

CENTRO NAZIONALE DI SELEZIONE E RECLUTAMENTO UFFICIO CONCORSI E CONTENZIOSO

NORME TECNICHE

PER LO SVOLGIMENTO DELLA PROVA DI EFFICIENZA FISICA DEL CONCORSO PUBBLICO, PER TITOLI ED ESAMI, PER L'AMMISSIONE AL 13° CORSO TRIENNALE DI 24 ALLIEVI MARESCIALLI DEL RUOLO ISPETTORI DELL'ARMA DEI CARABINIERI RISERVATO, AI SENSI DELL'ARTICOLO 33 DEL D.P.R. 15 LUGLIO 1988, N.574, AI CANDIDATI IN POSSESSO DELL'ATTESTATO DI BILINGUISMO

(inPA – Portale del Reclutamento, pubblicazione del 2 marzo 2023)

INDICE

1. GENERALITÀ	pag.	3
2. OBIETTIVI	66	3
3. ORGANI E COMPETENZE	66	3
4. PROCEDURA DI SELEZIONE	66	3
5. PRESCRIZIONI DI CARATTERE GENERALE	66	4
6 FLENCO DECLIALLEGATI	66	5

1. GENERALITA'

Le presenti norme tecniche disciplinano la prova di efficienza fisica prevista dall'articolo 10 del bando di concorso pubblico, per titoli ed esami, per l'ammissione al 13° corso triennale di 24 allievi marescialli del ruolo ispettori dell'Arma dei Carabinieri riservato, ai sensi dell'articolo 33 del D.P.R. 15 luglio 1988, n.574, ai candidati in possesso dell'attestato di bilinguismo, pubblicato sul sito *inPA* – *Portale del Reclutamento* in data 2 marzo 2023.

2. OBIETTIVI

La prova di efficienza fisica ha 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 agli ispettori dell'Arma dei Carabinieri.

All'accertamento sono sottoposti i candidati che hanno superato la prova scritta prevista dall'articolo 8 del bando di concorso.

Il mancato superamento degli esercizi previsti determinerà il giudizio di "inidoneità" del candidato con conseguente esclusione dello stesso dal concorso.

3. ORGANI E COMPETENZE

Commissione per lo svolgimento della prova di efficienza fisica

La sua composizione è specificata nell'articolo 7, comma 1, lettera b) del bando di concorso. Ha il compito di:

- controllare la corretta esecuzione degli esercizi fisici;
- esprimere il giudizio definitivo.

La Commissione si avvarrà, durante l'espletamento degli esercizi, di personale dell'Arma dei Carabinieri in possesso della qualifica di "istruttore militare di educazione fisica" e dell'assistenza di personale medico e, per la rilevazione dei tempi, di personale dell'Associazione Provinciale Cronometristi di Roma.

4. PROCEDURA DI SELEZIONE

a. La Commissione:

- nel corso di apposita riunione da effettuarsi prima dello svolgimento della prova, in data e luogo stabiliti dal Presidente della stessa:
 - prenderà visione del bando di concorso, delle norme tecniche relative allo svolgimento della prova di efficienza fisica e dell'elenco dei candidati convocati per rilasciare le dichiarazioni di assenza di conflitti d'interesse (l. 190/2012) e di motivi di incompatibilità a ricoprire l'incarico (articoli 9 e 11 d.P.R. 487/94 51 e 52 c.p.c.);
 - stabilirà, nel dettaglio, le modalità di esecuzione degli esercizi fisici e la sequenza degli stessi;
- nei giorni in cui si svolgeranno gli esercizi, controllerà preliminarmente, alla presenza di due candidati testimoni, lo stato dei luoghi ove saranno effettuati gli esercizi e le attrezzature che saranno utilizzate.

Al termine di ogni riunione o sessione concorsuale la Commissione redigerà apposito verbale riassuntivo delle operazioni svolte.

- b. I candidati convocati presso il Centro Nazionale di Selezione e Reclutamento dell'Arma dei Carabinieri per l'effettuazione della prova:
 - saranno identificati mediante documento di riconoscimento valido (all.A/B) e sensibilizzati a rappresentare eventuali infortuni o malesseri al fine di poter essere sottoposti a visita medica per stabilire la idoneità a sostenere la prova. Il/la candidato/a che risultasse, a seguito di diagnosi del medico presente sul posto, impossibilitato/a, sarà riconvocato/a per sostenere la prova in altra data, purché compatibile con il termine ultimo fissato per lo svolgimento della stessa;
 - riceveranno dalla Commissione:
 - le istruzioni per il corretto svolgimento degli esercizi. In particolare, per il salto in alto:
 - ·· sarà concesso al candidato un minuto di tempo per effettuare l'esercizio;
 - · · lo stacco da terra dovrà essere effettuato con un solo piede, a prescindere della tecnica utilizzata;

- un pettorale distintivo in polipropilene o poliestere, con numerazione crescente, per l'identificazione del candidato durante l'espletamento dell'esercizio (il numero sarà annotata sul verbale individuale *cit. all.A/B*).
- c. La prova di efficienza fisica sarà preceduta, giornalmente, da una riunione preliminare, in cui la Commissione verificherà, con l'assistenza di personale medico, la validità:
 - del certificato di idoneità ad attività sportiva agonistica per l'atletica leggera, rilasciato da medici appartenenti alla Federazione medico-sportiva italiana o da specialisti che operano presso strutture sanitarie pubbliche o private accreditate con il servizio sanitario nazionale o regionale in qualità di medici specializzati in medicina dello sport e quindi ammettendo il/la candidato/a alla prova, secondo quanto previsto dal bando di concorso;
 - per le sole candidate di sesso femminile, per lo svolgimento in piena sicurezza della prova di efficienza fisica, del referto attestante l'esito di test di gravidanza mediante analisi su sangue o urine, eseguito in data non anteriore a cinque giorni antecedenti la data di presentazione alla prova medesima (la data di presentazione non è da calcolare nel computo dei cinque giorni), presso strutture sanitarie pubbliche, anche militari, o private accreditate con il servizio sanitario nazionale o regionale.

La mancata presentazione del certificato di idoneità ad attività sportiva agonistica, del referto attestante l'esito di test di gravidanza o l'esibizione di documentazione non ritenuta valida determinerà la non ammissione a sostenere la prova di efficienza fisica e l'esclusione dal concorso;

5. PRESCRIZIONI DI CARATTERE GENERALE

- a. La Commissione esprime il giudizio definitivo e provvede a verbalizzare le operazioni (cit. all.A/B). 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 cit. all.A/B o tramite invio con posta elettronica certificata, con attestazione di conformità rispetto all'originale. Al termine di ogni giornata, la Commissione redigerà un verbale riepilogativo delle operazioni svolte come da fac-simile in all.C.
- b. Il/la candidato/a che lamentasse postumi di infortuni o di indisposizioni originati in data antecedente a quella di convocazione dovrà ugualmente presentarsi nel giorno stabilito, portando al seguito ed esibendo, prima dell'inizio della prova, idonea certificazione medica alla Commissione per la prova di efficienza fisica. Questa, sentito il medico presente sul posto, adotterà le conseguenti determinazioni, autorizzando l'eventuale differimento della prova ad altra data, purché compatibile con il termine ultimo fissato per lo svolgimento della stessa.

Allo stesso modo, il/la candidato/a, regolarmente presentatosi/tasi, che prima dell'inizio della prova accusi una indisposizione, dovrà farlo immediatamente presente alla Commissione, la quale, sentito il personale medico presente, adotterà le conseguenti determinazioni.

Il candidato che:

- durante lo svolgimento di uno degli esercizi fisici, incorre in un infortunio, accusa malessere,
 cade o si ferma, non può ripetere l'esercizio fisico che viene ritenuto in ogni caso sostenuto;
- viene manifestamente danneggiato da un altro candidato durante lo svolgimento della corsa piana, ha la possibilità di ripeterla, purché ciò sia compatibile con il termine ultimo fissato per lo svolgimento della prova di efficienza fisica.
- c. In caso di positività del test di gravidanza ai sensi dell'articolo 11, comma 9, la commissione non potrà in nessun caso procedere allo svolgimento della prova prevista e dovrà astenersi dalla pronuncia del giudizio, a mente dell'articolo 580, comma 2, del d.P.R. 15 marzo 2010, n.90 e del punto 10, delle avvertenze riportate nella direttiva tecnica per l'applicazione dell'elenco delle imperfezioni e delle infermità che sono causa di inidoneità al servizio militare approvata con decreto ministeriale del 4 giugno 2014, secondo i quali lo stato di gravidanza costituisce temporaneo impedimento all'accertamento dell'idoneità al servizio militare.

Le candidate che si trovassero in dette condizioni saranno ammesse d'ufficio, anche in deroga, per una sola volta, ai limiti di età, a svolgere la predetta prova nell'ambito del primo concorso utile successivo alla cessazione di tale stato di temporaneo impedimento e saranno nuovamente convocate presso il Centro Nazionale di Selezione e Reclutamento. Il provvedimento di rinvio può essere revocato, su istanza di parte, quando il suddetto stato temporaneo impedimento cessa, in data compatibile con i tempi necessari per la definizione della graduatoria finale di merito di cui all'articolo 16 del bando.

d. 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 uno o più esercizi, 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.

ELENCO DEGLI ALLEGATI

Allegato A: verbale di svolgimento della prova di efficienza fisica candidati di sesso maschile; Allegato B: verbale di svolgimento della prova di efficienza fisica candidati di sesso femminile;

Allegato C: verbale riepilogativo delle operazioni giornaliere.

Firma del concorrente



Comando Generale dell'Arma dei Carabinieri

Centro Nazionale di Selezione e Reclutamento

COMMISSIONE PER LA VALUTAZIONE DELLA PROVA DI EFFICIENZA FISICA DEL CONCORSO PUBBLICO, PER TITOLI ED ESAMI, PER L'AMMISSIONE AL 13° CORSO TRIENNALE (2023-2026) DI 24 ALLIEVI MARESCIALLI DEL RUOLO ISPETTORI DELL'ARMA DEI CARABINIERI RISERVATO, AI SENSI DELL'ARTICOLO 33 DEL D.P.R. 15 LUGLIO 1988, N.574, AI CANDIDATI IN POSSESSO DELL'ATTESTATO DI BILINGUISMO

VERBALE DI SVOLGIMENTO DELLA PI	ROVA DI EFFICIENZA	FISICA UOMINI	=
Concorrente: COGNOME E NOME nato il//	Pettorina n.		
'articolo 10, del bando di concorso: ha ritenuto di non ammettere il candidato in epigrafe alla prova di efficienzi non ha presentato il certificato di idoneità ad attività sportiva agonistica ha prodotto il certificato/referto allegato che la Commissione ha ritenuto	a fisica, in quanto il medes per l'atletica leggera; o non valido;	simo:	
PROVA	RISULT	ΓΑΤΟ	PUNTEGGIO
CORSA PIANA 1000 M. tempo uguale o inferiore a 3' 20" : punti 1 tempo compreso tra 3' 21" e 3' 31" : punti 0,5 tempo compreso tra 3' 32" e 3' 50" : punti 0 tempo superiore a 3' 50" : inidoneo	TEMPO RILEVATO [1] , "	□ SI □ NO	
PIEGAMENTI SULLE BRACCIA n. piegamenti pari o superiori a 25 : idoneo n. piegamenti inferiori a 25 : inidoneo (tempo massimo di esecuzione: 1' 30" senza interruzioni)	N. PIEGAMENTI	□ SI □ NO	
SALTO IN ALTO (numero di tentativi possibili: 2, tempo massimo di esecuzione: 1')	cm. 120 (punti 0)	☐ SI I tentativo ☐ NO ^[2] II tentativo ☐ NO ^[2] I tentativo ☐ NO ^[3] II tentativo ☐ NO ^[3]	
SALTO IN ALTO (numero di tentativi possibili: 1, tempo massimo di esecuzione: 1')	cm. 130 (punti 0,5) SI NO ^[2] NO ^[3]	cm. 140 <i>(punti 1)</i> SI NO ^[2] NO ^[3]	
Salto non valido in quanto il candidato ha fatto cadere l'asticella. Salto non valido in quanto il candidato ha effettuato il salto con due piedi di alora il concorrente non superi anche uno solo degli esercizi obbligatori sarà do). Il superamento degli esercizi obbligatori determinerà un giudizio di ido nodalità indicate nell'allegato "F", fino ad un massimo di punti 2.	appoggio. à dichiarato inidoneo e, pe oneità alla prova di efficie	rtanto, escluso dal conc nza fisica, con attribuzio	orso (ai sensi dell'ar
anti le risultanze dei suddetti esercizi, ha giudicato il concorrente:			
LA COMM	ISSIONE		
Il Membro	idente	Il Mem	bro e segretario
	LA COMM ita in Roma il/_/2023, presso il C.N.S.R., Viale Tor di Quinto 'articolo 10, del bando di concorso: ha ritenuto di non ammettere il candidato in epigrafe alla prova di efficienz non ha presentato il certificato di idoneità ad attività sportiva agonistica ha prodotto il certificato/referto allegato che la Commissione ha ritenuto avendo riscontrato la validità e la regolarità del certificato di idoneità ad alla prova di efficienza fisica di seguito indicata; PROVA CORSA PIANA 1000 M. tempo uguale o inferiore a 3' 20" : punti 1 tempo compreso tra 3' 21" e 3' 31" : punti 0,5 tempo compreso tra 3' 22" e 3' 50" : punti 0 tempo superiore a 3' 50" : inidoneo PIEGAMENTI SULLE BRACCIA n. piegamenti pari o superiori a 25 : idoneo n. piegamenti inferiori a 25 : inidoneo (tempo massimo di esecuzione: 1' 30" senza interruzioni) SALTO IN ALTO (numero di tentativi possibili: 2, tempo massimo di esecuzione: 1') SALTO IN ALTO (numero di tentativi possibili: 1, tempo massimo di esecuzione: 1') Il tempo viene rilevato nel momento in cui il torso (sono esclusi: la testa, il c Salto non valido in quanto il candidato ha fatto cadere l'asticella. Salto non valido in quanto il candidato ha effettuato il salto con due piedi di alora il concorrente non superi anche uno solo degli esercizi obbligatori sara do). Il superamento degli esercizi obbligatori determinerà un giudizio di ide alodalità indicate nell'allegato "F", fino ad un massimo di punti 2. Indo un esercizio prevede più risultati, viene attribuito esclusivamente il pun anti le risultanze dei suddetti esercizi, ha giudicato il concorrente: LA COM M. Il Membro	Concorrente: COGNOME E NOME nato il	LA COMMISSIONE ita in Roma il

Il presente atto mi è stato consegnato per notifica, il_

Il presente atto è notificato via PEC



Comando Generale dell'Arma dei Carabinieri

Centro Nazionale di Selezione e Reclutamento

COMMISSIONE PER LA VALUTAZIONE DELLA PROVA DI EFFICIENZA FISICA DEL CONCORSO PUBBLICO, PER TITOLI ED ESAMI, PER L'AMMISSIONE AL 13 CORSO TRIENNALE (2023-2026) DI 24 ALLIEVI MARESCIALLI DEL RUOLO ISPETTORI DELL'ARMA DEI CARABINIERI RISERVATO, AI SENSI DELL'ARTICOLO 3: DEL D.P.R. 15 LUGLIO 1988, N.574, AI CANDIDATI IN POSSESSO DELL'ATTESTATO DI BILINGUISMO.

inPA – PORTALE DEL RECLUTAMENTO, PUBBLICAZIONE DEL 2 MARZO 2023

VERBALE DI SVOLGIMENTO DELLA PROVA DI EFFICIENZA FISICA DONNE

LA nita in Roma il / /2023, presso il C.N.S.R., Viale Tor di Q	COMMISSIONE Ouinto n. 119 (ner la corsa i	niegamenti sulle braccia	a e il salto in alto), a
'articolo 10, del bando di concorso: ha ritenuto di non ammettere la candidata in epigrafe alla prova di eff			, , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,
non ha presentato il certificato di idoneità ad attività sportiva agon ha prodotto il certificato/referto allegato che la Commissione ha ri avendo riscontrato la validità e la regolarità del certificato di idoneità prova di efficienza fisica di seguito indicata;	istica per l'atletica leggera; tenuto non valido;		sottoposto la concorre
PROVA	RISUL	ТАТО	PUNTEGGIO
CORSA PIANA 1000 M. tempo uguale o inferiore a 4' 00" : punti 1 tempo compreso tra 4'01" e 4' 10" : punti 0,5 tempo compreso tra 4' 11" e 4' 30" : punti 0 tempo superiore a 4' 30" : inidoneo	TEMPO RILEVATO	□ SI □ NO	
PIEGAMENTI SULLE BRACCIA n. piegamenti pari o superiori a 20 : idoneo n. piegamenti inferiori a 20 : inidoneo (tempo massimo di esecuzione: 1' 30" senza interruzioni)	N. PIEGAMENTI	□ SI □ NO	
SALTO IN ALTO (numero di tentativi possibili: 2; tempo massimo di esecuzione:	cm. 100 1') (punti 0)	☐ SI I tentativo ☐ NO ^[2] II tentativo ☐ NO ^[2] I tentativo ☐ NO ^[3] II tentativo ☐ NO ^[3]	
SALTO IN ALTO (numero di tentativi possibili: 1; tempo massimo di esecuzione:	cm. 110 (punti 0,5) SI NO ^[2] NO ^[3]	cm. 120 (punti 1) □ SI □ NO ^[2] NO ^[3]	
Il tempo viene rilevato nel momento in cui il torso (sono esclusi: la test Salto non valido in quanto la candidata ha fatto cadere l'asticella. Salto non valido in quanto la candidata ha effettuato il salto con due pie alora la concorrente non superi anche uno solo degli esercizi obbligator uperamento degli esercizi obbligatori determinerà un giudizio di idon icate nell'allegato "F", fino ad un massimo di punti 2. ando un esercizio prevede più risultati, viene attribuito esclusivamente i	edi di appoggio. i sarà dichiarata inidonea e, per cità alla prova di efficienza fis	tanto, esclusa dal concor cica, con attribuzione di	so (ai sensi dell'art.10
nti le risultanze dei suddetti esercizi, ha giudicato la concorrente:			
Il Membro	OMMISSIONE Il Presidente	Il M	embro e segretario
erso il presente giudizio è ammesso, dalla sua notifica: entro 60 giorni, ricorso al Tribunale Amministrativo per la Regione Lazio, con sede in Rom criterio della inderogabilità della competenza di cui agli artt. 13 e segnenti della medesima no entro 120 giorni, ricorso straordinario al Presidente della Repubblica, versando il contributo i	та;		
Ж.		F	irma della concorrente
Il presente atto mi è stato consegnato per notifica il			



Comando Generale dell'Arma dei Carabinieri

Centro Nazionale di Selezione e Reclutamento

COMMISSIONE PER LA VALUTAZIONE DELLA PROVA DI EFFICIENZA FISICA DEL CONCORSO PUBBLICO, PER TITOLI ED ESAMI, PER L'AMMISSIONE AL 13° CORSO TRIENNALE (2023-2026) DI 24 ALLIEVI MARESCIALLI DEL RUOLO ISPETTORI DELL'ARMA DEI CARABINIERI RISERVATO, AI SENSI DELL'ARTICOLO 33 DEL D.P.R. 15 LUGLIO 1988, N.574, AI CANDIDATI IN POSSESSO DELL'ATTESTATO DI BILINGUISMO.

VERBALE N.

RELATIVO ALLO SVOLGIMENTO DELLA PROVA DI EFFICIENZA FISICA

Oggi//	2023, alle ore	la Commissione per la valutazione della prova di efficienza fisica,
nominata con decr	eto dirigenziale del	/, composta dal:
		Presidente
≘		Membro
		Membro e segretario
si è riunita in Ror	na, viale di Tor di	Quinto 119, presso il Centro Nazionale di Selezione e Reclutamento del
		rabinieri, per lo svolgimento della prova ai sensi dell'articolo 10 del bando
di concorso.		,1
Sulla base dell'ele	nco pervenuto dal	Centro Nazionale di Selezione e Reclutamento dell'Arma dei Carabinieri e
		sonale dei candidati, a conclusione dell'afflusso degli stessi, si procede al
		, nonché al controllo del numero del pettorale loro assegnato, riportato nel
già citato elenco.		
	elle attività, la Com	imissione ha:
		a presenza dei candidati e, quali
testimoni, lo st	tato dei luoghi (pista	a di atletica leggera omologata con provvedimento del CONI nr
del		ure utilizzate (starter marca e modello, fotocellule
marca		, macchina stampiglia tempi marca e modello ,
cronometro ma		ello, linea di arrivo, superficie di effettuazione dei piegamenti
sulle braccia e	della rincorsa per il	salto in alto, materassi, reggi asta), non riscontrando alcuna irregolarità;
		onale dell'Associazione Provinciale Cronometristi di Roma in:
1	1	1
Cognome	Nome	nr. tesserino
Cognome	Nome	nr. tesserino
S		
Cognome	Nome	nr. tesserino
		· ;
Cognome	Nome	nr. tesserino
_		
Cognome	Nome	nr. tesserino
Si da atto che la C	commissione ha cor	ncesso, sotto la supervisione dell'istruttore,
		il riscaldamento muscolare in prossimità dello svolgimento della prova,
	clusa senza criticità	
Dei candida	ti convocati risultan	10:
- n. assenti	giustificati da ricon	vocare in altra data (come da elenco riepilogativo in allegato);
	_	da elenco riepilogativo in allegato) e, pertanto, esclusi dal concorso.
		e e che non sono sopraggiunti altri candidati:
		di idoneità ad attività sportiva agonistica per l'atletica leggera e, se
		l referto attestante l'esito di test di gravidanza, come previsto dall'articolo
	tera b), del bando di	, i
		hanno rappresentato all'Ufficiale medico presente
		no ottenuto il rinvio della prova;
		volgimento degli esercizi, di cui all'articolo 10, del bando di concorso;

 dispone l'inizio dello svolgi 	mento degli esercizi nel seguente ordine:	
<u> </u>	;	
(#6)		
	;	
6.1. 4. 1.1. 1. 1.		
	logo in condizioni meteo/ambientali adeguate	•
Come da allegati verbali (all. A		
Italiana Cronometristi (r	piana m.1000, risultano, come da responsi ci ilevazione del tempo avvenuta in modal	ità automatica/meccanica): n
	buzione di punteggio incrementale; n	candidati idoner; n candidati non
 idonei e pertanto esclusi da prova di piegamenti sulle esclusi dal concorso; 	braccia, risultano: n candidati idonei,	n candidati non idonei e pertanto
	ano: n. candidati idonei con attribuzion	e di nunteggio incrementale (1 nt) ner
aver superato l'altezza di	cm. 140 (U)/cm 120 (D); n candidati	idonei con attribuzione di punteggio
	ver superato l'altezza di cm. 130 (U)/cm 110 ertanto esclusi dal concorso.	(D); n candidati idonei; n
•		uto a ritirare (direttamente dalle mani
degli aspiranti) le casacche deg	ova, il ha provved li esclusi, invitandoli a sostare in apposita are	a
Varie:	ii osotusi, iiivitaituoti a sostato iii apposita are	a.
\$ 		
3		:
		
=		
La seduta è tolta alle ore		
Fotto latto a sattasaritta		
Fatto, letto e sottoscritto.		
	LA COMMISSIONE	
Membro	Dir Commission D	Membro e segretario
		-
	Presidente	