

**PROCEDURĂ OPERAȚIONALĂ PRIVIND ORGANIZAREA  
ȘI DESFĂȘURAREA PROBEI SUPLIMENTARE (SPORTIVE)  
ÎN VEDEREA OCUPĂRII UNOR FUNCȚII PUBLICE  
SPECIFICE DE POLIȚIST LOCAL DIN CADRUL  
COMPARTIMENTULUI POLIȚIEI LOCALE MOȘNIȚA  
NOUĂ  
Cod: PO – RU – 02**

**SCOPUL**

Prezenta procedură operațională stabilește un set unitar de reguli privind organizarea și desfășurarea probelor în vederea ocupării unor funcții publice de execuție specifice de polițist local, din cadrul Compartimentului de Poliție Locală, în mod profesionist, transparent și imparțial;

Dă asigurări cu privire la existența documentației adecvate derulării activității;  
Asigură diminuarea riscurilor la care sunt supuse persoanele implicate.

**DOMENIU DE APLICARE**

Prezenta procedură conține probe sportive care au caracter eliminatoriu și sunt obligatorii pentru ocuparea funcțiilor publice specifice de polițist local vacante, din cadrul Compartimentului de Poliție Locală Moșnița Nouă.

Procedura prezintă pașii care trebuie urmați pentru asigurarea unui procedeu corect, eficient, operativ și legal în vederea desfășurării probei pentru verificarea aptitudinilor fizice în vederea ocupării unor funcții publice de execuție specifice de polițist local, din cadrul Compartimentului de Poliție Locală Moșnița Nouă.

Este obligatorie pentru întreg personalul din cadrul Comunei Moșnița Nouă, care participă în cadrul comisiilor de concurs și de contestație, în calitate de președinte și membrii, în condițiile legii.

**DOCUMENTE DE REFERINȚĂ**

**Legislație primară**

- Hotărârea Guvernului nr. 611/2008 pentru aprobarea normelor privind organizarea și dezvoltarea carierei funcționarilor publici;
- H.G. nr. 761/11.10.2017 privind modificarea și completarea H.G. nr. 611/2008 pentru aprobarea normelor privind organizarea și dezvoltarea carierei funcționarilor publici;
- Legea 319/2006 privind securitatea și sănătatea în muncă;
- H.G. 1425/2006 pentru aprobarea Normelor metodologice de aplicare a prevederilor Legii securității și sănătății în muncă nr. 319/2006;
- Ordonanța de Urgență nr. 57/2019 privind Codul Administrativ, cu modificările și completările ulterioare;

**DEFINIȚII ȘI ABREVIERI**

## Definiții

a) comisie de concurs - organ colegial special constituit în vederea luării unei decizii, conform legii, asupra rezultatelor desfășurării procedurilor de recrutare și selecție, precum și de promovare a funcționarilor publici;

b) comisie de soluționare a contestațiilor - organ colegial special constituit în vederea luării unei decizii, conform legii, în urma solicitării primite din partea unuia sau mai multor candidați la ocuparea unei funcții publice, prin recrutare ori promovare, asupra menținerii sau, după caz, modificării rezultatelor stabilite de comisia de concurs;

c) dezvoltarea carierei - evoluția ansamblului situațiilor juridice și efectelor produse, prin mobilitate și promovare într-o funcție publică superioară, care intervin de la data nasterii raportului de serviciu al funcționarului public și până în momentul încetării acestui raport;

"e<sup>1</sup>) expert - persoana care are pregătire de specialitate atestată, potrivit legii, în domeniul în care se testează competențele specifice ale candidatului prin proba suplimentară prevăzută la art. 31 alin. (4) din prezenta hotărâre și care poate fi funcționar public desemnat de conducătorul autorității sau instituției publice organizatoare a concursului din cadrul acesteia sau din cadrul autorității sau instituției publice în al cărei stat de funcții se afla funcția publică vacantă pentru care se organizează concursul ori persoana cu care autoritatea sau instituția publică organizatoare a concursului a contractat servicii de consultanță;

e<sup>2</sup>) locul desfășurării concursului - sediul autorității sau instituției publice organizatoare a concursului

e<sup>3</sup>) locația de desfășurare a probelor de concurs - spațiul precis determinat de desfășurare a probelor de concurs, care poate fi locul de desfășurare a concursului sau un alt spațiu care să asigure condiții optime de desfășurare a probelor de concurs."

## Abrevieri

1. CMN= Comuna Moșnița Nouă

2. CPLMN = Compartiment Poliție Locală Moșnița Nouă

3. OMAI = Ordinul ministrului administrației și internelor

## DESCRIEREA PROCEDURII OPERAȚIONALE

Probele pentru verificarea aptitudinilor fizice se țin în aceeași zi, în următoarea ordine și constau: **alergare-viteză, abdomene (flexii abdominale) și alegare – rezistență.**

Probele se execută în ținută sportivă adecvată anotimpului (pantofi sport, tricou, pantaloni scurți sau trening).

**Nu este admisă** la susținerea probelor purtarea pantofilor de sport cu crampe sau cuie.

Toate probele sunt obligatorii. Nesusținerea unei probe sau abandonul au ca efect eliminarea din concurs a candidatului.

Abandonul, accidentarea sau neîndeplinirea baremului minim duce la eliminarea candidatului din concurs și declararea acestuia "respins".

Primarul Comunei Moșnița Nouă poate desemna prin dispoziție un expert pentru desfășurarea probei suplimentare sportive, precum și un expert responsabil cu soluționarea eventualelor contestații.

Experții desemnați pot fi membrii comisiei de concurs sau a comisiei de soluționare a contestațiilor.

Proba suplimentară sportivă, se desfășoară ulterior afișării selecției dosarelor.

Anterior începerii probei de concurs, participanții semnează o declarație pe propria răspundere prin care declară că nu suferă de vreo afecțiune care să-i împiedice să susțină proba sportivă și că exonerează comisia de concurs de orice răspundere în legătură cu orice pretenții

ar avea, de orice natură, pentru eventualele accidentări, boală, deces sau orice alte probleme medicale, care ar putea apărea, pe parcursul desfășurării probei sportive. – Anexa 1.

Pe întreaga desfășurare a probei sportive va fi asigurată asistența medicală specializată.

Probele și baremele minime de promovare sunt următoarele pentru bărbați și femei, pe categorii de vârstă sunt următoarele:

**TABEL CU PROBELE ȘI BAREMELE PENTRU VERIFICAREA  
APTITUDINILOR FIZICE ALE CANDIDAȚILOR BĂRBAȚI, PE CATEGORII  
DE VÂRSTĂ**

**Proba de alergare viteză – 50 m plat**

| <b>GRUPA<br/>DE<br/>VÂRSTĂ</b> | <b>GRUPA I<br/>-de la 18<br/>până la 30<br/>de ani<br/>inclusiv</b> | <b>GRUPA<br/>II – de la<br/>31 de ani<br/>până la 35<br/>de ani<br/>inclusiv</b> | <b>GRUPA<br/>III – de la<br/>36 de ani<br/>până la 40<br/>de ani<br/>inclusiv</b> | <b>GRUPA<br/>IV – de la<br/>41 de ani<br/>până la 45<br/>de ani<br/>inclusiv</b> | <b>GRUPA V<br/>– de la 46<br/>de ani<br/>până la 50<br/>de ani<br/>inclusiv</b> | <b>GRUPA<br/>VI – peste<br/>51 de ani<br/>inclusiv</b> |
|--------------------------------|---------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|
| <b>NOTA</b>                    | <b>PERFORMANȚA ÎN TIMP PE CATEGORIE DE VÂRSTĂ</b>                   |                                                                                  |                                                                                   |                                                                                  |                                                                                 |                                                        |
| 10                             | 7"0                                                                 | 7"5                                                                              | 8"0                                                                               | 8"5                                                                              | 9"0                                                                             | 9"5                                                    |
| 9,5                            | 7"1                                                                 | 7"6                                                                              | 8"1                                                                               | 8"6                                                                              | 9"1                                                                             | 9"6                                                    |
| 9                              | 7"2                                                                 | 7"7                                                                              | 8"2                                                                               | 8"7                                                                              | 9"2                                                                             | 9"7                                                    |
| 8,5                            | 7"3                                                                 | 7"8                                                                              | 8"3                                                                               | 8"8                                                                              | 9"3                                                                             | 9"8                                                    |
| 8                              | 7"4                                                                 | 7"9                                                                              | 8"4                                                                               | 8"9                                                                              | 9"4                                                                             | 9"9                                                    |
| 7,5                            | 7"5                                                                 | 8"0                                                                              | 8"5                                                                               | 9"0                                                                              | 9"5                                                                             | 10"0                                                   |
| 7                              | 7"6                                                                 | 8"1                                                                              | 8"6                                                                               | 9"1                                                                              | 9"6                                                                             | 10"1                                                   |
| 6,5                            | 7"7                                                                 | 8"2                                                                              | 8"7                                                                               | 9"2                                                                              | 9"7                                                                             | 10"2                                                   |
| 6                              | 7"8                                                                 | 8"3                                                                              | 8"8                                                                               | 9"3                                                                              | 9"8                                                                             | 10"3                                                   |
| 5,5                            | 7"9                                                                 | 8"4                                                                              | 8"9                                                                               | 9"4                                                                              | 9"9                                                                             | 10"4                                                   |
| 5                              | 8"0                                                                 | 8"5                                                                              | 9"0                                                                               | 9"5                                                                              | 10"0                                                                            | 10"5                                                   |
| 4,5                            | 8"1                                                                 | 8"6                                                                              | 9"1                                                                               | 9"6                                                                              | 10"1                                                                            | 10"6                                                   |
| 4                              | 8"2                                                                 | 8"7                                                                              | 9"2                                                                               | 9"7                                                                              | 10"2                                                                            | 10"7                                                   |
| 3,5                            | 8"3                                                                 | 8"8                                                                              | 9"3                                                                               | 9"8                                                                              | 10"3                                                                            | 10"8                                                   |
| 3                              | 8"4                                                                 | 8"9                                                                              | 9"4                                                                               | 9"9                                                                              | 10"4                                                                            | 10"9                                                   |
| 2,5                            | 8"5                                                                 | 9"0                                                                              | 9"5                                                                               | 10"0                                                                             | 10"5                                                                            | 11"0                                                   |
| 2                              | 8"6                                                                 | 9"1                                                                              | 9"6                                                                               | 10"1                                                                             | 10"6                                                                            | 11"1                                                   |
| 1,5                            | 8"7                                                                 | 9"2                                                                              | 9"7                                                                               | 10"2                                                                             | 10"7                                                                            | 11"2                                                   |
| 1                              | 8"8                                                                 | 9"3                                                                              | 9"8                                                                               | 10"3                                                                             | 10"8                                                                            | 11"3                                                   |

**Proba de flexie Abdominală**

| GRUPA DE VÂRSTĂ | GRUPA I<br>-de la 18 până la 30 de ani inclusiv    | GRUPA II – de la 31 de ani până la 35 de ani inclusiv | GRUPA III – de la 36 de ani până la 40 de ani inclusiv | GRUPA IV – de la 41 de ani până la 45 de ani inclusiv | GRUPA V – de la 46 de ani până la 50 de ani inclusiv | GRUPA VI – peste 51 de ani inclusiv |
|-----------------|----------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|-------------------------------------|
| NOTA            | PERFORMANȚA ÎN TIMP PE CATEGORIE DE VÂRSTĂ (2 min) |                                                       |                                                        |                                                       |                                                      |                                     |
| 10              | 50                                                 | 45                                                    | 40                                                     | 35                                                    | 30                                                   | 25                                  |
| 9,5             | 49                                                 | 44                                                    | 39                                                     | 34                                                    | 29                                                   | 24                                  |
| 9               | 48                                                 | 43                                                    | 38                                                     | 33                                                    | 28                                                   | 23                                  |
| 8,5             | 47                                                 | 42                                                    | 37                                                     | 32                                                    | 27                                                   | 22                                  |
| 8               | 46                                                 | 41                                                    | 36                                                     | 31                                                    | 26                                                   | 21                                  |
| 7,5             | 45                                                 | 40                                                    | 35                                                     | 30                                                    | 25                                                   | 20                                  |
| 7               | 44                                                 | 39                                                    | 34                                                     | 29                                                    | 24                                                   | 19                                  |
| 6,5             | 43                                                 | 38                                                    | 33                                                     | 28                                                    | 23                                                   | 18                                  |
| 6               | 42                                                 | 37                                                    | 32                                                     | 27                                                    | 22                                                   | 17                                  |
| 5,5             | 41                                                 | 36                                                    | 31                                                     | 26                                                    | 21                                                   | 16                                  |
| 5               | 40                                                 | 35                                                    | 30                                                     | 25                                                    | 20                                                   | 15                                  |
| 4,5             | 39                                                 | 34                                                    | 29                                                     | 24                                                    | 19                                                   | 14                                  |
| 4               | 38                                                 | 33                                                    | 28                                                     | 23                                                    | 18                                                   | 13                                  |
| 3,5             | 37                                                 | 32                                                    | 27                                                     | 22                                                    | 17                                                   | 12                                  |
| 3               | 36                                                 | 31                                                    | 26                                                     | 21                                                    | 16                                                   | 11                                  |
| 2,5             | 35                                                 | 30                                                    | 25                                                     | 20                                                    | 15                                                   | 10                                  |
| 2               | 34                                                 | 29                                                    | 24                                                     | 19                                                    | 14                                                   | 9                                   |
| 1,5             | 33                                                 | 28                                                    | 23                                                     | 18                                                    | 13                                                   | 8                                   |
| 1               | 32                                                 | 27                                                    | 22                                                     | 17                                                    | 12                                                   | 7                                   |

**Proba de Alergare rezistență 1000 m**

| GRUPA DE VÂRSTĂ | GRUPA I<br>-de la 18 până la 30 de ani inclusiv | GRUPA II – de la 31 de ani până la 35 de ani inclusiv | GRUPA III – de la 36 de ani până la 40 de ani inclusiv | GRUPA IV – de la 41 de ani până la 45 de ani inclusiv | GRUPA V – de la 46 de ani până la 50 de ani inclusiv | GRUPA VI – peste 51 de ani inclusiv |
|-----------------|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|-------------------------------------|
| NOTA            | PERFORMANȚA ÎN TIMP PE 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" |

**TABEL CU PROBELE ȘI BAREMELE PENTRU VERIFICAREA  
APTITUDINILR FIZICE ALE CANDIDAȚILOR FEMEI, PE CATEGORII DE  
VÂRSTĂ**

**Proba de alergare viteză – 50 m plat**

| <b>GRUPA<br/>DE<br/>VÂRSTĂ</b> | <b>GRUPA I<br/>-de la 18<br/>până la 30<br/>de ani<br/>inclusiv</b> | <b>GRUPA<br/>II – de la<br/>31 de ani<br/>până la 35<br/>de ani<br/>inclusiv</b> | <b>GRUPA<br/>III – de la<br/>36 de ani<br/>până la 40<br/>de ani<br/>inclusiv</b> | <b>GRUPA<br/>IV – de la<br/>41 de ani<br/>până la 45<br/>de ani<br/>inclusiv</b> | <b>GRUPA V<br/>– de la 46<br/>de ani<br/>până la 50<br/>de ani<br/>inclusiv</b> | <b>GRUPA<br/>VI – peste<br/>51 de ani<br/>inclusiv</b> |
|--------------------------------|---------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|
| <b>NOTA</b>                    | <b>PERFORMANȚA ÎN TIMP PE CATEGORIE DE VÂRSTĂ</b>                   |                                                                                  |                                                                                   |                                                                                  |                                                                                 |                                                        |
| 10                             | 7"5                                                                 | 8"0                                                                              | 8"5                                                                               | 9"0                                                                              | 9"5                                                                             | 10"0                                                   |
| 9,5                            | 7"4                                                                 | 8"1                                                                              | 8"6                                                                               | 9"1                                                                              | 9"6                                                                             | 10"1                                                   |
| 9                              | 7"3                                                                 | 8"2                                                                              | 8"7                                                                               | 9"2                                                                              | 9"7                                                                             | 10"2                                                   |
| 8,5                            | 7"2                                                                 | 8"3                                                                              | 8"8                                                                               | 9"3                                                                              | 9"8                                                                             | 10"3                                                   |
| 8                              | 7"1                                                                 | 8"4                                                                              | 8"9                                                                               | 9"4                                                                              | 9"9                                                                             | 10"4                                                   |
| 7,5                            | 8"0                                                                 | 8"5                                                                              | 9"0                                                                               | 9"5                                                                              | 10"00                                                                           | 10"5                                                   |
| 7                              | 8"1                                                                 | 8"6                                                                              | 9"1                                                                               | 9"6                                                                              | 10"1                                                                            | 10"6                                                   |
| 6,5                            | 8"2                                                                 | 8"7                                                                              | 9"2                                                                               | 9"7                                                                              | 10"2                                                                            | 10"7                                                   |
| 6                              | 8"3                                                                 | 8"8                                                                              | 9"3                                                                               | 9"8                                                                              | 10"3                                                                            | 10"8                                                   |
| 5,5                            | 8"4                                                                 | 8"9                                                                              | 9"4                                                                               | 9"9                                                                              | 10"4                                                                            | 10"9                                                   |
| 5                              | 8"5                                                                 | 9"0                                                                              | 9"5                                                                               | 10"0                                                                             | 10"5                                                                            | 11"0                                                   |
| 4,5                            | 8"6                                                                 | 9"1                                                                              | 9"6                                                                               | 10"1                                                                             | 10"6                                                                            | 11"1                                                   |
| 4                              | 8"7                                                                 | 9"2                                                                              | 9"7                                                                               | 10"2                                                                             | 10"7                                                                            | 11"2                                                   |
| 3,5                            | 8"8                                                                 | 9"3                                                                              | 9"8                                                                               | 10"3                                                                             | 10"8                                                                            | 11"3                                                   |
| 3                              | 8"9                                                                 | 9"4                                                                              | 9"9                                                                               | 10"4                                                                             | 10"9                                                                            | 11"4                                                   |
| 2,5                            | 9"0                                                                 | 9"5                                                                              | 10"0                                                                              | 10"5                                                                             | 11"00                                                                           | 11"5                                                   |
| 2                              | 9"1                                                                 | 9"6                                                                              | 10"1                                                                              | 10"6                                                                             | 11"1                                                                            | 11"6                                                   |

|     |     |     |      |      |      |      |
|-----|-----|-----|------|------|------|------|
| 1,5 | 9"2 | 9"7 | 10"2 | 10"7 | 11"2 | 11"7 |
| 1   | 9"3 | 9"8 | 10"3 | 10"8 | 11"3 | 11"8 |

### Proba de flexie Abdominală

| GRUPA DE VÂRSTĂ | GRUPA I<br>-de la 18<br>până la 30<br>de ani<br>inclusiv | GRUPA II – de la<br>31 de ani<br>până la 35<br>de ani<br>inclusiv | GRUPA III – de la<br>36 de ani<br>până la 40<br>de ani<br>inclusiv | GRUPA IV – de la<br>41 de ani<br>până la 45<br>de ani<br>inclusiv | GRUPA V<br>– de la 46<br>de ani<br>până la 50<br>de ani<br>inclusiv | GRUPA VI – peste<br>51 de ani<br>inclusiv |
|-----------------|----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|
| NOTA            | PERFORMANȚA ÎN TIMP PE CATEGORIE DE VÂRSTĂ (2 min)       |                                                                   |                                                                    |                                                                   |                                                                     |                                           |
| 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 Alergare rezistență 800 m

| GRUPA DE VÂRSTĂ | GRUPA I<br>-de la 18<br>până la 30<br>de ani<br>inclusiv | GRUPA II – de la<br>31 de ani<br>până la 35<br>de ani<br>inclusiv | GRUPA III – de la<br>36 de ani<br>până la 40<br>de ani<br>inclusiv | GRUPA IV – de la<br>41 de ani<br>până la 45<br>de ani<br>inclusiv | GRUPA V<br>– de la 46<br>de ani<br>până la 50<br>de ani<br>inclusiv | GRUPA VI – peste<br>51 de ani<br>inclusiv |
|-----------------|----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|
| NOTA            | PERFORMANȚA ÎN TIMP PE 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" |

#### **Precizări tehnice și metodice privind efectuarea probelor:**

##### **Proba de alergare-viteză:**

- Se execută cu startul din picioare, câte un candidat, contra cronometru;
- Cronometru pornește la mișcarea candidatului;
- Startul greșit (plecarea înaintea semnalului acustic) se reia. La al doilea start greșit este declarat "respins".

**Proba de flexie abdominală** se execută din poziția culcat pe spate, cu mâinile la ceafă și sprijin în picioare, timp de două minute fără pauze, câte un concurent, contra cronometru.

##### **Proba de alergare- rezistență:**

- Se execută cu startul din picioare, contra cronometru;
- Trecerea de la alergare la mers se consideră abandon.

**Probele pentru verificarea aptitudinilor fizice vor fi măsurate cu cronometrul și vor fi înregistrate cu camera video.**

Performanța obținută de candidat și calificativul acordat se consemnează în borderoul de concurs.

Este declarat admis candidatul care îndeplinește baremul minim stabilit pentru fiecare probă. Candidatul care nu promovează o probă este eliminat din concurs, iar în funcție de momentul în care intervine acesta, nu mai parcurge celelalte probe.

Abandonul, accidentarea sau neîndeplinirea baremului minim duce la eliminarea candidatului din concurs și declararea acestuia "respins".

##### **Modalitatea de comunicare a rezultatului:**

În cazul nepromovării unei probe din cele trei enumerate mai sus, candidatul este înștiințat verbal și invitat să semneze de luare la cunoștință pe bordoul de concurs. Dacă candidatul nepromovat refuză să semneze, acest aspect se consemnează în bordero de către expert.

Candidatul care nu promovează una dintre probele fizice, nu mai poate participa la probele următoare.

**Termenul de contestare și termenul de soluționare a contestației:**

După afișarea rezultatelor la proba suplimentară (sportivă), candidații nemulțumiți pot face contestație, în termen de cel mult 24 de ore de la data și ora afișării rezultatelor probei suplimentare (sportive), la sediul instituției, sub sancțiunea decăderii din acest drept.

În situația contestațiilor formulate față de rezultatul probei suplimentare (sportive), comisia de soluționare a contestațiilor va analiza înregistrările video în timpul desfășurării probei suplimentare doar pentru candidatul contestatar, în termen de maximum 24 de ore de la expirarea termenului de depunere a contestațiilor.

**Modalitatea de comunicare a rezultatului final al probei suplimentare:**

Rezultatul final al probei suplimentare va fi afișat la sediul instituției și pe pagina de internet: [www.mosnita.ro](http://www.mosnita.ro).

În urma evaluării competențelor specifice testate la proba suplimentară de către expert/experti după completarea borderoului se stabilește "admis" sau "respins" pentru fiecare candidat și se transmite comisiei de concurs.

Pot participa la proba scrisă a concursului de recrutare numai candidații declarați admiși la proba suplimentară.

**NOTĂ:**

1. Ora, data și locul desfășurării probei de verificare a aptitudinilor fizice vor fi stabilite prin anunțul de concurs care va fi afișat la sediul instituției și pe pagina de internet: [www.mosnita.ro](http://www.mosnita.ro), la secțiunea de concurs.
2. Candidații înscriși la concursul de recrutare au obligația să se informeze prin consultarea paginii de internet a instituției.
3. Candidații care nu se prezintă la data, ora și locul indicate pentru susținerea probei suplimentare (sportive), vor fi declarați "absenți" și vor fi eliminați din concurs.



## DECLARAȚIE

Subsemnatul/subsemnata \_\_\_\_\_ candidat(ă) la funcția de polițist local, declar pe propria răspundere că nu sufăr de vreo afecțiune care să mă împiedice să susțin proba sportivă eliminatorie a concursului și exonerez Aparatul de Specialitate al Primarului Comunei Moșnița Nouă de orice răspundere în cazul producerii vreunui incident medical apărut pe parcursul desfășurării probei.

Totodată, declar că am luat la cunoștință și am înțeles prevederile precizărilor tehnice și metodice privind efectuarea probelor de verificare a aptitudinilor fizice din cadrul probei suplimentare sportive organizată în data \_\_\_\_\_, precum și faptul că nesusținerea probei sportive, neîndeplinirea baremelor minime sau abandonul atrage după sine eliminarea din concurs.

Nume \_\_\_\_\_

Prenume \_\_\_\_\_

Data \_\_\_\_\_

Semnătura \_\_\_\_\_