

ADMITEREA 2008

în Academia de Poliție „Alexandru Ioan Cuza”

PROBE ȘI BAREME PENTRU VERIFICAREA APTITUDINILOR FIZICE LA ADMITEREA ÎN ACADEMIA DE POLIȚIE ȘI ÎN ȘCOLILE POSTLICEALE ALE M.I.R.A.

Prin Raportul nr. 233046 din 26.02.2008, Direcția Generală Management Resurse Umane a stabilit:

1. Verificarea aptitudinilor fizice este probă eliminatorie în cadrul admiterii. Fiecare candidat are dreptul la o singură parcurgere a probei pentru realizarea baremului de notare, cu excepția probei de sărituri. Indiferent de cauze/motive, **nu se admit repetări, reexaminări sau contestații**. Este declarat „**PROMOVAT**” candidatul care a obținut **la fiecare probă** baremul minim prevăzut.

2. La concursurile de admitere în Academia de Poliție, precum și în școlile postliceale, în anul 2008, verificarea aptitudinilor fizice se va realiza la următoarele probe, baremele minime fiind prevăzute în dreptul fiecăreia:

PROBA	BAREME	
	Bărbați	Femei
Alergare de viteză 50 m plat	7''2	8''2
Flotări în brațe (număr de repetări în 30 secunde)	20	10
Săritura în lungime de pe loc (m)	2,20	1,80
Alergare de rezistență pe distanța de 1000 m plat	3'46''	4'18''

3. Precizări tehnice privind efectuarea probelor:

- Toate probele sunt obligatorii. Nesuținerea unei probe sau abandonul echivalează cu retragerea candidatului din concurs.
- Probele se execută în ținută sportivă adecvată anotimpului și probei respective.
- Ordinea desfășurării probelor: **alergare** – viteză, **forță** – flotări, **forță** – sărituri, **alergare** – rezistență. Probele se execută în aceeași zi.
- Proba de viteză se execută cu startul din picioare, câte doi candidați/cronometru. Cronometrul pornește la mișcarea candidatului care pleacă primul.
- Proba de săritură în lungime de pe loc se execută pe o suprafață plană și dură, câte un candidat; candidatul are dreptul la două sărituri, comisia apreciind performanța celei mai bune încercări.
- Proba de flotări se execută în timp de 30 de secunde, din poziția în sprijin culcat înainte; se înregistrează numărul de exerciții consecutive corecte (poziția culcat facial cu sprijin pe palme și vârful picioarelor, corpul întins, privirea înainte, coatele întinse, îndoirea brațelor până când coatele ajung la nivelul umerilor, revenirea în poziția inițială).
- Proba de rezistență se execută cu startul din picioare, în serii de până la 20 de candidați/cronometru.