

**PROVE DI EFFICIENZA FISICA PER I SETTORI D'IMPIEGO INCURSORI E PALOMBARI****1. DESCRIZIONE DELLE PROVE PER IL SETTORE DI IMPIEGO INCURSORI**

Le prove di efficienza fisica (le cui modalità di esecuzione vengono definite di seguito) sono suddivise in tre gruppi – **APNEA, NUOTO, ATLETICA** – e sono le seguenti:

**a. GRUPPO 1 - APNEA**

Prova di apnea statica cui sono associati punteggi incrementali premianti la performance dei candidati secondo la seguente tabella:

TEMPO	VOTO	TEMPO	VOTO
$t < 60''$	Prova non superata - 0/30	$90'' \leq t < 100''$	26/30
$60'' \leq t < 65''$	18/30	$100'' \leq t < 110''$	28/30
$65'' \leq t < 70''$	20/30	$110'' \leq t < 120''$	29/30
$70'' \leq t < 80''$	22/30	$t \geq 120''$	30/30
$80'' \leq t < 85''$	23/30		
$85'' \leq t < 90''$	24/30		

**b. GRUPPO 2 - NUOTO****- NUOTO STILE LIBERO MT 50**

Tuffo da blocco di partenza e prosecuzione senza interruzione per 50 metri nuotando a stile libero; alla performance del candidato sono associati punteggi incrementali in funzione del tempo di esecuzione secondo la seguente tabella:

TEMPO	VOTO	TEMPO	VOTO
$t > 60''$ o prova non completata	Prova non superata - 0/30	$35'' \leq t < 40''$	26/30
$55'' \leq t \leq 60''$	18/30	$30'' \leq t < 35''$	28/30
$50'' \leq t < 55''$	20/30	$t < 30''$	30/30
$45'' \leq t < 50''$	22/30		
$40'' \leq t < 45''$	24/30		



**- PROVA DI GALLEGGIAMENTO**

TEMPO	VOTO	TEMPO	VOTO
$t < 30''$	Prova non superata - 0/30	$42'' \leq t < 46''$	25/30
$30'' \leq t < 32''$	18/30	$46'' \leq t < 50''$	26/30
$32'' \leq t < 35''$	19/30	$50'' \leq t < 54''$	27/30
$35'' \leq t < 38''$	21/30	$54'' \leq t < 60''$	28/30
$38'' \leq t < 42''$	24/30	$t \geq 60''$	30/30

**c. GRUPPO 3 - ATLETICA**

**- CORSA VELOCE M. 200**

Esecuzione di una corsa piana di 200 metri in velocità.

**- PIEGAMENTI SULLE BRACCIA**

Esecuzione di piegamenti sulle braccia, con contatto del petto a terra.

**- TRAZIONI ALLA SBARRA**

Esecuzione di trazioni complete alla sbarra, con le mani con apertura in avanti e ampiezza pari alla larghezza delle spalle, partendo dall'estensione massima delle braccia fino ad arrivare con il mento sopra la sbarra;

**- CORSA DI FONDO DI M. 5.000**

Esecuzione di una corsa piana sulla distanza di 5.000 metri;

**- SALITA ALLA FUNE METRI 4**

Esecuzione con tecnica a scelta del candidato (con o senza ausilio delle gambe), massimo 3 tentativi.

Alle suddette prove sono associati punteggi incrementali premianti la performance dei candidati, secondo le seguenti tabelle:

CORSA VELOCE 200 MT		PIEGAMENTI SULLE BRACCIA		TRAZIONI ALLA SBARRA		CORSA DI FONDO 5000 MT	
TEMPO	VOTO	N°	VOTO	N°	VOTO	TEMPO	VOTO
$t > 45''$	Prova non superata - 0/30	<20	Prova non superata - 0/30	<5	Prova non superata - 0/30	$t > 27'30''$	Prova non superata - 0/30
$44'' < t \leq 45''$	18/30	20	18/30	5	18/30	$25'00'' < t \leq 27'30''$	18/30
$43'' < t \leq 44''$	19/30	21	19/30	7	19/30	$22'45'' < t \leq 25'00''$	20/30
$42'' < t \leq 43''$	20/30	24	20/30	9	20/30	$20'50'' < t \leq 22'45''$	22/30
$41'' < t \leq 42''$	21/30	27	21/30	12	21/30	$19'15'' < t \leq 20'50''$	24/30
$40'' < t \leq 41''$	22/30	31	22/30	14	22/30	$18'00'' < t \leq 19'15''$	26/30
$39'' < t \leq 40''$	23/30	35	23/30	16	23/30	$17'30'' < t \leq 18'00''$	28/30
$38'' < t \leq 39''$	24/30	40	24/30	18	24/30	$t \leq 17'30''$	30/30

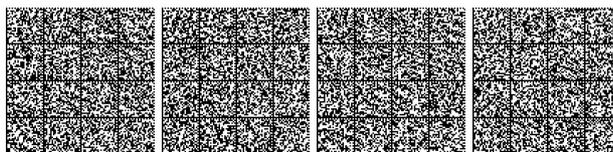


37'' < t ≤ 38''	25/30	45	25/30	19	25/30	
36'' < t ≤ 37''	26/30	50	26/30	20	26/30	
35'' < t ≤ 36''	27/30	55	27/30	21	27/30	
34'' < t ≤ 35''	28/30	60	28/30	22	28/30	
33'' < t ≤ 34''	29/30	65	29/30	23	29/30	
t ≤ 33''	30/30	> 65	30/30	> 23	30/30	
In caso di mancato completamento della prova, la stessa sarà valutata come non superata e verrà assegnato un voto di 0/30		//		//		In caso di mancato completamento della prova, la stessa sarà valutata come non superata e verrà assegnato un voto di 0/30

SALITA ALLA FUNE 4 MT	RISULTATO	VOTO
Nr. prove: 3 tentativi per raggiungere quota 4 mt.	SI - Prova superata	18/30
	NO - Prova non superata	0/30

## 2. MODALITA' DI SVOLGIMENTO DELLE PROVE PER IL SETTORE DI IMPIEGO INCURSORI

- a. **PROVA DI APNEA STATICA:** il candidato, che avrà cura di mangiare in tempi e quantità tali da non ingenerare il rischio di congestione, dovrà essere dotato di ciabatte, costume da bagno consono, cuffia e occhialini da piscina (questi ultimi facoltativi). Egli dovrà scendere in acqua dall'apposita scaletta di ingresso nella piscina e alla ricezione dell'apposito segnale (che coinciderà con lo start del cronometro) immergere completamente la testa sott'acqua, rimanendo attaccato alla scaletta stessa o al bordo vasca. Un membro o collaboratore della commissione, osservatore dell'esercizio, provvederà al conteggio del tempo. A ciascun candidato la commissione assegnerà un punteggio secondo i criteri stabiliti nella relativa tabella.
- b. **PROVA DI NUOTO DI METRI 50:** il candidato, che avrà cura di mangiare in tempi e quantità tali da non ingenerare il rischio di congestione, dovrà essere dotato di ciabatte, costume da bagno consono, cuffia e occhialini da piscina (questi ultimi facoltativi). Per superare la prova, alla ricezione dell'apposito segnale (che coinciderà con lo start del cronometro), egli dovrà tuffarsi dal blocco di partenza e nuotare in superficie a stile libero, senza fermarsi e senza ricorrere ad alcun appoggio sui galleggianti divisorii di corsia eventualmente presenti (pena il giudizio di inidoneità alla prova), percorrendo la distanza di 50 metri. Alla virata al candidato non è permesso fermarsi ed appoggiare i piedi sul fondo (pena il giudizio di inidoneità alla prova) ed è obbligato a toccare il bordo vasca di fine corsia. Al candidato è permesso darsi una spinta con i piedi dal bordo (e quindi possibile effettuare la capriola) ed effettuare una fase di nuoto subacqueo per la vasca di ritorno. A ciascun candidato la commissione assegnerà un punteggio in base alla relativa tabella, in funzione del tempo di esecuzione.
- c. **PROVA DI GALLEGGIAMENTO:** il candidato dovrà eseguire la prova secondo le modalità di seguito riportate. Egli dovrà stazionare in posizione verticale con la testa (bocca) e le braccia (gomiti) fuori dall'acqua; queste ultime non dovranno essere abbassate o toccare i galleggianti. Per la buona riuscita dell'esercizio è consigliato il movimento delle gambe propriamente detto "a rana" (o dell'andare in bicicletta); gli arti inferiori si alzano e si abbassano con moto alternato asimmetrico, premendo l'acqua con il piede piatto nella fase discendente, consentendo di mantenere



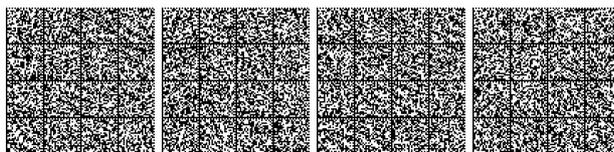
la posizione verticale in acqua, con al testa fuori senza l'ausilio degli arti superiori. La "pedalata" è accompagnata da un movimento rotatorio che le gambe (dal ginocchio in giù) eseguono, con gioco sull'articolazione del ginocchio, dall'interno all'esterno. Un membro o collaboratore della commissione, osservatore dell'esercizio, cronometrerà il tempo impiegato dai candidati e comunicherà ogni 10 secondi il tempo trascorso. A ciascun candidato la commissione assegnerà un voto secondo i criteri stabiliti nella tabella precedentemente riportata.

- d. **CORSA VELOCE DI METRI 200**: esecuzione della corsa piana veloce percorrendo la distanza di 200 metri. Un membro o collaboratore della commissione, osservatore dell'esercizio, cronometrerà il tempo impiegato dai candidati. A ciascun candidato la commissione assegnerà un punteggio secondo i criteri stabiliti nella relativa tabella.
- e. **PIEGAMENTI SULLE BRACCIA**: il candidato dovrà iniziare la prova in posizione prona, completamente disteso con il palmo delle mani poggiato sul suolo direttamente sotto il punto esterno delle spalle, le gambe unite e la punta dei piedi in appoggio a terra, indossando la tuta da ginnastica e/o pantaloncini e maglietta e idonee scarpe da ginnastica. Per poter superare la prova egli, alla ricezione dell'apposito segnale, dovrà eseguire senza interruzione i piegamenti sulle braccia con le seguenti modalità:
- sollevare da terra il corpo (capo-tronco-arti inferiori) in posizione allineata, estendendo completamente le braccia;
  - una volta raggiunta la posizione di massima estensione delle braccia, abbassare il corpo (capo - tronco - arti inferiori) in posizione allineata, piegando le braccia fino a raggiungere il pavimento con il petto;
  - ripetere i piegamenti senza interruzioni.

Un membro della commissione, osservatore dell'esercizio, provvederà al conteggio a voce alta degli esercizi correttamente eseguiti dal candidato, non conteggiando quelli eseguiti in maniera scorretta. A ciascun candidato la commissione assegnerà un punteggio secondo i criteri stabiliti nella relativa tabella.

- f. **TRAZIONI ALLA SBARRA**: il candidato, alla ricezione dell'apposito segnale (che coinciderà con lo start del cronometro), dovrà eseguire l'esercizio, entro il tempo limite di 2 minuti e senza soluzione di continuità. 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, egli dovrà sollevarsi fino a superare, con il mento, il livello superiore della sbarra, per poi tornare nella posizione iniziale. Il candidato potrà scegliere il ritmo a lui più consono e dovrà completare la serie senza mai toccare il suolo o eventuale altro appiglio (pali o muri laterali) con le scarpe. Non è consentito cambiare la presa delle mani sulla sbarra durante l'esecuzione dell'esercizio. Un membro della commissione, osservatore dell'esercizio, provvederà al conteggio a voce alta degli esercizi correttamente eseguiti dal candidato, non conteggiando quelli eseguiti in maniera scorretta e comunicando lo scadere del tempo disponibile per la prova, eventualmente cronometrato da un collaboratore della commissione. A ciascun candidato la commissione assegnerà un punteggio secondo i criteri stabiliti nella relativa tabella.

- g. **CORSA DI FONDO DI METRI 5.000**: esecuzione di una corsa piana sulla distanza di 5.000 metri. Un membro o collaboratore della commissione, osservatore dell'esercizio, cronometrerà il tempo impiegato dai candidati. A ciascun candidato la commissione assegnerà un punteggio secondo i criteri stabiliti nella relativa tabella.
- h. **SALITA ALLA FUNE DI METRI 4**: esecuzione di una salita alla fune con tecnica a scelta del candidato (con o senza ausilio delle gambe). Per superare la prova il candidato, alla ricezione dell'apposito segnale (che coinciderà con lo start del cronometro), dovrà effettuare, entro il limite di tre tentativi, la salita alla fune, fino a raggiungere, con almeno una mano, l'apposito contrassegno



posto sulla fune in corrispondenza dei 4 metri. Un membro o collaboratore della commissione, osservatore dell'esercizio, verificherà l'effettivo raggiungimento della quota e relativo superamento della prova. A ciascun candidato la commissione assegnerà un punteggio secondo la relativa tabella.

### 3. MODALITA' DI VALUTAZIONE DELL'IDONEITA' ALLE PROVE PER IL SETTORE DI IMPIEGO INCURSORI

Per essere giudicato idoneo alle prove di efficienza fisica, il candidato dovrà ottenere un punteggio superiore o uguale a 18/30, calcolato secondo i seguenti criteri:

- il mancato superamento di un minimo di due prove comporta l'inidoneità alle prove di efficienza fisica;
- il punteggio del gruppo 3 (atletica) viene calcolato moltiplicando per 2 la media dei punteggi ottenuti nelle singole prove;
- il punteggio finale delle prove di efficienza fisica viene calcolato sommando i punteggi dei tre gruppi di prove (apnea, nuoto e atletica) e dividendo il totale per 4, in quanto l'atletica ha un peso doppio.

Qualora il candidato non consegua almeno il punteggio finale di 18/30, sarà giudicato non idoneo alle prove di efficienza fisica. Tale giudizio, definitivo e inappellabile, comporterà l'esclusione dall'iter selettivo per il settore d'impiego incursori.

### 4. DESCRIZIONE DELLE PROVE PER IL SETTORE DI IMPIEGO PALOMBARI

Le prove di efficienza fisica (le cui modalità di esecuzione vengono definite di seguito) sono suddivise in tre gruppi – APNEA, NUOTO E ATLETICA – e sono le seguenti:

#### a. GRUPPO 1 - APNEA

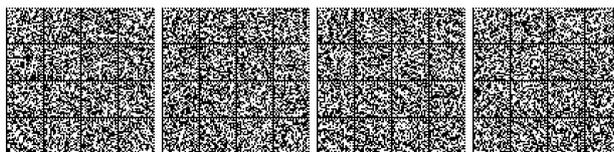
Prova di apnea statica cui sono associati punteggi incrementali premianti la performance dei candidati secondo la seguente tabella:

TEMPO	VOTO	TEMPO	VOTO	TEMPO	VOTO
$0'' \leq t < 30''$	NON IDONEITA'	$45'' \leq t < 50''$	12/30	$80'' \leq t < 85''$	23/30
		$50'' \leq t < 55''$	14/30	$85'' \leq t < 90''$	24/30
		$55'' \leq t < 60''$	16/30	$90'' \leq t < 100''$	26/30
$30'' \leq t < 35''$	9/30	$60'' \leq t < 65''$	18/30	$100'' \leq t < 110''$	28/30
$35'' \leq t < 40''$	10/30	$65'' \leq t < 70''$	20/30	$110'' \leq t < 120''$	29/30
$40'' \leq t < 45''$	11/30	$70'' \leq t < 80''$	22/30	$t \geq 120''$	30/30
Il rifiuto ad effettuare il test e un tempo di apnea statica inferiore a 30 secondi comporta la NON IDONEITA' del candidato.					

#### b. GRUPPO 2 - NUOTO:

##### - NUOTO DI SUPERFICIE - STILE LIBERO M. 100

Tuffo da blocco di partenza e prosecuzione senza interruzione per 100 metri nuotando a stile libero; alla performance del candidato sono associati punteggi incrementali in funzione del tempo di esecuzione secondo la seguente tabella:



TEMPO (t)	PUNTI	TEMPO (t)	PUNTI	TEMPO (t)	PUNTI
$t \geq 3'30''$	0/30	$2'10'' \leq t < 2'20''$	14/30	$1'20'' \leq t < 1'30''$	24/30
$2'50'' \leq t < 3'30''$	6/30	$2'00'' \leq t < 2'10''$	16/30	$1'10'' \leq t < 1'20''$	26/30
$2'40'' \leq t < 2'50''$	8/30	$1'50'' \leq t < 2'00''$	18/30	$1'00'' \leq t < 1'10''$	28/30
$2'30'' \leq t < 2'40''$	10/30	$1'40'' \leq t < 1'50''$	20/30	$t < 1'00''$	30/30
$2'20'' \leq t < 2'30''$	12/30	$1'30'' \leq t < 1'40''$	22/30		
Assegnazione di punteggio 0/30 per mancato completamento distanza di 100 mt.					

**c. GRUPPO 3- ATLETICA:**

- **PIEGAMENTI SULLE BRACCIA:**

Esecuzione di piegamenti sulle braccia, nel tempo massimo di 2';

- **TRAZIONI ALLA SBARRA:**

Esecuzione di trazioni complete alla sbarra, nel tempo massimo di 2', con le mani con apertura in avanti e ampiezza pari alla larghezza delle spalle, partendo dall'estensione massima delle braccia fino ad arrivare con il mento sopra la sbarra;

- **CORSA DI FONDO DI 5.000 MT:**

Esecuzione di una corsa piana sulla distanza di 5.000 metri.

Alle suddette prove sono associati punteggi incrementali premianti la performance dei candidati, secondo la seguente tabella:

PIEGAMENTI SULLE BRACCIA		TRAZIONI ALLA SBARRA		CORSA DI FONDO 5000 MT	
N°	PUNTI	N°	PUNTI	TEMPO (t)	PUNTI
$N^{\circ} < 5$	0/30	$N^{\circ} < 2$	NON IDONEITA'	$t \geq 35'00''$	0/30
5	4/30			$33'30'' \leq t < 35'00''$	6/30
6	6/30	2	12/30	$31'00'' \leq t < 33'30''$	8/30
7	8/30	3	14/30	$30'00'' \leq t < 31'00''$	10/30
8	10/30	4	16/30	$29'00'' \leq t < 30'00''$	12/30
9	12/30	5	18/30	$28'00'' \leq t < 29'00''$	14/30
10	14/30	6	20/30	$27'00'' \leq t < 28'00''$	16/30
11	16/30	7	22/30	$26'00'' \leq t < 27'00''$	18/30
12	18/30	8	23/30	$24'30'' \leq t < 26'00''$	20/30
13	21/30	9	24/30	$23'00'' \leq t < 24'30''$	22/30
14	22/30	10	25/30	$21'30'' \leq t < 23'00''$	24/30
15	23/30	11	26/30	$20'00'' \leq t < 21'30''$	26/30
16	24/30	12	27/30	$18'30'' \leq t < 20'00''$	28/30
17	25/30	13	28/30	$t < 18'30''$	30/30
18	26/30	14	29/30	Inoltre, assegnazione di punti <b>0/30</b> , per: mancato completamento della distanza di 5000 metri.	
19	27/30	$\leq 15$	30/30		
20	28/30	il candidato che effettua un numero di trazioni minore di 2 sarà giudicato NON IDONEO			
21	29/30				
> 24	30/30				
il candidato che ottiene un punteggio inferiore a 16/30 di media nelle prove di piegamento sulle braccia e corsa di fondo sarà giudicato NON IDONEO per il settore d'impiego PALOMBARI.					

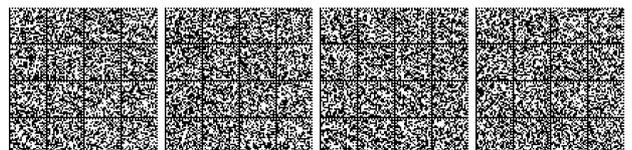


## 5. MODALITA' DI SVOLGIMENTO DELLE PROVE PER IL SETTORE DI IMPIEGO PALOMBARI

- a. **PROVA DI APNEA STATICA:** il candidato, che avrà cura di mangiare in tempi e quantità tali da non ingenerare il rischio di congestione, dovrà essere dotato di ciabatte, costume da bagno consono, cuffia e occhialini da piscina (questi ultimi facoltativi). Egli dovrà scendere in acqua dall'apposita scaletta di ingresso nella piscina e alla ricezione dell'apposito segnale (che coinciderà con lo start del cronometro) immergere la testa in acqua, rimanendo attaccato alla scaletta stessa o al bordo vasca ovvero ad idoneo supporto zavorrato che sarà posto sul fondo vasca, qualora disponibile. Un membro o collaboratore della commissione, osservatore dell'esercizio, provvederà al conteggio del tempo. A ciascun candidato la commissione assegnerà un punteggio secondo i criteri stabiliti nella relativa tabella. Un tempo inferiore ai 30 secondi di apnea comporta la NON IDONEITÀ del candidato per il settore d'impiego PALOMBARI
- b. **PROVA DI NUOTO METRI 100:** il candidato, che avrà cura di mangiare in tempi e quantità tali da non ingenerare il rischio di congestione, dovrà essere dotato di ciabatte, costume da bagno consono, cuffia e occhialini da piscina (questi ultimi facoltativi). Per superare la prova, alla ricezione dell'apposito segnale (che coinciderà con lo start del cronometro), egli dovrà tuffarsi dal blocco di partenza, nuotare in superficie a stile libero, senza fermarsi e senza ricorrere ad alcun appoggio sui galleggianti divisorii di corsia eventualmente presenti (pena il giudizio di inidoneità alla prova) percorrendo la distanza di 100 metri. Alla virata al candidato non è permesso fermarsi ed appoggiare i piedi sul fondo (pena il giudizio di inidoneità alla prova) ed è obbligato a toccare il bordo vasca di fine corsia. Al candidato è permesso darsi una spinta con i piedi dal bordo (e quindi possibile effettuare la capriola) ed effettuare una fase di nuoto subacqueo per la vasca di ritorno. A ciascun candidato la commissione assegnerà un punteggio in base alla relativa tabella, in funzione del tempo di esecuzione. Inoltre, sarà assegnato un punteggio pari a 0/30, per il mancato completamento della distanza di 100 metri in un tempo inferiore o pari a 4 minuti e 20 secondi.
- c. **PIEGAMENTI SULLE BRACCIA:** il candidato dovrà iniziare la prova in posizione prona, completamente disteso con il palmo delle mani poggiato sul suolo direttamente sotto il punto esterno delle spalle, le gambe unite e la punta dei piedi in appoggio a terra, indossando la tuta da ginnastica e/o pantaloncini e maglietta e idonee scarpe da ginnastica. Per poter superare la prova egli, alla ricezione dell'apposito segnale (che coinciderà con lo start del cronometro), dovrà eseguire, entro il limite massimo di 2 minuti e senza interruzione, i piegamenti sulle braccia con le seguenti modalità:
- sollevare da terra il corpo (capo - tronco - arti inferiori) in posizione allineata, estendendo completamente le braccia;
  - una volta raggiunta la posizione di massima estensione delle braccia, abbassare il corpo (capo - tronco - arti inferiori) in posizione allineata, piegando le braccia fino a sfiorare il pavimento con il petto;
  - ripetere i piegamenti senza interruzioni.

Un membro della commissione, osservatore dell'esercizio, provvederà al conteggio a voce alta degli esercizi correttamente eseguiti dal candidato, non conteggiando quelli eseguiti in maniera scorretta e comunicando lo scadere del tempo disponibile per la prova, eventualmente cronometrato da un collaboratore della commissione. A ciascun candidato la commissione assegnerà un punteggio secondo i criteri stabiliti nella relativa tabella.

**N.B.: il candidato che ottiene un punteggio inferiore a 16/30 di media nelle prove di piegamento sulle braccia e corsa di fondo sarà giudicato NON IDONEO per il settore d'impiego PALOMBARI.**



- d. **TRAZIONI ALLA SBARRA:** il candidato, alla ricezione dell'apposito segnale (che coinciderà con lo start del cronometro), dovrà eseguire l'esercizio, entro il tempo limite di 2 minuti e senza soluzione di continuità. 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, egli dovrà sollevarsi fino a superare, con il mento, il livello superiore della sbarra, per poi tornare nella posizione iniziale.

Il candidato potrà scegliere il ritmo a lui più consono e dovrà completare la serie senza mai toccare il suolo o eventuale altro appiglio (pali o muri laterali) con le scarpe. Non è consentito cambiare la presa delle mani sulla sbarra durante l'esecuzione dell'esercizio. Un membro della commissione, osservatore dell'esercizio, provvederà al conteggio a voce alta degli esercizi correttamente eseguiti dal candidato, non conteggiando quelli eseguiti in maniera scorretta e comunicando lo scadere del tempo disponibile per la prova, eventualmente cronometrato da un collaboratore della commissione. A ciascun candidato la commissione assegnerà un punteggio secondo i criteri stabiliti nella relativa tabella. (Un numero di trazioni effettuate correttamente inferiore a due comporta la NON IDONEITA' del candidato per il settore d'impiego PALOMBARI)

- a. **CORSA DI FONDO DI METRI 5.000:** esecuzione di una corsa piana sulla distanza di 5.000 metri. Un membro o collaboratore della commissione, osservatore dell'esercizio, cronometrerà il tempo impiegato dai candidati. A ciascun candidato la commissione assegnerà un punteggio secondo i criteri stabiliti nella relativa tabella. Inoltre, sarà assegnato un punteggio pari a 0/30, per il mancato completamento della distanza di 5.000 metri, oppure in un tempo superiore o pari a 35 minuti.

**N.B.: il candidato che ottiene un punteggio inferiore a 16/30 di media nelle prove di piegamento sulle braccia e corsa di fondo sarà giudicato NON IDONEO per il settore d'impiego PALOMBARI.**

## 6. MODALITA' DI VALUTAZIONE DELL'IDONEITA' ALLE PROVE PER IL SETTORE DI IMPIEGO PALOMBARI

Per essere giudicato idoneo alle prove di efficienza fisica, il candidato dovrà ottenere un punteggio superiore o uguale a 18/30 calcolato sommando i punteggi ottenuti nelle 5 prove e dividendo il totale per 5.

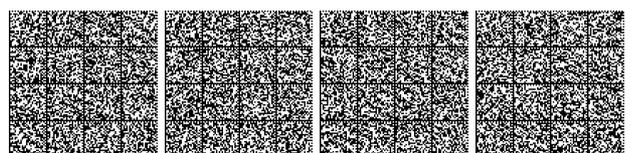
Il candidato sarà giudicato NON IDONEO alle prove di efficienza fisica qualora non consegua:

- almeno il punteggio finale di 18/30;
- un punteggio superiore o uguale a 16/30 di media nelle prove di piegamento sulle braccia e corsa di fondo;
- l'idoneità alla prova di apnea o si rifiuti di effettuare tale test;
- l'idoneità alla prova di trazioni alla sbarra.

Tale giudizio, definitivo e inappellabile, comporterà l'esclusione dall'iter selettivo per i settori d'impiego palombari.

## 7. COMPORTAMENTO DA TENERE IN CASO DI INFORTUNIO

I candidati affetti da postumi di infortuni precedentemente subiti potranno portare al seguito ed esibire, prima dell'inizio delle prove, idonea certificazione medica, che sarà valutata dalla commissione per le prove di efficienza fisica. Questa, sentito l'Ufficiale medico, adotterà le conseguenti determinazioni, autorizzando eventualmente il differimento ad altra data dell'effettuazione di tutte le prove di ciascun gruppo (apnea e/o nuoto e/o atletica).



Allo stesso modo, i candidati che prima dell'inizio delle prove accusano una indisposizione o che si infortunano durante l'esecuzione di uno degli esercizi, dovranno farlo immediatamente presente alla commissione che, sentito l'Ufficiale medico presente, adotterà le conseguenti determinazioni.

Non saranno prese in considerazione richieste di differimento o di ripetizione delle prove che pervengano da parte di candidati che hanno portato comunque a compimento, anche se con esito negativo, le prove di efficienza fisica.

I candidati che, nei casi sopraindicati, hanno ottenuto dalla commissione l'autorizzazione al differimento dell'effettuazione delle prove di uno solo e/o di tutti e 3 i gruppi (apnea e/o nuoto e/o atletica), saranno convocati per sostenere le prove in altra data. Tale data non potrà, in alcun caso, essere successiva al 20° giorno decorrente da quello originariamente previsto per l'esecuzione delle prove di efficienza fisica.

Ai candidati che risulteranno impossibilitati a effettuare/completare le prove anche nel giorno stabilito per la nuova convocazione, o che non si presenteranno a sostenerle in tale data, la commissione attribuirà giudizio di inidoneità alle prove di efficienza fisica.

Tale giudizio, che è definitivo, comporterà l'esclusione dall'iter selettivo per i settori d'impiego incursori o palombari.

20E02984

## ENTI PUBBLICI STATALI

### CONSIGLIO NAZIONALE DELLE RICERCHE

ISTITUTO DI METODOLOGIE PER L'ANALISI AMBIENTALE  
DI TITO SCALO

#### **Selezione pubblica, per titoli e colloquio, per la copertura di un posto di ricercatore III livello, a tempo determinato della durata di dodici mesi e parziale al 70%.**

Si avvisa che l'Istituto di metodologie per l'analisi ambientale (IMAA) del CNR ha indetto una pubblica selezione, per titoli e colloquio, ai sensi dell'art. 8 del «Disciplinare concernente le assunzioni di personale con contratto di lavoro a tempo determinato», per l'assunzione, ai sensi dell'art. 83 del C.C.N.L. del comparto «istruzione e ricerca» 2016-2018, sottoscritto in data 19 aprile 2018, di una unità di personale con profilo professionale di ricercatore III livello, part-time al 70%, presso l'Istituto di metodologie per l'analisi ambientale del Consiglio nazionale delle ricerche (CNR-IMAA). (Bando n. 380.3 IMAA RIC 70%)

Il contratto avrà durata di mesi dodici.

Le domande dovranno essere compilate e presentate esclusivamente via Internet, utilizzando un'applicazione informatica disponibile nell'area concorsi del sito CNR all'indirizzo <https://selezionionline.cnr.it>, seguendo le istruzioni specificate all'art. 4 del bando di cui in premessa, entro il termine perentorio di trenta giorni, decorrente dal giorno successivo a quello di pubblicazione del presente avviso nella *Gazzetta Ufficiale* della Repubblica italiana - 4ª Serie speciale «Concorsi ed esami», secondo quanto previsto dall'art. 3 del bando stesso. Non sono ammesse altre forme di produzione o modalità di invio della domanda di partecipazione, pena l'esclusione.

Copia integrale del bando è affissa all'albo ufficiale dell'Istituto di metodologie per l'analisi ambientale del CNR, ed è altresì disponibile sul sito internet del CNR [www.urp.cnr.it](http://www.urp.cnr.it) (link lavoro e formazione).

20E03140

### CONSIGLIO NAZIONALE DELLE RICERCHE

ISTITUTO DI NEUROSCIENZE DI PISA

#### **Conferimento di una borsa di studio per laureati da usufruirsi presso la sede secondaria di Padova**

Si avvisa che l'Istituto di neuroscienze del CNR sede secondaria di Padova ha indetto una pubblica selezione per una borsa di studio per laureati per ricerche nel campo delle neuroscienze per la seguente tematica di ricerca: «Studio della attività e delle oscillazioni neuronali in modelli animali di autismo», da usufruirsi presso l'Istituto di neuroscienze del CNR sede secondaria di Padova.

Le domande di partecipazione alla suddetta selezione, redatte in carta semplice secondo lo schema allegato al bando n. 061.000.BS.001-2020-PD e indirizzate al direttore dell'Istituto di neuroscienze del CNR [protocollo.in@pec.cnr.it](mailto:protocollo.in@pec.cnr.it), dovranno essere inviate tramite posta elettronica certificata entro il termine perentorio di venti giorni dalla data di pubblicazione del presente avviso nella *Gazzetta Ufficiale* della Repubblica italiana secondo quanto previsto dall'art. 4 del bando stesso.

Il bando è pubblicato per via telematica sul sito internet del CNR all'indirizzo [www.urp.cnr.it](http://www.urp.cnr.it) (link formazione e lavoro).

20E03138

### CONSIGLIO NAZIONALE DELLE RICERCHE

ISTITUTO DI RICERCA SULLE ACQUE DI MONTELIBRETTI

#### **Conferimento di una borsa di studio per laureati**

Si avvisa che l'Istituto di ricerca sulle acque (IRSA) del CNR ha indetto una pubblica selezione ad una borsa di studio per laureati (bando n. 126.114.BS.001/2020 RM) per la seguente tematica: «Processi e tecnologie per il trattamento di acque di scarico urbane e industriali», da usufruirsi presso l'Istituto di ricerca sulle acque, sede di Montelibretti (RM).

Le domande di partecipazione, redatte in carta semplice secondo lo schema di cui all'allegato A al bando, devono essere inoltrate all'indirizzo pec indicato nel bando stesso, entro il termine perentorio di trenta giorni, decorrente dal giorno successivo a quello di pubblicazione del

