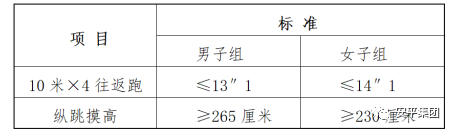
体能测试

根据《公安机关录用人民警察体能测评项目和标准（暂行）》，具体参照《公安机关录用人民警察体能测评实施细则》执行。

1.测评项目和标准：

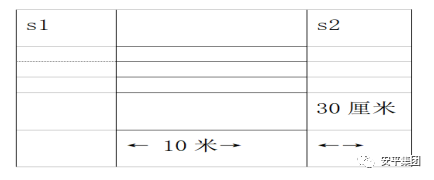


2.测试方法：

（1）10米×4往返跑

测试方法为：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，用一只手拿起一木块随即往回跑，跑到S1线前时交换木块，再跑回S2交换另一木块，最后持木块冲出S1线，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。

注意事项：当受测者取放木块时，脚不要越过S1和S2线。



（2）纵跳摸高

测试方法为：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高度标识，触摸到高度线或者高度标识的视为合格。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。

体能测试合格后，按招考计划1:2的比例进入面试。体能测试不合格的，按照笔试成绩从高分到低分的排序，依次递补，确定面试人选。最后一名面试人选的笔试成绩如出现并列者，均参加面试。