

ANEXE din 4 iulie 2019 privind modificarea și completarea Ordinului ministrului afacerilor interne nr. 140/2016 privind activitatea de management resurse umane în unitățile de poliție ale Ministerului Afacerilor Interne și a Ordinului ministrului afacerilor interne nr. 177/2016 privind activitatea de management resurse umane în unitățile militare ale Ministerului Afacerilor Interne

EMITENT • MINISTERUL AFACERILOR INTERNE

Publicată în MONITORUL OFICIAL nr. 562 bis din 9 iulie 2019

Notă

Conținute de ORDINUL nr. 82/2019, publicat în Monitorul Oficial, Partea I, nr. 562 din 9 iulie 2019.

ANEXA nr. 1

(Anexa nr. 3¹ la Ordinul nr. 140/2016)

Proba, normele și baremele

pentru evaluarea performanței fizice a candidaților la admiterea în instituțiile de învățământ

care pregătesc personal pentru nevoile MAI, precum și ale candidaților recrutați

în vederea ocupării prin concurs a posturilor vacante

I. Prevederi generale cu privire la organizarea probei de evaluare a performanței fizice

1. Evaluarea performanței fizice a candidaților constă în parcurgerea în întregime a traseului practic-aplicativ și a elementelor care îl compun și abordarea obligatorie a tuturor obstacolelor, în ordinea stabilită, conform schiței de mai jos. Parcurgerea unui obstacol în alt mod decât cel descris, duce la penalizarea cu 3 (trei) secunde/obstacol a candidatului sau, în situațiile expres precizate în cadrul prezentei anexe, eliminarea din concurs și declararea "nepromovat". La final, penalizările acumulate sunt consemnate în tabelul prevăzut în anexa nr. 27 la ordin și adunate la timpul realizat, în situația în care candidatul nu parcurge un obstacol este declarat "nepromovat".

2. În situația constituirii mai multor subcomisii, suprafața și condițiile de amenajare și desfășurare a traseelor practic-aplicative sunt identice.

3. Proba se desfășoară numai în săli de sport.

4. În cazul în care temperatura ambientală sau condițiile sălii sunt improprie (plouă în interior, lipsă încălzire etc.) desfășurarea probei se poate amâna, la propunerea subcomisiei/comisiei, cu acordul președintelui subcomisiei/comisiei, până la momentul când proba se poate desfășura în condiții normale. Candidații sunt anunțați cu privire la modificările apărute în Graficul concursului.

5. Măsurarea obstacolelor se face la sol, la baza aparatului, de la marginea exterioară acestuia în sensul de parcurgere a traseului, cu excepția situațiilor în care prezenta anexă reglementează altfel.

6. Proba se execută în ținută sportivă decentă adecvată condițiilor de desfășurare a probelor în sala de sport (pantofi de sport, tricou, pantaloni scurți sau trening).

7. Este declarat "promovat" candidatul care îndeplinește baremul minim de 3'20". Performanța obținută de candidați și calificativul acordat ("promovat", "nepromovat") se consemnează în tabelul prevăzut în anexa nr. 27 la ordin.

8. Pe timpul și după susținerea probei, indiferent de cauze/motive, nu se admit reexaminări sau repetări.

9. Abandonul, accidentarea, neîndeplinirea baremului minim sau ieșirea de pe traseul marcat duce la eliminarea candidatului din concurs și declararea acestuia "nepromovat". Trecerea de la alergare la mers a candidaților nu se consideră abandon.

10. Instrucțiunile privind normele de securitate și sănătate în muncă se face de către lucrătorul desemnat sau de un membru al comisiei/subcomisiei desemnat în acest sens, înainte de începerea probei, pe bază de semnătură.

11. Candidații sunt răspunzători de eventualele accidente pe timpul efectuării încălzirii, așteptării pentru executarea probei, pe timpul și după desfășurarea probei, cauzate de nerespectarea normelor prelucrate sau de execuțiile greșite.

12. 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.

13. Înaintea parcurgerii traseului practic-aplicativ, unul dintre evaluatori prezintă candidaților elementele, modul de execuție a acestora, restricțiile, penalizările, precum și procedura de apreciere/măsurare.

14. Pe timpul desfășurării probei, supravegherea medicală în vederea acordării primului ajutor în caz de nevoie este obligatorie și se asigură gratuit.

15. Rezultatele obținute se aduc la cunoștința candidaților, la finalul probei, pe bază de semnătură.

16. Fiecare candidat parcurge traseul practic-aplicativ în prezența a cel puțin doi martori din rândul candidaților.

17. Pe timpul desfășurării probei, nu sunt admise indicații metodice din partea organizatorilor.

18. Traseul practic-aplicativ conține un număr de 12 obstacole.

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

1. Obstacolul nr. 1 (Săritura în lungime de pe loc):

De la linia de START, la semnalul evaluatorului, candidatul execută săritura în lungime de pe loc, respectiv 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.

1.1. Candidatul este penalizat cu 3 (trei) secunde în următoarele situații:

- calcă linia de start;
- calcă în spațiul delimitat de linia de 1,80 m și 2,00 m, inclusiv linia de 2,00 m;
- rezultatul înregistrat este între 1,80 și 2,00 metri.

1.2. Candidatul este eliminat din concurs și declarat "nepromovat" în următoarele situații:

- refuză să execute săritura;
- ocolește obstacolul;
- se desprinde de pe sol prin pas sărit;
- pornește în alergare;
- depășește lateral spațiul delimitat;
- nu îndeplinește performanța minimă de 1,80 metri.

Cronometrarea începe la desprinderea de pe sol a candidatului.

Caracteristici tehnice ale obstacolului: linia de start, linia de la 1,80 metri, linia de la 2,00 metri

Lățimea culoarului = 1,20 metri.

2. Deplasare 18 metri.

3. Ocolire jalon, spre stânga.

4. Deplasare 8 metri.

5. Obstacolul nr. 2 (Trecerea prin pas sărit peste saltea):

Candidatul execută trecerea prin pas sărit peste saltea.

5.1. Candidatul este penalizat cu 3 (trei) secunde în următoarele situații:

- atinge oricare dintre marginile saltelei, la săritură sau la aterizare;
- calcă oricare dintre marginile saltelei, la săritură sau la aterizare.

5.2. Candidatul este eliminat din concurs și declarat "nepromovat" în următoarele situații:

- refuză să execute săritura;
- calcă interiorul suprafeței saltelei cu toată talpa;
- parcurge obstacolul prin săritură în lateralul saltelei;
- ocolește obstacolul.

Caracteristici tehnice ale saltelei: lungime = 2 metri, lățime = 1 metru, grosime = 3-5 centimetri, marcată la 1 centimetru de marginile saltelei cu bandă de culoare albă, cu lățimea de 2 centimetri.

Lățimea culoarului = 1,20 metri.

6. Deplasare 10 metri.

7. Ocolire jalon, spre dreapta.

8. Deplasare 3 metri.

9. Obstacolul nr. 3 (Două rostogoliri succesive înainte, peste cap, pe saltea):

Candidatul execută 2 (două) rostogoliri succesive înainte.

9.1. Candidatul este penalizat cu 3 (trei) secunde în situația în care depășește, în lateral, o singură dată, spațiul saltețelor, cu orice parte a corpului.

9.2. Candidatul este eliminat din concurs și declarat "nepromovat" în următoarele situații:

- refuză executarea rostogolirilor;
- depășește în lateral spațiul saltețelor a doua oară;
- execută o singură rostogolire;
- nu efectuează rostogolirile peste cap;
- ocolește obstacolul.

Caracteristici tehnice ale sectorului: lungime = 4 metri, lățime = 1 metru.

Lățimea culoarului = 1,20 metri.

10. Deplasare 8 metri.

11. Obstacolul nr. 4 (Deplasarea în echilibru pe banca de gimnastică, dispusă în formă L, cu transport de greutate):

Se execută ridicarea celor 2 (două) greutăți de câte 10 kilograme fiecare, depozitate în fața băncii de gimnastică, într-un spațiu de dimensiunea de 0,60 x 0,60 metri, urcarea pe banca de gimnastică, deplasarea în echilibru cu transportul simultan al greutăților, depozitarea greutăților într-un stativ cu înălțimea de la podea de 1,90 metri, respectiv 1,60 metri de la nivelul superior al băncii și coborârea.

Banca de gimnastică se parcurge, prin deplasare, începând cu latura lungă și se continuă cu latura scurtă, în continuarea acesteia, spre stânga.

11.1. Candidatul este penalizat cu 3 (trei) secunde în următoarele situații:

- a. atinge solul;
- b. cade de pe aparat;
- c. scapă una dintre greutăți sau pe ambele, 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.

11.2. Candidatul este eliminat din concurs și declarat "nepromovat" în următoarele situații:

- a. refuză executarea deplasării;
- b. refuză transportul simultan de greutăți pe tot parcursul obstacolului;
- c. refuză sau nu reușește depozitarea ambelor greutăți simultan la o înălțime de 1,60 metri de la nivelul superior al băncii;
- d. aruncă una sau ambele greutăți;
- e. cade de pe aparat a doua oară;
- f. scapă una sau ambele greutăți a doua oară;
- g. răstoarnă banca în timpul deplasării;
- h. dărmă stativul de depozitare a greutăților;
- i. ocolește obstacolul;
- j. refuză reluarea abordării obstacolului din locul indicat.

Caracteristici tehnice ale băncii de gimnastică: forma L, latura lungă dispusă perpendicular pe latura scurtă, lungime totală = 6 metri; latura lungă = 4 metri, latura scurtă 2 metri, lățime = 0,25 metri, înălțimea de la sol în partea superioară = 0,30 metri.

Caracteristici tehnice ale stativului: lungime = 0,50 metri, lățime = 0,50 metri, înălțimea de la sol în partea superioară = 1,90 metri.

Caracteristici tehnice ale spațiului de depozitare a ganterelor: lungime = 0,60 metri, lățime = 0,60 metri.

Lățimea culoarului = 1,20 metri.

12. Deplasare 19,75 metri.

13. Ocolire jalon, spre dreapta.

14. Obstacolul nr. 5 (Deplasare între șicane):

Candidatul se deplasează pe o distanță de 10 metri, ocolește jalonul spre stânga și se deplasează 10 metri, fără a se sprijini pe jaloane sau a le doborî.

14.1. Candidatul este penalizat cu 3 (trei) secunde în următoarele situații:

- a. se dezechilibrează și atinge solul cu orice parte a corpului;
- b. atinge jaloanele fără a afecta structura traseului;
- c. deplasează jaloanele fără a afecta structura traseului;
- d. se sprijină pe jaloane fără a afecta structura traseului.

14.2. Candidatul este eliminat din concurs și declarat "nepromovat" în următoarele situații:

- a. refuză să parcurgă distanța precizată;
- b. se sprijină pe jaloane cu afectarea structurii traseului;
- c. dărmă jaloanele cu afectarea structurii traseului;
- d. ocolește obstacolul.

Caracteristici tehnice ale obstacolului: lungime = 10 metri, jaloane tip con, din polietilenă. Lungimea și lățimea obstacolului sunt delimitate vizibil astfel încât candidatul să parcurgă întreaga distanță.

Lățimea culoarului = 1,20 metri.

15. Ocolire jalon spre dreapta.

16. Deplasare 10 metri.

17. Obstacolul nr. 6 (Săritura în sprijin depărtat peste capra de gimnastică):

Din deplasare, candidatul execută bătaia pe ambele picioare, se desprinde de pe sol prin săritură, se sprijină pe obstacol cu ambele mâini concomitent cu depărtarea simultană a picioarelor, sare în sprijin depărtat peste capra de gimnastică și aterizează pe ambele picioare fără atingerea aparatului cu altă parte a corpului.

17.1. Candidatul este penalizat cu 3 (trei) secunde în următoarele situații:

- a. nu efectuează bătaia pe ambele picioare;
- b. se sprijină pe obstacol cu o singură mână;
- c. atinge aparatul cu orice parte a corpului, cu excepția mâinilor pentru sprijinul săriturii;
- d. atinge solul la aterizare cu orice parte a corpului, cu excepția tălpilor picioarelor.

17.2. Candidatul este eliminat din concurs și declarat "nepromovat" în următoarele situații:

- a. refuză parcurgerea obstacolului;
- b. se oprește în fața obstacolului;
- c. dărmă obstacolul;
- d. aterizează tot la locul de desprindere a săriturii;
- e. încalcă sau/și se cațără pe obstacol;
- f. rămâne pe obstacol;
- g. reia elanul;
- h. ocolește obstacolul.

Caracteristici tehnice ale obstacolului: înălțime capră de gimnastică (de la podea până la limita exterioară a părții superioare) = 1,30 metri, 2 (două) saltele de gimnastică dispuse succesiv la aterizare. La acest obstacol nu se folosesc trambuline elastice.

Lățimea culoarului = 2,30 metri.

18. Deplasare 2 metri.

19. Ocolire jalon, spre stânga.

20. Obstacolul nr. 7 (Trecerea pe sub un obstacol marcat):

Candidatul traversează obstacolul acoperit și închis cu material textil opac, la intrare și la ieșire.

20.1. Candidatul este penalizat cu 3 (trei) secunde în situația în care deplasează/mișcă din loc tunelul.

20.2. Candidatul este eliminat din concurs și declarat "nepromovat" în următoarele situații:

- a. refuză parcurgerea obstacolului;
- b. se oprește în tunel;
- c. iese prin lateral;
- d. ocolește obstacolul.

Caracteristici tehnice ale obstacolului: tub rigid cu diametrul de 0,70 metri, lungime = 6 metri, acoperit și închis cu material textil opac, la intrare și la ieșire.

Lățimea culoarului = 1,60 metri.

21. Deplasare 4 metri.

22. Obstacolul nr. 8 (Escaladarea unei lăzi de gimnastică):

Candidatul execută escaladarea obstacolului așezat transversal pe direcția de deplasare, printr-un procedeu la alegere, aterizează în picioare și continuă deplasarea.

22.1. Candidatul este penalizat cu 3 (trei) secunde în situația în care atinge solul la aterizare cu orice parte a corpului, cu excepția tălpilor picioarelor.

22.2. Candidatul este eliminat din concurs și declarat "nepromovat" în următoarele situații:

- a. refuză parcurgerea obstacolului;
- b. dărmă obstacolul;
- c. reia elanul;
- d. ocolește obstacolul.

Caracteristici tehnice ale lăzii de gimnastică: lungimea părții superioare = 1,60 metri, lățimea părții superioare = 0,40 metri, înălțime de la podea până la limita exterioară a părții superioare = 1,60 metri.

O saltea de gimnastică la aterizare.

La acest obstacol nu se folosesc trambuline elastice.

Lățimea culoarului = 1,60 metri.

23. Deplasare 2 metri.

24. Ocolire jalon, spre dreapta.

25. Deplasare 10 metri.

26. Obstacolul nr. 9 (Transportul unui manechin prin târâre):

Candidatul se întoarce și execută priza pe manechin, pe sub axile, cu ambele mâini. Manechinul este poziționat cu picioarele la linia de start și capul pe sensul de deplasare. Transportul manechinului pe distanța de deplasare se face cu spatele, picioarele manechinului trebuind să depășească în mod obligatoriu jalonul poziționat la 5 metri, ocolește jalonul cu manechinul respectând prizele pe acesta și continuă deplasarea înapoi la linia de plecare, picioarele manechinului trebuind să depășească în mod obligatoriu linia de plecare.

26.1. Candidatul este penalizat cu 3 (trei) secunde în următoarele situații:

- a. atinge solul cu orice parte a corpului, cu excepția tălpilor picioarelor;
- b. atinge jalonul fără a afecta structura traseului;
- c. scapă manechinul.

26.2. Candidatul este eliminat din concurs și declarat "nepromovat" în următoarele situații:

- a. refuză parcurgerea obstacolului;
- b. refuză reluarea prizei corecte;
- c. depășește spațiul delimitat lateral;

- d. doboară jalonul;
- e. execută priza în alt mod și pe alte părți ale manechinului;
- f. ocolește obstacolul;
- g. trece linia de sosire fără manechin.

Caracteristici tehnice ale obstacolului: distanța de parcurs = 2x5 metri, înălțimea manechinului = 1,60 metri, lățimea umerilor manechinului = 0,60 metri, greutatea manechinului = 60 kg.

Lățimea culoarului = 1,60 metri.

27. Deplasare 10 metri

28. Ocolire jalon, spre stânga.

29. Obstacolul nr. 10 (Aruncarea mingii de handbal de pe loc la țintă):

Candidații se opresc în fața pragului/liniei dispus/e transversal pe direcția de aruncare și aruncă la ținta aflată la 10 (zece) metri, prin procedeul azvârlire, cu o singură mână, una dintre cele 2 mingi de handbal avute la dispoziție. O aruncare este considerată reușită dacă mingea a atins ținta, cu condiția să nu fi atins solul înainte de țintă. Fiecare candidat are dreptul la două încercări, a doua încercare executându-se obligatoriu doar în situația în care prima aruncare este nereușită.

În situația în care, la prima aruncare, mingea nu atinge ținta, atinge solul înainte de țintă, este scăpată spre înainte/înapoi/lateral sau se depășește pragul/linia de aruncare, candidatul se oprește la semnalul acustic (fluier) al supraveghetorului de traseu și mai are dreptul la o singură aruncare.

29.1. Candidatul este penalizat cu 3 (trei) secunde dacă și la a doua încercare repetă una dintre următoarele situații:

- a. mingea nu atinge ținta;
- b. mingea atinge solul înainte de țintă;
- c. scapă mingea spre înainte/înapoi/lateral;
- d. depășește pragul/linia de aruncare.

29.2. Candidatul este eliminat din concurs și declarat "nepromovat" în următoarele situații:

- a. refuză să arunce mingea/mingile;
- b. ocolește obstacolul.

Caracteristici tehnice ale liniei de aruncare: lungime = 1,20 metri, lățimea = 0,10 metri. Ținta este dispusă la o distanță de 10 metri de prag/linia de aruncare.

Caracteristici tehnice ale țintei: lungime = 1 metru, lățimea = 1 metru, dispusă la 1 metru de sol (măsurată de la sol până la baza inferioară, fixă).

Pentru aruncare se utilizează 2 (două) mingi de handbal, tip 3.

Lățimea culoarului = 2,00 metri.

30. Deplasare 10 metri.

31. Obstacolul nr. 11 (Detentă pe verticală):

Din deplasare, candidatul sare și atinge un obiect suspendat de la sol. Fiecare candidat are dreptul la o singură încercare.

31.1. Candidatul este penalizat cu 3 (trei) secunde în situația în care atinge solul cu orice parte a corpului, cu excepția tălpii piciorului.

32.2. Candidatul este eliminat din concurs și declarat "nepromovat" în următoarele situații:

- a. refuză parcurgerea obstacolului;
- b. reia parcurgerea obstacolului;
- c. reia elanul;
- d. ocolește obstacolul;
- e. nu atinge obiectul suspendat.

Caracteristici tehnice ale obstacolului: obiectul suspendat = o minge de tenis de câmp suspendată la o înălțime de 2,55 metri, măsurați de la sol până la baza inferioară a obiectului.

Lățimea culoarului = 2,00 metri.

33. Deplasare 10 metri.

34. Obstacolul nr. 12 (Navetă 12 repetări x 20 de metri cu transport de jaloane)

Din deplasare, candidatul ridică un jalon și se deplasează cu acesta până la o linie de demarcare aflată la 20 de metri distanță, depune jalonul după linia de demarcare și preia un alt jalon de culoare diferită, cu care revine în alergare până la cealaltă linie de demarcare aflată la 20 de metri distanță, după care se depune jalonul. Se efectuează 6 cicluri dus-întors. După fiecare deplasare pe distanța de 20 de metri, jaloanele se depun succesiv, prin suprapunere, după linia de demarcare.

34.1. Candidatul este penalizat cu 3 (trei) secunde, o singură dată, în următoarele situații:

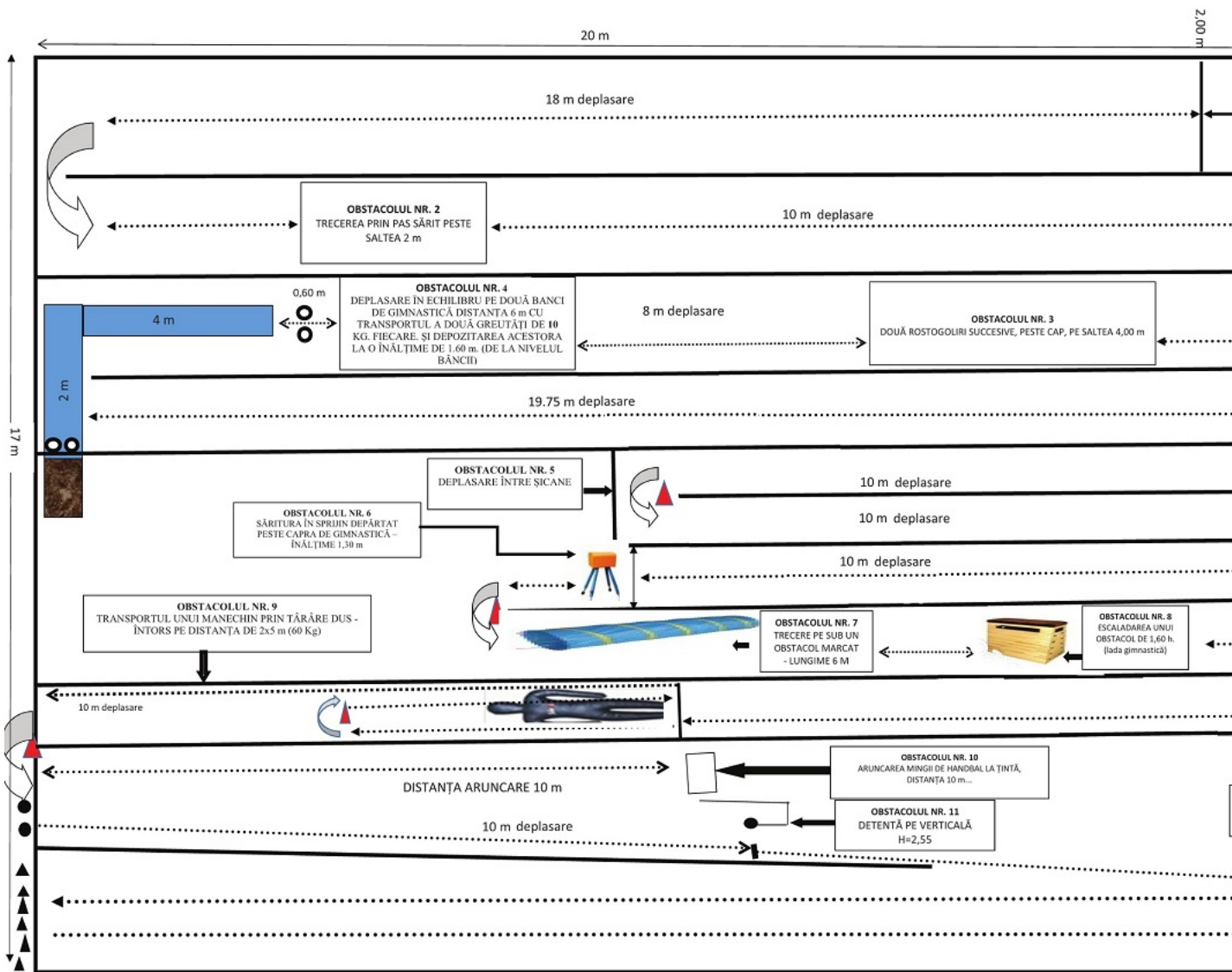
- a. se dezechilibrează și cade;
- b. scapă jalonul în interiorul culoarului de alergare.

34.2. Candidatul este eliminat din concurs și declarat "nepromovat" în următoarele situații:

- a. refuză să parcurgă distanța precizată;
- b. refuză să ridice jaloanele în poziție verticală, la căderea acestora;
- c. ocolește obstacolul;
- d. scapă jalonul în afara culoarului de alergare;
- e. nu așează jaloanele succesiv, prin suprapunere;
- f. trece linia de sosire fără jalon sau cu jalon de culoare diferită;
- g. efectuează o navetă fără ca jaloanele depuse să fie în poziție verticală.

Caracteristici tehnice ale obstacolului: lungime = 20 metri, lățimea culoarului = 2,00 metri, 12 jaloane tip con, din polietilenă, având 2 culori diferite în proporții egale (ex.: 6 de culoare roșie, 6 de culoare verde), distribuite câte 6 din aceeași culoare la fiecare dintre cele două capete ale culoarului. Lungimea și lățimea obstacolului sunt delimitate vizibil astfel încât candidatul să parcurgă întreaga distanță.

Sosire.
Cronometrul evaluatorului se oprește în momentul în care toate jaloanele sunt așezate în modul descris, după linia de demarcare, cu excepția ultimului jalon cu care candidatul trece linia de sosire.



ANEXA nr. 2

(Anexa nr. 27 la Ordinul nr. 140/2016)

- Model -

TABEL CENTRALIZATOR
cu rezultatele obținute de candidați în cadrul probei de evaluare a performanței fizice la concursurile pentru admiterea în instituțiile de învățămînt pregătesc personal pentru nevoile MAI, precum și pentru ocuparea posturilor vacante

NR.	NUME, PRENUMELE TĂTĂLUI, PRENUME	NUMĂR LEGITIMAȚIE CONCURS	TRASEU PRACTIC - APLICATIV (3'20")												TIMP	TOTAL PENALIZĂRI (secunde)	TIMP FINAL	CALIFICATIV	SEMĂ		
			PENALIZĂRI ÎN SECUNDE (nr. obstacol)																		
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12							
1.	IONESCU Ion ADRIAN	0023		X				X									3'23"	6	3'29"	NEPROMOVAT	
2.	RADU Dan VALENTIN	0024	X		X		X			X							3'20"	12	3'32"	NEPROMOVAT	
3.	GEORGE Ion ALIN	0025															3'10"	3'10"	PROMOVAT	
4.	TĂNASE Doru BOGDAN	0026				X											3'10"	3	3'13"	PROMOVAT	

Notă:
"X" - penalizare 3 secunde;
"E" - eliminat din concurs.

PREȘEDINTELE SUBCOMISIEI DE EVALUARE A PERFORMANȚEI FIZICE

MEMBRII SUBCOMISIEI DE EVALUARE A PERFORMANȚEI FIZICE

- _____
- _____
- _____
- _____

ANEXA nr. 3

(Anexa nr. 3¹ la Ordinul nr. 177/2016)

Proba, normele și baremele

pentru evaluarea performanței fizice pentru candidații la concursurile pentru admiterea în instituțiile de învățământ

care pregătesc personal militar pentru nevoile MAI, precum și pentru ocuparea posturilor vacante prevăzute a fi încadrate cu personal militar, cu excepția candidaților la concursurile de admitere pe locurile destinate Inspectoratului General pentru Situații de Urgență sau la concursurile pentru ocuparea posturilor vacante prevăzute în statele de organizare ale acestuia și ale unităților subordonate

I. Prevederi generale cu privire la organizarea probei de evaluare a performanței fizice

1. Evaluarea performanței fizice a candidaților constă în parcurgerea în întregime a traseului practic-aplicativ și a elementelor care îl compun și abordarea obligatorie a tuturor obstacolelor, în ordinea stabilită, conform schiței de mai jos. Parcurgerea unui obstacol în alt mod decât cel descris, duce la penalizarea cu 3 (trei) secunde/obstacol a candidatului sau, în situațiile expres precizate în cadrul prezentei anexe, eliminarea din concurs și declararea "nepromovat". La final, penalizările acumulate sunt consemnate în tabelul prevăzut în anexa nr. 27 la ordin și adunate la timpul realizat, în situația în care candidatului nu parcurge un obstacol este declarat "nepromovat".

2. În situația constituirii mai multor subcomisii, suprafața și condițiile de amenajare și desfășurare a traseelor practic-aplicative sunt identice.

3. Proba se desfășoară numai în săli de sport.

4. În cazul în care temperatura ambientală sau condițiile sălii sunt improprie (ploaie în interior, lipsă încălzire etc.) desfășurarea probei se poate amâna, la propunerea subcomisiei/comisiei, cu acordul președintelui subcomisiei/comisiei, până la momentul când proba se poate desfășura în condiții normale. Candidații sunt anunțați cu privire la modificările apărute în Graficul concursului.

5. Măsurarea obstacolelor se face la sol, la baza aparatului, de la marginea exterioară a acestuia în sensul de parcurgere a traseului, cu excepția situațiilor în care prezenta anexă reglementează altfel.

6. Proba se execută în ținută sportivă decentă adecvată condițiilor de desfășurare a probelor în sala de sport (pantofi de sport, tricou, pantaloni scurți sau trening).

7. Este declarat "promovat" candidatul care îndeplinește baremul minim de 3'20". Performanța obținută de candidați și calificativul acordat ("promovat", "nepromovat") se consemnează în tabelul prevăzut în anexa nr. 27 la ordin.

8. Pe timpul și după susținerea probei, indiferent de cauze/motive, nu se admit reexaminări sau repetări.

9. Abandonul, accidentarea, neîndeplinirea baremului minim sau ieșirea de pe traseul marcat duce la eliminarea candidatului din concurs și declararea acestuia "nepromovat". Trecerea de la alergare la mers a candidaților nu se consideră abandon.

10. Instrucțiunile privind normele de securitate și sănătate în muncă se face de către lucrătorul desemnat sau de un membru al comisiei/subcomisiei desemnat în acest sens, înainte de începerea probei, pe bază de semnătură.

11. Candidații sunt răspunzători de eventualele accidente în timpul efectuării încălzirii, așteptării pentru executarea probei, pe timpul și după desfășurarea probei, cauzate de nerespectarea normelor prelucrate sau de execuțiile greșite.

12. 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.

13. Înaintea parcurgerii traseului practic-aplicativ, unul dintre evaluatori prezintă candidaților elementele, modul de execuție a acestora, restricțiile, penalizările, precum și procedura de apreciere/măsurare.

14. Pe timpul desfășurării probei, supravegherea medicală în vederea acordării primului ajutor în caz de nevoie este obligatorie și se asigură gratuit.

15. Rezultatele obținute se aduc la cunoștința candidaților, la finalul probei, pe bază de semnătură.

16. Fiecare candidat parcurge traseul practic-aplicativ în prezența a cel puțin doi martori din rândul candidaților.

17. Pe timpul desfășurării probei, nu sunt admise indicații metodice din partea organizatorilor.

18. Traseul practic-aplicativ conține un număr de 12 obstacole.

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

1. Obstacolul nr. 1 (Săritura în lungime de pe loc):

De la linia de START, la semnalul evaluatorului, candidatul execută săritura în lungime de pe loc, respectiv 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.

1.1. Candidatul este penalizat cu 3 (trei) secunde în următoarele situații:

- calcă linia de start;
- calcă în spațiul delimitat de linia de 1,80 m și 2,00 m, inclusiv linia de 2,00 m;
- rezultatul înregistrat este între 1,80 și 2,00 metri.

1.2. Candidatul este eliminat din concurs și declarat "nepromovat" în următoarele situații:

- refuză să execute săritura;
- ocolește obstacolul;
- se desprinde de pe sol prin pas sărit;
- pornește în alergare;
- depășește lateral spațiul delimitat;
- nu îndeplinește performanța minimă de 1,80 metri.

Cronometrarea începe la desprinderea de pe sol a candidatului.

Caracteristici tehnice ale obstacolului: linia de start, linia de la 1,80 metri, linia de la 2,00 metri.

Lățimea culoarului = 1,20 metri.

2. Deplasare 18 metri.

3. Ocolire jalon, spre stânga.

4. Deplasare 8 metri.

5. Obstacolul nr. 2 (Trecerea prin pas sărit peste saltea):

Candidatul execută trecerea prin pas sărit peste saltea.

5.1. Candidatul este penalizat cu 3 (trei) secunde în următoarele situații:

- atinge oricare dintre marginile saltelei, la săritură sau la aterizare;
- calcă oricare dintre marginile saltelei, la săritură sau la aterizare.

5.2. Candidatul este eliminat din concurs și declarat "nepromovat" în următoarele situații:

- refuză să execute săritura;
- calcă interiorul suprafeței saltelei cu toată talpa;
- parcurge obstacolul prin săritură în lateralul saltelei;
- ocolește obstacolul.

Caracteristici tehnice ale saltelei: lungime = 2 metri, lățime = 1 metru, grosime = 3-5 centimetri, marcată la 1 centimetru de marginile saltelei cu bandă de culoare albă, cu lățimea de 2 centimetri.

Lățimea culoarului = 1,20 metri.

6. Deplasare 10 metri.

7. Ocolire jalon, spre dreapta.

8. Deplasare 3 metri.

9. Obstacolul nr. 3 (Două rostogoliri succesive înainte, peste cap, pe saltea):

Candidatul execută 2 (două) rostogoliri succesive înainte.

9.1. Candidatul este penalizat cu 3 (trei) secunde în situația în care depășește, în lateral, o singură dată, spațiul saltețelor, cu orice parte a corpului.

9.2. Candidatul este eliminat din concurs și declarat "nepromovat" în următoarele situații:

- refuză executarea rostogolirilor;
- depășește în lateral spațiul saltețelor a doua oară;
- execută o singură rostogolire;
- nu efectuează rostogolirile peste cap;
- ocolește obstacolul.

Caracteristici tehnice ale sectorului: lungime = 4 metri, lățime = 1 metru.

Lățimea culoarului = 1,20 metri.

10. Deplasare 8 metri.

11. Obstacolul nr. 4 (Deplasarea în echilibru pe banca de gimnastică, dispusă în formă L, cu transport de greutate):

Se execută ridicarea celor 2 (două) greutăți de câte 10 kilograme fiecare, depozitate în fața băncii de gimnastică, într-un spațiu de dimensiunea de 0,60 x 0,60 metri, urcarea pe banca de gimnastică, deplasarea în echilibru cu transportul simultan al greutăților, depozitarea greutăților într-un stativ cu înălțimea de la podea de 1,90 metri, respectiv 1,60 metri de la nivelul superior al băncii și coborârea.

Banca de gimnastică se parcurge, prin deplasare, începând cu latura lungă și se continuă cu latura scurtă, în continuarea acesteia, spre stânga.

11.1. Candidatul este penalizat cu 3 (trei) secunde în următoarele situații:

- atinge solul;
- cade de pe aparat;

c. scapă una dintre greutăți sau pe ambele, 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.

11.2. Candidatul este eliminat din concurs și declarat "nepromovat" în următoarele situații:

- a. refuză executarea deplasării;
- b. refuză transportul simultan de greutate pe tot parcursul obstacolului;
- c. refuză sau nu reușește depozitarea ambelor greutăți simultan la o înălțime de 1,60 metri de la nivelul superior al băncii;
- d. aruncă una sau ambele greutăți;
- e. cade de pe aparat a doua oară;
- f. scapă una sau ambele greutăți a doua oară;
- g. răstoarnă banca în timpul deplasării;
- h. dărmă stativul de depozitare a greutăților;
- i. ocolește obstacolul;
- j. refuză reluarea abordării obstacolului din locul indicat.

Caracteristici tehnice ale băncii de gimnastică: forma L, latura lungă dispusă perpendicular pe latura scurtă, lungime totală = 6 metri; latura lungă = 4 metri, latura scurtă 2 metri, lățime = 0,25 metri, înălțimea de la sol în partea superioară = 0,30 metri.

Caracteristici tehnice ale stativului: lungime = 0,50 metri, lățime = 0,50 metri, înălțimea de la sol în partea superioară = 1,90 metri.

Caracteristici tehnice ale spațiului de depozitare a ganterelor: lungime = 0,60 metri, lățime = 0,60 metri.

Lățimea culoarului = 1,20 metri.

12. Deplasare 19,75 metri.

13. Ocolire jalon, spre dreapta.

14. Obstacolul nr. 5 (Deplasare între șicane):

Candidatul se deplasează pe o distanță de 10 metri, ocolește jalonul spre stânga și se deplasează 10 metri, fără a se sprijini pe jaloane sau a le doborî.

14.1. Candidatul este penalizat cu 3 (trei) secunde în următoarele situații:

- a. se dezechilibrează și atinge solul cu orice parte a corpului;
- b. atinge jaloanele fără a afecta structura traseului;
- c. deplasează jaloanele fără a afecta structura traseului;
- d. se sprijină pe jaloane fără a afecta structura traseului.

14.2. Candidatul este eliminat din concurs și declarat "nepromovat" în următoarele situații:

- a. refuză să parcurgă distanța precizată;
- b. se sprijină pe jaloane cu afectarea structurii traseului;
- c. dărmă jaloanele cu afectarea structurii traseului;
- d. ocolește obstacolul.

Caracteristici tehnice ale obstacolului: lungime = 10 metri, jaloane tip con, din polietilenă. Lungimea și lățimea obstacolului sunt delimitate vizibil astfel încât candidatul să parcurgă întreaga distanță.

Lățimea culoarului = 1,20 metri.

15. Ocolire jalon spre dreapta.

16. Deplasare 10 metri.

17. Obstacolul nr. 6 (Săritura în sprijin depărtat peste capra de gimnastică):

Din deplasare, candidatul execută bătaia pe ambele picioare, se desprinde de pe sol prin săritură, se sprijină pe obstacol cu ambele mâini concomitent cu depărtarea simultană a picioarelor, sare în sprijin depărtat peste capra de gimnastică și aterizează pe ambele picioare fără atingerea aparatului cu altă parte a corpului.

17.1. Candidatul este penalizat cu 3 (trei) secunde în următoarele situații:

- a. nu efectuează bătaia pe ambele picioare;
- b. se sprijină pe obstacol cu o singură mână;
- c. atinge aparatul cu orice parte a corpului, cu excepția mâinilor pentru sprijinul săriturii;
- d. atinge solul la aterizare cu orice parte a corpului, cu excepția tălpilor picioarelor.

17.2. Candidatul este eliminat din concurs și declarat "nepromovat" în următoarele situații:

- a. refuză parcurgerea obstacolului;
- b. se oprește în fața obstacolului;
- c. dărmă obstacolul;
- d. aterizează tot la locul de desprindere a săriturii;
- e. încăleacă sau/și se cațără pe obstacol;
- f. rămâne pe obstacol;
- g. reia elanul;
- h. ocolește obstacolul.

Caracteristici tehnice ale obstacolului: înălțime capră de gimnastică (de la podea până la limita exterioară a părții superioare) = 1,30 metri, 2 (două) saltete de gimnastică dispuse succesiv la aterizare. La acest obstacol nu se folosesc trambuline elastice.

Lățimea culoarului = 2,30 metri.

18. Deplasare 2 metri.

19. Ocolire jalon, spre stânga.

20. Obstacolul nr. 7 (Trecerea pe sub un obstacol marcat):

Candidatul traversează obstacolul acoperit și închis cu material textil opac, la intrare și la ieșire.

20.1. Candidatul este penalizat cu 3 (trei) secunde în situația în care deplasează/mișcă din loc tunelul.

20.2. Candidatul este eliminat din concurs și declarat "nepromovat" în următoarele situații:

- a. refuză parcurgerea obstacolului;
- b. se oprește în tunel;
- c. iese prin lateral;
- d. ocolește obstacolul.

Caracteristici tehnice ale obstacolului: tub rigid cu diametru de 0,70 metri, lungime = 6 metri, acoperit și închis cu material textil opac, la intrare și la ieșire.

Lățimea culoarului = 1,60 metri.

21. Deplasare 4 metri.

22. Obstacolul nr. 8 (Escaladarea unei lăzi de gimnastică):

Candidatul execută escaladarea obstacolului așezat transversal pe direcția de deplasare, printr-un procedeu la alegere, aterizează în picioare și continuă deplasarea.

22.1. Candidatul este penalizat cu 3 (trei) secunde în situația în care atinge solul la aterizare cu orice parte a corpului, cu excepția tălpilor picioarelor.

22.2. Candidatul este eliminat din concurs și declarat "nepromovat" în următoarele situații:

- a. refuză parcurgerea obstacolului;
- b. dărmă obstacolul;
- c. reia elanul;
- d. ocolește obstacolul.

Caracteristici tehnice ale lăzii de gimnastică: lungimea părții superioare = 1,60 metri, lățimea părții superioare = 0,40 metri, înălțime de la podea până la limita exterioară a părții superioare = 1,60 metri.

O saltea de gimnastică la aterizare.

La acest obstacol nu se folosesc trambuline elastice.

Lățimea culoarului = 1,60 metri.

23. Deplasare 2 metri.

24. Ocolire jalon, spre dreapta.

25. Deplasare 10 metri.

26. Obstacolul nr. 9 (Transportul unui manechin prin târâre):

Candidatul se întoarce și execută priza pe manechin, pe sub axile, cu ambele mâini. Manechinul este poziționat cu picioarele la linia de start și capul pe sensul de deplasare. Transportul manechinului pe distanța de deplasare se face cu spatele, picioarele manechinului trebuind să depășească în mod obligatoriu jalonul poziționat la 5 metri, ocolește jalonul cu manechinul respectând prizele pe acesta și continuă deplasarea înapoi la linia de plecare, picioarele manechinului trebuind să depășească în mod obligatoriu linia de plecare.

26.1. Candidatul este penalizat cu 3 (trei) secunde în următoarele situații:

- a. atinge solul cu orice parte a corpului, cu excepția tălpilor picioarelor;
- b. atinge jalonul fără a afecta structura traseului;
- c. scapă manechinul.

26.2. Candidatul este eliminat din concurs și declarat "nepromovat" în următoarele situații:

- a. refuză parcurgerea obstacolului;
- b. refuză reluarea prizei corecte;
- c. depășește spațiul delimitat lateral;
- d. doborâ jalonul;
- e. execută priza în alt mod și pe alte părți ale manechinului;

- f. ocolește obstacolul;
- g. trece linia de sosire fără manechin.

Caracteristici tehnice ale obstacolului: distanța de parcurs = 2x5 metri, înălțimea manechinului = 1,60 metri, lățimea umerilor manechinului = 0,60 metri, greutatea manechinului = 60 kg.

Lățimea culoarului = 1,60 metri.

27. Deplasare 10 metri

28. Ocolire jalon, spre stânga.

29. Obstacolul nr. 10 (Aruncarea mingii de handbal de pe loc la țintă):

Candidații se opresc în fața pragului/liniei dispus/e transversal pe direcția de aruncare și aruncă la ținta aflată la 10 (zece) metri, prin procedeele azvârlire, cu o singură mână, una dintre cele 2 mingi de handbal avute la dispoziție. O aruncare este considerată reușită dacă mingea a atins ținta, cu condiția să nu fi atins solul înainte de țintă. Fiecare candidat are dreptul la două încercări, a doua încercare executându-se obligatoriu doar în situația în care prima aruncare este nereușită.

În situația în care, la prima aruncare, mingea nu atinge ținta, atinge solul înainte de țintă, este scăpată spre înainte/înapoi/lateral sau se depășește pragul/linia de aruncare, candidatul se oprește la semnalul acustic (fluier) al supraveghetorului de traseu și mai are dreptul la o singură aruncare.

29.1. Candidatul este penalizat cu 3 (trei) secunde dacă și la a doua încercare repetă una dintre următoarele situații:

- a. mingea nu atinge ținta;
- b. mingea atinge solul înainte de țintă;
- c. scapă mingea spre înainte/înapoi/lateral;
- d. depășește pragul/linia de aruncare.

29.2. Candidatul este eliminat din concurs și declarat "nepromovat" în următoarele situații:

- a. refuză să arunce mingea/mingile;
- b. ocolește obstacolul.

Caracteristici tehnice ale liniei de aruncare: lungime = 1,20 metri, lățimea = 0,10 metri. Ținta este dispusă la o distanță de 10 metri de prag/linia de aruncare.

Caracteristici tehnice ale țintei: lungime = 1 metru, lățimea = 1 metru, dispusă la 1 metru de sol (măsurată de la sol până la baza inferioară, fixă).

Pentru aruncare se utilizează 2 (două) mingi de handbal, tip 3.

Lățimea culoarului = 2,00 metri.

30. Deplasare 10 metri.

31. Obstacolul nr. 11 (Detentă pe verticală):

Din deplasare, candidatul sare și atinge un obiect suspendat de la sol. Fiecare candidat are dreptul la o singură încercare.

31.1. Candidatul este penalizat cu 3 (trei) secunde în situația în care atinge solul cu orice parte a corpului, cu excepția tălpii piciorului.

31.2. Candidatul este eliminat din concurs și declarat "nepromovat" în următoarele situații:

- a. refuză parcurgerea obstacolului;
- b. reia parcurgerea obstacolului;
- c. reia elanul;
- d. ocolește obstacolul;
- e. nu atinge obiectul suspendat.

Caracteristici tehnice ale obstacolului: obiectul suspendat = o minge de tenis de câmp suspendată la o înălțime de 2,55 metri, măsuțați de la sol până la baza inferioară a obiectului.

Lățimea culoarului = 2,00 metri.

33. Deplasare 10 metri.

34. Obstacolul nr. 12 (Navetă 12 repetări x 20 de metri cu transport de jaloane):

Din deplasare, candidatul ridică un jalon și se deplasează cu acesta până la o linie de demarcare aflată la 20 de metri distanță, depune jalonul după linia de demarcare și preia un alt jalon de culoare diferită, cu care revine în alergare până la cealaltă linie de demarcare aflată la 20 de metri distanță, după care se depune jalonul. Se efectuează 6 cicluri dus-întors. După fiecare deplasare pe distanța de 20 de metri, jaloanele se depun succesiv, prin suprapunere, după linia de demarcare.

34.1. Candidatul este penalizat cu 3 (trei) secunde, o singură dată, în următoarele situații:

- a. se dezechilibrează și cade;
- b. scapă jalonul în interiorul culoarului de alergare.

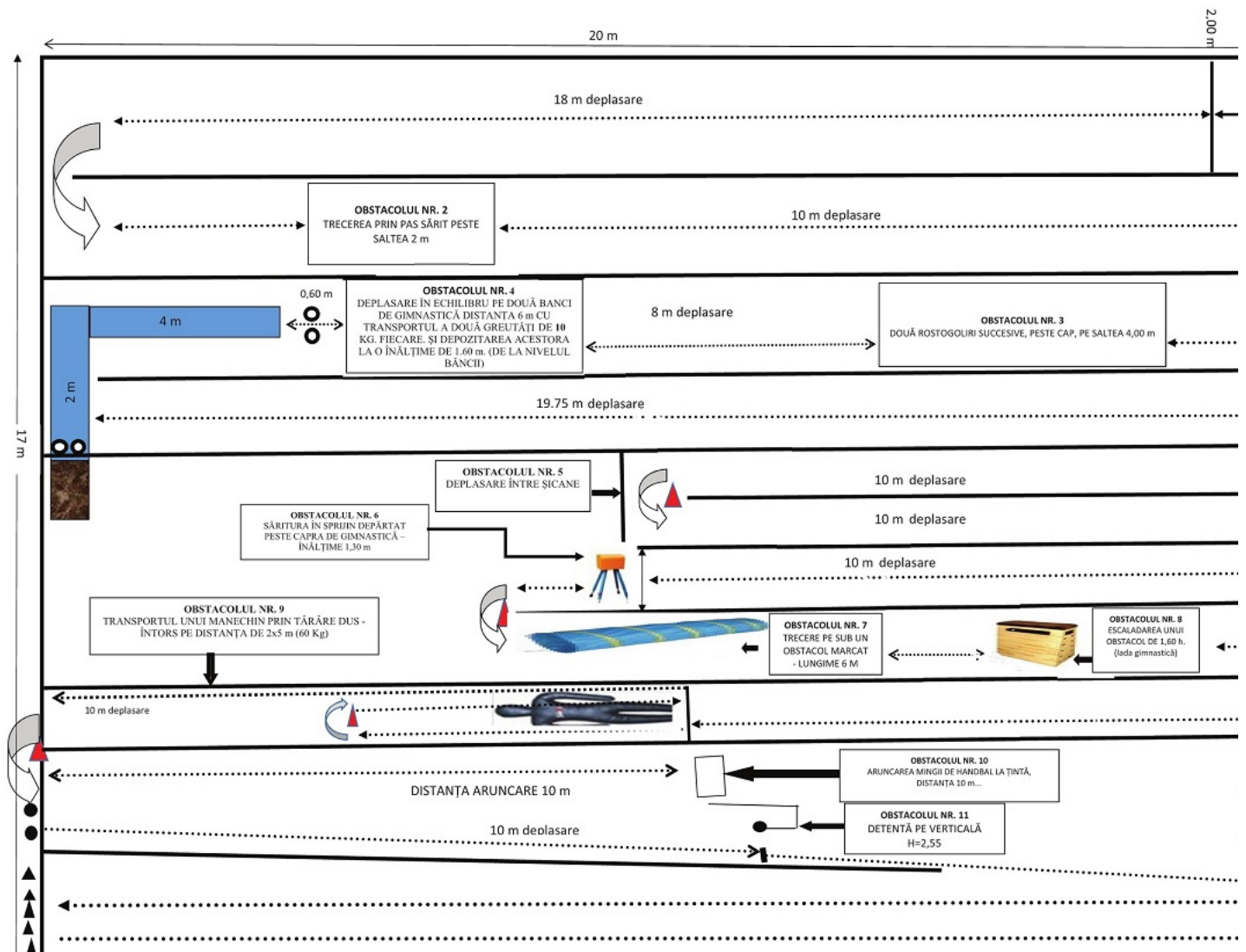
34.2. Candidatul este eliminat din concurs și declarat "nepromovat" în următoarele situații:

- a. refuză să parcurgă distanța precizată;
- b. refuză să ridice jaloanele în poziție verticală, la căderea acestora;
- c. ocolește obstacolul;
- d. scapă jalonul în afara culoarului de alergare;
- e. nu așează jaloanele succesiv, prin suprapunere;
- f. trece linia de sosire fără jalon sau cu jalon de culoare diferită;
- g. efectuează o navetă fără ca jaloanele depuse să fie în poziție verticală.

Caracteristici tehnice ale obstacolului: lungime = 20 metri, lățimea culoarului = 2,00 metri, 12 jaloane tip con, din polietilenă, având 2 culori diferite în proporții egale (ex.: 6 de culoare roșie, 6 de culoare verde), distribuite câte 6 din aceeași culoare la fiecare dintre cele două capete ale culoarului. Lungimea și lățimea obstacolului sunt delimitate vizibil astfel încât candidatul să parcurgă întreaga distanță.

Sosire.

Cronometrul evaluatorului se oprește în momentul în care toate jaloanele sunt așezate în modul descris, după linia de demarcare, cu excepția ultimului jalon cu care candidatul trece linia de sosire.



ANEXA nr. 4

(Anexa nr. 3² la Ordinul nr. 177/2016)

Proba, normele și baremele

pentru admiterea în instituțiile de învățământ care pregătesc personal militar

pentru evaluarea performanței fizice pentru candidații la concursurile

pentru nevoile MAI, pe locurile destinate formării inițiale a personalului militar

al Inspectoratului General pentru Situații de Urgență, precum și pentru ocuparea posturilor vacante

din statele de organizare ale Inspectoratului General pentru Situații de Urgență și ale unităților subordonate acestuia,

prevăzute a fi încadrate cu personal militar

1. Prevederi generale cu privire la organizarea probei de evaluare a performanței fizice

1. Evaluarea performanței fizice a candidaților constă în parcurgerea în întregime a traseului practic-aplicativ și a elementelor care îl compun, prin abordarea obligatorie a tuturor obstacolelor, în ordinea stabilită, conform schiței de mai jos. În situațiile expres precizate în cadrul prezentei anexe candidatul este penalizat cu 3 (trei) secunde/obstacol. La final, penalizările acumulate sunt consemnate în borderou și adunate la timpul cronometrat, rezultând timpul total. În situația în care candidatul nu parcurge un obstacol este eliminat din concurs și declarat "nepromovat".

2. Proba se execută în ținută sportivă decentă adecvată condițiilor de desfășurare a probelor în sala de sport (pantofi de sport, tricou, pantaloni scurți sau trening).

3. Este declarat "promovat" candidatul care îndeplinește baremul minim de 2'15". Performanța obținută de candidați și calificativul acordat ("promovat"/"nepromovat") se consemnează în tabelul prevăzut în anexa nr. 28 la ordin.

4. Pe timpul și după susținerea probei, indiferent de cauze/motive, nu se admit reexaminări sau repetări.

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

Trecerea de la alergare la mers a candidaților nu se consideră abandon.

6. Instrucțiunile privind normele de securitate și sănătate în muncă se face de către lucrătorul desemnat sau de un membru al comisiei/subcomisiei desemnat în acest sens, înainte de începerea probei, pe bază de semnătură.

7. Candidații sunt răspunzători de eventualele accidente în timpul efectuării încălzirii, așteptării pentru executarea probei, pe timpul și după desfășurarea probei, cauzate de nerespectarea normelor prelucrate sau de execuțiile greșite.

8. 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.

9. Înaintea parcurgerii traseului practic-aplicativ, unul dintre evaluatori prezintă candidaților elementele, modul de execuție a acestora, restricțiile, penalizările, precum și procedura de apreciere/măsurare.

10. Pe timpul desfășurării probei, supravegherea medicală în vederea acordării primului ajutor în caz de nevoie este obligatorie și se asigură gratuit.

11. Rezultatele obținute se aduc la cunoștința candidaților, la finalul probei, pe bază de semnătură.

12. Fiecare candidat parcurge traseul practic-aplicativ în prezența a cel puțin doi martori din rândul candidaților.

13. Pe timpul desfășurării probei, nu sunt admise indicații metodice din partea organizatorilor.

14. Traseul practic-aplicativ conține un număr de 9 obstacole, având culoarul cu lățimea de 2 metri.

15. Desfășurarea probei se poate amâna, la propunerea membrilor subcomisiei/comisiei, cu acordul președintelui subcomisiei/comisiei, până la momentul când proba se poate desfășura în condiții normale. Candidații sunt anunțați cu privire la modificările apărute în Graficul concursului.

16. În situația în care, pe timpul executării probei, candidatul aduce modificări elementelor de delimitare ale culoarelor ce urmează a fi parcurse, acesta este eliminat din concurs și declarat "nepromovat".

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

1. START

La semnalul evaluatorului, candidatul, folosindu-se de un element ajutător, asigurat de organizator, ia poziția "atârnat" la bara pentru tracțiuni, cu brațele întinse, cu priză la alegere. În momentul în care candidatul este în poziția "atârnat" la bara pentru tracțiuni și picioarele nu ating solul sau un alt punct de sprijin, evaluatorul dă comanda "START" și implicit începe proba. Cronometrarea începe la prima mișcare de ascensiune a candidatului.

2. Tracțiuni la bară fixă (obstacolul nr. 1):

Se execută obligatoriu 3 tracțiuni din poziția "atârnat", cu brațele întinse, ca priză la alegere. O execuție este corectă atunci când în poziția atârnat cu brațele întinse, picioarele nu ating solul sau alt punct de sprijin, iar la ridicare bărbia depășește nivelul barei. Evaluatorul numără

cu voce tare execuțiile corecte. În situația unei execuții incorecte se precizează cu voce tare numărul de execuții corecte efectuate până în acel moment.

Candidatul este eliminat din concurs și declarat "nepromovat" în următoarele situații:

- pierde priza la bară, cu ambele mâini;
- atinge solul;
- nu execută numărul obligatoriu de 3 (trei) tracțiuni.

Caracteristici tehnice ale obstacolului: bară tracțiuni poziționată la înălțimea de 2,7 metri față de sol, un element ajutător care să permită candidatului luarea poziției "atârnat".

3. Deplasare 10 metri spre înainte.

4. Două rostogoliri succesive înainte, pe saltele (obstacolul nr. 2):

Candidatul execută 2 (două) rostogoliri succesive înainte. Candidatul este penalizat cu 3 (trei) secunde în situația în care depășește, în lateral, spațiul saltelelor, la una dintre rostogoliri.

Candidatul este eliminat din concurs și declarat "nepromovat" în următoarele situații:

- refuză executarea rostogolirilor;
- depășește în lateral spațiul saltelelor a doua oară;
- execută o singură rostogolire;
- ocolește obstacolul.

Caracteristici tehnice ale obstacolului: 2 saltele de gimnastică amplasate longitudinal, una în prelungirea celeilalte. Fiecare saltea are lungimea = 2 metri și lățimea = 1 metru.

5. Deplasare 5 metri spre înainte.

6. Deplasare în echilibru pe două bănci de gimnastică cu transport de greutăți (obstacolul nr. 3):

Se ridică două greutăți (gantere) depozitate în față a două bănci de gimnastică, se efectuează urcarea și deplasarea pe băncile de gimnastică transportând ambele greutăți, după parcurgerea acestora se coboară și se depozitează greutățile în spațiile marcate pentru fiecare.

În situația în care, pe timpul execuției după urcarea pe banca de gimnastică, candidatul atinge solul, cade de pe aparat, scapă una sau ambele greutăți, acesta este obligat să reia parcurgerea obstacolului de la început, prin urcarea pe banca de gimnastică cu transportul simultan al greutăților.

Candidatul este penalizat cu 3 (trei) secunde în situația în care amplacează una sau ambele greutăți, total sau parțial, în afara spațiului marcat. Candidatul este eliminat din concurs și declarat "nepromovat" în următoarele situații:

- refuză executarea deplasării cu transportul simultan al greutăților pe tot parcursul obstacolului;
- cade de pe obstacol a doua oară;
- scapă una sau ambele greutăți a doua oară;
- răstoarnă banca pe timpul deplasării;
- ocolește obstacolul;
- refuză reluarea abordării obstacolului.

Caracteristici tehnice ale obstacolului: două gantere a câte 10 kilograme, depozitate fiecare într-un spațiu marcat, cu dimensiunile de 0,50 metri X 0,50 metric, simetric pe direcția de deplasare, la distanța de un metru înaintea primei bănci dintr-un ansamblu de două bănci de gimnastică amplasate longitudinal, una în prelungirea celeilalte. Fiecare bancă are lungimea de 3 metri, lățimea de 0,26 metri și înălțimea de 0,35 metri. Spațiile de depozitare finale au dimensiunea de 0,50 metri X 0,50 metri și sunt marcate simetric pe direcția de deplasare, la distanța de un metru.

7. Ocolire jalon prin stânga.

8. Deplasare un metru spre înainte.

9. Deplasare prin "aparatură de trecere prin spații înguste (tunel)" (obstacolul nr. 4):

Candidatul se apleacă și se deplasează prin obstacolul marcat, printr-un procedeu la alegere. Candidatul este eliminat din concurs și declarat "nepromovat" în situația în care nu execută trecerea prin aparatul de trecere prin spații înguste.

Caracteristici tehnice ale obstacolului: tunel acoperit, închis la intrare și ieșire cu material textil opac, cu înălțimea = 0,70 metri, lățime = 0,70 metri, lungime = 10 metri.

10. Deplasare 8 metri spre înainte.

11. Săritură în sprijin depărtat peste capra de gimnastică (obstacolul nr. 5):

Din alergare, candidatul execută bătaia pe ambele picioare, se desprinde de pe sol prin săritură, se sprijină pe obstacol cu ambele mâini concomitent cu depărtarea simultană a picioarelor, sare în sprijin depărtat peste capra de gimnastică și aterizează pe ambele picioare fără atingerea aparatului cu altă parte a corpului. Candidatul este penalizat cu 3 (trei) secunde în următoarele situații:

- nu efectuează bătaia pe ambele picioare;
- se sprijină pe obstacol cu o singură mână;
- atinge aparatul cu orice parte a corpului, cu excepția mâinilor de sprijin a săriturii;
- atinge solul la aterizare cu orice parte a corpului, cu excepția tălpilor picioarelor.

Candidatul este eliminat din concurs și declarat "nepromovat" în următoarele situații:

- refuză parcurgerea obstacolului;
- se oprește în fața obstacolului;
- dărămă obstacolul;
- aterizează tot la locul de desprindere a săriturii;
- incalecă sau/și se cațără pe obstacol;
- rămâne pe obstacol;
- reia elanul;
- ocolește obstacolul.

Caracteristici tehnice ale obstacolului: capra de gimnastică cu înălțimea = 1,30 metri, o saltea de gimnastică dispusă la aterizare, grosime = 3 - 5 centimetri. La acest obstacol nu se folosesc trambuline elastice.

12. Deplasare 2 metri spre înainte.

13. Ocolire jalon prin dreapta.

14. Deplasare 7 metri spre înainte.

15. Trecere prin săritură peste saltea (obstacolul nr. 6):

Din deplasare, candidatul execută trecerea prin săritură peste o saltea de gimnastică. Candidatul este penalizat cu 3 (trei) secunde în următoarele situații:

- atinge oricare dintre marginile saltelei, la săritură sau la aterizare;
- calcă oricare dintre marginile saltelei, la săritură sau la aterizare.

Candidatul este eliminat din concurs și declarat "nepromovat" în următoarele situații:

- refuză să execute săritura;
- calcă interiorul suprafeței saltelei cu toată talpa;
- parcurge obstacolul prin săritură în lateralul saltelei;
- ocolește obstacolul.

Caracteristici tehnice ale obstacolului: saltea de gimnastică lungime = 2 metri, lățime = 1 metru, grosime = 3 - 5 centimetri, marcată la 1 centimetru de marginile saltelei cu bandă de culoare albă, cu lățimea de 2 centimetri.

16. Deplasare 5 metri spre înainte.

17. Trecere peste calul de gimnastică fără mâner (obstacolul nr. 7):

Candidatul execută trecerea peste calul așezat transversal pe direcția de deplasare, printr-un procedeu la alegere, aterizează și continuă deplasarea.

Candidatul este eliminat din concurs și declarat "nepromovat" în următoarele situații:

- refuză parcurgerea obstacolului;
- dărămă obstacolul;
- trece pe sub obstacol;
- reia elanul;
- ocolește obstacolul.

Caracteristici tehnice ale obstacolului: cal de gimnastică înălțime = 1,50 metri, o saltea de gimnastică dispusă la aterizare, grosime = 3 - 5 centimetri. La acest obstacol nu se folosesc trambuline elastice.

18. Deplasare 5 metri spre înainte.

19. Ocolire jalon prin stânga.

20. Transportul a trei stingătoare tip P6 (obstacolul nr. 8):

Candidatul se deplasează 20 metri, ridică un stingător tip P6, aflat într-un spațiu marcat și se deplasează cu acesta înapoi pe distanța de 20 metri, ocolește jalonul prin stânga, se deplasează pe distanța de 20 metri și depune stingătorul P6 în poziție verticală în spațiul marcat corespunzător, urmând a reveni și a proceda la fel și cu celelalte două stingătoare P6.

Candidatul este eliminat din concurs și declarat "nepromovat" în următoarele situații:

- stingătorul P6 nu este așezat corespunzător, candidatul continuând traseul cu atingerea următorului stingător P6;
- refuză parcurgerea distanței precizate;
- ocolește obstacolul;
- nu depune stingătorul P6 în mod corect, în poziție verticală și începe executarea următorului obstacol.

Caracteristici tehnice ale obstacolului: 3 (trei) stingătoare P6 încărcate, cu greutatea de 9,5 kilograme fiecare.

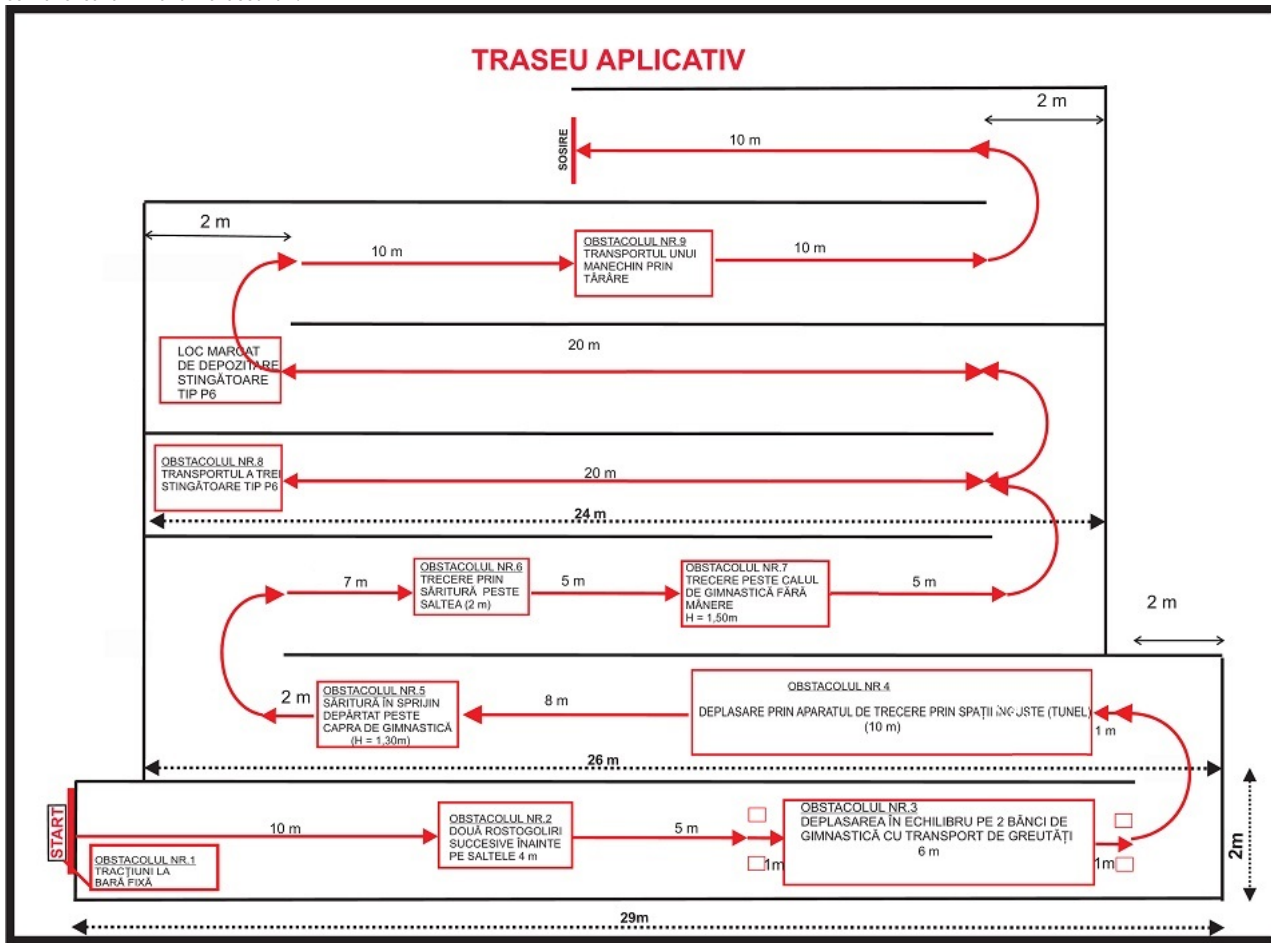
21. Ocolire jalon prin dreapta.

22. Deplasare 10 metri spre înainte.

23. Transportul unui manechin prin târâre (obstacolul nr. 9):

Din deplasare, candidatul se poziționează în dreptul capului manechinului, cu spatele la direcția de deplasare, ridică manechinul, execută priza pe manechin, pe sub axile, cu ambele mâini și transportă manechinul cu spatele pe direcția de deplasare, baza manechinului trebuind să depășească în mod obligatoriu jalonul poziționat la 10 metri, ocolește jalonul cu manechinul respectând prizele pe acesta și continuă deplasarea până la linia de sosire, manechinul trebuind să depășească în totalitate linia de sosire. Candidatul este penalizat cu 3 (trei) secunde o singură dată, în situația în care, pe timpul deplasării, nu menține priza pe manechin, pe sub

axile, cu ambele mâini. În situația în care candidatul cade sau scapă manechinul, acesta este obligat să execute din nou priza pe sub axile, cu ambele mâini, fără penalizare.
 Candidatul este eliminat din concurs și declarat "nepromovat" în următoarele situații:
 a. refuză parcurgerea obstacolului;
 b. refuză reluarea prizei pe sub axile;
 c. trece linia de sosire fără manechin.
 Caracteristici tehnice ale obstacolului: manechin de înălțime = minim 1,60 metri și greutate = 60 kilograme. Manechinul este poziționat cu capul pe sensul de deplasare și cealaltă extremitate pe linia de demarcație a începutului obstacolului.
 24. SOSIRE. Evaluatorul oprește cronometrul în momentul în care manechinul transportat de candidat depășește în totalitate linia de sosire, moment ce marchează finalul traseului.



ANEXA nr. 5

(Anexa nr. 3⁸ la Ordinul nr. 177/2016)
 Fișă de interviu pentru posturi de conducere de Nivel IV
 Postul pentru care se candidează _____
 Candidat _____

Capitolul I Aprecierea cunoștințelor profesionale

- Pe baza bibliografiei și tematicii de concurs, comisia elaborează 3 întrebări pentru evaluarea capacității candidatului de a aplica în activitatea practică cunoștințele profesionale.
- Întrebările se formulează în mod aplicat și nu în sensul prezentării de către candidat a unor prevederi din actele normative menționate în bibliografie.
- Răspunsul complet la fiecare întrebare se punctează cu 3 puncte și se acordă 1 punct din oficiu.

Întrebarea 1

Răspuns

Punctaj ___/3
 Întrebarea 2

Răspuns

Punctaj ___/3
 Întrebarea 3

Răspuns

Punctaj ___/3
 Notă finală ___/10 (inclusiv 1 punct din oficiu)

Capitolul II Evaluarea proiectului managerial
 NU SE EVALUEAZĂ LA ACEST NIVEL

Capitolul III Evaluarea aptitudinilor și abilităților specifice palierelor de conducere precum și a motivațiilor relevante pentru îndeplinirea atribuțiilor asociate postului
 NU SE EVALUEAZĂ LA ACEST NIVEL
 Notă finală la proba interviului: Notă Capitolul I

Concluzii: _____

Membru al comisiei de concurs, desemnat prin Ordinul inspectorului _____ nr.

Grad, nume, prenume
Semnătură

ANEXA nr. 6

(Anexa nr. 27 la Ordinul nr. 177/2016)

- Model -																	
TABEL CENTRALIZATOR cu rezultatele obținute de candidați în cadrul probei de evaluare a performanțelor fizice la concursurile pentru admiterea în instituțiile de învățământ pentru nevoile MAI, pe locurile destinate formării inițiale a personalului militar, precum și pentru ocuparea posturilor vacante prevăzute a fi încă din statele de organizare ale Inspectoratului General pentru Situații de Urgență și ale unităților subordonate acestuia																	
NR.	NUME, PRENUMELE TĂTĂLUI, PRENUME	NUMĂR LEGITIMAȚIE CONCURS	TRASEU PRACTIC - APLICATIV (3'20")												TIMP	TOTAL PENALIZĂRI (secunde)	TIMP FINAL
			PENALIZĂRI ÎN SECUNDE (nr. obstacol)														
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12			
1.	IONESCU Ion ADRIAN	0023		X				X							3'23"	6	3'29"
2.	RĂDU Dan VALENTIN	0024	X		X		X			X					3'20"	12	3'32"
3.	GEORGE Ion ALIN	0025													3'10"	3'10"
4.	TANASE Doru BOGDAN	0026				X									3'10"	3	3'13"
Notă: „X” - penalizare 3 secunde; „E” - eliminat din concurs.																	
PREȘEDINTELE SUBCOMISIEI DE EVALUARE A PERFORMANȚELOR FIZICE																	
MEMBRII SUBCOMISIEI DE EVALUARE A PERFORMANȚELOR FIZICE																	
1. _____																	
2. _____																	
3. _____																	
4. _____																	
PREȘEDINTELE COMISIEI DE CONCURS,										SECRETARUL COMISIEI DE CONCURS							

ANEXA nr. 7

(Anexa nr. 28 la Ordinul nr. 177/2016)

- Model -																	
TABEL CENTRALIZATOR cu rezultatele obținute de candidați în cadrul probei de evaluare a performanțelor fizice la concursurile pentru admiterea în instituțiile de învățământ personal militar pentru nevoile MAI, pe locurile destinate formării inițiale a personalului militar al Inspectoratului General pentru Situații de Urgență și ale unităților subordonate acestuia																	
Nr. crt.	Numele, prenumele tatălui și prenumele	Număr legitimație concurs	TRASEU PRACTIC-APLICATIV										Timp cronometrat	Total penalizări (secunde)	Timp total	Rez	
			Ob. 1	Ob. 2	Ob. 3	Ob. 4	Ob. 5	Ob. 6	Ob. 7	Ob. 8	Ob. 9						
1	AIOANEI Ion VASILE	1		X			X							2'10"	6	2'16"	Nep
2	GHEORGHE Vasile GHEORGHE	2				E											Nep
3	GHEORGHE Gheorghe VASILE	3			X									2'12"	3	2'15"	Pro:
4	FLOREA Eduard GIANI	4												2'10"	0	2'10"	Pro:
Notă: „X” - penalizare 3 secunde; „E” - eliminat din concurs.																	
PREȘEDINTELE SUBCOMISIEI DE EVALUARE A PERFORMANȚELOR FIZICE																	
MEMBRII SUBCOMISIEI DE EVALUARE A PERFORMANȚELOR FIZICE																	
1. _____																	
2. _____																	
3. _____																	
4. _____																	
PREȘEDINTELE COMISIEI DE CONCURS,										SECRETARUL COMISIEI DE CONCURS							
