

东营市中级人民法院司法警察基础体能训练考核标准

考核科目	测试内容	标准	考核方法	成绩评定
基础体能	俯卧撑 (男警)	30 个 / 1 分钟	统一组织， 逐个记录个人成绩	个人成绩按 两级制评定，达到左侧标准为合格。达不到则不合格。
	10 米 X4 往返跑	男警 11 " 6		
	立定跳远	男警 2.37 米		
	1000 米跑	3 ' 55 "		