



INSPECTORATUL TERITORIAL AL POLIȚIEI DE FRONTIERĂ IAȘI

ANUNȚ

privind desfășurarea probei de evaluare a performanței fizice a candidaților înscriși la concursul pentru ocuparea celor **20 posturi de execuție de agent de poliție**, prin încadrare directă

Pentru susținerea probei de evaluare a performanței fizice, candidații rămași în concurs pentru ocuparea celor **20 posturi de execuție de agent de poliție**, se vor prezenta conform planificării din prezentul anunț la sediul Sălii de sport „Mihai Nistor” din comuna ERBICENI, județul Iași, cu cartea de identitate/pașaport, deja echipați cu echipamentul sportiv și trebuie să fie în măsură să comunice personalului de acces codul unic de identificare propriu.

Candidații vor avea asupra lor formularul tip „chestionar pentru evaluarea riscului de îmbolnăvire cu virusul SARS-CoV-2”, anexat prezentului anunț, corespunzător completat (cu excepția secțiunilor Temperatură și data/semnătură).

Candidații vor purta măști de protecție de unică folosință și vor fi supuși triajului epidemiologic (care va cuprinde termometrizare și antecedente personale pe simptomatologie respiratorie). Candidații se vor asigura că au câte o mască de protecție tip medical de rezervă.

Nu este permis accesul cu măști din bumbac sau alte materiale textile.

Viziera nu dispensează de purtarea măștii.

Triajul epidemiologic nu implică înregistrarea datelor cu caracter personal și constă în:

- Măsurarea temperaturii prin termometrul noncontact (temperatura înregistrată nu trebuie să depășească 37,3° C);
- Observarea semnelor și simptomelor respiratorii (de tipul: tuse frecventă, strănut frecvent, stare generală modificată).

În cazul în care temperatura înregistrată depășește 37,3° C se recomandă repetarea măsurării temperaturii după o perioadă de 2 - 5 minute repaus. Dacă se constată menținerea unei temperaturi de peste 37,3° C sau/și prezența altor simptome respiratorii, candidatului nu i se permite accesul în incinta sălii.

Proba se execută în **ținută sportivă decentă**, adecvată condițiilor specifice oferite de o sală de sport (pantofi de sport, tricou, pantaloni scurți sau trening).

Nu se asigură candidaților vestiare/spații speciale în vederea echipării/dezechipării, respectiv a păstrării obiectelor personale.

Pe timpul probei sportive este interzis: portul obiectelor de orice natură (lanțuri, cercei mari, inele, ceasuri, telefoane mobile etc.), care pot constitui surse de accidentare; consumul alimentelor; continuarea executării exercițiilor după încheierea probei sportive; consumul de medicamente și substanțe dopante (care pot modifica performanțele motrice și pot determina alterarea stării de sănătate fizică și psihică, precum și creșterea riscului producerii de accidente).

Rezultatele obținute de candidați la proba de evaluare a performanței fizice se vor afișa până la data de 13.10.2021, pe pagina de internet a Inspectoratului Teritorial al Poliției de Frontieră Iași - www.politiadefrontiera.ro/ro/iasi/n-cariera-158/, Secțiunea Carieră.

I. REPARTIȚIA PE DETAȘAMENTE:

Candidații rămași în concurs după analiza dosarelor de recrutare sunt programați pentru susținerea probei de evaluare a performanțelor fizice, după cum urmează:

- DETAȘAMENTUL I – în data de **12.10.2021, începând cu ora 09⁰⁰** (30 de candidați);
- DETAȘAMENTUL II – în data de **12.10.2021, începând cu ora 14⁰⁰** (30 de candidați);
- DETAȘAMENTUL III – în data de **13.10.2021, începând cu ora 09⁰⁰** (30 de candidați);
- DETAȘAMENTUL IV – în data de **13.10.2021, începând cu ora 14⁰⁰** (26 de candidați).

Detașamentul I - în data de 12.10.2021 (MARȚI) PREZENȚA LA SALA DE SPORT DIN LOCALITATEA ERBICENI LA ORA 09.00 Desfășurarea probei între orele 10.00 – 14.00	
Nr. crt.	Cod unic de identificare
1.	381/01
2.	381/03
3.	381/04
4.	381/05
5.	381/07
6.	381/08
7.	381/09
8.	381/10
9.	381/11
10.	381/12
11.	381/14
12.	381/15
13.	381/16
14.	381/17
15.	381/18
16.	381/19
17.	381/20
18.	381/21
19.	381/22
20.	381/23
21.	381/25
22.	381/26
23.	381/27
24.	381/30
25.	381/31
26.	381/32
27.	381/33
28.	381/34
29.	381/35
30.	381/36

Detășamentul II - în data de 12.10.2021 (MARTI) PREZENȚA LA SALA DE SPORT DIN LOCALITATEA ERBICENI LA ORA 14.00 Desfășurarea probei între orele 15.00 – 19.00	
Nr. crt.	Cod unic de identificare
1.	381/37
2.	381/38
3.	381/39
4.	381/40
5.	381/42
6.	381/44
7.	381/45
8.	381/47
9.	381/48
10.	381/50
11.	381/52
12.	381/54
13.	381/55
14.	381/56
15.	381/57
16.	381/58
17.	381/59
18.	381/60
19.	381/63
20.	381/64
21.	381/67
22.	381/69
23.	381/70
24.	381/71
25.	381/73
26.	381/74
27.	381/76
28.	381/78
29.	381/79
30.	381/81

Detășamentul III - în data de 13.10.2021 (MIERCURI)
PREZENȚA LA SALA DE SPORT DIN LOCALITATEA ERBICENI LA ORA 09.00
Desfășurarea probei între orele 10.00 – 14.00

Nr. crt.	Cod unic de identificare
1.	381/82
2.	381/83
3.	381/84
4.	381/86
5.	381/88
6.	381/94
7.	381/99
8.	381/100
9.	381/101
10.	381/102
11.	381/103
12.	381/106
13.	381/107
14.	381/108
15.	381/109
16.	381/110
17.	381/111
18.	381/112
19.	381/113
20.	381/114
21.	381/117
22.	381/118
23.	381/119
24.	381/123
25.	381/124
26.	381/127
27.	381/129
28.	381/137
29.	381/140
30.	381/141

Detășamentul IV - în data de 13.10.2021 (MIERCURI) PREZENȚA LA SALA DE SPORT DIN LOCALITATEA ERBICENI LA ORA 14.00 Desfășurarea probei între orele 15.00 – 19.00	
Nr. crt.	Cod unic de identificare
1.	381/142
2.	381/143
3.	381/159
4.	381/163
5.	381/165
6.	381/170
7.	381/172
8.	381/177
9.	381/183
10.	381/184
11.	381/186
12.	381/187
13.	381/189
14.	381/194
15.	381/195
16.	381/196
17.	381/198
18.	381/199
19.	381/206
20.	381/215
21.	381/217
22.	381/230
23.	381/236
24.	381/240
25.	381/246
26.	381/257

II. ORGANIZAREA ȘI DESFĂȘURAREA PROBEI „TRASEU PRACTIC-APLICATIV“

A. Precizări generale referitoare la proba traseu practic-aplicativ

1. Candidații trebuie să parcurgă în întregime traseul practic-aplicativ și elementele care îl compun și să abordeze obligatoriu toate obstacolele, în ordinea stabilită, conform schiței din anunțul de concurs.
2. Înainte de începerea probei se va realiza, pe bază de semnătură, instructajul privind normele de securitate și sănătate în muncă.
3. Candidații sunt răspunzători de eventualele accidentări pe timpul efectuării încălzirii, așteptării pentru executarea probei, pe timpul și după desfășurarea probei, cauzate de nerespectarea normelor prelucrate sau de execuțiile greșite.
4. Pregătirea organismului pentru efort și influențarea selectivă a aparatului locomotor se desfășoară individual, în spațiul destinat acestei activități, altul decât cel de desfășurare a probei.
5. Înaintea parcurgerii traseului practic-aplicativ, unul dintre evaluatori prezintă candidaților elementele, modul de execuție a acestora, restricțiile, penalizările, precum și procedura de apreciere/măsurare.
6. Pe timpul desfășurării probei, supravegherea medicală în vederea acordării primului ajutor în caz de nevoie este obligatorie.
7. Rezultatele obținute se aduc la cunoștința candidaților, la finalul probei, pe bază de semnătură.
8. Fiecare candidat parcurge traseul practic-aplicativ în prezența a cel puțin doi martori din rândul candidaților.
9. Pe timpul desfășurării probei, nu sunt admise indicații metodice din partea organizatorilor.
10. Abandonul, neîndeplinirea baremului sau ieșirea de pe traseul marcat duce la oprirea și eliminarea candidatului din concurs, respectiv declararea acestuia „NEPROMOVAT”.
11. Trecerea de la alergare la mers a candidaților nu se consideră abandon.
12. Parcurgerea traseului practic-aplicativ se face în mod individual, pe timpul parcurgerii probei în traseu aflându-se un singur candidat.
13. La final, penalizările cumulate sunt consemnate și adunate la timpul realizat. În situația în care candidatul nu parcurge un obstacol este declarat „NEPROMOVAT”.
14. Este declarat „PROMOVAT” candidatul care îndeplinește baremul minim de 3’20”.
15. Pentru timpii finali realizați de candidații la concursul de admitere, se acordă note, conform tabelului de transformare a timpului final în notă.

Tabel privind transformarea timpului final în notă:

TIMP FINAL	NOTĂ
sub 2’05”, inclusiv	10
peste 2’05”-2’08”, inclusiv	9,80
peste 2’08”-2’11”, inclusiv	9,60
peste 2’11”-2’14”, inclusiv	9,40
peste 2’14”-2’17”, inclusiv	9,20
peste 2’17”-2’20”, inclusiv	9,00
peste 2’20”-2’23”, inclusiv	8,80
peste 2’23”-2’26”, inclusiv	8,60
peste 2’26”-2’29”, inclusiv	8,40
peste 2’29”-2’32”, inclusiv	8,20
peste 2’32”-2’35”, inclusiv	8,00
peste 2’35”-2’38”, inclusiv	7,80
peste 2’38”-2’41”, inclusiv	7,60
peste 2’41”-2’44”, inclusiv	7,40
peste 2’44”-2’47”, inclusiv	7,20
peste 2’47”-2’50”, inclusiv	7,00
peste 2’50”-2’53”, inclusiv	6,80
peste 2’53”-2’56”, inclusiv	6,60
peste 2’56”-2’59”, inclusiv	6,40
peste 2’59”-3’02”, inclusiv	6,20
peste 3’02”-3’05”, inclusiv	6,00
peste 3’05”-3’08”, inclusiv	5,80
peste 3’08”-3’11”, inclusiv	5,60
peste 3’11”-3’14”, inclusiv	5,40
peste 3’14”-3’17”, inclusiv	5,20
peste 3’17”-3’20”, inclusiv	5,00
peste 3’20”	Nepromovat

Pentru candidatul declarat „Nepromovat”, procedura de selecție încetează.

B. Descrierea elementelor care compun traseul practic-aplicativ, a algoritmului de desfășurare și a modului de evaluare a execuției

Obstacolul nr. 1 - Săritura în lungime de pe loc

Evaluatorul de traseu invită candidatul la linia de start.

Responsabilul de traseu așteaptă candidatul să se poziționeze la linia de start, dă startul cu voce tare, iar la desprinderea de pe sol a candidatului pornește cronometrul cu afișaj electronic și cronometrul manual.

Evaluatorul de traseu urmărește modul de execuție a săriturii (flexarea genunchilor și balansarea brațelor înapoi, impulsia cu ambele picioare în sol și tragerea brațelor înainte, zborul și aterizarea pe ambele picioare, în spațiul delimitat, fără atingerea liniei de start) și, după caz, semnalizează penalizarea cu voce tare, concomitent cu ridicarea brațului și/sau semnalizează oprirea și eliminarea din concurs, declarând candidatul „Nepromovat”.

La acest obstacol se acordă o penalizare cu **3 (trei) secunde** pentru călcarea liniei de start și/sau călcarea în spațiul delimitat de linia de 1,80 metri și 2,00 metri (inclusiv).

Candidatul care se află în una din următoarele situații:

- refuză executarea săriturii;
- ocolește obstacolul;
- se desprinde de pe sol prin pas sărit sau pornește în alergare;
- depășește în lateral spațiul delimitat;
- nu obține performanța minimă de 1,80 metri, inclusiv călcarea marcajului de 1,80 metri (măsurabilă de la linia de start până la cea mai apropiată urmă) este eliminat din concurs și declarat „Nepromovat”.

Candidatul continuă traseul prin deplasare 18 metri, ocolirea jalonului spre stânga și deplasare 8 metri

Evaluatorul de traseu monitorizează parcurgerea de către candidat a traseului marcat, în sensul prevăzut de traseu, și intervine în cazul ieșirii de pe traseu, dărâmării jaloanelor, ruperii benzii de marcaj, al abandonului, situații în care semnalizează oprirea și eliminarea din concurs, candidatul fiind declarat „Nepromovat”.

Obstacolul nr. 2 - Trecerea prin pas sărit peste saltea, din deplasare

Evaluatorul de traseu urmărește locul unde candidatul execută bătaia, precum și locul de aterizare, semnalizează penalizarea cu voce tare, concomitent cu ridicarea brațului la călcarea marginilor salteii și semnalizează oprirea și eliminarea din concurs, declarând candidatul „Nepromovat” la călcarea în interiorul salteii.

La acest obstacol se acordă o penalizare cu **3 (trei) secunde** pentru atingerea oricăreia dintre marginile salteii la săritură sau la aterizare și/sau călcarea oricăreia dintre marginile salteii la săritură sau la aterizare.

Candidatul care se află în una din următoarele situații:

- refuză executarea săriturii;
- ocolește obstacolul;
- încearcă parcurgerea obstacolului prin săritură în lateralul salteii;
- parcurge obstacolul calcând interiorul suprafeței salteii cu toată talpa (ceea ce se consideră neexecutarea trecerii prin pas sărit peste saltea) este eliminat din concurs și declarat „Nepromovat”.

Candidatul continuă traseul prin deplasare 10 metri, ocolirea jalonului spre dreapta și deplasare 3 metri

Evaluatorul de traseu monitorizează parcurgerea de către candidat a traseului marcat, în sensul prevăzut de traseu, și intervine în cazul ieșirii de pe traseu, dărâmării jaloanelor, ruperii benzii de marcaj, al abandonului, situații în care semnalizează oprirea și eliminarea din concurs, candidatul fiind declarat „Nepromovat”.

Obstacolul nr. 3 - Două rostogoliri succesive înainte, peste cap, pe saltea

Evaluatorul de traseu urmărește modul de susținere de către candidat a exercițiului, respectiv dacă execută 2 (două) rostogoliri succesive înainte, peste cap, pe saltea, fără depășirea spațiului saltelelor cu orice parte a corpului, semnalizează penalizarea cu voce tare, concomitent cu ridicarea brațului și semnalizează oprirea și eliminarea din concurs, declarând candidatul „Nepromovat”.

La acest obstacol se acordă o penalizare cu **3 (trei) secunde** pentru depășirea în lateral, o singură dată, a spațiului saltelelor cu orice parte a corpului.

Candidatul care se află în una din următoarele situații:

- refuză executarea rostogolirilor;
- ocolește obstacolul;
- depășește în lateral spațiului saltelelor de două ori;
- nu efectuează rostogolirile;
- execută o singură rostogolire;
- nu efectuează rostogolirea peste cap este eliminat din concurs și declarat „Nepromovat”.

Candidatul continuă traseul prin deplasare 8 metri

Evaluatorul de traseu monitorizează parcurgerea de către candidat a traseului marcat, în sensul prevăzut de traseu, și intervine în cazul ieșirii de pe traseu, dărâmarea jaloanelor, ruperea benzii de marcaj, al abandonului, situații în care semnalizează oprirea și eliminarea din concurs, candidatul fiind declarat „Nepromovat”.

Obstacolul nr. 4 - Deplasarea în echilibru pe banca de gimnastică, dispusă în formă de L, cu transport de greutate

Evaluatorul de traseu urmărește parcurgerea corectă a obstacolului de către candidat: oprirea în fața băncii de gimnastică, ridicarea celor 2 (două) greutăți de câte 10 kilograme fiecare, depozitate în fața băncii de gimnastică într-un spațiu de dimensiunea 0,60 x 0,60 metri, urcarea pe banca de gimnastică, parcurgerea obstacolului în echilibru începând cu latura lungă și în continuarea acesteia cu latura scurtă, spre stânga, în echilibru cu transportul simultan al greutăților, ridicarea și depunerea greutăților simultan pe un stativ cu înălțimea de la podea de 1,90 metri, respectiv 1,60 metri de la nivelul superior al băncii, coborârea de pe banca de gimnastică după așezarea greutăților pe platforma stativului; semnalizează penalizarea cu voce tare, concomitent cu ridicarea brațului și/sau semnalizează oprirea și eliminarea din concurs, declarând candidatul „Nepromovat”.

La acest obstacol se acordă o penalizare cu **3 (trei) secunde** pentru atingerea solului cu orice parte a corpului, inclusiv căderea de pe aparat o singură dată (cu excepția răsturnării băncii), scăparea uneia sau a ambelor greutăți, o singură dată, situație în care, după ridicarea greutății/greutăților reia deplasarea pe banca de gimnastică din locul în care a/le-a scăpat greutatea/greutățile.

Candidatul care se află în una din următoarele situații:

- refuză parcurgerea obstacolului;
- ocolește obstacolul;
- refuză sau este incapabil să transporte simultan ambele greutăți pe tot parcursul obstacolului;
- refuză sau nu reușește să depoziteze ambele greutăți simultan;
- aruncă una sau ambele greutăți;
- cade de pe aparat a doua oară;
- scapă una sau ambele greutăți a doua oară;
- cade de pe aparat prima oară, apoi scapă una sau ambele greutăți sau invers;
- răstoarnă bancă în timpul deplasării;
- dărâmă stativul de depozitare a greutăților;
- refuză reluarea abordării obstacolului din locul indicat este eliminat din concurs și declarat „Nepromovat”.

Observații:

1. În situația depozitării în mod corect a ganterelor, dar una sau ambele cad de pe stativ după ce candidatul a parcurs obstacolul, acesta va continua traseul fără a fi penalizat.
2. Personalul auxiliar va asigura ganterele doar în momentul în care candidatul nu mai este în contact cu acestea.

Candidatul continuă traseul prin deplasare 19,75 metri și ocolirea jalonului spre dreapta

Evaluatorul de traseu monitorizează parcurgerea de către candidat a traseului marcat, în sensul prevăzut de traseu, și intervine în cazul ieșirii de pe traseu, dărâmarea jaloanelor, ruperea benzii de marcaj, al abandonului, situații în care semnalizează oprirea și eliminarea din concurs, candidatul fiind declarat „Nepromovat”.

Obstacolul nr. 5 - Deplasare între șicane

Evaluatorul de traseu urmărește executarea corectă a elementului de către candidat - deplasarea pe direcția marcată și ocolirea jaloanelor/elementelor de marcaj fără sprijinirea pe acestea cu orice parte a corpului și fără doborârea acestora, semnalizează penalizarea cu voce tare, concomitent cu ridicarea brațului și semnalizează oprirea și eliminarea din concurs, declarând candidatul „Nepromovat”.

La acest obstacol se acordă o penalizare cu **3 (trei) secunde** pentru dezechilibrarea și atingerea solului cu orice parte a corpului, sprijinirea pe jaloane fără a afecta structura traseului și/sau atingerea/deplasarea jaloanelor fără a afecta structura traseului.

Candidatul care se află în una din următoarele situații:

- refuză parcurgerea obstacolului;
- ocolește obstacolul;
- se sprijină pe jaloane cu afectarea structurii traseului;
- dărâmă jaloanele cu afectarea structurii traseului este eliminat din concurs și declarat „Nepromovat”.

Candidatul continuă traseul prin ocolirea jalonului spre dreapta și deplasare 10 metri

Evaluatorul de traseu monitorizează parcurgerea de către candidat a traseului marcat, în sensul prevăzut de traseu, și intervine în cazul ieșirii de pe traseu, dărâmarea jaloanelor, ruperea benzii de marcaj, al abandonului, situații în care semnalizează oprirea și eliminarea din concurs, candidatul fiind declarat „Nepromovat”.

Obstacolul nr. 6 - Săritura în sprijin depărtat peste capra de gimnastică

Evaluatorul de traseu urmărește executarea corectă a elementului de către candidat: bătaia pe ambele picioare, desprinderea de pe sol prin săritură, sprijinirea pe obstacol cu ambele mâini concomitent cu depărtarea simultană a picioarelor, săritură în sprijin depărtat peste capra de gimnastică, aterizarea pe ambele picioare, fără atingerea aparatului cu altă parte a corpului, semnalizează penalizarea cu voce tare, concomitent cu ridicarea brațului și semnalizează oprirea și eliminarea din concurs, declarând candidatul „Nepromovat”.

La acest obstacol se acordă o penalizare cu **3 (trei) secunde** pentru neefectuarea bății pe ambele picioare, sprijinirea pe obstacol cu o singură mână, atingerea aparatului cu orice parte a corpului (picior/picioare/șezut), cu excepția mâinilor pentru sprijinul săriturii și/sau atingerea solului la aterizare cu orice parte a corpului, cu excepția tălpilor picioarelor.

Candidatul care se află în una din următoarele situații:

- refuză parcurgerea obstacolului;
- se oprește înaintea obstacolului și refuză parcurgerea – chiar dacă atinge/nu atinge aparatul;
- din săritură aterizează tot la locul de desprindere a săriturii;
- din săritură rămâne pe aparat;
- încalcă sau/și se cațără pe aparat;
- reia elanul;
- atinge cu pieptul aparatului;
- efectuează săritura fără sprijin pe aparat;
- ocolește obstacolul;
- dărâmă obstacolul este eliminat din concurs și declarat „Nepromovat”.

Observații:

1. Sunt interzise total cățărarea sau încălecarea aparatului (caprei de gimnastică), inclusiv tentativele de cățărare/încălecare.
2. Evaluatorul de traseu asigură spațiul de aterizare cu saltele pentru evitarea accidentărilor și distribuie, la aterizare, cel puțin un asigurator, care intervine exclusiv pentru evitarea accidentărilor candidaților după depășirea obstacolului.

Candidatul continuă traseul prin deplasarea 2 metri și ocolirea jalonului spre stânga

Evaluatorul de traseu monitorizează parcurgerea de către candidat a traseului marcat, în sensul prevăzut de traseu, și intervine în cazul ieșirii de pe traseu, dărâmarea jaloanelor, ruperea benzii de marcaj, al abandonului, situații în care semnalizează oprirea și eliminarea din concurs, candidatul fiind declarat „Nepromovat”.

Obstacolul nr. 7 - Trecerea printr-un obstacol marcat/spațiu închis, din deplasare

Evaluatorul de traseu urmărește executarea corectă a elementului de către candidat: din deplasare, intrarea în tunel, parcurgerea obstacolului, fără a deplasa/mișca din loc tunelul, ieșirea pe la capătul închis al tunelului, semnalizează penalizarea cu voce tare, concomitent cu ridicarea brațului și semnalizează oprirea și eliminarea din concurs, declarând candidatul „Nepromovat”.

La acest obstacol se acordă o penalizare cu **3 (trei) secunde** pentru dislocarea din locul marcat a tunelului.

Candidatul care se află în una din următoarele situații:

- refuză parcurgerea obstacolului;
- se oprește din deplasarea în tunel;
- se deplasează pe lângă sau pe obstacol este eliminat din concurs și declarat „Nepromovat”.

Candidatul continuă traseul prin deplasare 4 metri

Evaluatorul de traseu monitorizează parcurgerea de către candidat a traseului marcat, în sensul prevăzut de traseu, și intervine în cazul ieșirii de pe traseu, dărâmarea jaloanelor, ruperea benzii de marcaj, al abandonului, situații în care semnalizează oprirea și eliminarea din concurs, candidatul fiind declarat „Nepromovat”.

Obstacolul nr. 8 - Escaladarea unei lăzi de gimnastică

Evaluatorul de traseu urmărește executarea corectă a elementului de către candidat: escaladarea obstacolului așezat transversal pe direcția de deplasare, traversarea obstacolului, printr-un procedeu la alegere, fără ca o parte a corpului să depășească obstacolul prin lateral, aterizarea în picioare și semnalizează penalizarea cu voce tare, concomitent cu ridicarea brațului sau oprirea și eliminarea din concurs, declarând candidatul „Nepromovat”.

La acest obstacol se acordă o penalizare cu **3 (trei) secunde** pentru atingerea solului la aterizare cu orice parte a corpului, cu excepția tălpilor picioarelor.

Candidatul care se află în una din următoarele situații:

- refuză parcurgerea obstacolului;
- dărâmă obstacolului;
- reia elanului;
- ocolește obstacolului este eliminat din concurs și declarat „Nepromovat”.

Candidatul continuă traseul prin deplasare 2 metri, ocolirea jalonului spre dreapta, deplasare 10 metri

Evaluatorul de traseu monitorizează parcurgerea de către candidat a traseului marcat, în sensul prevăzut de traseu, și intervine în cazul ieșirii de pe traseu, dărâmarea jaloanelor, ruperea benzii de marcaj, al abandonului, situații în care semnalizează oprirea și eliminarea din concurs, candidatul fiind declarat „Nepromovat”.

Obstacolul nr. 9 - transport unui manechin prin târâre

Evaluatorul se asigură că anterior plecării candidatului pe traseu manechinul este poziționat cu picioarele la linia de start a obstacolului și capul pe direcția de deplasare.

Evaluatorul de traseu urmărește executarea corectă a elementului de către candidat: întoarcerea candidatului cu spatele spre direcția de deplasare și executarea prizei pe manechin, pe sub axile, cu ambele mâini, transportarea manechinului pe distanța de deplasare cu spatele, picioarele manechinului să depășească în mod obligatoriu jalonul poziționat la 5 (cinci) metri, ocolirea jalonului cu manechinul respectând prizele pe acesta, continuarea deplasării înapoi la linia de plecare, picioarele manechinului să depășească în mod obligatoriu linia de plecare și semnalizează penalizarea cu voce tare, concomitent cu ridicarea brațului și oprirea și eliminarea din concurs, declarând candidatul „Nepromovat”.

La acest obstacol se acordă o penalizare cu **3 (trei) secunde** pentru atingerea solului cu orice parte a corpului, cu excepția tălpii picioarelor, atingerea jalonului fără a afecta structura traseului (jalonul să iasă în totalitate din spațiul marcat acestuia – întoarcerea manechinului se face după spațiul marcat al jalonului) și/sau scăparea manechinului.

Candidatul care se află în una din următoarele situații:

- refuză de parcurgere al obstacolului;
- execută prizei în alt mod decât cel descris și pe alte părți ale manechinului;
- refuză reluării prizei corecte;
- depășește în lateral a spațiului delimitat (ieșirea cu manechinul din culoarul delimitat);
- doboară jalonul de către candidat sau din mânuirea manechinului;
- nu este trecut/așezat manechinul dincolo de linia trasată în acest scop (linia de plecare);
- ocolește obstacolul este eliminat din concurs și declarat „Nepromovat”.

Candidatul continuă traseul prin deplasare 10 metri, ocolirea jalonului spre stânga

Evaluatorul de traseu monitorizează parcurgerea de către candidat a traseului marcat, în sensul prevăzut de traseu, și intervine în cazul ieșirii de pe traseu, dărâmarea jaloanelor, ruperea benzii de marcaj, al abandonului, situații în care semnalizează oprirea și eliminarea din concurs, candidatul fiind declarat „Nepromovat”.

Obstacolul nr. 10 - Aruncarea mingii de handbal de pe loc la țintă

Evaluatorul de traseu urmărește executarea corectă a elementului de către candidat: oprirea în fața pragului/liniei, nedepășirea liniei, aruncarea la ținta aflată la 10 (zece) metri, prin procedeul azvârlire, cu o singură mână, a uneia dintre cele 2 mingi de handbal avute la dispoziție, semnalizează acustic pentru executarea celei de-a doua aruncări și semnalizează penalizarea cu voce tare, concomitent cu ridicarea brațului și/sau oprirea și eliminarea din concurs, declarând candidatul „Nepromovat”.

La acest obstacol se acordă o penalizare cu **3 (trei) secunde** în cazul în care mingea nu atinge/lovește ținta, atinge solul înainte de țintă, este scăpată spre înainte/înapoi/lateral sau în cazul în care candidatul depășește pragul/linia care delimitează sectorul de aruncare.

Candidatul care se află în una din următoarele situații:

- refuză aruncarea mingii/mingiilor (a primei sau/și celei de-a doua aruncări, după caz);
- ocolește obstacolul (inclusiv depășirea pragului/liniei care delimitează sectorul de aruncare fără executarea primei aruncări) este eliminat din concurs și declarat „Nepromovat”.

Observații:

1. O aruncare este considerată reușită dacă mingea a lovit ținta, inclusiv marginea acesteia, cu condiția să nu fi atins solul înainte de țintă.
2. Candidatul are dreptul la două încercări, a doua încercare executându-se obligatoriu în situația în care prima aruncare este semnalizată acustic ca nereușită.

Candidatul continuă traseul prin deplasare 10 metri

Evaluatorul de traseu monitorizează parcurgerea de către candidat a traseului marcat, în sensul prevăzut de traseu, și intervine în cazul ieșirii de pe traseu, dărâmarea jaloanelor, ruperea benzii de marcaj, al abandonului, situații în care semnalizează oprirea și eliminarea din concurs, candidatul fiind declarat „Nepromovat”.

Obstacolul nr. 11 - Detentă pe verticală

Evaluatorul de traseu urmărește executarea corectă a elementului de către candidat: din deplasare, candidatul sare și lovește/atinge un obiect suspendat la 2,55 m de sol și semnalizează penalizarea cu voce tare, concomitent cu ridicarea brațului sau oprirea și eliminarea din concurs, declarând candidatul „Nepromovat”.

La acest obstacol se acordă o penalizare cu **3 (trei) secunde** în situația în care candidatul atinge solul cu orice altă parte a corpului, cu excepția tălpii piciorului, înainte sau după efectuarea săriturii.

Candidatul care se află în una din următoarele situații:

- refuză parcurgerea obstacolului;
- reia parcurgerea obstacolului;
- reia elanul;
- ocolește obstacolul;
- nu atinge obiectul suspendat este eliminat din concurs și declarat „Nepromovat”.

Observație:

Fiecare candidat are dreptul la o singură încercare.

Candidatul continuă traseul prin deplasare 10 metri

Evaluatorul de traseu monitorizează parcurgerea de către candidat a traseului marcat, în sensul prevăzut de traseu, și intervine în cazul ieșirii de pe traseu, dărâmarea jaloanelor, ruperea benzii de marcaj, al abandonului, situații în care semnalizează oprirea și eliminarea din concurs, candidatul fiind declarat „Nepromovat”.

Obstacolul nr. 12 - Navetă 12 repetări x 20 de metri cu transport de jaloane

Evaluatorul de traseu urmărește executarea corectă a elementului de către candidat: din deplasare, ridicarea jalonului și deplasarea cu acesta pe direcția marcată, până la o linie de demarcare aflată la 20 de metri distanță, depunerea jalonului după liniile de demarcare (succesiv, prin suprapunere), preluarea unui jalon de culoare diferită, revenirea în deplasare 20 de metri, depunând jalonul după lina de demarcare (succesiv, prin suprapunere) și semnalizează penalizarea cu voce tare, concomitent cu ridicarea brațului sau oprirea și eliminarea din concurs, declarând candidatul „Nepromovat”.

La acest obstacol se acordă o penalizare cu **3 (trei) secunde** pentru dezechilibrarea și căderea pe timpul execuției și/sau scăparea jalonului în interiorul culoarului de alergare.

Candidatul care se află în una din următoarele situații:

- refuză parcurgerea obstacolului/distanței precizate;
- se deplasează fără ridicarea jalonului și/sau omite ridicarea jalonului, indiferent de distanța parcursă (ceea ce se consideră ocolirea obstacolului)
- nu așează jaloanele succesiv, prin suprapunere, la fiecare deplasare;
- refuză ridicarea jaloanelor la poziția verticală, la căderea acestora;
- scapă jalonul în afara culoarului de alergare;
- efectuează o navetă fără ca jaloanele depuse să fie la poziție verticală;
- trece linia de sosire fără jalon;
- trece linia de sosire cu jalon de culoare diferită;
- ocolește obstacolul este eliminat din concurs și declarat „Nepromovat”.

Observații:

1. Se efectuează 6 cicluri dus-întors.
2. Evaluatorul de traseu îi comunică candidatului, cu voce tare, numărul turei parcurse de candidat.
3. Responsabilul de traseu oprește cronometrele în momentul în care candidatul a trecut linia de sosire, cu jalonul în mână, după parcurgerea celei de a douăsprezecea repetări.
4. Responsabilul de traseu comunică cu voce tare rezultatul indicat de cronometrul cu afișaj electronic.

PREȘEDINTELE COMISIEI DE CONCURS

TEMPERATURA

..... °C
(se măsoară la triajul epidemiologic)

**CHESTIONAR PENTRU EVALUAREA
RISULUI DE ÎMBOLNĂVIRE CU COVID-19**

Nume

.....Prenume.....

Candidat.....

.....

1. Ați prezentat un debut brusc a cel puțin unuia dintre simptome: tuse intensă/seacă, temperatură peste 37,3 °C, durere în gât, dificultatea de a respira, dificultatea de a înghiți, rinoree, durere în gât, dureri musculare, oboseală, dureri de cap, vărsături, diaree?

DA ☐

NU ☐

2. Ați locuit/vizitat în ultimele 14 zile zone în care se aflau persoane suferind din cauza infecției cu coronavirus (COVID-19)?

DA ☐

NU ☐

3. Ați intrat în contact direct cu persoane care, în ultimele 14 zile, au locuit/vizitat zone în care se aflau persoane suferind din cauza infecției cu coronavirus (COVID-19)?

DA ☐

NU ☐

4. Ați avut o călătorie internațională în ultimele 14 zile?

DA ☐

NU ☐

5. Ați avut contact fizic direct cu un caz COVID-19 (ex. strângere de mână neurmată de igiena mâinilor) în ultimele 14 zile?

DA ☐

NU ☐

6. Ați avut contact față în față cu un caz de COVID-19 la o distanță mai mică de 2 m și pe o durată de peste 15 min în ultimele 14 zile?

DA ☐

NU ☐

7. Ați fost în aceeași încăpere cu un caz COVID-19, timp de minim 15 min și la o distanță mai mică de 2 m, în ultimele 14 zile?

DA ☐

NU ☐

8. Sunteți o persoană care acordă îngrijire directă unui pacient cu COVID-19?

DA ☐

NU ☐

9. Ați călătorit împreună cu o persoană cunoscută cu COVID-19 sau ați acordat îngrijire în avion unei persoane cunoscute cu COVID-19 în ultimele 14 zile?

DA ☐

NU ☐

Data completării: _____

Semnătura: _____