เอกสารแนบท้าย ๖ ประกาศกรมการปกครอง ลงวันที่ ๗ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๗

เรื่อง รายชื่อผู้มีสิทธิเข้าสอบแข่งขันเพื่อวัดความเหมาะสมกับตำแหน่ง กำหนดวัน เวลา สถานที่สอบ และระเบียบเกี่ยวกับการสอบแข่งขันเพื่อวัดความเหมาะสมกับตำแหน่ง เจ้าพนักงานปกครองปฏิบัติการ (ปลัดอำเภอ) ปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๗

คณะกรรมการดำเนินการสอบแข่งขันฯ ได้กำหนดหลักเกณฑ์การให้คะแนนการทดสอบสมรรถภาพทางร่างกาย ดังนี้

๑. ดันพื้น (๕ คะแนน)

กำหนดให้ผู้ทดสอบสมรรถภาพทางร่างกายปฏิบัติตามขั้นตอนภายใน ๒ นาที ดังนี้

๑.๑ **ชาย** นอนคว่ำเหยียดขา ปลายเท้าชิดกันแตะพื้น เหยียดแขนตรง ฝ่ามือคว่ำแตะพื้น ปลายนิ้วชี้ไปข้างหน้า ผ่อนแรงแขนลดลำตัวให้ต่ำลงหน้าอกเกือบชิดพื้น หรือให้ศอกเป็นมุมฉาก แล้วยกตัวขึ้นใหม่ คิดเป็น ๑ ครั้ง

๑.๒ **หญิง** นอนคว่ำเหยียดขา เข่าแตะพื้น เหยียดแขนตรง ฝ่ามือคว่ำแตะพื้น ปลายนิ้วชี้ไปข้างหน้า ผ่อนแรงแขนลดลำตัวให้ต่ำลงหน้าอกเกือบชิดพื้น หรือให้ศอกเป็นมุมฉาก แล้วยกตัวขึ้นใหม่ คิดเป็น ๑ ครั้ง

ภาพประกอบขั้นตอนการปฏิบัติการทดสอบสมรรถภาพทางร่างกาย ประเภทดันพื้น

ชาย

หญิง

/๒. นอนยกตัว...

๒. นอนยกตัว (๕ คะแนน)

กำหนดให้ผู้ทดสอบสมรรถภาพทางร่างกายปฏิบัติตามขั้นตอนภายใน ๒ นาที ดังนี้

๒.๑ **ชาย** ให้ผู้รับการทดสอบนอนหงาย ปลายเท้าเหยียดตรง เท้าแยกห่างกันประมาณ ๓๐ องศา ประสานนิ้วมือรองท้ายทอยไว้ เมื่อผู้ให้สัญญาณบอก “เริ่มต้น” พร้อมกับจับเวลา ผู้รับการทดสอบลุกขึ้นนั่งให้ศอกทั้งสองแตะเข่าทั้งสอง แล้วกลับนอนลงในท่าเดิมจนนิ้วมือจรดพื้น จึงกลับลุกขึ้นใหม่ คิดเป็น ๑ ครั้ง

๒.๒ **หญิง** ให้ผู้รับการทดสอบนอนหงายเข่างอตั้งเป็นมุมฉาก เท้าแยกห่างกันประมาณ ๓๐ องศา ประสานนิ้วมือรองท้ายทอยไว้ เมื่อผู้ให้สัญญาณบอก “เริ่มต้น” พร้อมกับจับเวลา ผู้รับการทดสอบลุกขึ้นนั่งให้ศอกทั้งสองแตะเข่าทั้งสอง แล้วกลับนอนลงในท่าเดิมจนนิ้วมือจรดพื้น จึงกลับลุกขึ้นใหม่ คิดเป็น ๑ ครั้ง

ภาพประกอบขั้นตอนการปฏิบัติการทดสอบสมรรถภาพทางร่างกาย ประเภทนอนยกตัว

ชาย

หญิง

๓. วิ่งระยะทาง ๒,๐๐๐ เมตร (๑๐ คะแนน)

กำหนดให้ผู้ทดสอบสมรรถภาพทางร่างกายวิ่งตามเส้นทางที่กำหนดให้ครบระยะทาง ๒,๐๐๐ เมตร

/๔. หลักเกณฑ์...

๔. หลักเกณฑ์การให้คะแนน

๔.๑ คะแนนทดสอบกิจกรรมดันพื้นและนอนยกตัว

จำนวนครั้ง	คะแนนที่ได้ตามกิจกรรม	
	ดันพื้น	นอนยกตัว
38		5
37		4.9
36		4.8
35		4.7
34		4.6
33	5	4.5
32	4.9	4.4
31	4.8	4.3
30	4.7	4.2
29	4.6	4.1
28	4.5	4
27	4.4	3.9
26	4.3	3.8
25	4.2	3.7
24	4.1	3.6
23	4	3.5
22	3.9	3.4
21	3.8	3.3
20	3.7	3.2
19	3.6	3.1
18	3.5	3
17	3.4	2.9
16	3.3	2.8
15	3.2	2.7
14	3.1	2.6
13	3	2.5
12	2.8	2.4
11	2.6	2.3
10	2.4	2.2
9	2.2	2.1
8	2	2
7	1.8	1.8
6	1.6	1.6
5	1.4	1.4
4	1.2	1.2
3	1	1
2	0.8	0.8
1	0.6	0.6
0	0	0

/๔.๒ คะแนน...

๔.๒ คะแนนทดสอบกิจกรรมวิ่งระยะทาง ๒,๐๐๐ เมตร

ช่วงเวลา นาที:วินาที	คะแนนที่ได้ตามเพศ	
	ชาย	หญิง
11:31 - 11:35	10	
11:36 - 11:40	9.9	
11:41 - 11:45	9.8	
11:46 - 11:50	9.7	
11:51 - 11:55	9.6	
11:56 - 12:00	9.5	
12:01 - 12:05	9.4	
12:06 - 12:10	9.3	
12:11 - 12:15	9.2	
12:16 - 12:20	9.1	
12:21 - 12:25	9	
12:26 - 12:30	8.9	
12:31 - 12:35	8.8	
12:36 - 12:40	8.7	
12:41 - 12:45	8.6	
12:46 - 12:50	8.5	
12:51 - 12:55	8.4	
12:56 - 13:00	8.3	
13:01 - 13:05	8.2	
13:06 - 13:10	8.1	
13:11 - 13:15	8	
13:16 - 13:20	7.9	
13:21 - 13:25	7.8	
13:26 - 13:30	7.7	
13:31 - 13:35	7.6	10
13:36 - 13:40	7.5	9.9
13:41 - 13:45	7.4	9.8
13:46 - 13:50	7.3	9.7
13:51 - 13:55	7.2	9.6
13:56 - 14:00	7.1	9.5
14:01 - 14:05	7	9.4
14:06 - 14:10	6.9	9.3
14:11 - 14:15	6.8	9.2
14:16 - 14:20	6.7	9.1
14:21 - 14:25	6.6	9
14:26 - 14:30	6.5	8.9
14:31 - 14:35	6.4	8.8
14:36 - 14:40	6.3	8.7
14:41 - 14:45	6.2	8.6
14:46 - 14:50	6.1	8.5
14:51 - 14:55	6	8.4
14:56 - 15:00	5.9	8.3

/ช่วงเวลา...

ช่วงเวลา นาที:วินาที	คะแนนที่ได้ตามเพศ	
	ชาย	หญิง
15:01 - 15:05	5.8	8.2
15:06 - 15:10	5.7	8.1
15:11 - 15:15	5.6	8
15:16 - 15:20	5.5	7.9
15:21 - 15:25	5.4	7.8
15:26 - 15:30	5.3	7.7
15:31 - 15:35	5.2	7.6
15:36 - 15:40	5.1	7.5
15:41 - 15:45	5	7.4
15:46 - 15:50	4.9	7.3
15:51 - 15:55	4.8	7.2
15:56 - 16:00	4.7	7.1
16:01 - 16:05	4.6	7
16:06 - 16:10	4.5	6.9
16:11 - 16:15	4.4	6.8
16:16 - 16:20	4.3	6.7
16:21 - 16:25	4.2	6.6
16:26 - 16:30	4.1	6.5
16:31 - 16:35	4	6.4
16:36 - 16:40	3.9	6.3
16:41 - 16:45	3.8	6.2
16:46 - 16:50	3.7	6.1
16:51 - 16:55	3.6	6
16:56 - 17:00	3.5	5.9
17:01 - 17:05	3.4	5.8
17:06 - 17:10	3.3	5.7
17:11 - 17:15	3.2	5.6
17:16 - 17:20	3.1	5.5
17:21 - 17:25	3	5.4
17:26 - 17:30	2.9	5.3
17:31 - 17:35	2.8	5.2
17:36 - 17:40	2.7	5.1
17:41 - 17:45	2.6	5
17:46 - 17:50	2.5	4.9
17:51 - 17:55	2.4	4.8
17:56 - 18:00	2.3	4.7
18:01 - 18:05	2.2	4.6
18:06 - 18:10	2.1	4.5
18:11 - 18:15	2	4.4
18:16 - 18:20	1.9	4.3
18:21 - 18:25	1.8	4.2
18:26 - 18:30	1.7	4.1

/ช่วงเวลา...

ช่วงเวลา นาที:วินาที	คะแนนที่ได้ตามเพศ	
	ชาย	หญิง
18:31 - 18:35	1.6	4
18:36 - 18:40	1.5	3.9
18:41 - 18:45	1.4	3.8
18:46 - 18:50	1.3	3.7
18:51 - 18:55	1.2	3.6
18:56 - 19:00	1.1	3.5
19:01 - 19:05	1	3.4
19:06 - 19:10	0.9	3.3
19:11 - 19:15	0.8	3.2
19:16 - 19:20	0.7	3.1
19:21 - 19:25	0.6	3
19:26 - 19:30	0.5	2.9
19:31 - 19:35	0.4	2.8
19:36 - 19:40	0.3	2.7
19:41 - 19:45	0.2	2.6
19:46 - 19:50	0.1	2.5
19:51 - 19:55		2.4
19:56 - 20:00		2.3
20:01 - 20:05		2.2
20:06 - 20:10		2.1
20:11 - 20:15		2
20:16 - 20:20		1.9
20:21 - 20:25		1.8
20:26 - 20:30		1.7
20:31 - 20:35		1.6
20:36 - 20:40		1.5
20:41 - 20:45		1.4
20:46 - 20:50		1.3
20:51 - 20:55		1.2
20:56 - 21:00		1.1
21:01 - 21:05		1
21:06 - 21:10		0.9
21:11 - 21:15		0.8
21:16 - 21:20		0.7
21:21 - 21:25		0.6
21:26 - 21:30		0.5
21:31 - 21:35		0.4
21:36 - 21:40		0.3
21:41 - 21:45		0.2
21:46 - 21:50		0.1

ทั้งนี้ การให้คะแนน การตัดสินใจและวินิจฉัยปัญหาต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการการทดสอบสมรรถภาพร่างกายในครั้งนี้ ให้อยู่ในดุลยพินิจของเจ้าหน้าที่ดำเนินการทดสอบสมรรถภาพร่างกายฯ และการวินิจฉัยดังกล่าว ให้ถือเป็นที่สุด