**平安守护队员体能测试标准**

招聘平安守护队员体能测试标准及要求如下：

**一、立定跳远**

男性合格标准：大于或等于205厘米；

要求：受测者立定跳远测试不超过三次。

**二、4×10折返跑**

男性合格标准：小于或等于13.1秒；

要求：受测者用站立式起跑，听考官口令做动作，不得抢跑，跑至两侧10米线时用手推倒放置在线上的木桩，测试不超过二次。

**三、1000米（800米）跑**

男性合格标准：小于或等于4分25秒；

要求：受测者在规定时间内跑步完成即为合格，测试一次。

备注：以上三项全部通过即为合格。考生本人应评估自身是否适合剧烈运动，因身体健康状况不佳等自身原因，导致体能测试中出现受伤、致病等意外后果由考生本人承担。