

# 上海市行政执法类公务员一线执法职位招考 体能测评项目和标准（试行）

为适应新形势下行政执法工作，进一步加强行政执法类公务员队伍建设，根据岗位特点需求，特制定本市行政执法类公务员录用一线行政执法人员体能测评项目和标准，具体如下：

## 一、执行标准

1、体能测评中凡其中一项不达标的，即视为体能测评不合格，不进入面试环节。

2、体能测评项目全部达标后，进入面试名单，体能测评项目不单独计分。

## 二、测试项目和标准

### （一）男子组

项目	标准
10 米×4 往返跑	≤13" 4
1000 米跑	≤4' 35"
纵跳摸高	≥265 厘米

### （二）女子组

项目	标准
10 米×4 往返跑	≤14" 4

800 米跑	$\leq 4' 36''$
纵跳摸高	$\geq 230$ 厘米

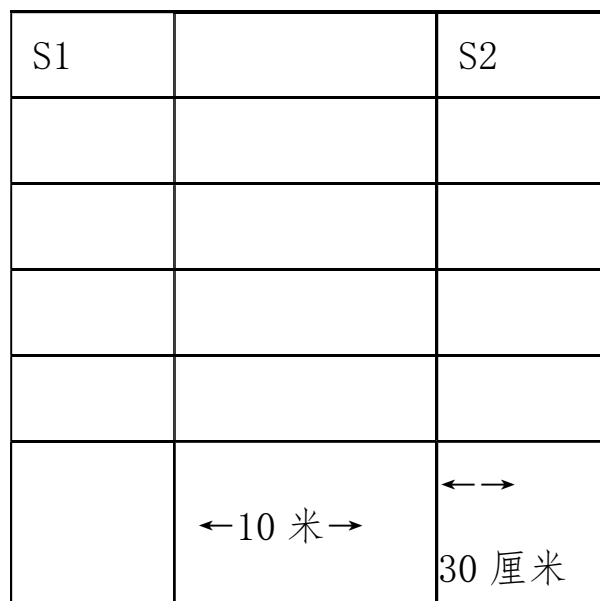
### 三、测试规则

#### (一) 10 米×4 往返跑

场地器材：10 米长的直线跑道若干，在跑道的两端线（S1 和 S2）外 30 厘米处各划一条线（图 1）。木块（5 厘米×10 厘米）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，使用前应进行校正。

测试方法：受测试者用站立式起跑，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。



## 图 1

### （二）男子 1000 米跑、女子 800 米跑

场地器材：400 米田径跑道。地面平坦，地质不限。秒表若干块，使用前应进行校正。

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）纵跳摸高

场地要求：通常在室内场地测试。如选择室外场地测试，需在天气状况许可的情况下进行，当天平均气温应在 15-35 摄氏度之间，无太阳直射、风力不超过 3 级。

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。