परिशिष्ट — अ

पुरुष उमेदवारांकरिता

पोलीस उप-निरीक्षक मर्यादित विभागीय स्पर्धा (मुख्य) परीक्षा - 2021

शारीरिक चाचणीमध्ये खालील बाबींचा समावेश असेल :-

(1) धावणे - यासाठी उमेदवारास 800 मीटर (अर्धा मैल) धावावे लागेल व त्यास खालीलप्रमाणे गुण देण्यात येतील :-

संपूर्ण 800 मीटरचे अंतर धावण्यास लागणारा कालावधी (मिनिटांमध्ये)	गुण
2.30 मिनिटे किंवा त्यापेक्षा कमी	50
2.30 मिनिटांपेक्षा जास्त परंतु 2.40 मिनिटे किंवा त्यापेक्षा कमी	44
2.40 मिनिटांपेक्षा जास्त परंतु 2.50 मिनिटे किंवा त्यापेक्षा कमी	37.5
2.50 मिनिटांपेक्षा जास्त परंतु 3.00 मिनिटे किंवा त्यापेक्षा कमी	31
3.00 मिनिटांपेक्षा जास्त परंतु 3.10 मिनिटे किंवा त्यापेक्षा कमी	25
3.10 मिनिटांपेक्षा जास्त परंतु 3.20 मिनिटे किंवा त्यापेक्षा कमी	19
3.20 मिनिटांपेक्षा जास्त परंतु 3.30 मिनिटे किंवा त्यापेक्षा कमी	12.5
3.30 मिनिटांपेक्षा जास्त..............................	0

(२) पुलअप्स - क्षितिज समांतर खांबावर उमेदवारास आठ पुलअप्स काढावे लागतील. यासाठी एकूण 20 गुण देण्यात येतील म्हणजेच एका पुलअपसाठी 2.5 गुण राहतील. उमेदवाराची छाती सहजपणे आडव्या खांबाला टेकल्यानंतर त्याने एक पुलअप् पूर्ण केला असे समजण्यात येईल असे करताना उमेदवाराने न झगडता आणी/अथवा आपले पाय न झाडता किंवा न वाकवता एक पुलअप् पूर्ण केल्यास त्यास पूर्ण गुण देण्यात येतील. पुलअप् काढताना उमेदवारास झगडावे लागले आणी/अथवा त्याने आपले पाय झाडले किंवा वाकवले तर दोन गुणांपर्यंत गुण कमी होतील. जर उमेदवारास पुलअप् काढता आला नाही म्हणजेच त्याला त्याची छाती आडव्या खांबाला टेकवता आली नाही तर त्या पुलअपसाठी त्याला एकही गुण मिळणार नाही.

(3) गोळा फेक-उमेदवारास 7.260 किलोग्रॅम वजनाचा गोळा फेकावा लागेल. गोळाफेकीसाठी खालीलप्रमाणे गुण देण्यात येतील:-

गोळाफेकीचे अंतर	गुण
7.50 मीटर किंवा जास्त	15
7.00 मीटर किंवा जास्त परंतु 7.50 मीटरपेक्षा कमी	12.5
6.50 मीटर किंवा जास्त परंतु 7.00 मीटरपेक्षा कमी...........	10
6.00 मीटर किंवा जास्त परंतु 6.50 मीटरपेक्षा कमी	7.5
5.50 मीटर किंवा जास्त परंतु 6.00 मीटरपेक्षा कमी	5
5.00 मीटर किंवा जास्त परंतु 5.50 मीटरपेक्षा कमी	2.5
5.00 मीटरपेक्षा कमी	0

(अ) गोळा फेकताना एक चूक क्षम्य असेल व त्यासाठी गुण कमी करण्यात येणार नाहीत.

(ब) गोळाफेकीत फेकलेला गोळा जर सीमांकन रेषेच्या मध्यावर पडला तर उमेदवारास नजीकच्या वरच्या श्रेणीतील गुण दिले जातील. उदा. जर गोळाफेकीचे अंतर 6 मीटर असेल तर उमेदवाराला 7.5 गुण देण्यात येतील.

(४) लांब उडी - यासाठी उमेदवाराला धावत येऊन लांब उडी मारावी लागेल. लांब उडीसाठी खालीलप्रमाणे गुण देण्यात येतील:-

उडीचे अंतर	गुण
4.50 मीटर किंवा जास्त	15
4.35 मीटर किंवा जास्त परंतु 4.50 मीटरपेक्षा कमी	14
4.20 मीटर किंवा जास्त परंतु 4.35 मीटरपेक्षा कमी...........	12
3.90 मीटर किंवा जास्त परंतु 4.20 मीटरपेक्षा कमी	10
3.60 मीटर किंवा जास्त परंतु 3.90 मीटरपेक्षा कमी	8
3.30 मीटर किंवा जास्त परंतु 3.60 मीटरपेक्षा कमी	6
3.00 मीटर किंवा जास्त परंतु 3.30 मीटरपेक्षा कमी..........	4
2.50 मीटर किंवा जास्त परंतु 3.00 मीटरपेक्षा कमी	2
2.50 मीटरपेक्षा कमी........	0

उमेदवारास फक्त एकच उडी मारण्याची परवानगी राहील. उडी मारताना अपघात झाल्यास किंवा चूक, म्हणजे उडी मारण्याच्या रेषेवर किंवा रेषेपलिकडे पहिले पाऊल टाकल्यास उमेदवारास एक जादा संधी देण्यात येईल व त्यासाठी गुण कमी केले जाणार नाहीत. जादा संधीचा फायदा घेताना पुन्हा चूक केल्यास वा अपघात घडल्यास उमेदवारास शून्य गुण देण्यात येतील.

टीप-(1) वरील चाचणी प्रकारच्या सरावासाठी राज्यातील पोलीस कवायत मैदानाचा उपयोग करता येईल. तसेच त्यांना पोलीस निदेशकाची मदत देण्यात येईल. परंतु यासाठी मुंबई, पुणे, औरंगाबाद व अमरावती येथील पोलीस उप आयुक्त, पोलीस मुख्यालय आणि जिल्ह्याच्या ठिकाणी पोलीस अधीक्षक कार्यालयाशी संपर्क साधावा.

(२) शारीरिक चाचणीत उत्तीर्ण होण्यासाठी किमान 45 टक्के गुण (म्हणजे 45 गुण) मिळणे आवश्यक आहे.

(३) सर्व चाचणीत एकूण गुणांची बेरीज अपूर्णांकात असल्यास ती अपुर्णांकातच ठेऊन शारीरिक चाचणीचा निकाल तयार करण्यात येईल.

******