附件2：

2025年越秀区人民法院法警大队招聘

编外劳动合同制司法警察辅助人员

体能考核评分标准

体能测试标准

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 序号 | 项目 | 24周岁以下 | 25-29周岁 | 30-35周岁 | 满分 | 及格分 | 备注 |
| 1 | 10\*4往返跑 | 12’’6 | 13’’5 | 13’’8 | 100分 | 60分 | 每少一毫秒加1分 |
| 2 | 一分钟仰卧起坐 | 35 | 30 | 26 | 100分 | 60分 | 每多一个加1分 |
| 3 | 立定跳远 | 1.8 | 1.75 | 1.7 | 100分 | 60分 | 每多0.5米加1分 |

备注：

1、4×10往返跑：（1）受测者用站立式起跑，听到起跑声之后从S1线外起跑；（2）当跑到S2线前面，用一只手拿起一块木头，立刻往回跑；（3）回到S1线前面，交换手中的木头，立刻往回跑；（4）到达S2线前面，交换手中的木头，立刻往回跑；（5）最后手持木头冲出S1线。可测2次，取最好成绩作为最终测试成绩。

2、仰卧起坐（女）：考生仰卧于垫上，两腿稍分开，屈膝呈90度左右，双手手指交叉贴于脑后。工作人员压住其踝关节，以固定下肢。考生坐起时两肘触及或超过双膝为完成1次。仰卧时两肩胛必须触垫。工作人员发出“开始”口令的同时开始计时，记录1分钟内完成的次数。

3、立定跳远：考生两脚自然分开站立；站在起跳线后；脚尖不得踩线。两脚原地同时起跳，不得有垫步或连跳动作。丈量起跳线后沿至最近着地点后沿的垂直距离。可测3次，取最好成绩作为最终测试成绩。

4、体能测试每一项目100分封顶，单项考核成绩未达及格线者，淘汰。三个项目总得分的平均值，即为该考生体能最终分数。