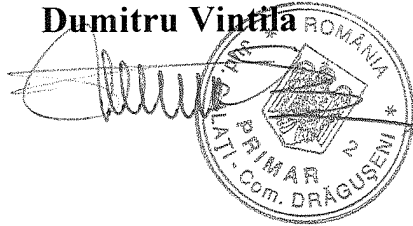


**ROMANIA
JUDETUL GALATI
COMUNADRAGUSENI
PRIMAR**

**APROBAT,
Primar
Dumitru Vintila**



**PROCEDURA
PENTRU DESFASURAREA PROBEI SPORTIVE
LA CONCURSUL DE RECRUTARE PENTRU OCUPAREA
FUNCTIILOR PUBLICE DE EXECUTIE VACANTE
DE POLITIST LOCAL DIN CADRUL BIROULUI DE POLITIE
LOCALA DIN DATA DE 18.03.2021**

PROBA SPORTIVA

La concursul de recrutare pentru ocuparea a 4 functii publice de executie vacante de politist local din cadrul Biroului de politie locala, din perioada 18-19 martie 2021, se organizeaza si proba suplimentara.

Proba suplimentara este *proba sportiva pentru verificarea aptitudinilor fizice*.

Proba sportiva este eliminatorie, se desfasoara dupa selectia dosarelor si se evalueaza cu calificativul „admis”sau „respins” . Pot participa la proba sportiva numai candidatii declarati „admisi” la selectia dosarelor de inscriere.

Proba sportiva consta in : alergare de viteza, alegare de rezistenta, tractiuni la bara pentru barbati si abdomene pentru femei.

Alergare de viteza – 50 m barbati si femei

Proba de viteza se executa cu startul din picioare, in serii de maxim 2 candidati/cronometru, si se noteaza pe baza baremului pe grupe de varsta, conform anexei nr.1- barbati si anexei nr.2-femei.

Alergare de rezistenta – 1000 m barbati

800 m femei

Proba de rezistenta se executa cu startul din picioare, in serii de maxim 5 candidati/cronometru si se noteaza pe baza baremului pe grupe de varsta, conform anexei nr.3.

Tractiuni – barbati ,se executa din atarnat la bara fixa , cate un candidat pe cronometru, cu priza la alegere (de sus sau de jos apucat), fara bici-balans. O executie se considera a fi corecta atunci cand, la ridicare, barbia depaseste nivelul barei si in pozitia atarnat, bratele sunt intinse, iar picioarele nu ating solul. Evaluatorul numara cu voce tare executiile, fiind luate in considerare doar cele corecte . Fiecare executant nu trebuie sa depaseasca 1 minut. Se noteaza pe baza baremului conform anexei nr.4.

Abdomene-femei, se executa din pozitia culcat dorsal, cu picioarele indoite la nivelul gleznelor, sustinut ceafa , cate un candidat pe cronometru. Se iau in considerare doar executiile corecte, la ridicare, trunchiul sa formeze unghi de 90° cu picioarele, iar la coborare omoplatii sa atinga solul. Se noteaza pe baza baremului conform anexei nr.5.

Proba sportiva se va desfasura pe stadion, in tinuta obligatorie de sport. Candidatul are dreptul la o singura incercare/proba si nu se admit contestatii. Toate probele se executa in aceeasi zi, ordinea lor fiind stabilita de examinator.

Este declarat “admis” la proba sportiva, candidatul care a obtinut pentru fiecare proba minim nota 5,00 si media notelor 6,00.

Anexa nr.1 - Proba de viteza - barbati

PROBA	GRUPA VARSTA	Note/Timp													1					
		10	9,5	9	8,5	8	7,5	7	6,5	6	5,5	5	4,5	4		3,5	3	2,5	2	1,5
VITEZA	≤ 30 ani	6"6	6"7	6"8	6"9	7"0	7"1	7"2	7"3	7"4	7"5	7"6	7"7	7"8	7"9	8"0	8"1	8"2	8"3	8"4
	31-35 ani	7"1	7"2	7"3	7"4	7"5	7"6	7"7	7"8	7"9	8"0	8"1	8"2	8"3	8"4	8"5	8"6	8"7	8"8	8"9
	36-40 ani	7"6	7"7	7"8	7"9	8"0	8"1	8"2	8"3	8"4	8"5	8"6	8"7	8"8	8"9	9"0	9"1	9"2	9"3	9"4
	41-45 ani	8"1	8"2	8"3	8"4	8"5	8"6	8"7	8"8	8"9	9"0	9"1	9"2	9"3	9"4	9"5	9"6	9"7	9"8	9"9
	46-40 ani	8"6	8"7	8"8	8"9	9"0	9"1	9"2	9"3	9"4	9"5	9"6	9"7	9"8	9"9	10"0	10"1	10"2	10"3	10"4
	≥51	9"1	9"2	9"3	9"4	9"5	9"6	9"7	9"8	9"9	10"0	10"1	10"2	10"3	10"4	10"5	10"6	10"7	10"8	10"9

Anexa nr.2 - Proba de viteza - femei

PROBA	GRUPA VARSTA	Note/Timp																		
		10	9,5	9	8,5	8	7,5	7	6,5	6	5,5	5	4,5	4	3,5	3	2,5	2	1,5	1
VITEZA	≤ 30 ani	7"6	7"7	7"8	7"9	8"0	8"1	8"2	8"3	8"4	8"5	8"6	8"7	8"8	8"9	9"0	9"1	9"2	9"3	9"4
	31-35 ani	8"1	8"2	8"3	8"4	8"5	8"6	8"7	8"8	8"9	9"0	9"1	9"2	9"3	9"4	9"5	9"6	9"7	9"8	9"9
	36-40 ani	8"6	8"7	8"8	8"9	9"0	9"1	9"2	9"3	9"4	9"5	9"6	9"7	9"8	9"9	10"0	10"1	10"2	10"3	10"4
	41-45 ani	9"1	9"2	9"3	9"4	9"5	9"6	9"7	9"8	9"9	10"0	10"1	10"2	10"3	10"4	10"5	10"6	10"7	10"8	10"9
	46-40 ani	9"6	9"7	9"8	9"9	10"0	10"1	10"2	10"3	10"4	10"5	10"6	10"7	10"8	10"9	11"0	11"1	11"2	11"3	11"4
	≥51	10"1	10"2	10"3	10"4	10"5	10"6	10"7	10"8	10"9	11"0	11"1	11"2	11"3	11"4	11"5	11"6	11"7	11"8	11"9

Anexa nr.3 - Proba de rezistentă – 1000 m barbati/800 m femei

PROBA	GRUPA VARSTA	Note/Timp																		
		10	9,5	9	8,5	8	7,5	7	6,5	6	5,5	5	4,5	4	3,5	3	2,5	2	1,5	1
REZISTENTA	≤ 30 ani	340"	345"	350"	355"	400"	405"	410"	415"	420"	425"	430"	435"	440"	445"	450"	455"	500"	505"	510"
	31-35 ani	405"	410"	415"	420"	425"	430"	435"	440"	445"	450"	455"	500"	505"	510"	515"	520"	525"	530"	535"
	36-40 ani	430"	435"	440"	445"	450"	455"	500"	505"	510"	515"	520"	525"	530"	535"	540"	545"	550"	555"	600"
	41-45 ani	455"	500"	505"	510"	515"	520"	525"	530"	535"	540"	545"	550"	555"	600"	605"	610"	615"	620"	625"
	46-40 ani	520"	525"	530"	535"	540"	545"	550"	555"	600"	605"	610"	615"	620"	625"	630"	635"	640"	645"	650"
	≥51	545"	550"	555"	600"	605"	610"	615"	620"	625"	630"	635"	640"	645"	650"	655"	700"	705"	710"	715"

Anexa nr.4 - Tractiuni barbati

TRACTIUNI		
REPETARI	NOTE	NOTE
16/ 1min.		10
15/ 1 min.		9,5
14/1 min.		9,0
13/1 min.		8,5
12/1 min.		8,0
11/1 min.		7,5
10/1 min.		7,0
9/1 min.		6,5
8/1 min.		6,0
7/1 min.		5,5
6/1 min.		5,0
5/1 min.		4,5
4/1 min.		4,0
3/1 min.		3,5
2/1 min.		3,0
1/1 min.		2,5
0/1 min.		2

Anexa nr.5 - Abdomene femei

ABDOMENE		
REPETARI		NOTE
28/1 min.		10
27/1 min.		9,5
26/1 min.		9,0
25/1 min.		8,5
24/1 min.		8,0
23/1 min.		7,5
22/1 min.		7,0
21/1 min.		6,5
20/1 min.		6,0
19/1 min.		5,5
18/1 min.		5,0
17/1 min.		4,5
16/1 min.		4,0
15/1 min.		3,5
14/1 min.		3,0
13/1 min.		2,5
12/1 min.		2
11/1 min.		1,5
10/1 min.		1