

PROBA SPORTIVĂ - TESTAREA NIVELULUI CAPACITĂȚII MOTRICE

Testarea nivelului capacității motrice este susținută numai de către candidații care au examinarea medicală efectuată, cu specificația "**APT PENTRU EFORT FIZIC**".

Testarea candidaților cuprinde două probe:

1. *traseul utilitar - aplicativ;*
2. *alergare pe distanța 2000 m.*

Fiecare probă în parte are caracte eliminătoriu!

Testarea nivelului capacității motrice începe cu traseul utilitar - aplicativ și continuă cu alergare pe distanța 2000 m.

Configurația probelor și baremelor sunt diferențiate în funcție de sex.

Descrierea testării este prezentată în anexa 2a., iar Schema traseului utilitar - aplicativ e în anexa 2b.

Candidații sunt declarați "**ADMIS**" la testare, dacă îndeplinesc următoarele bareme.

Categoriile de candidați	Sexul	Traseul utilitar-aplicativ	Alergare pe distanța 2000 m	
		Barem (min. sec)	Lungime traseu	Bareme (min. sec)
Ofițeri - filiera directă	M	1'40"	2000 m	8'30"
	F	1'40"	2000 m	9'25"

Instructajul privind normele și măsurile de prevenire a accidentelor în locurile de desfășurare a testării nivelului capacității motrice, se face înainte de timpul alocat încălzirii pentru proba "traseul utilitar - aplicativ".

Candidații sunt răspunzători de apariția eventualelor accidentări pe timpul desfășurării probelor, datorate nerespectării normelor prelucrate sau a execuțiilor greșite. Candidații care se accidentează în timpul unei probe sau pe timpul alocat pregătirii organismului pentru efort și nu o pot termina, pot fi replanificați, la propunerea evaluatorilor, la care se va anexa recomandarea medicului instituției, în baza aprobării Președintelui comisiei examenului de admitere.

Candidații care declară, după efectuarea instructajului, că nu pot susține testarea, sunt replanificați pe baza unei cereri adresate Președintelui comisiei examenului de admitere, fără a se depăși termenul limită de stabilit pentru probele eliminatorii. Contestarea ulterioară a rezultatelor, pe motive de indispoziție psihică sau somatică, nu este luată în considerație. Pregătirea organismului pentru efort și influențarea selectivă a aparatului locomotor, se desfășoară în spațiul destinat acestei activități, sub supravegherea evaluatorilor. Încălzirea se execută timp de 15 minute înaintea fiecărei probe, pe durata căreia, candidații se pot acomoda și cu elementele traseului utilitar - aplicativ.

Înainte parcurgerii traseului utilitar - aplicativ, unul dintre evaluatori va prezenta candidaților elementele, modul de execuție a acestora, restricțiile, penalizările precum și procedura de testare. Pauza dintre probe se acordă astfel încât, fiecare candidat să beneficieze de minimum 15 minute de refacere, în care nu se include deplasarea la locul de desfășurare a probei următoare. Pe timpul desfășurării probelor, este obligatorie prezența unui cadru medical de specialitate - medic, asistent medical sau sanitar - în vederea acordării primului ajutor în caz de nevoie. Rezultatele sunt comunicate verbal candidaților, după fiecare probă, de către evaluatori. Contestarea rezultatului se face individual, prin cerere scrisă adresată Președintelui comisiei examenului de admitere., după comunicarea rezultatului. Contestația se rezolvă până la începerea probei următoare, prin verificarea corectitudinii stabilirii timpului total și a deciziei finale. **Rezultatul contestației este definitiv.**