



Fiche sélections

CADET DE LA RÉPUBLIQUE

Le recrutement et les épreuves de sélection sont organisés par département en fonction des postes ouverts.

Le retrait du dossier d'inscription s'effectue auprès des structures de formation de la police nationale ou sur le site www.lapolice.nationale.recrute.fr

Le cadet de la République candidate pour un département dans lequel il sera obligatoirement affecté à la fin de sa scolarité.

> CONDITIONS DE RECRUTEMENT

Les sélections sont ouvertes aux candidats :

- ▶ de nationalité française ;
- ▶ jouissant de leurs droits civiques ;
- ▶ de bonne moralité, le bulletin n° 2 du casier judiciaire ne devant comporter aucune mention incompatible avec l'exercice des fonctions envisagées ;
- ▶ en règle avec la législation sur le service national.
Les personnes âgées de plus de 25 ans sont dispensées de leur obligation du service national et à ce titre, aucun justificatif n'est demandé aux intéressés.
Si vous avez moins de 25 ans, la Journée Défense et Citoyenneté (ex JAPD) est obligatoire ou tout au moins, vous devez vous trouver en position régulière au regard des obligations du service national.

- ▶ âgés de **18 ans** (à la date du début de la formation) **et de moins de 30 ans à la date de dépôt du dossier de candidature** ;
- ▶ agréés par le préfet territorialement compétent ;
- ▶ remplissant les conditions d'aptitude physique requises :
 - médicalement apte à un service actif de jour comme de nuit ;
 - ayant une acuité visuelle, après correction, au moins égale à 15 dixièmes pour les deux yeux, avec un minimum de 5 dixièmes pour un œil, chaque verre correcteur ou lentille ayant un maximum de 3 dioptries pour atteindre cette limite de 15 dixièmes ;
 - apte au port et à l'usage des armes.
- ▶ **Aucun diplôme n'est exigé.**

> ÉPREUVES DE SÉLECTIONS

Les épreuves de sélections sont les suivantes :

- ▶ examen du dossier de candidature ;
- ▶ enquête administrative ;
- ▶ tests psychologiques ;
- ▶ photo langage ;
- ▶ épreuves sportives (*voir page 2*) ;
- ▶ entretien de sélection devant une commission ;
- ▶ visite médicale.

> ÉPREUVES SPORTIVES

CONDITIONS GÉNÉRALES

Tout candidat devra être en possession d'un certificat médical d'aptitude délivré par un médecin de son choix.

La chronologie de réalisation des tests est la suivante :

- ▶ premier test : test de résistance musculaire en isométrie ;
- ▶ deuxième test : test d'endurance cardio-respiratoire.

La note finale attribuée au candidat est la moyenne des notes obtenues au test de résistance musculaire en isométrie et au test d'endurance cardio-respiratoire.

Est éliminatoire :

- ▶ toute moyenne strictement **inférieure à 7 / 20** ;
- ▶ toute note strictement **inférieure à 7 / 20** à l'un des 2 tests.

Avant le commencement du premier test, le responsable en activités physiques et professionnelles en charge de la réalisation des épreuves dirigera des exercices visant **exclusivement** l'échauffement musculaire et articulaire des candidats. En effet, est à proscrire tout échauffement cardio-respiratoire de nature à compromettre la bonne réalisation du deuxième test.

Chaque test doit être démontré et expliqué par l'évaluateur préalablement à sa réalisation.

Seront observées 15 minutes de récupération **passive** entre la fin du premier test et le commencement du second.

PREMIÈRE ÉPREUVE

> TEST DE RÉSISTANCE MUSCULAIRE EN ISOMÉTRIE

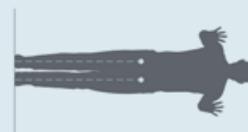
1

Le candidat prend la position allongée, bras perpendiculaires au sol (position dite des « pompes ») positionnant ses mains (mains nues) à l'aplomb de ses épaules, les pieds en appui contre un plan vertical fixe **croquis 1**. L'écartement des pieds correspond à la largeur du bassin **croquis 2**.

croquis 1



croquis 2



2

Tout en maintenant la position exacte de ses 2 mains au sol, le candidat se met en appui au sol sur ses 2 genoux **croquis 3** puis avance chaque main d'une distance équivalente à la longueur de 2 mains en appui au sol, soit 2 fois la mesure prise de l'arrière de la paume à l'extrémité de l'index **croquis 4**.

croquis 3



Position de la main maintenue

croquis 4



2 fois la mesure de la main position maintenue

3

Le candidat doit prendre et respecter la rectitude jambes-corps-tête, bras et jambes tendus **croquis 5 et 6**.

croquis 5



La tête dans le prolongement du corps

2 fois la mesure de la main position maintenue

croquis 6



La performance enregistrée est le temps de maintien de cette position dans le respect du règlement précité. La prise de position, avant le déclenchement du chronomètre, sera corrigée par l'évaluateur. **Un seul essai est autorisé.**

Le non-respect des consignes, observé et signalé à un candidat à 2 reprises, entraîne l'arrêt immédiat du test pour le candidat concerné. Le temps relevé à l'occasion de cette fin d'épreuve est alors retenu pour la notation.

Les temps enregistrés sont arrondis à la fraction des 5 secondes supérieures.

Exemple : 1 mn 37 s sur le chronomètre donne une performance de 1 mn 40 s.

> BARÈMES

Note FEMMES	Performance réalisée	Note HOMMES	Note FEMMES	Performance réalisée	Note HOMMES
1	0 mn 45 s	0	14	1 mn 50 s	8
2	0 mn 50 s	0	15	1 mn 55 s	9
3	0 mn 55 s	0	16	2 mn 00 s	10
4	1 mn 00 s	0	17	2 mn 05 s	11
5	1 mn 05 s	0	18	2 mn 10 s	12
6	1 mn 10 s	0	19	2 mn 15 s	13
7	1 mn 15 s	1	20	2 mn 20 s	14
8	1 mn 20 s	2	20	2 mn 25 s	15
9	1 mn 25 s	3	20	2 mn 30 s	16
10	1 mn 30 s	4	20	2 mn 35 s	17
11	1 mn 35 s	5	20	2 mn 40 s	18
12	1 mn 40 s	6	20	2 mn 45 s	19
13	1 mn 45 s	7	20	2 mn 50 s	20

DEUXIÈME ÉPREUVE

> TEST D'ENDURANCE CARDIO-RESPIRATOIRE

Le test consiste à accomplir des allers et retours sur une distance de 20 mètres, à une vitesse progressivement accélérée.

Une bande sonore règle la vitesse en émettant des sons à intervalles réguliers et annonce la progression du candidat en termes de paliers et de fractions de paliers exprimés en temps.

Exemple : palier 4, palier 7 - 45 secondes.

Il s'agit pour le candidat d'atteindre le palier ou la fraction de palier le plus élevé possible.

L'épreuve commence lentement, à **8 km/h**, puis le rythme augmente **progressivement toutes les minutes**.

Au départ, le candidat dispose de **2 minutes** pour calquer sa vitesse de course sur les signaux sonores.

A chaque signal sonore, il doit ajuster sa course pour se retrouver à une des extrémités du tracé des **20 mètres**.

A chaque extrémité, il doit bloquer un de ses pieds immédiatement derrière la ligne pour amorcer son retour. Les virages en courbe ne sont pas admis.

2 mètres maximum de retard sont admis à la condition de pouvoir, soit maintenir le retard, soit le combler lors des intervalles suivants. Si le retard s'accroît et devient peu à peu égal ou supérieur à 2 mètres sans possibilité de le combler, le candidat arrête l'épreuve.

Le dernier palier ou fraction de palier est alors retenu.

NB : Le candidat qui glisse ou tombe pendant le test est autorisé à le poursuivre, mais l'incident n'entraîne pas l'interruption de la bande sonore.

> BARÈMES

Note FEMMES	Performance réalisée	Note HOMMES
0	palier 1	0
0	palier 1 - 15 s	0
0	palier 1 - 30 s	0
0	palier 1 - 45 s	0
0	palier 2	0
0	palier 2 - 15 s	0
1	palier 2 - 30 s	0
2	palier 2 - 45 s	0
3	palier 3	0
4	palier 3 - 15 s	0
5	palier 3 - 30 s	0
6	palier 3 - 45 s	0
7	palier 4	0
7,5	palier 4 - 15 s	0
8	palier 4 - 30 s	0
8,5	palier 4 - 45 s	1
9	palier 5	2
9,5	palier 5 - 15 s	3
10	palier 5 - 30 s	4
10,5	palier 5 - 45 s	5
10,5	palier 6	6
11	palier 6 - 15 s	7
11	palier 6 - 30 s	8
11,5	palier 6 - 45 s	8,5
11,5	palier 7	9
12	palier 7 - 15 s	9,5
12,5	palier 7 - 30 s	10

Note FEMMES	Performance réalisée	Note HOMMES
13	palier 7 - 45 s	10,5
13,5	palier 8	10,5
14	palier 8 - 15 s	11
14,5	palier 8 - 30 s	11
15	palier 8 - 45 s	11,5
15,5	palier 9	11,5
16	palier 9 - 15 s	12
16,5	palier 9 - 30 s	12
17	palier 9 - 45 s	12,5
17,5	palier 10	12,5
18	palier 10 - 15 s	13
19	palier 10 - 30 s	13
20	palier 10 - 45 s	13,5
20	palier 11	14
20	palier 11 - 15 s	14,5
20	palier 11 - 30 s	15
20	palier 11 - 45 s	15,5
20	palier 12	16
20	palier 12 - 15 s	16,5
20	palier 12 - 30 s	17
20	palier 12 - 45 s	17,5
20	palier 13	18
20	palier 13 - 15 s	18,5
20	palier 13 - 30 s	19
20	palier 13 - 45 s	20

lapolice.nationale.recrute.fr