附件3

巴中市公安局经济开发区分局招聘警务辅助人员

体能测试实施细则

为贯彻公开、公平、公正的原则，科学规范、严谨严密组织好公开招聘警务辅助人员体能测试，根据《四川省公安机关警务辅助人员管理办法》，参照人民警察体能测试标准，制定本实施细则。

一、10米×4往返跑

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 30cmS1 |  | 30cmS2 |
|  |
|  |
|  |
| 10米 |

图一 10米×4往返跑场地示意图

**场地器材：**10米长的直线跑道若干条，在跑道的两端线（S1和S2处）外30cm处各划一条线（图一）。木块（5cm×10cm或瓶子）每道3块，其中2块放在S2线外的横线上，一块放在S1线外的横线上，秒表若干块。

**测试方法：**受测者用站立式起跑，听到发令后从S1线外起跑，当跑到S2线前面，用手将30cm区域中立着的木块（瓶子）推倒即往回跑，如此反复多次将3块木块（瓶子）全部推倒，记录跑完全程的时间。记录以秒为单位，取一位小数，第二位小数非“0”时则进1。本项目只测试1次。

二、男子1000米跑（女子800米跑）

**场地器材：**400米田径场跑道，地面平坦，地质不限。秒表若干块，也可使用手机时钟的秒表功能，使用前应校正。

**测试方法：**受测者分组测试，每组15人至20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，或终点计时员准确报时，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。测试期间受测者须在跑道内进行，不得穿越跑道外，发现1次成绩加5秒。

三、立定跳远

**场地器材：**立定跳远在不小于5平方米平坦地面上开展，卷尺一个。

**测试方法：**两脚自然分开站立于测试区，站在起跳线后，脚尖不得踩线，做好预摆动作后，两脚原地同时起跳，不得有垫步或连跳动作。