

1. 개정이유

경찰공무원 채용 시 체력검사 방식이 종목식과 순환식으로 구분되며 새롭게 도입되는 순환식 체력검사에 대한 구체적인 평가기준 및 방법을 마련하려는 것임

2. 주요내용

- 가. 영 제16조제4항제3호 삭제에 따른 정비(현행 제34조 제3항 삭제)
- 나. 순환식 체력검사 평가기준 및 방법을 구체화함(안 제34조의2 제2항)
- 다. 종목식 체력검사 평가기준 및 방법(안 별표 제5의2)
- 라. 순환식 체력검사 평가기준 및 방법을 설명함(안 별표 제5의3)

3. 참고사항

- 가. 관계법령 : 생략
- 나. 예산조치 : 별도조치 필요 없음
- 다. 합 의 : 해당기관 없음
- 라. 기 타 : 해당 없음

경찰공무원 임용령 시행규칙 일부개정규칙안

경찰공무원 임용령 시행규칙 일부를 다음과 같이 개정한다.

제34조제3항을 삭제한다.

제34조의2제2항을 다음과 같이 한다.

- ② 영 제39조제3항에 따른 체력검사 평가기준 및 방법과 관련하여 종
목식 체력검사는 별표 5의2, 순환식 체력검사는 별표 5의3과 같다.
별표 5의2와 별표 5의 3을 별지와 같이 한다.

부 칙

이 영은 공포한 날부터 시행한다. 다만, 제34조의2의 개정규정은 제
2023년 1월 1일부터 시행한다.

[별지] [별표 5의2]

종목식 체력검사 평가기준 및 방법

(제 34조 의 2제 2항 관련)

1. 평가기준

구 분		10점	9점	8점	7점	6점	5점	4점	3점	2점	1점
남 자	100m 달리기(초)	13.00이내	13.1 ~ 13.5	13.6 ~ 14.0	14.1 ~ 14.5	14.6 ~ 15.0	15.1 ~ 15.5	15.6 ~ 16.0	16.1 ~ 16.5	16.6 ~ 16.9	17.00이후
	1,000m 달리기(초)	23.00이내	23.1 ~ 23.6	23.7 ~ 24.2	24.3 ~ 24.8	24.9 ~ 25.4	25.5 ~ 26.0	26.1 ~ 26.6	26.7 ~ 27.2	27.3 ~ 27.9	28.00이후
	윗몸일으키기(회/1분)	58 이상	57 ~ 55	54 ~ 51	50 ~ 46	45 ~ 40	39 ~ 36	35 ~ 31	30 ~ 25	24 ~ 22	21 이하
	좌우 악력(kg)	61 이상	60 ~ 59	58 ~ 56	55 ~ 54	53 ~ 51	50 ~ 48	47 ~ 45	44 ~ 42	41 ~ 38	37 이하
	팔굽혀펴기(회/1분)	58 이상	57 ~ 52	51 ~ 46	45 ~ 40	39 ~ 34	33 ~ 28	27 ~ 23	22 ~ 18	17 ~ 13	12 이하
여 자	100m 달리기(초)	15.50이내	15.6 ~ 16.3	16.4 ~ 17.1	17.2 ~ 17.9	18.0 ~ 18.7	18.8 ~ 19.4	19.5 ~ 20.1	20.2 ~ 20.8	20.9 ~ 21.5	21.60이후
	1,000m 달리기(초)	29.00이내	29.1 ~ 29.7	29.8 ~ 30.4	30.5 ~ 31.1	31.2 ~ 31.8	31.9 ~ 32.5	32.6 ~ 33.2	33.3 ~ 33.9	34.0 ~ 34.7	34.80이후
	윗몸일으키기(회/1분)	55 이상	54 ~ 50	49 ~ 45	44 ~ 40	39 ~ 35	34 ~ 30	29 ~ 25	24 ~ 19	18 ~ 13	12 이하
	좌우악력(kg)	40 이상	39 ~ 38	37 ~ 36	35 ~ 34	33 ~ 31	30 ~ 29	28 ~ 27	26 ~ 25	24 ~ 22	21 이하
	팔굽혀펴기(회/1분)	50 이상	49 ~ 45	44 ~ 40	39 ~ 35	34 ~ 30	29 ~ 26	25 ~ 21	20 ~ 16	15 ~ 11	10 이하

2. 평가방법

- 가. 체력검사의 평가종목 중 1종목 이상 1점을 받은 경우에는 불합격으로 한다.
- 나. 100미터 달리기의 경우에는 측정된 수치 중 소수점 둘째자리 이하는 버리고, 1,000미터 달리기의 경우에는 소수점 첫째자리 이하는 버리며, 좌우 악력의 경우에는 소수점 첫째자리에서 반올림한다.
- 다. 체력검사의 평가종목에 대한 구체적인 측정방법은 경찰청장이 정한다.

순환식 체력검사 평가기준 및 방법

(제 34조의 2 제 2항 관련)

1. 순환식 체력검사(그림 참조)

경찰 직무수행 중에 발생하는 상황을 반영한 다음의 5가지 종목을 4.2kg의 조끼를 착용하고 연이어 수행한 후 완주시간을 측정하는 검사

가. "장애물코스 달리기"는 매트(1.5m 길이) 넘기, 허들(0.6m 높이) 넘기, 계단 오르내리기(5단 계단), 장벽(1.5m 높이) 넘기(2회 순환 시에만 수행)로 구성된 코스를 6회 반복하여 총 340m를 달리는 종목

나. "장대허들넘기"는 엎드린 상태에서 일어나 장대허들(0.9m 높이)에 손을 짚고 넘은 후 뒤로눕기를 3회 반복하는 종목

다. "당기기·밀기"는 신체저항성 기구(32kg)를 각각 당긴 상태와 밀린 상태로 반원을 그리면서 이동하기를 각각 3회 수행하는 종목

라. "구조하기"는 모형인형(72kg)을 잡고 당겨서 10.7m 거리를 이동시키는 종목

마. "방아쇠당기기"는 원형으로 구멍(직경 23cm)이 뚫려있는 전방 구조물의 원안에 총구를 넣고 주사용손 16회, 반대손 15회 방아쇠를 당기는 종목

2. 평가기준

가. 전종목 완주시간을 기준으로 "우수", "보통", "미흡" 등급으로 구분한다.

나. 완주시간이 4분 40초 이하인 경우 : "우수", 4분 40초를 초과하고 5분 10초 이하인 경우 : "보통", 5분 10초를 초과한 경우 : "미흡"

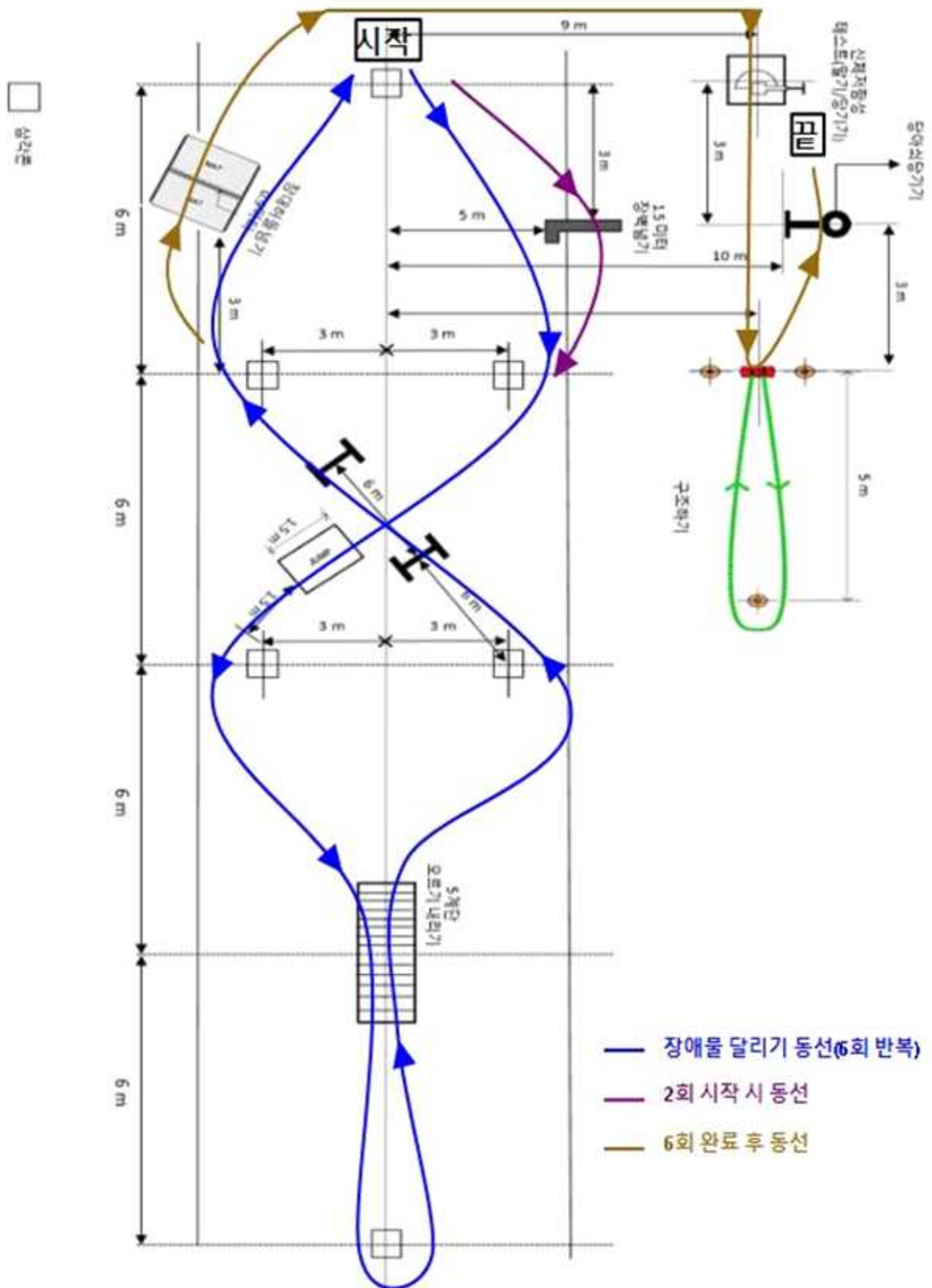
3. 평가방법

가. "우수" 등급을 받은 사람은 합격, "보통", "미흡" 등급을 받은 사람은 불합격으로 한다. 다만, 영 제43조의3을 적용하는 경우, 어느 한 성의 합격자가 목표인원에 미달할 때 "보통" 등급에 속하는 해당 성 응시자 중 빠른 시간 순으로 "우수" 등급을 받은 인원수와 합산하여 목표인원에 달할 때까지 당초 합격 예정인원을 초과하여 합격자로 결정한다.

나. 완주시간은 측정된 수치 중 소수점 첫째자리 이하는 버리고 1초 단위로 계측하여 기록한다.

다. 그 밖의 체력검사의 구체적인 측정방법은 경찰청장이 정한다.

[그림] 순환식 체력검사 수행 동선



신 · 구조문대비표

현	개 정 안																						
제34조(응시자격등의 기준) ① ~ ② (생 략) ③영 제16조제4항제3호에서 “특별경비부서”란 서울특별시 경찰청 101경비단 및 22경찰경 호대를 말한다. ④ ~ ⑤ (생 략) ⑥ ~ ⑦ 삭 제 제34조의2(신체검사 및 체력검사 의 평가 기준과 방법) ① (생 략) ② 영 제39조제3항에 따른 경찰 공무원 채용시험 및 경찰간부후 보생 공개경쟁선발시험의 체력 검사 평가기준과 방법은 각각 별표 5의2 및 별표 5의3과 같다. [별표 5의2]	제34조(응시자격등의 기준) ① ~ ② (현행과 같음) ③ <삭 제> ④ ~ ⑤ (현행과 같음) 제34조의2(신체검사 및 체력검사 의 평가 기준과 방법) ① (현행과 같음) ② 영 제39조제3항에 따른 체 력검사 평가기준 및 방법과 관 련하여 종목식 체력검사는 별표 5의2, 순환식 체력검사는 별표 5의3과 같다. [별표 5의2]																						
경찰공무원 채용시험 체력검사의 평가기준 및 방법 (제34조의2제2항 관련) 1. 평가기준 <table><tr><td>구 분</td><td>10 점</td><td>9점</td><td>8점</td><td>7점</td><td>6점</td><td>5점</td><td>4점</td><td>3점</td><td>2점</td><td>1점</td></tr></table>	구 분	10 점	9점	8점	7점	6점	5점	4점	3점	2점	1점	종목식 체력검사의 평가기준 및 방법 (제34조의2제2항 관련) 1. 평가기준 <table><tr><td>구 분</td><td>10 점</td><td>9점</td><td>8점</td><td>7점</td><td>6점</td><td>5점</td><td>4점</td><td>3점</td><td>2점</td><td>1점</td></tr></table>	구 분	10 점	9점	8점	7점	6점	5점	4점	3점	2점	1점
구 분	10 점	9점	8점	7점	6점	5점	4점	3점	2점	1점													
구 분	10 점	9점	8점	7점	6점	5점	4점	3점	2점	1점													

남 자	100m 달리기 (초)	130 아내	13. 1~ 135	13. 6~ 140	14. 1~ 145	14. 6~ 150	15. 1~ 155	15. 6~ 160	16. 1~ 165	16. 6~ 169	17.0 이후
	1,000m 달리기 (초)	230이 내	23 1~	23 7~	24 3~	24 9~	25 5~	26 1~	26 7~	27 3~	2800 후
	윗몸일 으키기 (회/1분)	58 이상	57~ 55	54~ 51	50~ 46	45~ 40	39~ 36	35~ 31	30~ 25	24~ 22	21 0 하
	좌우 악력 (kg)	61 이상	60~ 59	58~ 56	55~ 54	53~ 51	50~ 48	47~ 45	44~ 42	41~ 38	37 이하
	팔굽혀 펴기 (회/1 분)	58 이상	57~ 52	51~ 46	45~ 40	39~ 34	38~ 28	27~ 23	22~ 18	17~ 13	12 이하
여 자	100m 달리기 (초)	155 아내	15. 6~ 163	16. 4~ 17.1	17. 2~ 17.9	18. 0~ 18.7	18. 8~ 19.4	19. 5~ 20.1	20. 2~ 20.8	20. 9~ 21.5	21.6 이후
	1,000 m 달 리기 (초)	290이 내	29 1~	29 8~	30 5~	31 2~	31 9~	32 6~	33 3~	34 0~	3480 후
	윗몸일 으키기 (회/1분)	55 이 상	54~ 50	49~ 45	44~ 40	39~ 35	34~ 30	29~ 25	24~ 19	18~ 13	12 0 하
	좌우 악력 (kg)	40 이 상	39~ 38	37~ 36	35~ 34	33~ 31	30~ 29	28~ 27	26~ 25	24~ 22	21 0 하
	팔굽혀 펴기 (회/1 분)	50 이 상	49~ 45	44~ 40	39~ 35	34~ 30	29~ 26	25~ 21	20~ 16	15~ 11	10 0 하

2. 평가방법

가. 체력검사의 평가종목 중 1종목 이상 1점을 받은 경우에는 불합격으로 한다.

나. 100미터 달리기의 경우에는 측정된 수치 중 소수점 둘째자리 이하는 버리고, 1,000미터 달리기의 경우에는 소수점 첫째자리 이하는 버리며, 좌우 악력의 경우에는 소수점 첫째자리에서 반올림한다.

남 자	100m 달리기 (초)	130 아내	13. 1~ 135	13. 6~ 140	14. 1~ 145	14. 6~ 150	15. 1~ 155	15. 6~ 160	16. 1~ 165	16. 6~ 169	17.0 이후
	1,000m 달리기 (초)	230이 내	23 1~	23 7~	24 3~	24 9~	25 5~	26 1~	26 7~	27 3~	2800 후
	윗몸일 으키기 (회/1분)	58 이상	57~ 55	54~ 51	50~ 46	45~ 40	39~ 36	35~ 31	30~ 25	24~ 22	21 0 하
	좌우 악력 (kg)	61 이상	60~ 59	58~ 56	55~ 54	53~ 51	50~ 48	47~ 45	44~ 42	41~ 38	37 이하
	팔굽혀 펴기 (회/1 분)	58 이상	57~ 52	51~ 46	45~ 40	39~ 34	38~ 28	27~ 23	22~ 18	17~ 13	12 이하
여 자	100m 달리기 (초)	155 아내	15. 6~ 163	16. 4~ 17.1	17. 2~ 17.9	18. 0~ 18.7	18. 8~ 19.4	19. 5~ 20.1	20. 2~ 20.8	20. 9~ 21.5	21.6 이후
	1,000 m 달 리기 (초)	290이 내	29 1~	29 8~	30 5~	31 2~	31 9~	32 6~	33 3~	34 0~	3480 후
	윗몸일 으키기 (회/1분)	55 이 상	54~ 50	49~ 45	44~ 40	39~ 35	34~ 30	29~ 25	24~ 19	18~ 13	12 0 하
	좌우 악력 (kg)	40 이 상	39~ 38	37~ 36	35~ 34	33~ 31	30~ 29	28~ 27	26~ 25	24~ 22	21 0 하
	팔굽혀 펴기 (회/1 분)	50 이 상	49~ 45	44~ 40	39~ 35	34~ 30	29~ 26	25~ 21	20~ 16	15~ 11	10 0 하

2. 평가방법

가. 체력검사의 평가종목 중 1종목 이상 1점을 받은 경우에는 불합격으로 한다.

나. 100미터 달리기의 경우에는 측정된 수치 중 소수점 둘째자리 이하는 버리고, 1,000미터 달리기의 경우에는 소수점 첫째자리 이하는 버리며, 좌우 악력의 경우에는 소수점 첫째자리에서 반올림한다.

다. 체력검사의 평가종목에 대한 구체적인 측정방법은 경찰청장이 정한다.

[별표 5의3]

경찰간부후보생 공개경쟁선발시험
체력검사의 평가기준 및 방법
(제34조의2제2항 관련)

1. 평가기준

구분	10점	9점	8점	7점	6점	5점	4점	3점	2점	1점
남자	50m 달리기 (초)	7.0 이하	7.0 1~ 7.21	7.2 2~ 7.42	7.4 3~ 7.63	7.6 4~ 7.84	7.8 5~ 8.05	8.0 6~ 8.26	8.2 7~ 8.47	8.4 8~ 8.68 이상
	왕복 오래 달리기 (회)	77 이상	76~ 72	71~ 67	66~ 62	61~ 57	56~ 52	51~ 47	46~ 41	40~ 35 이하
	윗몸 일으 키기 (회/1 분)	58 이상	57~ 55	54~ 52	51~ 49	48~ 46	45~ 43	42~ 40	39~ 36	35~ 32 이하
	좌우 약력 (kg)	64 이상	63~ 61	60~ 58	57~ 55	54~ 52	51~ 49	48~ 46	45~ 43	42~ 40 이하
	팔굽 혀펴 기 (회/1 분)	61 이상	60~ 56	55~ 51	50~ 46	45~ 40	39~ 34	33~ 28	27~ 22	21~ 16 이하
여자	50m 달리기 (초)	8.23 이하	8.2 4~ 8.47	8.4 8~ 8.71	8.7 2~ 8.95	8.9 6~ 9.19	9.2 0~ 9.43	9.4 4~ 9.67	9.6 8~ 9.91	9.9 2~ 10.1 5 이상
	왕복 오래 달리기 (회)	51 이상	50~ 47	46~ 44	43~ 41	40~ 38	37~ 35	34~ 32	31~ 28	27~ 24 이하
	윗몸 일으 키기 (회/1 분)	55 이상	54~ 51	50~ 47	46~ 43	42~ 39	38~ 35	34~ 31	30~ 27	26~ 23 이하
	좌우 약력 (kg)	44 이상	43~ 42	41~ 40	39~ 38	37~ 36	35~ 34	33~ 31	30~ 28	27~ 25 이하
	팔굽 혀펴 기 (회/1 분)	31 이상	30~ 28	27~ 25	24~ 22	21~ 19	18~ 16	15~ 13	12~ 10	9~7 이하

2. 평가방법

가. 체력검사의 평가종목 중 1종목 이상 1점을 받은 경우

다. 체력검사의 평가종목에 대한 구체적인 측정방법은 경찰청장이 정한다.

[별표 5의3]

순환식 체력검사 평가기준 및 방법
(제34조의2제2항 관련)

1. 순환식 체력검사(그림 참조)

경찰 직무수행 중에 발생하는 상황을 반영한 다음의 5가지 종목을 4.2kg의 조끼를 착용하고 연이어 수행한 후 완주시간을 측정하는 검사

가. “장애물코스 달리기”는 매트(1.5m 길이) 넘기, 허들(0.6m 높이) 넘기, 계단 오르내리기(5단 계단), 장벽(1.5m 높이) 넘기(2회 순환 시에만 수행)로 구성된 코스를 6회 반복하여 총 340m를 달리는 종목

나. “장대허들넘기”는 엎드린 상태에서 일어나 장대허들(0.9m 높이)에 손을 짚고 넘은 후 뒤로눕기를 3회 반복하는 종목

다. “당기기·밀기”는 신체저

에는 불합격으로 한다.

나. 50미터 달리기의 경우에는 측정된 수치 중 소수점 셋째자리 이하는 버리고, 좌우 악력의 경우에는 소수점 첫째자리에서 반올림한다.

다. 체력검사의 평가종목별 구체적인 측정방법은 경찰청장이 정한다.

항성 기구(32kg)를 각각 당긴 상태와 민 상태로 반원을 그리면서 이동하기를 각각 3회 수행하는 종목

라. “구조하기”는 모형인형(72kg)을 잡고 당겨서 10.7m 거리를 이동시키는 종목

마. 방아쇠당기기는 원형으로 구멍(직경 23cm)이 뚫려있는 전방 구조물의 원안에 총구를 넣고 주사용손 16회, 반대손 15회 방아쇠를 당기는 종목

2. 평가기준

가. 전종목 완주시간을 기준으로 “우수”, “보통”, “미흡” 등급으로 구분한다.

나. 완주시간이 4분 40초 이하인 경우 : “우수”, 4분 40초를 초과하고 5분 10초 이하인 경우 : “보통”, 5분 10초를 초과한 경우 : “미흡”

3. 평가방법

가. “우수” 등급을 받은 사람은 합격, “보통”, “미흡” 등급을 받은 사람은 불합격으로

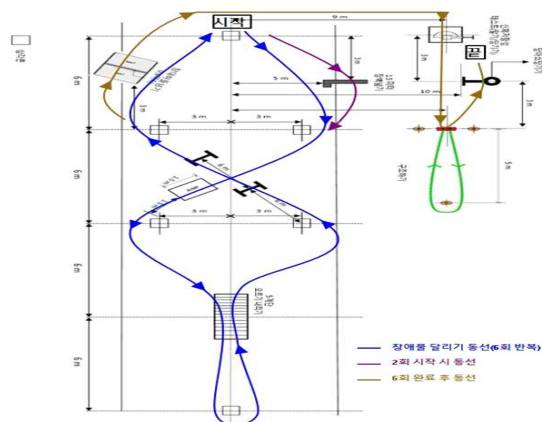
로 한다. 다만, 영 제43조의3을 적용하는 경우, 어느 한성의 합격자가 목표인원에 미달할 때 “보통” 등급에 속하는 해당 성 응시자 중 빠른 시간 순으로 “우수” 등급을 받은 인원수와 합산하여 목표인원에 달할 때까지 당초 합격예정인원을 초과하여 합격자로 결정한다.

나. 완주시간은 측정된 수치 중 소수점 첫째자리 이하는 버리고 1초 단위로 계측하여 기록한다.

다. 그 밖의 체력검사의 구체적인 측정방법은 경찰청장이 정한다.

<신 설>

[그림] 순환식 체력검사 수행 동선



< 의안 소관 부서명 >

교육정책담당관	
연 락 처	02-3150-2832