

Primaria Orasului Zarnesti - Comp. MRUS



Alexandru-Lucian Igrisan

REGULAMENT

pentru verificarea aptitudinilor fizice ale candidaților la concursul pentru ocuparea posturilor vacante de polițist local la Serviciul Poliția Locală Zarnesti

Cap. I DISPOZIȚII GENERALE PRIVIND ORGANIZAREA ȘI DESFĂȘURAREA CONCURSULUI

I. 1. Presentul regulament cuprinde procedurile de organizare și desfășurare a probei suplimentare (fizice) pentru ocuparea funcțiilor publice de execuție de polițist local, vacante, din cadrul Serviciului Poliție Locala Zarnesti.

I.2. Funcțiile publice de execuție de polițist local, vacante din cadrul Serviciului Poliție Locale Zarnesti se ocupă potrivit prevederilor Legii nr. 188/1999, privind Statutul funcționarului public (r2), cu modificările și completările ulterioare, conform H.G. nr. 611/2008, pentru aprobarea normelor privind organizarea și dezvoltarea carierei funcționarilor publici, cu modificările și completările ulterioare, ale Regulamentului de Organizare și Funcționare a Serviciului Poliție Locala Zarnesti (R.O.F.) și în baza prezentului regulament.

Cap. II REGULI DE DESFĂȘURARE

II. 1. În cadrul concursului, verificarea aptitudinilor fizice are caracter eliminativ, se derulează cronologic și se diferențiază pe sexe, bareme și note.

II.2. Toate probele sunt obligatorii.

întârzierea, absența, nesusținerea unei probe sau abandonul au ca efect eliminarea din concurs a candidatului.

11.3. Probele se susțin în aceeași zi, în următoarea ordine:

Abdomene - femei;

Flotări - bărbați;

Alergare de viteză pe distanța de 50 de metri - femei/bărbați;

Alergare de rezistență pe distanța de 800 de metri - femei;

Alergare de rezistență pe distanța de 1.000 de metri - bărbați.

11.4. Accesul candidaților în spațiul de concurs este permis cu cel mult 30 minute înainte de începerea probelor sportive, pe baza documentelor care atestă identitatea acestora, potrivit legii;

11.5. Comisia de concurs face apelul nominal și menționează prezența/absența fiecărui candidat precum și situațiile de abandon/descalificare dacă este cazul;

11.6. Probele se execută în ținută sportivă, decentă, adecvată anotimpului (*pantofi de sport, tricou, pantaloni scurți sau trening*), nefiind permis accesul candidaților în spațiul de concurs fără echipament corespunzător;

11.7. Pregătirea organismului pentru efort și influențarea selectivă a aparatului locomotor se desfășoară individual, în spațiul destinat acestei activități, iar modalitatea în care aceasta se realizează, este la latitudinea candidaților, nefiind imputabilă în vreun fel comisiei de concurs;

11.8. Înaintea începerii probelor sportive, comisia de concurs are obligația de a verifica funcționarea cronometrelor și de a asigura la nevoie înlocuirea acestora;

11.9. În cazul defectării cronometrelor în timpul probei, respectiv, imposibilitatea înregistrării rezultatelor obținute de candidați, se va asigura repetarea probei respective, întocmindu-se un proces verbal, care va fi semnat de către membrii comisiei, de către candidat/candidați și de către observatori;

11.10. Este declarat „**ADMIS**”, candidatul care a obținut nota minim **7,00**, calculată pe baza mediei aritmetice a notelor obținute la cele trei probe sportive. Nota obținută la fiecare dintre cele trei probe trebuie să fie minim **5,00**. Abandonul, accidentarea sau depășirea baremului/timpului minim de admitere/promovare, conduc la eliminarea candidatului din concurs și declararea acestuia „**RESPINS**”;

(baremul/timpul realizat la fiecare probă, se transformă în notă - conform anexei 1 și 2 din prezentul regulament).

11.11. Indiferent de cauze/motive, **nu se admit reexaminări repetări sau contestații**, rezultatele consemnate de expert fiind definitive.

11.12. Instructajul privind normele de securitate și sănătate în muncă se face de către persoana desemnată, înainte de începerea probelor. Candidații sunt răspunzători de eventualele accidentări pe timpul desfășurării probelor datorate nerespectării normelor prelucrate sau a execuțiilor greșite;

11.13. Candidatul este descalificat în momentul în care pe parcursul susținerii unei probe sportive, încearcă să fraudeze rezultatul, încălcând obligațiile ce îi revin pe durata desfășurării acestuia;

11.14. Performanța obținută de candidați și calificativul acordat, se consemnează în borderoul de concurs pentru fiecare probă de către secretarul comisiei de concurs;

11.15. Rezultatele înregistrate de către fiecare candidat vor fi comunicate acestuia la finalul fiecărei probe, de către examinator ;

11.16. Rezultatul final al probei suplimentare (fizice) va fi afișat la sediul Primăriei Orasului Zarnesti și pe pagina de internet a instituției;

11.17. Toți candidații care susțin probele sportive, trebuie, **în mod obligatoriu**, să aibă avizul medical „APT”. Înainte de începerea probelor sportive, toți candidații vor completa declarația pe propria răspundere conform **anexei 3**;

11.18. Înaintea desfășurării probelor, se va solicita supravegherea medicală de specialitate, în vederea acordării primului ajutor în caz de nevoie;

11.19. Verificarea aptitudinilor fizice ale candidaților, se efectuează cu respectarea prevederilor **art. 47, din Hotărârea nr. 611/2008**, pentru aprobarea normelor privind organizarea și dezvoltarea carierei funcționarilor publici, cu modificările ulterioare

11.20. Data și ora desfășurării probei sportive, va fi stabilită prin anunțul de concurs, iar locul desfășurării va fi afișat la sediul Primăriei Orasului Zarnesti și pe pagina de internet a instituției.

Cap. III PROBE ȘI BAREME

III.1. Verificarea aptitudinilor fizice ale candidaților, constă în susținerea următoarelor trei probe, obligatoriu:

Femei: - abdomen, alergare de viteză pe distanța de 50 metri și alergare de rezistență pe distanța de 800 metri;

Bărbați: - flotări, alergare de viteză pe distanța de 50 metri și alergare de rezistență pe distanța de 1.000 metri;

3

III.2. Probele, baremele și notele de promovare sunt prevăzute în anexa 1 și anexa 2 din prezentul regulament.

Cap. IV PRECIZĂRI TEHNICE ȘI METODICE PRIVIND EFECTUAREA PROBELOR

Anexa 2

IV. 1. ABDOMENE (*ridicarea trunchiului la 90 de grade din poziția culcat pe spate*) - se execută doar de către candidații femei;

- executantul stă culcat pe spate;
- picioarele întinse și fixate la nivelul gleznelor;
- mâinele la ceafă cu coatele atingând solul/salteaua;
- se ridică trunchiul la verticală (*90 de grade*) și se revine la poziția inițială;

Se numără execuțiile consecutive corecte de către expert și se consemnează în borderoul de concurs de către secretarul comisiei de concurs.

IV.2. FLOTĂRI: - se execută doar de către candidații bărbați;

Flotările se execută din poziția în sprijin culcat înainte.

- poziția culcat facial cu sprijin pe palme și vârful picioarelor;
- corpul întins, privirea înainte, coatele întinse;
- se îndoaie brațele până la atingerea solului cu pieptul, fără a se sprijini pe sol;
- se revine în poziția inițială;

Se numără execuțiile consecutive corecte de către expert și se consemnează în borderoul de concurs de către secretarul comisiei de concurs.

IV.3. ALERGARE DE VITEZĂ PE DISTANȚA DE 50 METRI:

Alergarea de viteză pe distanța de 50 de metri, se execută cu startul din picioare, câte unul sau cel mult doi candidați;

- plecarea în cursă se face după următoarele comenzi:
 - „PE LOCURI !” - candidații se vor plasa pe culoarul lor, cu piciorul cât mai aproape de linia de start, fără însă a o călca;
 - „FIȚI GATA !” - candidații vor lua imediat poziția lor finală, așteptând nemișcați semnalul de start;
 - „START !” - candidații pleacă în cursă și se mai opresc la linia de sosire;
- cronometrul pornește la mișcarea candidatului;

- se cronometrează timpul individual realizat de către fiecare candidat, în secunde și zecimi de secundă, din momentul comenzii/semnalului de start și până la depășirea cu pieptul a liniei de sosire;
- se apreciază timpul realizat de fiecare candidat și se consemnează în borderoul de concurs de către secretarul comisiei;
- startul greșit (plecarea înaintea semnalului acustic) se reia - la al doilea start greșit, candidatul este declarat „*respins*”;
- candidații care se ciocnesc în timpul alergării și cad sau care se împiedică, ori alunecă din cauza suprafeței de alergare se consideră că nu au parcurs traseul și vor relua proba o singură dată, la sfârșitul seriei din care fac parte.

Trecerea de la alergare la mers, se consideră abandon.

Fiecare cadidat are dreptul la o singură parcurgere a probei pentru realizarea baremului.

NU SE ADMIT REPETĂRI SAU REEXAMINĂRI

IV.4. ALERGARE DE REZISTENȚĂ:

Alergarea de rezistență se execută pe distanța de 800 de metri pentru femei și 1.000 de metri pentru bărbați.

- plecarea în cursă, se face după următoarele comenzi:
 - „**PE LOCURI !**” - *candidații se vor plasa pe culoarul lor, cu piciorul cât mai aproape de linia de start, fără însă a o călca;*
 - „**FIȚI GATA !**” - *candidații vor lua imediat poziția de start, așteptând nemișcați semnalul de start;*
 - „**START !**” - *candidații pleacă în cursă și se mai opresc la linia de sosire;*
- se execută cu startul din picioare, în serii de **cel mult 5 candidați**;
- se aleargă pe teren variat;
- se cronometrează timpul individual realizat de către fiecare candidat, în secunde și zecimi de secundă, din momentul comenzii/semnalului de start și până la depășirea cu pieptul a liniei de sosire;
- se apreciază timpul realizat de fiecare candidat și se consemnează în borderoul de concurs de către secretarul comisiei;

Fiecare cadidat are dreptul la o singură parcurgere a probei pentru realizarea baremului.

NU SE ADMIT REPETĂRI SAU REEXAMINĂRI

Cap. V PRECIZĂRI:

1. Candidatul are dreptul să intre în perimetrul de desfășurare a probelor de concurs, doar cu sticla de apă sau suc și eventual cu accesorii medicale. Este interzis accesul candidaților în zona de concurs cu orice fel de bunuri sau obiecte care nu constituie obiectul probei;
2. Orice alte obiecte personale (ceas, telefon mobil, etc.), rămân în spațiile destinate echipării (vestiar);
3. Nesusținerea unei probe sau abandonul, echivalează cu retragerea candidatului din concurs;
4. Se interzice orice formă de bruscare, împingere sau lovire în momentul startului sau pe timpul alergării.

Administrator public, Ec. Maria Uretu-Cioacă



Șef serviciu, Dorinela Letca



Redactat, inspector superior Popa Daniela

