附件2

应试者体能测试须知

一、体能测试工作参照《关于印发公安机关录用人民警察体能测试项目和标准（暂行）的通知》等规定实施。体能测试项目包括纵跳摸高（男265厘米、女230厘米）、中长跑（男1000米、女800米），纵跳摸高不合格的，不再参加中长跑。凡其中一项不达标的，视为体能测试不合格。体能测试不合格的，不得参加笔试。当报考某一职位的体能测试合格人员不足招聘人数的2：1时，从纵跳摸高测试合格人员中按照各职位拟招聘人数的2：1划定中长跑成绩合格线，合格线以内的进入笔试。体能测试项目和参照标准如下：

**（一）男子组**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 项 目 | 标 准 | |
| 30岁（含）以下 | 31岁（含）以上 |
| 1000米跑 | ≤4′25″ | ≤4′35″ |
| 纵跳摸高 | ≥265厘米 | |

**（二）女子组**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 项 目 | 标 准 | |
| 30岁（含）以下 | 31岁（含）以上 |
| 800米跑 | ≤4′20″ | ≤4′30″ |
| 纵跳摸高 | ≥230厘米 | |

二、体能测试测试方法及注意事项。

测试前，参加体能测试的应试者须认真熟悉测试项目的规则、合格标准、注意事项和要求。年龄超过30周岁的在测试前应主动说明。

（一）纵跳摸高

测试方法：准备测试阶段，受测者双脚自然分开，呈站立姿势。接到指令后，受测者屈腿半蹲，双臂尽力后摆，然后向前上方快速摆臂，双腿同时发力，尽力垂直向上起跳，同时单手举起触摸固定的高度线或者自动摸高器的测试条，触摸到高度线或者测试条的视为合格。测试不超过三次。

注意事项：（1）起跳时，受测者双腿不能移动或有垫步动作；（2）受测者指甲不得超过指尖0.3厘米；（3）受测者徒手触摸，不得带手套等其他物品；（4）受测者统一采用赤脚（可穿袜子）起跳，起跳处铺垫不超过2厘米的硬质无弹性垫子。

（二）男子1000米跑、女子800米跑

测试方法：受测者分组测，每组不得少于2人，用站立式起跑。当听到口令或哨音后开始起跑。当受测者到达终点时停表，终点记录员负责登记每人成绩，登记成绩以分、秒为单位，不计小数。

三、每个测试项目结束后，裁判向参加体能测试的应试者宣布测试结果（合格或不合格）。对测试结果不合格的，参加体能测试的应试者、裁判、监督员要进行签字确认。参加体能测试的应试者拒绝签字的，由裁判、监督员代签确认并注明。参加体能测试的应试者对自己或他人的体能测试结果如有异议，须当场提出；离开本项目测试处后，再有异议的，不予受理。

四、体能测试期间，对参加体能测试的应试者实行编号管理，分男子组和女子组，通过抽签确定序号。未经许可，参加体能测试的应试者不得以任何形式透漏本人姓名、家庭情况等个人信息。

五、参加体能测试的应试者禁止携带和使用手机、智能手表（手环）等任何电子、通信设备和与体能测试无关的物品进入体能测试现场，已携带的须主动交工作人员保管，否则一经发现，按有关规定严肃处理。