

**प्रकल्प अधिकारी, एकात्मिक आदिवासी विकास प्रकल्प,
घोडेगांव(प्रशासकिय इमारत),ता.आंबेगांव जि.पुणे.
कंत्राटी क्रिडा शिक्षक शारीरिक चाचणी**

शारीरिक चाचणीमध्ये खालील बाबींचा समावेश असे

१. धावणे - यामध्ये उमेदवारास ८०० मी. (अर्धा मैल) धावावे लागेल. त्यास खालील प्रमाणे गुण देण्यात येतील

संपूर्ण ८०० मीटरचे अंतर धावण्यास लागणारा कालावधी (मिनिटांमध्ये)	गुण
२.३० मिनिटे किंवा त्यापेक्षा कमी	५०
२.३० मिनिटांपेक्षा जास्त परंतु २.४० मिनिटे किंवा त्यापेक्षा कमी	४३
२.४० मिनिटांपेक्षा जास्त परंतु २.५० मिनिटे किंवा त्यापेक्षा कमी	३७
२.५० मिनिटांपेक्षा जास्त परंतु ३.०० मिनिटे किंवा त्यापेक्षा कमी	३१
३.०० मिनिटांपेक्षा जास्त परंतु ३.१० मिनिटे किंवा त्यापेक्षा कमी	२५
३.१० मिनिटांपेक्षा जास्त परंतु ३.२० मिनिटे किंवा त्यापेक्षा कमी	१९
३.२० मिनिटांपेक्षा जास्त परंतु ३.३० मिनिटे किंवा त्यापेक्षा कमी	१२
३.३० मिनिटांपेक्षा जास्त	००

१. पुल अप :- क्षितिज समांतर खांबावर उमेदवारास ८ पुल अप काढावे लागतील, यासाठी २० गुण देण्यात येतील एका पुल अपसाठी २.५ गुण राहतील उमेदवारांची छाती सहजपणे आडव्या खांदयाला टेकल्यानंतर त्याने १ पुल अप पूर्ण केला असे समजण्यात येईल. असे करताना उमेदवाराने न झगडता आणि/अथवा आपले पाय न झाडता किंवा न वाकवता १ पुल अप पूर्ण केल्यास त्यास पूर्ण गुण देण्यात येतील पुल अप काढताना उमेदवारास झगडावे लागेल आणि/अथवा त्याने आपले पाय झाडले किंवा वाकवले तर २ गुणांपर्यंत गुण कमी होतील जर उमेदवारास पुल अप काढता आला नाही म्हणजेच त्याला त्याची छाती आडव्या खांबाला टेकवता आली नाही तर त्या पुल अप साठी त्याला एकही गुण मिळणार नाही.

२. गोळा फेक :- उमेदवारास ७.२६० किलोग्रॅम वजनाचा गोळा फेकावा लागेल गोळा फेकीसाठी खालीलप्रमाणे गुण देण्यात येतील.

गोळाफेकीचे अंतर	गुण
७.५० मीटर किंवा जास्त	१५
७.०० मीटर किंवा जास्त परंतु ७.५० मीटरपेक्षा कमी	१२.५
६.५० मीटर किंवा जास्त परंतु ७.०० मीटरपेक्षा कमी	१०
६.०० मीटर किंवा जास्त परंतु ६.५० मीटरपेक्षा कमी	७.५
५.५० मीटर किंवा जास्त परंतु ६.०० मीटरपेक्षा कमी	५
५.०० मीटर किंवा जास्त परंतु ५.५० मीटरपेक्षा कमी	२.५
५.०० मीटर पेक्षा कमी	०

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

ब. गोळा फेकीत फेकलेला गोळा जर सिमांकन रेषेच्या मध्यावर पडला तर उमेदवारास वरच्या श्रेणीतील गुण दिले जातील. जर गोळा फेकितील अंतर ६ मी. असेल तर उमेदवाराला ७.५ गुण देण्यात येतील.

३. लांब उडी :- यासाठी उमेदवाराला धावत येउन लांब उडीसाठी खालीलप्रमाणे गुण देण्यात येतील

उडीचे अंतर	गुण
३.५० मीटर किंवा जास्त	१६
४.३५ मीटर किंवा जास्त परंतु ४.५० मीटरपेक्षा कमी	१४
४.२० मीटर किंवा जास्त परंतु ४.३५ मीटरपेक्षा कमी	१२
३.९० मीटर किंवा जास्त परंतु ४.२० मीटरपेक्षा कमी	१०
३.६० मीटर किंवा जास्त परंतु ३.९० मीटरपेक्षा कमी	८
३.३० मीटर किंवा जास्त परंतु ३.६० मीटरपेक्षा कमी	६
३.०० मीटर किंवा जास्त परंतु ३.३० मीटरपेक्षा कमी	४
२.५० मीटर किंवा जास्त परंतु ३.०० मीटरपेक्षा कमी	२
२.५० मीटरपेक्षा कमी	०

उमेदवारास फक्त एकच उडी मारण्याची परवाणगी राहिल. उडी मारताना अपघात झाल्यास किंवा चुक म्हणजे उडी मारण्याच्या रेषेवर किंवा रेषेपलिकडे पहिले पाउल टाकल्यास उमेदवारास एक जादा संधी देण्यात येईल. व त्यासाठी गुण कमी केले जाणार नाहीत. जादा संधीचा फायदा घेताना पुन्हा चुक केल्यास या अपघात पडल्यास उमेदवारास शून्य गुण देण्यात येतील.

टिप :-

१. शारीरिक चाचणीत उत्तीर्ण होण्यासाठी किमान ३० टक्के गुण म्हणजे (३० गुण) मिळणे आवश्यक आहे.

२. सर्व चाचणीचे एकुण गुणांची बेरीज अपूर्णकात असल्यास ती पुढिल एक गुणाने पूर्णाकात करण्यात येउन शारीरिक चाचणीचा निकाल तयार करण्यात येईल