



**CENTRO NAZIONALE SELEZIONE RECLUTAMENTO**  
**UFFICIO RECLUTAMENTO CONCORSI**

**CENTRO NAZIONALE DI SELEZIONE E RECLUTAMENTO**  
**UFFICIO CONCORSI E CONTENZIOSO**

## **NORME TECNICHE**

PER LO SVOLGIMENTO DELLE PROVE DI EFFICIENZA FISICA DEL CONCORSO PUBBLICO, PER TITOLI ED ESAMI, PER L'AMMISSIONE AL 6° CORSO TRIENNALE DI 490 ALLIEVI MARESCIALLI DEL RUOLO ISPETTORI DELL'ARMA DEI CARABINIERI

*(G.U.R.I. – 4ª serie speciale, n. 74, del 25 settembre 2015)*

## INDICE

<b>1. GENERALITÀ</b>	<b>pag.</b>	<b>3</b>
<b>2. OBIETTIVI</b>	“	<b>3</b>
<b>3. ORGANI E COMPETENZE</b>	“	<b>3</b>
<b>4. PROCEDURA DI SELEZIONE</b>	“	<b>4</b>
<b>5. PRESCRIZIONI DI CARATTERE GENERALE</b>	“	<b>4</b>
<b>6. ELENCO DEGLI ALLEGATI</b>	“	<b>4</b>

## **1. GENERALITA'**

Le presenti norme tecniche disciplinano le prove di efficienza fisica previste dall'articolo 9 del bando di concorso pubblico, per titoli ed esami, per l'ammissione al 6° corso triennale di 490 allievi marescialli del ruolo ispettori dell'Arma dei Carabinieri per l'anno accademico 2016-2019, pubblicato nella Gazzetta Ufficiale della Repubblica Italiana – 4<sup>a</sup> Serie Speciale, n. 74, del 25 settembre 2015.

## **2. OBIETTIVI**

Le prove di efficienza fisica hanno lo scopo di verificare il possesso da parte dei candidati delle qualità fisiche indispensabili per superare, dapprima il corso addestrativo e, successivamente, svolgere le funzioni attribuite ai marescialli dell'Arma dei Carabinieri.

All'accertamento sono sottoposti i candidati che hanno superato la prova preliminare del concorso.

Il mancato superamento degli esercizi obbligatori determinerà giudizio di inidoneità ed esclusione del concorrente dal concorso.

## **3. ORGANI E COMPETENZE**

### **Commissione per le prove di efficienza fisica**

La sua composizione è specificata nell'articolo 5, comma 3, del bando di concorso.

Ha il compito di:

- controllare la corretta esecuzione delle prove;
- esprimere il giudizio definitivo.

La Commissione si avvarrà, durante l'espletamento delle prove, di personale dell'Arma dei carabinieri in possesso della qualifica di “*istruttore militare di educazione fisica*”, dell'assistenza di personale medico e, per la rilevazione dei tempi e la verifica del regolare svolgimento del salto in lungo, di personale dell'Associazione Provinciale Cronometristi di Roma.

## **4. PROCEDURA DI SELEZIONE**

a. La Commissione, in data e luogo stabiliti dal Presidente della stessa, nel corso di apposita riunione, da svolgersi prima dello svolgimento delle prove:

- prenderà visione:
  - del bando di concorso;
  - delle norme tecniche relative allo svolgimento delle prove di efficienza fisica;
  - dell'elenco dei convocati per rilasciare le dichiarazioni di assenza di conflitti d'interesse (L. 190/2012) e di motivi di incompatibilità a ricoprire l'incarico (artt.9 e 11 DPR 487/94 - 51 e 52 c.p.c.);
- fisserà la sequenza per lo svolgimento delle stesse.

La Commissione redigerà, al termine della citata riunione, apposito verbale riassuntivo delle operazioni svolte.

b. I candidati convocati presso il C.N.S.R. del Comando generale dell'Arma dei carabinieri:

- saranno:
  - identificati mediante documento di riconoscimento valido, i cui estremi saranno annotati nel verbale individuale (**All.A**);
  - sensibilizzati a rappresentare eventuali patologie mediche al fine di poter essere sottoposti a visita medica per stabilire la perfetta idoneità a sostenere le prove. Il/la concorrente che risultasse, su diagnosi del medico presente sul posto, impossibilitato/a, sarà invitato/a a sostenere le prove in altra data, purché compatibile con il termine ultimo fissato per lo svolgimento delle prove stesse;
- riceveranno un pettorale distintivo con numerazione crescente, che sarà annotata sul verbale individuale (**All.A**);

c. Le prove di efficienza fisica saranno precedute, giornalmente, da una riunione preliminare illustrativa in cui la Commissione procederà a:

- verificare la validità del certificato di idoneità ad attività sportiva agonistica per l'atletica leggera e quindi ammettere il/la candidato/a alle prove, secondo quanto previsto dal bando di concorso. Il documento dovrà avere una data di rilascio non antecedente al 1° dicembre 2015 ovvero dovrà essere valido fino al 30 novembre 2016.

Per i concorrenti di sesso femminile dovrà essere verificato il possesso del referto del test di gravidanza mediante analisi su sangue o urine, eseguito in data non anteriore a quattro giorni calendario antecedenti alla data di presentazione, effettuato presso strutture sanitarie pubbliche, anche militari, o private accreditate con il servizio sanitario nazionale. **La mancata presentazione del certificato di idoneità ad attività sportiva o l'esibizione di documentazione non ritenuta valida determinerà la non ammissione a sostenere le prove di efficienza fisica e l'esclusione dal concorso ai sensi dell'articolo 8, comma 1, del bando;**

- illustrare ai candidati/e le modalità di svolgimento delle prove. Per il salto in alto, sarà concesso al concorrente un minuto di tempo per effettuare la prova, come previsto dal “*Regolamento tecnico internazionale per le gare di atletica leggera*”.

## **5. PRESCRIZIONI DI CARATTERE GENERALE**

- a. La Commissione esprime il giudizio definitivo all'unanimità che si esplicita con la compilazione e sottoscrizione del verbale in **all.A**.

La notifica al/la candidato/a del giudizio definitivo, con l'indicazione dell'eventuale punteggio incrementale conseguito, avviene mediante consegna allo/a stesso/a del verbale in **all.A**.

Al termine di ogni giornata di prove la Commissione redigerà un verbale riepilogativo delle operazioni svolte come da fac-simile in **all.B**.

- b. Il/la concorrente che lamentasse postumi di infortuni o di indisposizioni verificatisi prima della data di convocazione, dovrà ugualmente presentarsi nel giorno stabilito, portando al seguito ed esibendo, prima dell'inizio delle prove, idonea certificazione medica che sarà valutata dalla Commissione per le prove di efficienza fisica. Questa, sentito il medico presente sul posto, adotterà le conseguenti determinazioni, autorizzando l'eventuale differimento della effettuazione delle prove ad altra data, purché compatibile con il termine ultimo fissato per lo svolgimento delle prove stesse.

Allo stesso modo, il/la concorrente, regolarmente presentatosi, che prima dell'inizio delle prove accusi una indisposizione o dovesse infortunarsi durante l'esecuzione di uno degli esercizi, dovrà farlo immediatamente presente alla Commissione la quale, sentito il personale medico presente, adotterà le conseguenti determinazioni.

La Commissione può, al verificarsi di eventi eccezionali da valutare di volta in volta (particolari condizioni metereologiche, incidenti in cui sono rimasti vittima uno o più candidati per cause non riconducibili agli interessati, eventuali altri accadimenti che possano aver condizionato l'esito della prestazione sportiva senza responsabilità dei danneggiati), disporre la ripetizione di una o più prove, anche fissando una nuova data di convocazione. In proposito dovrà essere data immediata comunicazione al personale del Centro Nazionale di Selezione e Reclutamento – Ufficio Concorsi e Contenzioso, redigendo apposito verbale.

Per tutto quanto non sopra precisato sarà fatto riferimento ai regolamenti tecnici della relativa federazione sportiva italiana.

## **ELENCO DEGLI ALLEGATI**

**Allegato A:** verbale di svolgimento delle prove di efficienza fisica;

**Allegato B:** verbale riepilogativo delle operazioni giornaliere.



# Comando Generale dell'Arma dei Carabinieri

## Centro Nazionale di Selezione e Reclutamento

COMMISSIONE PER LA VALUTAZIONE DELLE PROVE DI EFFICIENZA FISICA DEL CONCORSO PER L'AMMISSIONE AL 6° CORSO TRIENNALE DI 490 ALLIEVI MARESCIALLI DEL RUOLO ISPETTORI DELL'ARMA DEI CARABINIERI

### VERBALE DI SVOLGIMENTO DELLE PROVE DI EFFICIENZA FISICA

Concorrente: _____ nato/a il _____, (cognome e nome) estremi documento di riconoscimento: VEDASI ALLEGATA FOTOCOPIA. Pettorale Nr. _____.
---

#### LA COMMISSIONE

riunita in Roma il \_\_\_\_/\_\_\_\_/2016, presso il C.N.S.R., viale Tor di Quinto n.119 (per i piegamenti sulle braccia, il salto in alto e le trazioni alla sbarra) e presso il C.U.S., viale Tor di Quinto n.54 (per la corsa piana e il salto in lungo), ai sensi dell'articolo 9 del bando di concorso,

avendo riscontrato la validità e la regolarità del certificato di idoneità ad attività sportiva agonistica per l'atletica leggera e, se concorrente di sesso femminile, del referto attestante l'esito di test di gravidanza, ha sottoposto il/la concorrente, nell'ordine appreso indicato, alle prove di efficienza fisica di seguito indicate;

ha ritenuto di non ammettere il/la concorrente in epigrafe alle prove di efficienza fisica, in quanto il/la medesimo/a:

- non ha presentato il certificato di idoneità ad attività sportiva agonistica per l'atletica leggera;
- non ha presentato il referto attestante l'esito di test di gravidanza;
- ha prodotto il certificato/referto allegato che la Commissione ha ritenuto non valido.

	PROVE	RISULTATO	GIUDIZIO		PUNTEGGIO INCREMENTALE
Esercizi obbligatori	Corsa piana di m. 1000: - uomini: tempo massimo 4'10'' - donne: tempo massimo 4'50''	Tempo rilevato: _____, _____''	<input type="checkbox"/> Inidoneo	<input type="checkbox"/> Idoneo	
	Piegamenti sulle braccia - uomini: minimo 12 - donne: minimo 10 (tempo limite 2' senza interruzioni)	Nr. piegamenti: _____	<input type="checkbox"/> Inidoneo	<input type="checkbox"/> Idoneo	
	Salto in alto - uomini cm.120 - donne: cm.100 (due tentativi)	<input type="checkbox"/> SI <input type="checkbox"/> NO	<input type="checkbox"/> Inidoneo	<input type="checkbox"/> Idoneo	
Esercizi facoltativi	Salto in alto per incremento - uomini cm.130 - donne: cm.110 (due tentativi – tempo massimo per ciascun tentativo 1')	<input type="checkbox"/> SI <input type="checkbox"/> NO			
	Trazioni alla sbarra - uomini: almeno 3 - donne: almeno 2 (tempo limite 2' senza interruzioni)	<input type="checkbox"/> SI <input type="checkbox"/> NO			
	Salto in lungo - uomini metri 3,50 - donne: metri 3,00 (due tentativi)	<input type="checkbox"/> SI <input type="checkbox"/> NO			

Qualora il/la concorrente non superi anche una sola delle prove di efficienza fisica obbligatorie sarà dichiarato/a inidoneo/a e, pertanto, escluso/a dal concorso (art. 9, comma 3). Il superamento degli esercizi obbligatori e facoltativi determinerà giudizio di idoneità alle prove di efficienza fisica, con attribuzione di un punteggio secondo le modalità indicate nell'allegato "F" del bando di concorso, fino ad un massimo di 2,5.

Stante le risultanze delle suddette prove, ha giudicato il/la concorrente:	<input type="checkbox"/> INIDONEO/A	<input type="checkbox"/> IDONEO/A CON IL PUNTEGGIO DI _____
--	-------------------------------------	---

#### LA COMMISSIONE

Il Presidente

Il Membro

Il Membro e segretario

Avverso il presente giudizio è ammesso, dalla data della sua notifica:

- entro 60 giorni, ricorso al Tribunale Amministrativo per la Regione Lazio, con sede in Roma, nei termini e modi prescritti rispettivamente dagli artt.29 e 41 del D.lgs. 2 luglio 2010 n.104 e secondo il criterio della inderogabilità della competenza di cui agli artt.13 e seguenti della medesima norma;
- entro 120 giorni, ricorso straordinario al Presidente della Repubblica, versando il contributo unificato obbligatorio di euro 650,00, di cui all'art. 1, comma 25, lettera a), n.3 della Legge 228/2012.

Copia del presente atto mi è stata consegnata, per notifica, il \_\_\_\_\_

Firma del/lla candidato/a \_\_\_\_\_



# Comando Generale dell'Arma dei Carabinieri

## Centro Nazionale di Selezione e Reclutamento

COMMISSIONE PER LA VALUTAZIONE DELLE PROVE DI EFFICIENZA FISICA DEL CONCORSO PER L'AMMISSIONE AL 6° CORSO TRIENNALE DI 490 ALLIEVI MARESCIALLI DEL RUOLO ISPETTORI DELL'ARMA DEI CARABINIERI

VERBALE N. \_\_\_\_

### RELATIVO ALLO SVOLGIMENTO DELLE PROVE DI EFFICIENZA FISICA

Oggi \_\_\_\_/\_\_\_\_/ 2016, alle ore \_\_\_\_:\_\_\_\_ la Commissione per la valutazione delle prove di efficienza fisica, nominata con decreto dirigenziale nr. \_\_\_\_ del \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_, del Ministero della Difesa – Direzione generale per il Personale Militare, composta dal:

- \_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_ Presidente
- \_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_ Membro
- \_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_ Membro e segretario

si è riunita in Roma, presso il:

- C.N.S.R., viale Tor di Quinto 119, per lo svolgimento dei piegamenti sulle braccia, del salto in alto e delle trazioni alla sbarra;

– Centro Universitario Sportivo, viale Tor di Quinto n.54, per lo svolgimento della corsa piana e il salto in lungo. Sulla base dell'elenco pervenuto dal C.N.S.R. del Comando Generale dell'Arma dei Carabinieri e previo accertamento dell'identità personale dei concorrenti, a conclusione dell'afflusso degli stessi, si procede al riscontro numerico e nominativo, nonché al controllo del numero del pettorale loro assegnato, riportato nel già citato elenco.

Dei \_\_\_\_ concorrenti convocati risultano, come da elenco riepilogativo in allegato:

- n. \_\_\_\_ assenti giustificati da riconvocare in altra data;
- n. \_\_\_\_ assenti ingiustificati e pertanto esclusi dal concorso.

Il Presidente constatato che sono le ore \_\_\_\_:\_\_\_\_ e che non sono sopraggiunti altri concorrenti:

- verifica la validità del certificato di idoneità ad attività sportiva agonistica per l'atletica leggera e, se concorrente di sesso femminile, del referto attestante l'esito di test di gravidanza, in possesso di ciascun candidato, come previsto dall'articolo 8, comma 1, lettere a) e f), 1^ alinea, del bando di concorso;
- illustra ai concorrenti le modalità di svolgimento delle prove, di cui all'art. 9 del bando di concorso;
- dispone l'inizio dello svolgimento delle prove nel seguente ordine:

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

La seduta delle prove ha inizio alle ore \_\_\_\_/\_\_\_\_ e, pertanto, alla:

- 1^ prova obbligatoria (\_\_\_\_\_) risultano, come da allegati verbali (All.A alle norme tecniche), n. \_\_\_\_ concorrenti idonei e n. \_\_\_\_ concorrenti inidonei; quest'ultimi sono esclusi dal concorso;
- 2^ prova obbligatoria (\_\_\_\_\_) risultano, come da allegati verbali (All.A alle norme tecniche), n. \_\_\_\_ concorrenti idonei e n. \_\_\_\_ concorrenti inidonei;

Dei n. \_\_\_\_ concorrenti idonei, n. \_\_\_\_ chiedono di effettuare ulteriore salto ad altezza maggiore (*salto in alto incrementale*, asticella posta a cm. 130 per gli U. e a cm 110 per le D.) e n. \_\_\_\_ chiedono di effettuare le *trazioni alla sbarra* (minimo n.3 per U. e n.2 per D.).

- 3^ prova obbligatoria (\_\_\_\_\_) risultano, come da allegati verbali (All.A alle norme tecniche) e responsi cronometrici rilasciati dalla Federazione Italiana Cronometristi, n. \_\_\_\_ concorrenti idonei e n. \_\_\_\_ concorrenti inidonei; quest'ultimi sono esclusi dal concorso.

Dei n. \_\_\_\_ concorrenti idonei:

- n. \_\_\_\_ chiedono di effettuare \_\_\_\_\_;
- n. \_\_\_\_ chiedono di effettuare \_\_\_\_\_.

I risultati conseguiti da ciascun concorrente sono riepilogati negli allegati verbali (All.A alle norme tecniche).

La seduta di prove si è svolta regolarmente e si è conclusa alle ore \_\_\_\_:\_\_\_\_.

La seduta è tolta alle ore \_\_\_\_:\_\_\_\_.

Fatto, letto e sottoscritto.

### LA COMMISSIONE

Membro

Presidente

Membro e segretario