



**Città metropolitana di Roma Capitale
Ufficio Centrale “Risorse Umane”
Direzione
Ufficio Concorsi**

AVVISO DI CONVOCAZIONE PROVA EFFICIENZA FISICA

CONCORSO PUBBLICO, PER ESAMI, PER L’ASSUNZIONE A TEMPO PIENO E INDETERMINATO DI N. 10 UNITÀ DI PERSONALE DA INQUADRARE NELL’AREA DEGLI ISTRUTTORI CON IL PROFILO PROFESSIONALE DI “AGENTE DI POLIZIA LOCALE” DELLA CITTÀ METROPOLITANA DI ROMA CAPITALE. CODICE CONCORSO CMRC/APL10.

LA COMMISSIONE ESAMINATRICE RENDE NOTO CHE

la prova di efficienza fisica si terrà il giorno **29 luglio 2024**, secondo il calendario di seguito indicato, presso il Centro di Preparazione Paralimpica “Tre Fontane” in Via delle Tre Fontane 25/27/29 – 00144 – Roma.

In coerenza con quanto previsto dall’art. 7 “Prove d’esame” del Bando di Concorso in parola alla prova di efficienza fisica sono ammessi i candidati risultati idonei alla prova scritta avendo ottenuto una votazione minima di 21/30 (ventuno/trentesimi).

La suddetta prova consisterà nelle seguenti attività da eseguirsi in sequenza:

- per i candidati di sesso maschile:

- a) corsa di 800 metri piani da compiersi nel tempo massimo di 4 minuti;
- b) salto in alto di una altezza di 100 centimetri da superarsi in un massimo di tre tentativi;
- c) 10 piegamenti sulle braccia al suolo continuativi entro 2 minuti.

- per le candidate di sesso femminile:

- a) corsa di 800 metri piani da compiersi nel tempo massimo di 5 minuti;
- b) salto in alto di una altezza di 85 centimetri da superarsi in un massimo di tre tentativi;
- c) 7 piegamenti sulle braccia al suolo continuativi entro 2 minuti.

Il giudizio di idoneità/inidoneità è effettuato dalla Commissione Esaminatrice che si avvarrà della collaborazione e del supporto tecnico del CONI – Comitato Regionale Lazio.

La Commissione con l'ausilio dei tecnici ha il compito di:

- sovrintendere alla corretta esecuzione degli esercizi fisici;
- esprimere il giudizio definitivo di idoneità/inidoneità.

Le prove saranno presenziate altresì da personale sanitario e sul posto sarà disponibile un'autoambulanza.

Il giudizio di idoneità/inidoneità sarà reso noto al termine della giornata della prova mediante pubblicazione sul sito internet istituzionale della Città metropolitana di Roma Capitale www.cittametropolitanaroma.it nella sezione Amministrazione Trasparente – Bandi di Concorso e sul Portale del Reclutamento “inPA” all'indirizzo internet: <https://www.inpa.gov.it/>.

L'esito della prova di efficienza fisica non darà luogo ad un punteggio ma esclusivamente ad un giudizio di idoneità/inidoneità e non concorre alla formazione del punteggio finale utile per il collocamento nella graduatoria finale di merito.

Lo svolgimento di tutte le attività previste è obbligatorio, il mancato superamento, anche di una sola delle suddette prove di efficienza fisica, comporterà la non idoneità del candidato e la sua conseguente esclusione dal prosieguo del procedimento selettivo. Non è ammessa la ripetizione delle prove.

I candidati risultati idonei saranno ammessi alla successiva prova orale secondo le modalità previste dal Bando di concorso.

I candidati convocati presso la predetta struttura sportiva designata per l'effettuazione della prova di cui trattasi dovranno:

1. presentarsi esclusivamente presso l'impianto sportivo indicato nel giorno e orario previsti dal calendario di convocazione così come riportato di seguito. La mancata presenza comporta l'esclusione dalla selezione;
2. indossare abbigliamento sportivo idoneo all'espletamento della prova;
3. consegnare il certificato medico di idoneità sportiva agonistica per la partecipazione a concorsi pubblici in corso di validità, rilasciato da un medico appartenente alla Federazione Medico Sportiva Italiana (F.S.I.) ovvero a struttura sanitaria pubblica o privata accreditata con il SSN ovvero da un medico (o struttura sanitaria pubblica o privata) autorizzato secondo le normative nazionali e regionali e che esercita in tali ambiti in qualità di medico specializzato in medicina dello sport. La certificazione medico sportiva agonistica in corso di validità alla data della prova fisica, se diversa da quella relativa alla partecipazione ai concorsi pubblici, è considerata idonea se rilasciata per la disciplina dell'atletica leggera di cui alla Tabella B del Decreto Ministeriale 18 febbraio 1982 "Norme per la tutela sanitaria dell'attività sportiva agonistica", in considerazione delle attività che formano oggetto della prova fisica. La mancata esibizione del predetto certificato comporta l'esclusione dalla selezione;
4. sottoscrivere apposita dichiarazione attestante l'assenza di infortuni o postumi di infortuni, patologie e altre cause ostative, anche temporanee, di cui siano a conoscenza, che non consentano lo svolgimento degli esercizi previsti;
5. essere identificati mediante esibizione del documento di riconoscimento in corso di validità, i cui estremi saranno riportati sul registro presenze. Le procedure di identificazione saranno ripetute più volte nel corso delle prove. I candidati sono, pertanto, invitati ad agevolare tali operazioni esibendo celermente il documento di riconoscimento, quando richiesto;
6. ricevere dal personale di supporto alla Commissione le indicazioni per il corretto svolgimento degli esercizi fisici e saranno muniti di un pettorale distintivo con numerazione univoca, essenziale per l'identificazione durante l'espletamento della prova. Il pettorale dovrà essere prontamente indossato dai candidati e per nessun motivo potrà essere rimosso (pena l'esclusione dalla prova). Sarà cura del candidato riconsegnarlo al termine della prova al personale di assistenza.

È fatto assoluto divieto ai candidati di effettuare riprese foto e video in ogni fase delle prove di efficienza fisica. Una volta identificati ai candidati è fatto assoluto divieto di abbandonare senza autorizzazione l'area dell'impianto a loro assegnata dal personale di assistenza.

Il candidato regolarmente presentatosi che, prima dell'inizio di una delle tre prove previste, accusi un'indisposizione dovrà farlo immediatamente presente alla Commissione, la quale, sentito il personale medico presente, adotterà le conseguenti determinazioni.

La Commissione, al verificarsi di eventi eccezionali da valutare di volta in volta (es. particolari condizioni metereologiche avverse) potrà disporre l'effettuazione/ripetizione di uno o più esercizi fisici o la temporanea sospensione delle prove, anche eventualmente fissando una nuova data di convocazione.

La Commissione con l'ausilio del personale tecnico, prima di dare avvio all'inizio delle prove, effettueranno la verifica sullo stato delle attrezzature e dei luoghi ove saranno effettuati gli esercizi (materassi, reggi asta per il salto in alto, etc...).

MODALITA' ESECUTIVE DELLE SINGOLE PROVE DI EFFICIENZA FISICA

I candidati verranno identificati a mezzo di idoneo documento di riconoscimento in corso di validità che consegneranno al personale di assistenza immediatamente prima di sostenere ogni singola prova.

Nel caso in cui il candidato, durante lo svolgimento di uno degli esercizi fisici, incorra in un infortunio, accusi malessere, cada o si fermi, non potrà ripetere l'esercizio fisico che viene ritenuto sostenuto con esito negativo. Una volta identificati, i candidati saranno accompagnati dal personale di assistenza e vigilanza in un'apposita area dove avranno garantiti dieci minuti di riscaldamento (facoltativo) al termine del quale gli stessi dovranno senza indugio e accompagnati dal personale di assistenza recarsi nell'apposita area destinata all'esecuzione delle prove.

Le tre prove di efficienza fisica, avranno le seguenti specificità:

1) Salto in alto.

Il candidato ha a disposizione un massimo di 3 tentativi per eseguire il salto in alto all'altezza prevista (uomini 100 cm – donne 85 cm) con le seguenti modalità:

- ha 1 minuto per effettuare ognuno dei 3 tentativi di salto dal momento in cui viene chiamato;
- lo stacco da terra per oltrepassare l'asticella deve essere effettuato a corpo libero senza alcun ausilio;
- il salto è considerato nullo e dovrà essere ripetuto, nel limite massimo dei 3 tentativi consentiti, esclusivamente in caso di caduta dell'asta conseguente al tocco da parte del candidato durante la prova;
- dopo tre salti nulli la prova si considera non superata.

Il candidato che non superi la prova non avrà accesso alle ulteriori prove.

2) Corsa piana.

Il candidato, previo adeguato riscaldamento muscolare, dovrà eseguire una corsa della lunghezza di 800 metri su pista di atletica nel tempo massimo indicato (uomini tempo max 4' – donne tempo max 5'). Il tempo impiegato sarà cronometrato.

Alla ricezione dell'apposito segnale, che coincide con lo start del cronometro, il concorrente dovrà percorrere la distanza indicata.

Per l'espletamento della prova, l'accesso alla pista è consentito esclusivamente con calzature sportive con suola in gomma.

Il candidato che non superi la prova non avrà accesso alle ulteriori prove.

3) Piegamenti sulle braccia.

Il candidato, alla ricezione dell'apposito segnale (che coincide con lo start del cronometro), deve eseguire il numero di piegamenti sulle braccia al suolo richiesti (n.10 uomini e n.7 donne) nel tempo indicato dal bando e pari a 2 minuti.

La prova deve essere effettuata con continuità, senza riposo tra una ripetizione e l'altra, nel limite temporale previsto, senza appoggio a terra del busto. L'unico contatto consentito con il terreno è con mani e piedi.

L'esercizio avrà inizio con il candidato posizionato prono a terra, con le mani (all'ampiezza delle spalle) e i piedi in appoggio al suolo, le braccia estese completamente. Alla ricezione dell'apposito segnale il concorrente dovrà iniziare a eseguire i piegamenti abbassandosi verso il suolo e poi tornare alla posizione di partenza. L'esecuzione potrà essere effettuata poggiando a terra esclusivamente mani e piedi. L'eventuale esecuzione non corretta di alcuni piegamenti, nel limite massimo di tempo concesso, potrà essere recuperata dal candidato solo proseguendo l'esecuzione dell'esercizio sino al raggiungimento del numero di piegamenti corretti richiesto.

Il personale addetto al controllo sull'esecuzione dell'esercizio conteggerà il numero dei piegamenti correttamente eseguiti, fino al raggiungimento del numero previsto per il superamento della prova e comunicherà lo scadere del tempo disponibile per la prova.

Il candidato che non superi la prova non avrà accesso alle ulteriori prove.

Roma 11.07.2024

CALENDARIO PROVA EFFICIENZA FISICA

**CONCORSO PUBBLICO, PER ESAMI, PER L'ASSUNZIONE A TEMPO PIENO
E INDETERMINATO DI N. 10 UNITÀ DI PERSONALE DA INQUADRARE
NELL'AREA DEGLI ISTRUTTORI CON IL PROFILO PROFESSIONALE DI
"AGENTE DI POLIZIA LOCALE" DELLA CITTÀ METROPOLITANA DI
ROMA CAPITALE. CODICE CONCORSO CMRC/APL10.**

29 luglio 2024

Prima sessione: convocazione ore 8:00 e inizio prove ore 09:00

CONVOCATI I CANDIDATI CON I SEGUENTI

CODICI IDENTIFICATIVI "inPA":

N.	CODICE IDENTIFICATIVO "INPA"
1	3CAG32K6MK
2	7V52PSNXCX
3	HNUX6RFHHS
4	Q3C5RAMXZU
5	9S54GK5ETF
6	A8VDVGNRPV
7	1T9MKNKUA5Z
8	YES9B2WTEW
9	F872PTPGSF
10	R8MDAC16U1
11	NQRU1DK7CR
12	E6M379H79Z
13	YUB5ACNT88
14	T7HD94EDRR
15	PTKP4G9W83
16	SU82SZ2SHR
17	NT65GWDMX8
18	EFT4G9EYW2
19	6S1QK6VP8F
20	9F992AHZM1
21	MCEW5UWDR7
22	4EPW2HU6SG
23	4XQFHF59XM
24	A91S2HDBDM
25	FQD8EERGQ2
26	SX1A74V58W

27	QE56YCDNEQ
28	8CE234KMHG
29	W7AN9VF726
30	CEEZUQGK41
31	8BKC9B466Z
32	47FQBZVMM9
33	AZYY8HSCH3
34	HC4QTCR7KN
35	GD6HNDFWM1
36	6VSGT58K7D
37	YZYEGFNVYB
38	ZHE1P66AQK
39	UYPBU2QMNP
40	7UVX7GHEYN
41	HPYUD1BPHB
42	ADMCKEKHMH
43	TS1W32MXP3
44	5SEE1HNRCC
45	11ZR4ZCBE6

29 luglio 2024

Seconda sessione: convocazione ore 14:00 e inizio prova ore 15:00

CONVOCATI I CANDIDATI CON I SEGUENTI

CODICI IDENTIFICATIVI “inPA”:

N.	CODICE IDENTIFICATIVO “INPA”
1	Q25KSEPA6P
2	2TYXT9YC8Q
3	D89MBHEMTR
4	HS29EGAWD3
5	BCM6CXRZZA
6	5DW8QC7XV5
7	GW8A5GHPYS
8	KB5RQQEUFV
9	1N314R5NEA
10	RCDRRUFVSZ
11	ND2RCDD8SS
12	3Y36KM6399
13	T2YZZFVRKG
14	ZG56FAW7Y2
15	BNMT4T6VYT
16	PTP222MBEG
17	AQC8GDG2AE

18	8PTPDTGGFA
19	XDP9SUQ7M8
20	1MCGCPUVV1
21	4RHZH58Q7E
22	5WMKCXGBQB
23	N66EF46826
24	XDF2HQBWMG
25	EFEPAMYUT3
26	MTM84T7SD9
27	4SNXMZQARE
28	WEEQV4DH41
29	5MREHSN9YX
30	C66FUB8GCG
31	UATAX9GM5U
32	BAADDYP6R3
33	6RRM3841Y5
34	248BBWREXX
35	26NTQRD8UA
36	EH8248XYBU
37	QGD8YFRN8R
38	SYT2T58NBB
39	C7VGA4BTBW
40	KSR1QK4QFV
41	HM28PBZWDS
42	C322CHHDAA
43	H989TDEZV6
44	HKZKWS2Y85
45	ZD2ZS83RU3