



Ministero dell'Interno

DIPARTIMENTO DELLA PUBBLICA SICUREZZA

DIREZIONE CENTRALE PER LE RISORSE UMANE

Concorso per il conferimento di 80 posti di Commissario

Commissione per la verifica dell'efficienza fisica

**PROCEDURE PER LO SVOLGIMENTO DELLE PROVE DI
EFFICIENZA FISICA DEL CONCORSO PUBBLICO PER TITOLI
ED ESAMI, PER IL CONFERIMENTO DI 80 POSTI DI
COMMISSARIO DEL RUOLO DEI COMMISSARI DELLA
POLIZIA DI STATO,
INDETTO CON DECRETO DEL 30 GIUGNO 2017**

(Gazzetta Ufficiale della Repubblica Italiana - 4^a Serie Speciale "Concorsi ed Esami" -
del 4 luglio 2017)



Ministero dell'Interno

DIPARTIMENTO DELLA PUBBLICA SICUREZZA

DIREZIONE CENTRALE PER LE RISORSE UMANE

Concorso per il conferimento di 80 posti di Commissario

Commissione per la verifica dell'efficienza fisica

Indice

PREMESSA	3
RIFERIMENTI NORMATIVI.....	3
COMMISSIONE ESAMINATRICE	3
ACCREDITAMENTO	3
MODALITA' E DESCRIZIONE.....	4
SVOLGIMENTO DELLE PROVE.....	5
Prima prova: CORSA	5
Seconda prova: SALTO IN ALTO.....	5
Terza prova: TRAZIONI ALLA SBARRA	6
GIUDIZIO FINALE.....	6



Ministero dell'Interno

DIPARTIMENTO DELLA PUBBLICA SICUREZZA

DIREZIONE CENTRALE PER LE RISORSE UMANE

Concorso per il conferimento di 80 posti di Commissario

Commissione per la verifica dell'efficienza fisica

PREMESSA

Le prove di efficienza fisica, per l'ingresso nei ruoli della Polizia di Stato, vengono effettuate per valutare le capacità e le qualità fisiche degli aspiranti.

La procedura selettiva concorsuale delle prove di efficienza fisica, sarà svolta nell'arco di una giornata, presso gli impianti sportivi del 1° Reparto Mobile della Polizia di Stato, con sede in Via Portuense 1680 e consiste nel portare a termine gli esercizi fisico/ginnici della corsa piana, del salto in alto e delle trazioni alla sbarra, da superare in sequenza e secondo le modalità prestabilite.

RIFERIMENTI NORMATIVI

D.M. 30 giugno 2003, n.198, art. 3 comma 3: *"i candidati sono sottoposti alle prove di efficienza fisica previste nel bando di concorso, secondo le modalità ed i programmi ivi indicati rispettivamente per gli uomini e le donne"*.

Art. 11 del bando di concorso.

COMMISSIONE

La Commissione del concorso è nominata con decreto del Capo della Polizia – Direttore Generale della Pubblica Sicurezza pubblicato sul sito istituzionale della Polizia di Stato.

E' composta da un Dirigente della Polizia di Stato, che la presiede, da un medico della Polizia di Stato e da un appartenente ai Gruppi Sportivi della Polizia di Stato "Fiamme Oro", con qualifica di Coordinatore di settore sportivo o di Direttore tecnico. Svolge le funzioni di Segretario un appartenente ai ruoli degli ispettori della Polizia di Stato ovvero un funzionario dell'Amministrazione civile del Ministero dell'Interno. Per supplire ad eventuali temporanee assenze o impedimenti del Presidente e dei Componenti della Commissione sono stati nominati altrettanti supplenti.

La Commissione si avvale della collaborazione di personale appositamente individuato, in numero congruo, per l'ausilio nell'espletamento delle singole prove nonché per controllare, supportare e indirizzare i candidati dalla fase di accreditamento all'uscita della struttura.

ACCREDITAMENTO

I candidati dovranno presentarsi nel giorno stabilito dal calendario pubblicato sul sito ufficiale della Polizia di Stato - Sezione concorsi, presso il compendio "Ferdinando di Savoia" sito in Roma, Via del Castro Pretorio nr.5 da dove, a mezzo bus-navetta della Polizia di Stato, raggiungeranno il luogo delle prove.

Ciascun candidato dovrà portare al seguito, a pena di esclusione:

- valido documento di riconoscimento;
- ricevuta della presentazione della domanda di partecipazione al concorso, da stampare dall'area personale riservata avendo cura che il codice a barre sia perfettamente leggibile;
- certificato medico di idoneità sportiva agonistica per l'atletica leggera in corso di validità, conforme al decreto del Ministero della Sanità del 18 febbraio 1982 e successive modifiche,



Ministero dell'Interno

DIPARTIMENTO DELLA PUBBLICA SICUREZZA

DIREZIONE CENTRALE PER LE RISORSE UMANE

Concorso per il conferimento di 80 posti di Commissario

Commissione per la verifica dell'efficienza fisica

rilasciato da medici appartenenti alla Federazione Medico-Sportiva Italiana o, comunque, a strutture sanitarie pubbliche o private convenzionate, in cui esercitano medici specialisti in medicina dello sport;

Si consiglia idoneo abbigliamento sportivo (tuta ginnica, pantaloncini corti e maglietta, scarpe ginniche).

Il candidato che lamenti una condizione fisica non idonea all'effettuazione delle prove di efficienza fisica alla data della convocazione, deve esibire idonea certificazione medica. La Commissione, valutate le condizioni fisiche anche sulla base della certificazione sanitaria presentata, potrà autorizzare il differimento dell'effettuazione delle prove ad altra data, purché compatibile con il termine ultimo fissato per lo svolgimento delle prove stesse.

MODALITA' E DESCRIZIONE

Le modalità ed i tempi di durata delle prove sono riassunti nella seguente tabella.

PROVA	UOMINI	DONNE	NOTE
Corsa 1000 m.	tempo max. 3'55"	tempo max. 4'55"	//
Salto in alto	1,20 m.	1,00 m.	Max. 3 tentativi
Sollevamento alla sbarra	n. 5	n. 2	continuativi (max. 2 minuti)

Prima dell'inizio delle prove il Presidente della Commissione illustra ai candidati le modalità, le distanze da percorrere ed i tempi limite da rispettare.

L'accesso alla prova successiva è subordinato al superamento di quella precedente.

In caso di infortunio durante lo svolgimento di una prova che possa pregiudicare il regolare svolgimento di quella successiva, il candidato deve avvertire immediatamente la Commissione. Il sanitario della Polizia di Stato membro della Commissione, valutata l'effettiva inabilità, emette idonea certificazione, sulla base della quale la Commissione potrebbe autorizzarne il differimento ad altra data, compatibilmente con il termine ultimo fissato per lo svolgimento delle prove concorsuali.

Una volta iniziata la singola prova, per nessun motivo saranno prese in considerazione istanze di ripetizione o di differimento della stessa.

Alla fine di ciascuna prova, viene comunicata l'esclusione a coloro che non sono rientrati nei parametri stabiliti.

Dopo la notifica del verbale di esclusione, i candidati non idonei dovranno lasciare immediatamente il sito delle prove.



Ministero dell'Interno

DIPARTIMENTO DELLA PUBBLICA SICUREZZA

DIREZIONE CENTRALE PER LE RISORSE UMANE

Concorso per il conferimento di 80 posti di Commissario

Commissione per la verifica dell'efficienza fisica

SVOLGIMENTO DELLE PROVE

Prima prova: CORSA

Ciascun candidato verrà dotato di un *trasponder chip* numerato da collocare alla caviglia per la misurazione del tempo impiegato per la prova. Il rilevamento viene effettuato da apposita apparecchiatura di telemetria, marca "*Winning time*", modello *Box WTD*, collocata sulla linea di arrivo, corrispondente alla fine del percorso previsto per la prova.

In caso di mancato funzionamento dell'apparecchiatura elettronica, la misurazione del tempo impiegato per la prova sarà effettuata con cronometraggio manuale.

I candidati presenti vengono divisi in distinti gruppi di donne e di uomini, fino ad un massimo di 18 persone per batteria.

Prima della prova viene data la facoltà di effettuare un riscaldamento preliminare della durata massima di 10' (dieci minuti).

Alla ricezione di apposito segnale dovranno percorrere la **distanza di 1000 metri**.

Alla fine della propria prova, i candidati restituiranno il *trasponder* ed attenderanno il completamento della corsa di tutti i concorrenti.

Al termine dei *test* di tutti i candidati presenti, il Presidente comunicherà i nominativi degli idonei che potranno accedere alla prova successiva.

Seconda prova: SALTO IN ALTO

La prova consiste nel saltare l'asticella collocata tra due "ritti", ad un'altezza di **1 mt** per le **donne** e di **1,20 mt** per gli **uomini** con un massimo di tre tentativi.

La misura viene controllata dal componente delle Fiamme Oro della Commissione.

I candidati avranno a disposizione un tempo massimo di **1' (un minuto)** per ogni salto. Una volta avviata la rincorsa per effettuare il salto se il candidato provoca la caduta dell'asticella, anche senza saltare, la prova del singolo salto verrà considerata per tutti gli effetti fallita.

La modalità relativa alla tecnica per il superamento dell'asta è a discrezione del candidato, ma è obbligatorio staccare i piedi dal suolo prima di toccare il materasso (zona di caduta) posto dietro l'asticella. **La prova si intende superata se l'asta non cade.**



Ministero dell'Interno

DIPARTIMENTO DELLA PUBBLICA SICUREZZA

DIREZIONE CENTRALE PER LE RISORSE UMANE

Concorso per il conferimento di 80 posti di Commissario

Commissione per la verifica dell'efficienza fisica

Terza prova: TRAZIONI ALLA SBARRA

La prova consiste nel sollevamento del proprio corpo, con la forza delle braccia, eseguendo trazioni alla sbarra, nella misura di due per le donne e cinque per gli uomini, in un tempo massimo di due minuti.

E' discrezione del candidato scegliere la tipologia di presa della sbarra (stretta, larga, inversa), che sarà collocata all'incirca ad un'altezza di 1,90 mt per le donne e di 2,10 mt per gli uomini. Il candidato dovrà presentarsi davanti all'attrezzo, rivolto verso gli altri aspiranti, impugnando la sbarra.

La corretta esecuzione prevede:

- una fase di salita, nella quale il candidato con gli arti superiori deve effettuare una trazione fino al superamento della sbarra con il mento; nell'esecuzione le braccia devono essere inizialmente distese e gli arti inferiori non devono toccare il terreno;
- una fase di discesa, nella quale ci sarà la massima distensione degli arti superiori mentre quelli inferiori non dovranno toccare il terreno, ne' alcuna parte della struttura.

La non esatta osservanza dei movimenti appena descritti, comporta il mancato conteggio della trazione.

Allorquando il candidato volesse iniziare la prova non in sospensione con le braccia distese, può iniziare la prova con un piccolo salto ma, in questo caso, la trazione non verrà conteggiata in quanto il superamento della sbarra sarà stato ottenuto con l'ausilio degli arti inferiori e non solo con quelli superiori.

GIUDIZIO FINALE

Ai candidati che avranno superato tutte le prove sarà comunicato, a cura del segretario della Commissione, che proseguiranno le selezioni nel pomeriggio dello stesso giorno presso il compendio "Ferdinando di Savoia" dove saranno accompagnati con bus-navetta della Polizia di Stato.

Ai candidati che non avranno superato anche una sola delle prove previste sarà notificato, a cura del segretario della Commissione, il verbale di inidoneità.

Il giudizio di inidoneità della Commissione è definitivo e comporta l'esclusione dal concorso.

Avverso il giudizio della Commissione è ammesso il ricorso, entro 60 giorni, al Tribunale Amministrativo Regionale di competenza o il ricorso straordinario, entro 120 giorni, al Presidente della Repubblica.

A partire dal giorno successivo alle prove, i documenti di pertinenza di ciascun candidato saranno disponibili nell'area riservata del sito web della Polizia di Stato - sezione concorsi (https://concorsionline.poliziadistato.it/#/domande_concorsi) e potranno essere scaricati.