

<https://doi.org/10.52449/1857-4114.2023.41-1.06>

CZU: 796.015:355/359

## PARTICULARITĂȚILE PREGĂTIRII FIZICE PROFESIONALE ȘI ALE EVALUĂRII TRUPELOR SPECIALE DIN REPUBLICA MOLDOVA, AUSTRIA, GERMANIA, BRAZILIA, AUSTRALIA, CHINA, NORVEGIA, SUA, AFRICA DE SUD

**Șchiopu Costel-Gabriel<sup>1</sup>**

<https://orcid.org/0009-0004-2350-8656>

<sup>1</sup>Inspectoratul de Poliție al Județului Iași, România

**Braniște Gheorghe<sup>2</sup>**

<https://orcid.org/0000-0003-1995-2442>

<sup>2</sup>Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport, Chișinău, Republica Moldova

**Rezumat.** Analiza și interpretarea informațiilor din literatura de specialitate din țară și din străinătate demonstrează că, până în prezent, nu s-au efectuat studii fundamentate științific cu privire la perfecționarea procesului de pregătire fizică în cadrul trupelor speciale. Studiul de față are ca scop să analizeze bunele practici în domeniul pregătirii fizice profesionale și al evaluării trupelor speciale în diferite țări, precum: Republica Moldova, Austria, Germania, Brazilia, Australia, China, Norvegia, SUA și Africa de Sud. În cadrul cercetării au fost utilizate metodele: analiza literaturii de specialitate, analiza actelor normative și a paginilor oficiale ale structurilor trupelor speciale din țările menționate. Rezultatele cercetării se referă la identificarea particularităților de pregătire fizică și evaluare în cadrul trupelor speciale în țările din diferite părți ale lumii.

**Cuvinte-cheie:** trupe speciale, pregătire fizică, evaluare.

**Introducere.** Diferit de autorii români, în literatura din străinătate s-a acordat o atenție deosebită pregătirii trupelor speciale ale poliției datorită și faptului că mediul infracțional este amplu în țările analizate în comparație cu situația infracțională din România și Republica Moldova. Pentru că globalizarea și transformarea Europei într-un spațiu de liberă circulație a adus beneficii, dar și probleme, din perspectiva liniei de muncă "Intervenții și acțiuni speciale", trebuie analizat și fenomenul infracțional european, respectiv modul de manifestare al crimei organizate.

Pregătirea polițiștilor români trebuie să se ridice la nivelul celor din țările alianțelor din care face parte. Astfel, în ultimii 30 de ani nivelul de pregătire al polițiștilor a fost supus unui proces dinamic de adaptare, completare

și reconsiderare de la sistemul de admitere/recrutare până la cel de absolvire, precum și de continuare a pregătirii și evaluării lor în cadrul unităților de poliție în care au fost repartizați după absolvire.

Numai prin pregătirea fizică se realizează legătura dintre procesul instructiv-educativ și activitatea socioprofesională în cadrul căreia se și realizează interacțiunea cu mediul social și natural, caracterul și eficacitatea acestora fiind determinate în primul rând prin potențialul lui psihofiziologic și psihofizic.

**Scopul cercetării** constă în analiza particularităților pregătirii fizice profesionale și ale evaluării trupelor speciale din Republica Moldova, Austria, Germania, Brazilia, Australia, China, Norvegia, SUA și Africa de Sud.

**Obiectivele cercetării** au fost următoarele:

- identificarea atribuțiilor trupelor speciale ale poliției în țările: Republica Moldova, Austria, Germania, Brazilia, Australia, China, Norvegia, SUA și Africa de Sud.

- examinarea probelor pentru încadrare în forțele speciale, precum evaluarea trimestrială în structurile acestor țări.

**Metodologia cercetării** a inclus: analiza literaturii de specialitate, analiza actelor normative și a paginilor oficiale ale structurilor trupelor speciale din Republica Moldova, Austria, Germania, Brazilia, Australia, China, Norvegia, SUA și Africa de Sud.

**Rezultatele cercetării.** În urma analizei literaturii de specialitate, a actelor normative și a paginilor oficiale ale structurilor trupelor speciale din Republica Moldova, Austria, Germania, Brazilia, Australia, China, Norvegia, SUA și Africa de Sud, au fost identificate principalele particularități de încadrare și de evaluare sistematică a angajaților din structurile respective.

Trupele speciale de intervenție WEGA aparțin Ministerului Afacerilor Interne din Austria și au fost înființate în anul 1978. Ele reprezintă unitățile speciale de elită la nivel local sub îndrumarea și coordonarea trupelor speciale Eko Cobra, care acționează la nivel național, cu sediul la Viena. Trupele speciale locale de intervenție ale poliției din Austria (WEGA) sunt instruite pentru a face față în cazul unui eveniment de luare de ostateci, al unei intervenții antiteroriste și contrateroriste, protecții VIP [4].

Motto-ul trupelor speciale WEGA este “Deveniți întotdeauna mai buni”, iar la selecția de încadrare poate participa orice polițist, indiferent de vârstă sau sex, cu experiență de minimum 2 ani în sistem. După promovarea baremelor fizice, ultimul cuvânt pentru acceptarea candidatului îi revine Ministerului Afacerilor Interne din Austria, iar preselecția se încheie cu un test psihologic de 4 ore.

Probele pentru încadrare în forțele speciale WEGA, precum și evaluarea trimestrială în această structură sunt următoarele [17]:

1. Cățărutul pe o coardă de 3 m în forța brațelor, fără a folosi picioarele;
2. 10 ridicări abdominale din atârnat la bara de gimnastică prin atingerea unei mingi ce se află deasupra capului;
3. 25 m înot cu mâinile legate în față;
4. Urcarea pe o scară mobilă din material textil de la etajul 3 la etajul 5;
5. Tragere cu armamentul din dotare – minim 58 puncte din 60;
6. Traseu aplicativ, ce trebuie parcurs în maximum 4 minute, cu mai multe elemente de dificultate.

Trupele speciale ale poliției SEK (Spezialeinsatzkommando) există în majoritatea statelor federale din Germania și au fost înființate în anul 1974. Ele reprezintă unitățile speciale de elită la nivel local sub îndrumarea și coordonarea trupelor speciale GSG9, care acționează la nivel național cu sediul la Berlin [6]. Trupele speciale de intervenție ale poliției din Germania (SEK) sunt instruite să lupte împotriva terorismului și în situații de salvare a ostaticilor [9].

Motto-ul acestora este “Doar cei mai buni vor reuși”, iar la selecția de încadrare poate participa orice polițist, indiferent de vârstă sau sex, cu experiență de minimum 5 ani de activitate în sistem, cu vârsta limită de 32 ani, iar în aceste unități de elită nu se poate rămâne după împlinirea vârstei de 45 ani. Trupele speciale din cadrul acestei structuri au competență teritorială generală, destinată executării misiunilor de asigurare și restabilire a ordinii publice în cazul în care a fost grav destabilizată, neutralizării și capturării unor infractori deosebit de periculoși, asigurării protecției persoanelor a căror viață este în pericol, respingerii atacurilor armate sau în grup, asigurării protecției instituțiilor fundamentale ale statului și neutralizării amenințărilor grave la adresa acestora, independent sau în cooperare cu alte structuri și

instituții din sistemul de apărare și securitate națională [8].

trimestrială a forțelor speciale SEK sunt prevăzute în Tabelul 1 [18]:

Probele și baremele pentru evaluarea

**Tabelul 1. Probele și baremele evaluării trupelor speciale ale SEK**

PROBA	SATISFĂCĂTOR	BINE	FOARTE BINE	EXCELENT
Alergare 100 m	13.50 sec	13.00 sec	12.50 sec	12.00 sec
4x25 m obstacole	22.00 sec	21,00 sec	20,00 sec	19,00 sec
Alergare 3000 m	12:30 min	12:00 min	11:30 min	11:00 min
Săritură în lungime	+ 450 cm	+ 500 cm	+ 550 cm	+ 600 cm
Împins la piept	+ 5 repetări	+ 8 repetări	+ 11 repetări	+ 14 repetări
Tracțiuni la bară	+ 10 repetări	+ 15 repetări	+ 20 repetări	+ 23 repetări
Urcare/Coborâre Stepper 5 min	+ 115 repetări	+ 120 repetări	+ 125 repetări	+ 130 repetări
Înot 200 m	Sub 4:30 min	Sub 4:00 min	Sub 3:30 min	Sub 3:00 min

Trupele speciale ale poliției BOPE (Batalhao de Operacoes Policiais Especiais) sunt trupele speciale din Brazilia și au fost înființate în anul 1978. Ele reprezintă unitățile speciale de elită atât la nivel național, cât și local [1].

Trupele speciale ale poliției din Brazilia (BOPE) au o multitudine de atribuții, dintre care se pot enumera: asigurarea securității suplimentare la evenimente speciale, ruperea de baricade construite de traficanții de droguri, destructurarea fracțiunilor criminale de trafic de droguri și a tuturor membrilor săi, extragerea polițiștilor sau civililor răniți în confruntări și lupte, salvarea ostatecilor, reprimarea revoltelor din închisori, patrularea armată în jurul favelor, salvarea ofițerilor și cetățenilor capturați de infractori sau amenințați cu focuri de armă, stabilizarea

situațiilor care implică subiecți cu risc ridicat de sinucidere, realizarea de dispozitive suplimentare de asalt în anumite situații, misiuni speciale în mlaștini sau terenuri muntoase, ca recunoaștere, infiltrare, emiterea mandatelor de arestare cu risc ridicat; furnizează putere superioară de foc în anumite situații limită, când acționează ca forță argumentată etc.

Motto-ul acestora este “Victorie asupra morții”, iar la selecția de încadrare poate participa orice polițist, indiferent de vârstă sau sex, cu experiență de minimum 2 ani în sistem, vârstă candidatului fiind între 18 și 30 ani iar din anul 2008 femeile nu au voie să facă parte din aceste structuri.

Probele pentru evaluarea trimestrială a forțelor speciale BOPE sunt prezentate în Tabelul 2 [14]:

**Tabelul 2. Probele și baremele evaluării trupelor speciale ale BOPE**

PROBA	Calificativul
Cățărutul pe o coardă de 5 m în forța brațelor, fără a folosi picioarele	ADMIS/RESPINS
Săritură de pe un turn de 10 m	ADMIS/RESPINS

Mers prin apă 30 minute	ADMIS/RESPINS			
	SATISFĂCĂTOR	BINE	FOARTE BINE	EXCELENT
Tracțiuni la bară	+ 10 repetări	+ 14 repetări	+ 18 repetări	+ 25 repetări
Înot 200 m	Sub 5:00 min	Sub 4:00 min	Sub 3:00 min	Sub 2:35 min
Înot 400 m	Sub 12:00 min	Sub 10:19 min	Sub 8:40 min	Sub 7:50 min
Testul Cooper	Sub 400 m	Sub 2600 m	Sub 2800 m	Sub 3000 m
Alergare 8 km	Sub 50:00 min	Sub 42:00 min	Sub 38:00 min	Sub 35:00 min
Flexii abdominale 60 secunde	+ 48 repetări	+ 56 repetări	+ 64 repetări	+ 78 repetări
Săritura în lungime	+ 400 cm	+ 450 cm	+ 490 cm	+ 560 cm
Flotări	+ 35 repetări	+ 48 repetări	+ 59 repetări	+ 80 repetări

Trupele speciale ale poliției Australian Commando sunt trupele speciale din Australia, au fost înființate în anul 1997 și reprezintă unitățile speciale de elită atât la nivel național, cât și local.

Trupele speciale ale poliției din Australia sunt specializate în combaterea terorismului și în desfășurarea de operațiuni speciale pe plan intern, când poliția federală și comunitară nu poate gestiona situația.

Motto-ul acestora este “Fără avertisment”, iar la selecția de încadrare poate participa orice cetățean australian cu vârsta peste 18 ani, dar nu mai mult de 52 ani, urmând a fi evaluate din punct de vedere medical, psihologic și ulterior sportiv. Cursul de selecție durează 19 zile, iar faza de Commando durează 11 luni pentru cei ce au promovat testul [2].

Probele și baremele pentru evaluarea trimestrială a forțelor speciale din Australia sunt prezentate în Tabelul 3 [13]:

**Tabelul 3. Probele și baremele evaluării trupelor speciale ale Australian Commando**

PROBA	Calificativul			
	SATISFĂCĂTOR	BINE	FOARTE BINE	EXCELENT
Salt vertical	+ 60 cm	+ 80 cm	+ 90 cm	+ 100 cm
Flotări	+ 40 repetări	+ 60 repetări	+ 70 repetări	+ 80 repetări
Flexii abdominale	+ 60 repetări	+ 80 repetări	+ 90 repetări	+ 100 repetări
Tracțiuni la bară	+ 7 repetări	+ 10 repetări	+ 13 repetări	+ 15 repetări
Alergare pe teren accidentat cu rucsac de 3,2 kg pe o distanță de 5 km	Sub 45 minute	Sub 40 minute	Sub 35 minute	Sub 30 minute
Alergare pe teren accidentat cu rucsac de 3,2 kg pe o distanță de 10 km	Sub 90 minute	Sub 85 minute	Sub 80 minute	Sub 75 minute
Înot 400 m	Sub 12:00 min	Sub 10:19 min	Sub 8:40 min	Sub 7:50 min

Trupele speciale ale poliției Comando Snow Leopard reprezintă trupele speciale din China, fiind unități speciale de elită la nivel local. Trupele speciale ale poliției din China au o multitudine de atribuții, dintre care se pot enumera: combaterea terorismului, salvarea ostatecilor, controlul revoltelor, protecție VIP, executarea mandatelor de arestare, percheziții cu risc ridicat, controlul mulțimilor, tactici de aplicare a legii împotriva criminalității [5].

Selecția de încadrare este foarte dificilă, candidații urmând a trece printr-o săptămână infernală în timpul selecției.

Probele și baremele pentru evaluarea trimestrială în forțele speciale din China sunt [15]:

1. Flotări – 100 repetări fără limită de timp;
2. Flexiuni abdominale – 200 fără limită de timp;
3. Genuflexiuni – 100 repetări fără limită de timp;
4. Tracțiuni – 100 repetări fără limită de timp;
5. Cățărare cu rucsac de 10 kg pe o distanță de 20 km;
6. Cățărare cu rucsac de 35 kg pe o distanță de 20 km.

Trupele speciale ale poliției Special Task Force SAPS reprezintă unitățile de elită din Africa de Sud la nivel local. Membri echipelor Task Force execută ca forță augmentată misiuni și activități pe care, în mod normal, poliția locală sau națională nu le pot gestiona [10].

Trupele speciale ale poliției din Africa de Sud au fost înființate în anul 1976 și au o multitudine de atribuții, dintre care se pot enumera: combaterea terorismului, salvarea ostatecilor pe uscat, mare și aerian, combaterea terorismului urbane și rurale, evaluarea echipamentelor specializate, în general fiind responsabili de sarcini pe care poliția nu le poate gestiona. La selecția de încadrare poate participa orice polițist cu cetățenie sud-africană cu vârstă de peste 21 ani, cu o vechime de minimum 2 ani în sistem, să se împlinescă cel puțin 6 luni de la finalizarea cursurilor colegiului de poliție, având o scrisoare de recomandare din partea șefului său.

Probele și baremele evaluării trimestriale a forțelor speciale din Africa de Sud sunt prezentate în Tabelul 4 [20]:

**Tabelul 4. Probele și baremele evaluării trupelor speciale ale Task Force**

PROBA	SATISFĂCĂTOR	BINE	FOARTE BINE	EXCELENT
Alergare 5 km	Sub 18:00 min	Sub 17:30 min	Sub 17:00 min	Sub 16:30 min
Tracțiuni	+ 5 repetări	+ 10 repetări	+ 15 repetări	+ 18 repetări
Flexii abdominale	+ 60 repetări	+ 85 repetări	+ 95 repetări	+ 105 repetări
Flotări	+ 35 repetări	+ 45 repetări	+ 50 repetări	+ 50 repetări
4x40 m obstacole	+ 65 secunde	+ 60 secunde	+ 56 secunde	+ 52 secunde
Înot 300 m	+ 10:00 minute	+ 09:30 minute	+ 09:00 minute	+ 08:30 minute
Alergare pe teren accidentat cu rucsac de 20 kg pe o distanță de 20 km	210 minute	190 minute	170 minute	150 minute

Trupele speciale ale poliției SWAT reprezintă unitățile de elită din SUA, la nivel local, fiind una dintre cele mai puternice structuri de intervenție din lume și

desfășurându-și activitatea în unul din cele mai ostile medii din Statele Unite ale Americii, respectiv Florida [11]. Trupele speciale ale poliției din SUA au fost înființate

în anul 1976, au o multitudine de atribuții, dar în special sunt instruite pentru a lupta împotriva amenințărilor și situațiilor considerate cu risc ridicat, dincolo de capacitățile unităților obișnuite ale poliției.

La selecția de încadrare poate participa orice polițist cu o vechime de minimum 1 an în sistem, având rezultate satisfăcătoare la evaluările anuale și lunare. Cursul de selecție este de 3 săptămâni și implică un test cu 14 exerciții diferite, iar dacă promovează acest test, candidații vor fi invitați la un interviu oral. Înainte de a putea absolvi, candidații trebuie să cedeze fricii lor de înălțime și să sară de la etajul 5 pe o pernă de sărituri.

Probele și baremele pentru evaluarea trimestrială în forțele speciale SWAT trebuie promovate toate, în caz contrar, candidatul va fi descalificat [19]:

1. Urcarea unui perete de 2 m înălțime;
2. Cățărarea pe o funie de 10 m;
3. Cățărarea pe o funie fără a folosi picioarele în timp ce stă atârnat timp de 45 secunde;
4. Sprint pe 100 m – sub 15 secunde;
5. Cățărarea pe umăr a soldatului rănit pe 100 m;
6. Alergarea de 1,5 mile – sub 12 minute;
7. Înot 400 m – fără a fi cronometrat, dar fără oprire;
8. Săritură dintr-un turn de 10 m în apă;
9. Ținerea capului deasupra apei timp de 10 minute;

10. Împins la piept greutatea propriului corp + 25 lbs cel puțin o dată;

11. Tracțiuni + 25 lbs – cel puțin 5 repetări;

12. Flotări – cel puțin 42 repetări în 60 secunde;

13. Flexiuni abdominale – cel puțin 39 repetări în 60 secunde;

14. Împins la presă la picioare + 100 lbs peste greutatea corpului.

Trupele speciale ale poliției Beredskapstroppen-Delta reprezintă unitățile de elită din Norvegia la nivel local, dar și la nivel național. Delta Force își au sediul la Oslo, fiind responsabile pe întreg teritoriul Norvegiei, inclusiv la instalațiile petroliere din Marea Nordului.

Trupele speciale ale poliției din Norvegia au fost înființate în anul 1976 și au o multitudine de atribuții, dintre care se pot enumera: combaterea terorismului, salvarea ostatecilor, arestări cu risc ridicat, misiuni armate în Norvegia și în străinătate. La selecția de încadrare poate participa orice polițist cu cetățenie norvegiană, cu vârsta de peste 25 ani, cu o vechime de minimum 3 ani în sistem. Chiar dacă selecția este deschisă atât pentru femei, cât și pentru bărbați, nicio femeie nu a ajuns în rândurile Deltei [3].

Probele și baremele pentru evaluarea trimestrială în forțele speciale din Norvegia sunt prevăzute în Tabelul 5 [16]:

**Tabelul 1.5. Probele și baremele evaluării trupelor speciale ale Delta**

PROBA	SATISFĂCĂTOR	BINE	FOARTE BINE	EXCELENT
Alergare 300 m	12:30 min	12:00 min	11:30 min	11:00
Tracțiuni	+ 10 repetări	+ 15 repetări	+ 20 repetări	+ 23 repetări
Flexii abdominale	+ 50 repetări	+ 70 repetări	+ 90 repetări	+ 100 repetări
Flotări	+ 50 repetări	+ 60 repetări	+ 70 repetări	+ 80 repetări
400 m Înot fără pauză				
4 m coborât până la fundul piscinei				

Brigada de Poliție cu Destinația Specială "Fulger" este o structură specială din Republica Moldova, fiind o subdiviziune specializată a Inspectoratului General al Poliției cu statut operativ, care exercită în condițiile legii atribuții cu privire la apărarea ordinii și liniștii publice, a drepturilor și libertăților fundamentale ale cetățenilor, a proprietății publice și private, la prevenirea și descoperirea infracțiunilor sau a altor încălcări ale legilor în vigoare, precum și la protecția instituțiilor fundamentale ale statului și combaterea actelor de terorism [7].

Brigada de Poliție cu Destinație Specială "Fulger" are următoarele atribuții:

- combaterea actelor de terorism;
- menținerea și restabilirea ordinii publice;
- prevenirea și combaterea criminalității;
- intervenția specială în cazul situațiilor de urgență (excepționale) cu caracter natural și tehnogen;
- asigurarea pazei și protecției;
- asigurarea juridică și metodică a activității de serviciu.

Evaluarea luptătorilor din trupele speciale ale Brigăzii de Poliție cu Destinație Specială "Fulger" se face trimestrial conform categoriei de solicitare fizică „specială” și cuprinde un traseu aplicativ cu 11 probe amplasate în următoarea succesiune [12]:

1) flotări – 15 flotări – penalizare 3 secunde pentru fiecare flotare neexecutată;

2) lovituri cu ciocanul în anvelopă – 20 lovituri – penalizare 3 secunde pentru fiecare lovitură neexecutată;

3) urcarea pe cub cu o greutate de 10 kg în brațe – 10 urcări – penalizare 3 secunde în cazul fixării doar a unui picior pe cub sau pentru fiecare urcare neexecutată;

4) ridicarea greutății de 40 kg de la piept – penalizare 3 secunde pentru repetări incomplete sau fiecare repetare neexecutată;

5) flexiunea brațului cu o greutate de 40 kg – penalizare 3 secunde pentru repetări incomplete sau fiecare repetare neexecutată;

6) flexiuni abdominale cu un disc de 10 kg – 10 repetări - penalizare 3 secunde pentru repetări incomplete sau fiecare repetare neexecutată;

7) deplasarea a două greutăți de câte 24 kg pe o distanță de 30 m (2x15m) - penalizare 3 secunde pentru neocolirea unui con sau atingerea acestuia, atingerea solului cu una sau ambele greutăți, scăparea din mână a unei sau a ambelor greutăți sau amplasarea greutăților în afară spațiului marcat de depozitare;

8) escaladarea unui obstacol de 2 m – penalizare 3 secunde pentru fiecare încercare eșuată;

9) transportul unui manechin de 60 kg prin târâre pe o distanță de 20 m (2x10m) – penalizare 3 secunde pentru transportarea incorectă a manechinului;

10) alergare în șicane 10 m – penalizare 3 secunde pentru omiterea fiecărui con sau depășirea limitelor culoarului;

11) alergare la viteză pe distanța de 100 m.

Evaluarea luptătorilor din cadrul trupelor speciale ale Brigăzii de Poliție cu Destinație Specială "Fulger" se realizează pe categorii de vârstă atât pentru bărbați, cât și pentru femei, după cum urmează:

- Categoria I: vârsta de până la 25 de ani inclusiv;
- Categoria a II-a: vârsta de la 26 de ani până la 30 de ani inclusiv;
- Categoria a III-a: vârsta de la 31 de ani până la 35 de ani inclusiv;
- Categoria a IV-a: vârsta de la 36 de ani până la 40 de ani inclusiv;
- Categoria a V-a: vârsta de la 41 de ani până la 45 de ani inclusiv;
- Categoria a VI-a: vârsta de peste 45 de ani.

Baremele evaluării trupelor speciale ale Brigăzii de Poliție cu destinație specială Fulger la "Traseul utilitar-aplicativ" sunt prezentate în Tabelul 6 [12]:

**Tabelul 6. Baremele evaluării trupelor speciale ale Brigăzii de Poliție cu Destinație Specială ”Fulger”**

TIMP	NOTE/GRUPE DE VÂRSTĂ					
	I	II	III	IV	V	VI
4'00"	10					
4'05"	9,5					
4'10"	9	10				
4'15"	8,5	9,5				
4'20"	8	9	10			
4'25"	7,5	8,5	9,5			
4'30"	7	8	9	10		
4'35"	6,5	7,5	8,5	9,5		
4'40"	6	7	8	9	10	
4'45"	5,5	6,5	7,5	8,5	9,5	
4'50"	5	6	7	8	9	10
4'55"	4,5	5,5	6,5	7,5	8,5	9,5
5'00"	4	5	6	7	8	9
5'05"	3,5	4,5	5,5	6,5	7,5	8,5
5'10"	3	4	5	6	7	8
5'15"	2,5	3,5	4,5	5,5	6,5	7,5
5'20"	2	3	4	5	6	7
5'25"	1,5	2,5	3,5	4,5	5,5	6,5
5'30"	1	2	3	4	5	6
5'35"		1,5	2,5	3,5	4,5	5,5
5'40"		1	2	3	4	5
5'45"			1,5	2,5	3,5	4,5
5'50"			1	2	3	4
5'55"				1,5	2,5	3,5
6'00"				1	2	3
6'05"					1,5	2,5
6'10"					1	2
6'15"						1,5
6'20"						1

**Concluzie.** Analiza pregătirii fizice profesionale și a procesului de evaluare a trupelor speciale din diferite țări demonstrează că accentul trebuie să fie pus, într-o proporție mare, pe educația fizică a polițiștilor (pregătirea fizică generală, pregătirea fizică specifică, pregătirea fizică de tip special). În acest context, planificarea pregătirii fizice a trupelor speciale, care se

încadrează la categoria de solicitare fizică „specială”, cuprinde teme și exerciții din diverse discipline, adaptate la dotarea materială sportivă existentă la nivelul structurii. Profilul polițistului modern solicită un polițist de elită, în măsură să combine capacitățile intelectuale necesare utilizării tehnologiilor moderne cu calitățile psihice necesare adaptării rapide la diferite medii,



precum și cu deprinderile și abilitățile fizice vitale pentru acțiune în zone extrem de diverse, mijloace specifice sporturilor de

luptă, contribuind în mare măsură la îmbunătățirea nivelului pregătirii fizice.

### Referințe bibliografice:

1. BROOK H. (2016). *Special Forces*. English: Editura Usborne. 80 p.
2. EDDIE I. (2021). *Special Forces Interpreter*. English: Editura Pen&Sword Military. 208 p.
3. FAULKER C. (2018). *Original Strength for the Tactical Athlete*. English: Editura OS Press. 100 p.
4. LAVERY N. (2022). *Objective Secure*. English: Editura Precision Components LLC. 262 p.
5. LAWRENCE, G., BENAS, N., SMITH, S. (2017). *Tactical Mobility*. English: Editura Hatherleigh Press U.S. 222 p.
6. LEWIS, J.E., WEST, D. (2015). *The Mammoth Book of Special Forces Training*. English: Editura Running PR Books Publ. 544 p.
7. RUSU I., COSTAȘ O. (2016). *Fulger – Brigada cu Destinație Specială*. Chișinău. 130 p.
8. SCHOLZEN, R. (2022). *SEK, Spezialeinsatz kommandos der deutschen Polizei*. German: Editura Unbekannt. 177 p.
9. SCHULZ, P. (2022). *SEK ein Insiderbericht*. German: Editura Lübbe. 136 p.
10. SMITH, S. (2015). *Tactical Fitness*. English: Editura Hatherleigh Press U.S. 266 p.
11. TANNER, J. (2020). *Swat Mentality*. English: Editura Covenant Books. 96 p.
12. *Ordinul Ministerului Afacerilor Interne din Republica Moldova nr. 212 din 03.07.2013*. 97 p.
13. Australian Commando <https://msigwarrior.com/pft-au-commando.html> (accesat la 07.03.2023)
14. Batalhao de Operacoes Policiais Especiais <https://msigwarrior.com/pft-br-bope.html> (accesat la 07.03.2023)
15. Commando Snow Leopard <https://msigwarrior.com/pft-cn-snow-leopard.html> (accesat la 07.03.2023)
16. Delta Norway <https://msigwarrior.com/pft-no-delta.html> (accesat la 07.03.2023)
17. Eko Cobra <https://msigwarrior.com/pft-at-eko-cobra.html> (accesat la 09.03.2023)
18. Speciale în satzkommandos <https://msigwarrior.com/pft-de-sek.html> (accesat la 09.03.2023)
19. Miami S.R.T., Swat <https://msigwarrior.com/pft-us-swat.html> (accesat la 10.03.2023)
20. Special Task Force – SAPS [https://en.wikipwdia.org/wiki/Special-Task-Force\(SAPS\)](https://en.wikipwdia.org/wiki/Special-Task-Force(SAPS)) (accesat la 10.03.2023)