

TABELE
CU PROBELE, NORMELE ȘI BAREMELE PENTRU VERIFICAREA
PERSONALULUI DIN CATEGORIA DE SOLICITARE FIZICĂ TABELE
CU PROBELE, NORMELE ȘI BAREMELE PENTRU VERIFICAREA
PERSONALULUI DIN CATEGORIA DE SOLICITARE FIZICĂ

PROBE

REZISTENȚĂ 1000 m BĂRBAȚI							REZISTENȚĂ 800 m FEMEI						
NOTE/GRUPE DE VÂRSTĂ							NOTE/GRUPE DE VÂRSTĂ						
TIMP	N/I	N/II	N/III	N/IV	N/V	N/VI	TIMP	N/I	N/II	N/III	N/IV	N/V	N/VI
3'40"	10						3'40"	10					
3'45"	9,5						3'45"	9,5					
3'50"	9						3'50"	9					
3'55"	8,5						3'55"	8,5					
4'00"	8						4'00"	8					
4'05"	7,5	10					4'05"	7,5	10				
4'10"	7	9,5					4'10"	7	9,5				
4'15"	6,5	9					4'15"	6,5	9				
4'20"	6	8,5					4'20"	6	8,5				
4'25"	5,5	8					4'25"	5,5	8				
4'30"	5	7,5	10				4'30"	5	7,5	10			
4'35"	4,5	7	9,5				4'35"	4,5	7	9,5			
4'40"	4	6,5	9				4'40"	4	6,5	9			
4'45"	3,5	6	8,5				4'45"	3,5	6	8,5			
4'50"	3	5,5	8				4'50"	3	5,5	8			
4'55"	2,5	5	7,5	10			4'55"	2,5	5	7,5	10		
5'00"	2	4,5	7	9,5			5'00"	2	4,5	7	9,5		
5'05"	1,5	4	6,5	9			5'05"	1,5	4	6,5	9		
5'10"	1	3,5	6	8,5			5'10"	1	3,5	6	8,5		
5'15"		3	5,5	8			5'15"		3	5,5	8		
5'20"		2,5	5	7,5	10		5'20"		2,5	5	7,5	10	
5'25"		2	4,5	7	9,5		5'25"		2	4,5	7	9,5	
5'30"		1,5	4	6,5	9		5'30"		1,5	4	6,5	9	
5'35"		1	3,5	6	8,5		5'35"		1	3,5	6	8,5	
5'40"			3	5,5	8		5'40"			3	5,5	8	
5'45"			2,5	5	7,5	10	5'45"			2,5	5	7,5	10
5'50"			2	4,5	7	9,5	5'50"			2	4,5	7	9,5
5'55"			1,5	4	6,5	9	5'55"			1,5	4	6,5	9
6'00"			1	3,5	6	8,5	6'00"			1	3,5	6	8,5
6'05"				3	5,5	8	6'05"				3	5,5	8
6'10"				2,5	5	7,5	6'10"				2,5	5	7,5
6'15"				2	4,5	7	6'15"				2	4,5	7
6'20"				1,5	4	6,5	6'20"				1,5	4	6,5
6'25"				1	3,5	6	6'25"				1	3,5	6
6'30"					3	5,5	6'30"					3	5,5
6'35"					2,5	5	6'35"					2,5	5
6'40"					2	4,5	6'40"					2	4,5
6'45"					1,5	4	6'45"					1,5	4
6'50"					1	3,5	6'50"					1	3,5

6'55"	3	6'55"	3
7'00"	2,5	7'00"	2,5
7'05"	2	7'05"	2
7'10"	1,5	7'10"	1,5
7'15"	1	7'15"	1

PROBE

Număr Abdo- mene	ABDOMENE BĂRBAȚI NOTE/GRUPE DE VÂRSTĂ						Număr Abdo- mene	ABDOMENE FEMEI NOTE/GRUPE DE VÂRSTĂ					
	N/I	N/II	N/III	N/IV	N/V	N/VI		N/I	N/II	N/III	N/IV	N/V	N/VI
50	10						46	10					
49	9,5						45	9,5					
48	9						44	9					
47	8,5						43	8,5					
46	8						42	8					
45	7,5	10					41	7,5	10				
44	7	9,5					40	7	9,5				
43	6,5	9					39	6,5	9				
42	6	8,5					38	6	8,5				
41	5,5	8					37	5,5	8				
40	5	7,5	10				36	5	7,5	10			
39	4,5	7	9,5				35	4,5	7	9,5			
38	4	6,5	9				34	4	6,5	9			
37	4,5	6	8,5				33	3,5	6	8,5			
36	3	5,5	8				32	3	5,5	8			
35	2,5	5	7,5	10			31	2,5	5	7,5	10		
34	2	4,5	7	9,5			30	2	4,5	7	9,5		
33	1,5	4	6,5	9			29	1,5	4	6,5	9		
32	1	3,5	6	8,5			28	1	3,5	6	8,5		
31		3	5,5	8			27		3	5,5	8		
30		2,5	5	7,5	10		26		2,5	5	7,5	10	
29		2	4,5	7	9,5		25		2	4,5	7	9,5	
28		1,5	4	6,5	9		24		1,5	4	6,5	9	
27		1	3,5	6	8,5		23		1	3,5	6	8,5	
26			3	5,5	8		22			3	5,5	8	
25			2,5	5	7,5	10	21			2,5	5	7,5	10
24			2	4,5	7	9,5	20			2	4,5	7	9,5
23			1,5	4	6,5	9	19			1,5	4	6,5	9
22			1	3,5	6	8,5	18			1	3,5	6	8,5
21				3	5,5	8	17				3	5,5	8
20				2,5	5	7,5	16				2,5	5	7,5
19				2	4,5	7	15				2	4,5	7
18				1,5	4	6,5	14				1,5	4	6,5
17				1	3,5	6	13				1	3,5	6
16					3	5,5	12					3	5,5
15					2,5	5	11					2,5	5
14					2	4,5	10					2	4,5
13					1,5	4	9					1,5	4

12	1	3,5	8	1	3,5
11		3	7		3
10		2,5	6		2,5
9		2	5		2
8		1,5	4		1,5
7		1	3		1

PROBE

VITEZĂ 50 m BĂRBAȚI							VITEZĂ 50 m FEMEI						
PERF	NOTE/GRUPE DE VÂRSTĂ						PERF	NOTE/GRUPE DE VÂRSTĂ					
TIMP	N/I	N/II	N/III	N/IV	N/V	N/VI	TIMP	N/I	N/II	N/III	N/IV	N/V	N/VI
6'8	10						8'4	10					
6'9	9,5						8'5	9,5					
7'0	9						8'6	9					
7'1	8,5						8'7	8,5					
7'2	8						8'8	8					
7'3	7,5	10					8'9	7,5	10				
7'4	7	9,5					9'0	7	9,5				
7'5	6,5	9					9'1	6,5	9				
7'6	6	8,5					9'2	6	8,5				
7'7	5,5	8					9'3	5,5	8				
7'8	5	7,5	10				9'4	5	7,5	10			
7'9	4,5	7	9,5				9'5	4,5	7	9,5			
8'0	4	6,5	9				9'6	4	6,5	9			
8'1	3,5	6	8,5				9'7	3,5	6	8,5			
8'2	3	5,5	8				9'8	3	5,5	8			
8'3	2,5	5	7,5	10			9'9	2,5	5	7,5	10		
8'4	2	4,5	7	9,5			10'0	2	4,5	7	9,5		
8'5	1,5	4	6,5	9			10'1	1,5	4	6,5	9		
8'6	1	3,5	6	8,5			10'2	1	3,5	6	8,5		
8'7		3	5,5	8			10'3		3	5,5	8		
8'8		2,5	5	7,5	10		10'4		2,5	5	7,5	10	
8'9		2	4,5	7	9,5		10'5		2	4,5	7	9,5	
9'0		1,5	4	6,5	9		10'6		1,5	4	6,5	9	
9'1		1	3,5	6	8,5		10'7		1	3,5	6	8,5	
9'2			3	5,5	8		10'8			3	5,5	8	
9'3			2,5	5	7,5	10	10'9			2,5	5	7,5	10
9'4			2	4,5	7	9,5	11'0			2	4,5	7	9,5
9'5			1,5	4	6,5	9	11'1			1,5	4	6,5	9
9'6			1	3,5	6	8,5	11'2			1	3,5	6	8,5
9'7				3	5,5	8	11'3				3	5,5	8
9'8				2,5	5	7,5	11'4				2,5	5	7,5
9'9				2	4,5	7	11'5				2	4,5	7
10'0				1,5	4	6,5	11'6				1,5	4	6,5
10'1				1	3,5	6	11'7				1	3,5	6
10'2					3	5,5	11'8					3	5,5
10'3					2,5	5	11'9					2,5	5
10'4					2	4,5	12'0					2	4,5
10'5					1,5	4	12'1					1,5	4

10'6	1	3,5	12'2	1	3,5
10'7		3	12'3		3
10'8		2,5	12'4		2,5
10'9		2	12'5		2
11'0		1,5	12'6		1,5
11'1		1	12'7		1

PRECIZĂRI PRIVIND ACTIVITATEA DE EVALUARE

- toate probele se execută în ținută adecvată anotimpului și probei respective, câte o singură încercare;
- proba de viteză se execută cu startul din picioare, câte doi concurenți contra cronometru;
- proba de rezistență se execută cu startul din picioare în serii de câte 10(zece) concurenți contra cronometru;
- proba de flexie abdominală se execută din poziția culcat pe spate, cu mâinile la ceafă și sprijin în picioare, timp de două minute fără pauze, câte un concurent contra cronometru.

Motivăm această propunere din următoarele considerente:

- creșterea calității în selectarea candidaților;
- o mai bună imagine și prestață a agentului de poliție comunitară în stradă, o intervenție eficientă și operativă în îndeplinirea atribuțiilor specifice de serviciu.

Rugăm să aprobați propunerile făcute, pentru a constitui un nou criteriu de selecție la funcția publică de agent de poliție comunitară cu ocazia următoarelor examene.

DIRECTOR EXECUTIV
Jr. SPĂTARU DORU