

鄂前公通〔2023〕450号

鄂托克前旗公安局关于印发《2023年度全体民警辅警体能达标测试实施方案》的通知

局属各部门、各派出所：

现将《鄂托克前旗公安局关于印发2023年度全体民警辅警体能达标测试实施方案》印发给你们，请所队室认真抓好贯彻落实。

鄂托克前旗公安局

2023年10月23日

鄂托克前旗公安局2023年度全体民警辅警体能达标测试实施方案

为认真贯彻落实市公安局教育训练工作部署要求，切实提升我局全体民警辅警的政治素质、业务素质、实战素质，增强公安民警辅警身体素质，提高公安队伍战斗力，进一步做好全警实战大练兵总结深化各项工作，根据市公安局《关于开展2023年全市公安民辅警综合体能训练达标工作的通知》（鄂公网传〔2023〕1151号）要求，制定本方案。

<!--[if !supportLists]-->

一、任务目标

通过开展综合体能测评工作，督促全体民辅警利用工作

间隙或业余时间加强自身锻炼，提高民辅警的速度、力量、耐力、柔韧等综合体能素质，提升抗压、抗疲劳能力，提升公安民辅警健康水平，为锻造“四个铁一般”公安铁军，圆满完成新时代公安工作任务提供坚强身体素质保证。

二、测评时间及方式

（一）测评时间：10月25日至10月27日。

（二）测评方式：旗局各所队室由旗公安局政治工作办公室统一组织。

三、测评地点

鄂托克前旗公安局机关、看守所（行政拘留所）、敖勒召其派出所测试地点在鄂托克前旗职业高中操场；城川派出所测试地点在城川完全小学；上海庙派出所测试地点在上海庙小学；昂素派出所测试地点在昂素镇小学。

四、测评对象

男55周岁以下（含55周岁）、女50周岁以下（含50周岁）全部按要求参加测试。

五、测评内容及标准

本次测试内容参照《公安机关人民警察体育锻炼达标标准》（附件1）设定项目，主要为：

男子项目50周岁以下：10×4往返跑、1000米跑、俯卧撑、立定跳远；
50周岁以上：10×4往返跑、2000米健步走、俯卧撑、立定跳远。

女子项目45周岁以下：10×4往返跑、800米跑、1分钟仰卧起坐、立定跳远；45周岁以上：10×4往返跑、1500米健步走、1分钟仰卧起坐、立定跳远。

25周岁以下男子单独增加俯卧撑项目。

六、应急救护措施

鄂托克前旗公安局机关、看守所（行政拘留所）、敖勒召其派出所体测期间由鄂托克前旗人民医院救护人员及救护车全程监护，城川派出所体测期间由城川卫生院救护人员及救护车全程监护，上海庙派出所体测期间由上海庙卫生院救护人员及救护车全程监护，昂素派出所体测期间由昂素镇卫生院救护人员及救护车全程监护，出现轻微扭伤，运动损伤的现场由医护人员救治，确需进一步治疗的送往就近医院进行进一步治疗。

<!--[if !supportLists]-->

七、工作要求

<!--[if !supportLists]-->（一）<!--[endif]-->旗局内部抽调人员在所抽调地区参加测试，成绩计入原部门；因出差或值班备勤不能参加测试的人员由部门统一出具情况说明，部门负责人签字后报政工办备案参加补测；因身体原因不能参加测试的人员，需开具县级以上人民医院出具的诊断书附佐证，部门负责人签字，统一报政工办备案。

（二）参加体能测试人员统一着作训服、作训鞋，于测试前十五分钟到达测试地点，提前做好热身活动，防止测试中出现拉伤。所有参加测试人员要有序进入学校，在学校操场集合，测试期间禁止喧哗打闹、抽烟、随地扔垃圾，遵守学校秩序。

（三）未参加测试或测试成绩不合格的人员，政工办将组织补测，体能测试成绩将在旗局网页公布，列入部门绩效考核成绩。

（四）请各所队室对照体能测试人员名单(附件 2)，核对本部门人员，有调整的请于 10 月 23 日下班前报政工办。