

UNIONE DEI COMUNI DEL MIRANESE

Martellago, Mirano, Noale, Salzano, Spinea

Città Metropolitana di Venezia

CONCORSO PUBBLICO PER AGENTE DI POLIZIA LOCALE

ALL. 3. VERBALE DELLA PRIMA SEDUTA

PROVE DI EFFICIENZA FISICA

Al fine di sostenere la prova di efficienza fisica, i candidati sono invitati a presentarsi presso l'impianto sportivo di Martellago (VE) sito in Via Trento n. 76, come da calendario pubblicato sul sito www.unionemiranese.gov.it nella pagina relativa al concorso.

I candidati che non si presenteranno nel giorno e nell'orario indicato saranno considerati rinunciari. La prova si svolgerà con qualunque condizione atmosferica.

Come indicato all'art.7 del Bando di concorso, la prova di efficienza fisica ha valore di idoneità e l'esito della stessa non concorre alla formazione della graduatoria finale di merito; pertanto ai candidati non verrà attribuito alcun punteggio, ma solo un giudizio di idoneità o inidoneità. I soli candidati che saranno ritenuti "idonei" potranno, quindi, essere ammessi alla successiva prova scritta che si terrà il giorno 22 giugno 2020 (salvo modifiche).

Per tutti gli spostamenti dalla fase di identificazione, all'accesso in pista, al raggiungimento degli spazi di esecuzione degli esercizi fino all'esodo finale, i candidati dovranno prestare particolare attenzione alle indicazioni impartite dalla Commissione esaminatrice e dal personale addetto alla sorveglianza (identificabile tramite il relativo cartellino di riconoscimento).

I candidati dovranno presentarsi il giorno della prova muniti di:

- idoneo abbigliamento sportivo;
- un documento di identità personale in corso di validità e una fotocopia dello stesso da consegnare alla Commissione;
- un certificato medico di idoneità sportiva non agonistica. Copia del predetto certificato dovrà essere consegnata al personale in fase di registrazione in quanto sarà conservata agli atti. Si ribadisce che la mancata presentazione di detto certificato o la presentazione di un certificato non conforme a quanto indicato, determinerà la non ammissione del candidato a sostenere la prova, e, pertanto, l'esclusione dal concorso.

Per depositare eventuali effetti personali sarà messo a disposizione dei candidati uno spazio coperto incustodito (con l'avvertenza che il l'Unione dei Comuni del Miranese non sarà responsabile di eventuali furti o smarrimenti che si dovessero verificare).

Il documento di identità personale, richiesto in fase di identificazione dei candidati, non dovrà essere depositato ma dovrà essere tenuto a portata di mano in quanto potrà essere richiesto in qualsiasi momento al fine di verificare l'identità dei candidati durante la loro permanenza all'interno degli impianti sportivi.

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

In caso di infortunio o malore durante lo svolgimento di una prova, il candidato deve avvertire immediatamente la Commissione che provvederà ad avvisare lo staff sanitario presente, sentito il



UNIONE DEI COMUNI DEL MIRANESE

Martellago, Mirano, Noale, Salzano, Spinea

Città Metropolitana di Venezia

CONCORSO PUBBLICO PER AGENTE DI POLIZIA LOCALE

ALL. 3. VERBALE DELLA PRIMA SEDUTA

PROVE DI EFFICIENZA FISICA

quale, la Commissione potrà, eventualmente, disporre il differimento delle prove ad altra data, purché compatibile con il termine ultimo fissato per lo svolgimento della prova orale; pertanto, il candidato sarà ammesso con riserva alle prove concorsuali successive.

La prova di idoneità effettuata per verificare il possesso dell'efficienza fisica indispensabile per svolgere le funzioni del ruolo di Agente di polizia Locale, consisterà nell'esecuzione dei seguenti esercizi, con le specificità a fianco di ciascuno indicato e nell'ordine precisato:

1. trazioni alla sbarra n. 2 continuativi per gli uomini, 1 per le donne;
 2. salto in alto m. 0,90 cm per gli uomini, m. 0,70 per le donne;
 3. piegamenti sulle braccia a terra continuativi, n. 10 per gli uomini e n. 5 per le donne;
 4. corsa piana 1.000 mt., tempo massimo 5'00" per gli uomini e 6'00" per le donne
- Tutte le prove di efficienza fisica si svolgeranno secondo le indicazioni contenute nel bando di concorso.

PRIMA PROVA: TRAZIONI ALLA SBARRA

Per essere giudicato idoneo alla prova, il candidato, alla ricezione dell'apposito segnale (che coincide con lo start del cronometro), deve eseguire il numero di trazioni alla sbarra previsto (uomini n. 2 trazioni - donne n. 1 trazione) nel tempo massimo di 1 minuto.

L'esercizio deve essere eseguito partendo dalla posizione verticale con il corpo completamente sospeso a una sbarra orizzontale, con le mani in presa frontale (palmo delle mani in avanti) e ampiezza pari alla larghezza delle spalle, braccia completamente tese; il soggetto deve sollevarsi fino a superare, con il mento, il livello superiore della sbarra, per poi tornare nella posizione iniziale. Il candidato può scegliere il ritmo a lui più consono e deve completare la serie senza mai toccare il suolo o eventuale altro appiglio (pali o muri laterali) con le scarpe.

SECONDA PROVA: SALTO IN ALTO

Il candidato deve eseguire il salto in alto all'altezza prevista (uomini 0,90 m – donne 0,70 m) con le seguenti modalità:

- ha un minuto per iniziare il salto dal momento in cui viene chiamato;
- ha a disposizione al massimo 3 tentativi per superare l'asticella;
- dopo tre salti consecutivi nulli, la prova si considera non superata;
- i candidati devono saltare con un solo piede per oltrepassare l'asticella, altrimenti il tentativo è considerato nullo e deve essere ripetuto;
- durante il salto l'asticella può essere toccata: il salto è nullo se quest'ultima cade per il loro tocco e deve essere ripetuto.

TERZA PROVA: PIEGAMENTI SULLE BRACCIA



UNIONE DEI COMUNI DEL MIRANESE

Martellago, Mirano, Noale, Salzano, Spinea

Città Metropolitana di Venezia

CONCORSO PUBBLICO PER AGENTE DI POLIZIA LOCALE

ALL. 3. VERBALE DELLA PRIMA SEDUTA

PROVE DI EFFICIENZA FISICA

La prova consiste nell'esecuzione in modo continuativo dei piegamenti sulle braccia (si precisa che le ginocchia non possono essere appoggiate al pavimento per tutta l'esecuzione dell'esercizio).

Il movimento da effettuare per la corretta esecuzione dell'esercizio verrà illustrato dalla Commissione.

L'esecuzione dei piegamenti deve avvenire secondo le seguenti specifiche:

- palmi delle mani a terra;
- punta dei piedi a terra;
- gambe distese;
- corpo diritto,
- massima estensione delle braccia nella parte finale;
- massimo piegamento delle braccia;
- il torace deve sfiorare il suolo senza toccarlo.

QUARTA PROVA : CORSA PIANA

Ciascun candidato in fase iniziale di identificazione verrà dotato di una pettorale numerato che consentirà ai cronometristi l'identificazione per la misurazione del tempo impiegato per la prova.

Al fine di misurare il tempo della prova di corsa, la Commissione esaminatrice potrà avvalersi di personale all'uopo predisposto e precedentemente istruito.

I candidati presenti vengono divisi in gruppi per la formazione di batterie da n. 5 candidati ciascuna. Prima della prova, viene data la facoltà di effettuare un riscaldamento preliminare della durata massima di 5 minuti, al termine del quale i candidati devono prepararsi sulla linea di partenza secondo l'ordine indicato.

Alla ricezione di apposito segnale, i candidati dovranno percorrere la distanza di 1000 metri.

Ulteriori istruzioni specifiche sulle modalità di esecuzione delle prove, integrative rispetto a quelle predette, potranno essere fornite dalla Commissione esaminatrice prima dell'effettuazione delle medesime.

Fintanto che i candidati saranno impegnati nello svolgimento di una prova, i rimanenti in attesa del proprio turno sono invitati a tenere un comportamento rispettoso e a collocarsi negli spazi indicati dalla Commissione e dal personale addetto alla vigilanza.

Il giudizio di idoneità della Commissione è definitivo e comporta l'esclusione dal concorso. Sarà pubblicato nel sito www.unionemiraneve.it nella pagina dedicata al concorso entro il 19 giugno 2020.

