență bărbați:

a) 1 000 m/ serviciu operativ/varianta accentuată;
b) 800 m/ serviciu operativ/varianta normală;

Grupa de vârstă	grupa I - până la 30 de ani, inclusiv	grupa a II-a - de la 31 de ani până la 35 de ani, inclusiv	grupa a III-a - de la 36 de ani până la 40 de ani, inclusiv	grupa a IV-a - de la 41 de ani până la 45 de ani, inclusiv	grupa a V-a - de la 46 de ani până la 50 de ani, inclusiv	grupa a VI-a - peste 51 de ani
NOTA	**TIMP/CATEGORIE DE VÂRSTĂ**					
10	3'40"	4'05"	4'30"	4'55"	5'20"	5'45"
9,5	3'45"	4'10"	4'35"	5'00"	5'25"	5'50"
9	3'50"	4'15"	4'40"	5'05"	5'30"	5'55"
8,5	3'55"	4'20"	4'45"	5'10"	5'35"	6'00"
8	4'00"	4'25"	4'50"	5'15"	5'40"	6'05"
7,5	4'05"	4'30"	4'55"	5'20"	5'45"	6'10"
7	4'10"	4'35"	5'00"	5'25"	5'50"	6'15"
6,5	4'15"	4'40"	5'05"	5'30"	5'55"	6'20"
6	4'20"	4'45"	5'10"	5'35"	6'00"	6'25"
5,5	4'25"	4'50"	5'15"	5'40"	6'05"	6'30"
5	4'30"	4'55"	5'20"	5'45"	6'10"	6'35"
4,5	4'35"	5'00"	5'25"	5'50"	6'15"	6'40"
4	4'40"	5'05"	5'30"	5'55"	6'20"	6'45"
3,5	4'45"	5'10"	5'35"	6'00"	6'25"	6'50"
3	4'50"	5'15"	5'40"	6'05"	6'30"	6'55"
2,5	4'55"	5'20"	5'45"	6'10"	6'35"	7'00"
2	5'00"	5'25"	5'50"	6'15"	6'40"	7'05"
1,5	5'05"	5'30"	5'55"	6'20"	6'45"	7'10"
1	5'10"	5'35"	6'00"	6'25"	6'50"	7'15"

Proba de alergare – rezistenţă femei:

a. 800 m/ femei/ serviciu operativ/varianta accentuată;
b. 600 m/ femei/ serviciu operativ/varianta normală;

Grupa de vârstă	grupa I - până la 30 de ani, inclusiv	grupa a II-a - de la 31 de ani până la 35 de ani, inclusiv	grupa a III-a - de la 36 de ani până la 40 de ani, inclusiv	grupa a IV-a - de la 41 de ani până la 45 de ani, inclusiv	grupa a V-a - de la 46 de ani până la 50 de ani, inclusiv	grupa a VI-a - peste 51 de ani
NOTA	**TIMP/CATEGORIE DE VÂRSTĂ**					
10	3'40"	4'05"	4'30"	4'55"	5'20"	5'45"
9,5	3'45"	4'10"	4'35"	5'00"	5'25"	5'50"
9	3'50"	4'15"	4'40"	5'05"	5'30"	5'55"
8,5	3'55"	4'20"	4'45"	5'10"	5'35"	6'00"
8	4'00"	4'25"	4'50"	5'15"	5'40"	6'05"
7,5	4'05"	4'30"	4'55"	5'20"	5'45"	6'10"
7	4'10"	4'35"	5'00"	5'25"	5'50"	6'15"
6,5	4'15"	4'40"	5'05"	5'30"	5'55"	6'20"
6	4'20"	4'45"	5'10"	5'35"	6'00"	6'25"
5,5	4'25"	4'50"	5'15"	5'40"	6'05"	6'30"
5	4'30"	4'55"	5'20"	5'45"	6'10"	6'35"
4,5	4'35"	5'00"	5'25"	5'50"	6'15"	6'40"
4	4'40"	5'05"	5'30"	5'55"	6'20"	6'45"
3,5	4'45"	5'10"	5'35"	6'00"	6'25"	6'50"
3	4'50"	5'15"	5'40"	6'05"	6'30"	6'55"
2,5	4'55"	5'20"	5'45"	6'10"	6'35"	7'00"
2	5'00"	5'25"	5'50"	6'15"	6'40"	7'05"
1,5	5'05"	5'30"	5'55"	6'20"	6'45"	7'10"
1	5'10"	5'35"	6'00"	6'25"	6'50"	7'15"

Proba de flotări/ bărbaţi/ serviciu operativ/var. accentuată:

PERFORMANŢE	NOTE/ GRUPE DE VÂRSTĂ					
Ridicări/ Timp-2”	I	II	III	IV	V	VI
10	3	4	5	6	7	8
20	4	5	6	7	8	9
30	5	6	7	8	9	10
40	6	7	8	9	10	
45	7	8	9	10		
50	8	9	10			
55	9	10				
60	10					

Proba de flexie abdominală femei:

Grupa de vârstă	grupa I - până la 30 de ani, inclusiv	grupa a II-a - de la 31 de ani până la 35 de ani, inclusiv	grupa a III-a - de la 36 de ani până la 40 de ani, inclusiv	grupa a IV-a - de la 41 de ani până la 45 de ani, inclusiv	grupa a V-a - de la 46 de ani până la 50 de ani, inclusiv	grupa a VI-a - peste 51 de ani
NOTA	**NUMĂR REPETĂRI/CATEGORIE DE VÂRSTĂ**					
10	46	41	36	31	26	21
9,5	45	40	35	30	25	20
9	44	39	34	29	24	19
8,5	43	38	33	28	23	18
8	42	37	32	27	22	17
7,5	41	36	31	26	21	16
7	40	35	30	25	20	15
6,5	39	34	29	24	19	14
6	38	33	28	23	18	13
5,5	37	32	27	22	17	12
5	36	31	26	21	16	11
4,5	35	30	25	20	15	10
4	34	29	24	19	14	9
3,5	33	28	23	18	13	8
3	32	27	22	17	12	7
2,5	31	26	21	16	11	6
2	30	25	20	15	10	5
1,5	29	24	19	14	9	4
1	28	23	18	13	8	3

Proba de flexie abdominală/femei/ serviciu operativ/var. accentuată

Grupa de vârstă	grupa I - până la 30 de ani, inclusiv	grupa a II-a - de la 31 de ani până la 35 de ani, inclusiv	grupa a III-a - de la 36 de ani până la 40 de ani, inclusiv	grupa a IV-a - de la 41 de ani până la 45 de ani, inclusiv	grupa a V-a - de la 46 de ani până la 50 de ani, inclusiv	grupa a VI-a - peste 51 de ani
NOTA	**NUMĂR REPETĂRI/CATEGORIE DE VÂRSTĂ**					
10	46	41	36	31	26	21
9,5	45	40	35	30	25	20
9	44	39	34	29	24	19
8,5	43	38	33	28	23	18
8	42	37	32	27	22	17
7,5	41	36	31	26	21	16
7	40	35	30	25	20	15
6,5	39	34	29	24	19	14
6	38	33	28	23	18	13
5,5	37	32	27	22	17	12
5	36	31	26	21	16	11
4,5	35	30	25	20	15	10

4	34	29	24	19	14	9
3,5	33	28	23	18	13	8
3	32	27	22	17	12	7
2,5	31	26	21	16	11	6
2	30	25	20	15	10	5
1,5	29	24	19	14	9	4
1	28	23	18	13	8	3

Biroul Poliție Locală