महाराष्ट्र शासन
महाराष्ट्र लोकसेवा आयोग
मुख्य कार्यालय : ५, ७, ८ वा मजला, कुपरेज टेलिफोन निगम इमारत, महर्षि कर्वे मार्ग, कुपरेज, मुंबई - ४०००२१ ☏२२७९५९००
फोर्ट कार्यालय : बँक ऑफ इंडिया इमारत, ३ रा मजला, फोर्ट, मुंबई-४००००१ ☏२२१०२२२२
Email ID : contact-secretary@mpsc.gov.in Website : https://mpsc.gov.in , https://mpsconline.gov.in

क्रमांक : २२५१/पो.उ.नि./५१३१/२०२०/१५ **दिनांक : ०२ मार्च, २०२३**

घोषणा

विषय:- पोलीस उपनिरीक्षक, महाराष्ट्र अराजपत्रित, गट-ब (मुख्य) स्पर्धा परीक्षा या पदासाठीच्या शारीरिक चाचणीची सुधारित मानके

महाराष्ट्र लोकसेवा आयोगामार्फत घेण्यात येणा-या पोलीस उपनिरीक्षक (मुख्य) स्पर्धा परीक्षेतील शारीरिक चाचणीच्या मानकांमध्ये बदल करण्याची बाब आयोगाच्या विचाराधीन होती. त्याअनुषंगाने पोलीस उपनिरीक्षक (मुख्य) स्पर्धा परीक्षेतील शारीरिक चाचणीची सुधारित मानके खालीलप्रमाणे विहित करण्याचा आयोगाने निर्णय घेतला आहे. त्यानुसार पुढीलप्रमाणे सुधारणा करण्यात आल्या आहेत.

२. शारीरिक चाचणीचे गुण अर्हताकारी करण्यात आले असून शारीरिक चाचणीत उत्तीर्ण होण्यासाठी एकूण गुणांपैकी किमान ७० टक्के गुण (म्हणजे ७० गुण) मुलाखतीस पात्र होण्यासाठी आवश्यक राहतील. तसेच या गुणांचा अंतिम गुणवत्तेकरिता/ अंतिम निवडीकरीता विचार होणार नाही.

३. तसेच सर्व शारीरिक चाचणीतील एकूण गुणांची बेरीज अपूर्णांकात असल्यास ती अपूर्णांकातच ठेवून, शारीरिक चाचणीचा निकाल तयार करण्यात येईल.

शारीरिक चाचणीचा तपशील :

पुरूष उमेदवारांकरीता	महिला उमेदवारांकरीता
१) गोळा फेक - वजन- ७.२६० कि.ग्रॅ.- कमाल गुण -१५	१) गोळा फेक - वजन- ४ कि.ग्रॅ.- कमाल गुण -२०
२) पुलअप्स - कमाल गुण -२०	२) धावणे (४०० मीटर) - कमाल गुण -५०
३) लांब उडी - कमाल गुण -१५	३) लांब उडी - कमाल गुण -३०
४) धावणे (८०० मीटर) - कमाल गुण -५०	

उपरोक्त सुधारणा सन २०२३ च्या होणा-या स्पर्धा परीक्षेपासून लागू राहतील.

ठिकाण : मुंबई

सचिव
महाराष्ट्र लोकसेवा आयोग

परिशिष्ट - अ

पुरुष उमेदवारांकरिता

पोलीस उपनिरीक्षक, महाराष्ट्र दुय्यम सेवा अराजपत्रित, गट-ब (मुख्य) स्पर्धा परीक्षा

शारीरिक चाचणीमध्ये खालील बाबींचा समावेश असेल :-

(१) **धावणे** - यासाठी उमेदवारास ८०० मीटर (अर्धा मैल) धावावे लागेल व त्यास खालीलप्रमाणे गुण देण्यात येतील :-

संपूर्ण ८०० मीटरचे अंतर धावण्यास लागणारा कालावधी (मिनिटांमध्ये)	गुण
२.३० मिनिटे किंवा त्यापेक्षा कमी	५०
०२.३० मिनिटांपेक्षा जास्त परंतु ०२.४० मिनिटे किंवा त्यापेक्षा कमी	४४
०२.४० मिनिटांपेक्षा जास्त परंतु ०२.५० मिनिटे किंवा त्यापेक्षा कमी	३७.५
०२.५० मिनिटांपेक्षा जास्त परंतु ०३.०० मिनिटे किंवा त्यापेक्षा कमी	३१
०३.०० मिनिटांपेक्षा जास्त परंतु ०३.१० मिनिटे किंवा त्यापेक्षा कमी	२५
०३.१० मिनिटांपेक्षा जास्त परंतु ०३.२० मिनिटे किंवा त्यापेक्षा कमी ...	१९
०३.२० मिनिटांपेक्षा जास्त परंतु ०३.३० मिनिटे किंवा त्यापेक्षा कमी ...	१२.५
०३.३० मिनिटांपेक्षा जास्त	०

उमेदवार ८०० मीटरचे अंतर धावू न शकल्यास त्यास शून्य गुण देण्यात येतील.

(२) **पुलअप्स** — क्षितिज समांतर खांबावर उमेदवारास आठ पुलअप्स काढावे लागतील. यासाठी एकूण २० गुण देण्यात येतील म्हणजेच एका पुलअपसाठी २.५ गुण राहतील. उमेदवाराची छाती सहजपणे आडव्या खांबाला टेकल्यानंतर त्याने एक पुलअप पूर्ण केला असे समजण्यात येईल. असे करताना उमेदवाराने न झगडता आणि / अथवा आपले पाय न झाडता किंवा न वाकवता एक पुलअप पूर्ण केल्यास त्यास पूर्ण २.५ गुण देण्यात येतील. पुलअप काढताना उमेदवारास झगडावे लागले आणि अथवा त्याने आपले पाय झाडले किंवा वाकवले तर एका गुणांपर्यंत गुण कमी होतील. जर उमेदवारास पुलअप काढता आला नाही म्हणजेच त्याला त्याची छाती आडव्या खांबाला टेकवता आली नाही तर त्या पुलअपसाठी त्याला एकही गुण मिळणार नाही.

(३) **गोळा फेक** - उमेदवारास ७.२६० किलोग्रॅम वजनाचा गोळा फेकावा लागेल. गोळाफेकीसाठी खालीलप्रमाणे गुण देण्यात येतील :--

गोळाफेकीचे अंतर (मीटरमध्ये)	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 मीटरपेक्षा कमी	०

(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 गोळाफकीचे अंतर ६ मीटर असेल तर उमेदवाराला ७.५ गुण देण्यात येतील.

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

उडीचे अंतर	गुण
०४.५० मीटर किंवा जास्त..	१५
०४.३५ मीटर किंवा जास्त परंतु ०४.५० मीटरपेक्षा कमी	१४
०४.२० मीटर किंवा जास्त परंतु ०४.३५ मीटरपेक्षा कमी	१२
०३.९० मीटर किंवा जास्त परंतु ०४.२० मीटरपेक्षा कमी	१०
०३.६० मीटर किंवा जास्त परंतु ०३.९० मीटरपेक्षा कमी	८
०३.३० मीटर किंवा जास्त परंतु ०३.६० मीटरपेक्षा कमी..................................	६
०३.०० मीटर किंवा जास्त परंतु ०३.३० मीटरपेक्षा कमी	४
०२.५० मीटर किंवा जास्त परंतु ०३.०० मीटरपेक्षा कमी	२
२.५० मीटरपेक्षा कमी........................	०

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

टीप:- **(१)** वरील चाचणी प्रकारच्या सरावासाठी उमेदवारांना राज्यातील पोलीस कवायत मैदानाचा उपयोग करता येईल. तसेच त्यांना पोलीस निदेशकाची मदत देण्यात येईल. परंतु यासाठी मुंबई, पुणे, औरंगाबाद व नागपूर येथील पोलीस उप आयुक्त, पोलीस मुख्यालय आणि जिल्ह्याच्या ठिकाणी पोलीस अधीक्षक कार्यालयाशी संपर्क साधावा.

(२) शारीरिक चाचणीत उत्तीर्ण होण्यासाठी किमान ७० टक्के गुण (म्हणजे ७० गुण) मिळणे आवश्यक आहे. तसेच या गुणांचा अंतिम गुणवत्तेकरिता विचार होणार नाही.

(३) सर्व शारीरिक चाचणीत एकूण गुणांची बेरीज अपूर्णांकात असल्यास ती अपूर्णांकातच ठेवून, शारीरिक चाचणीचा निकाल तयार करण्यात येईल.

(४) उपरोक्त प्रमाणे सन २०२३ पासून आयोजित स्पर्धा परीक्षांकरीता लागू राहील.

FB / IG / TG @mpscmaterial www.mpscmaterial.com

परिशिष्ट - ब

महिला उमेदवारांकरिता

पोलीस उपनिरीक्षक, महाराष्ट्र दुय्यम सेवा अराजपत्रित, गट-ब (मुख्य) स्पर्धा परीक्षा

शारीरिक चाचणीमध्ये खालील बाबींचा समावेश असेल :-

(१) धावणे - यासाठी उमेदवारास ४०० मीटर अंतर धावावे लागेल व त्यास खालीलप्रमाणे गुण देण्यात येतील :-

संपूर्ण ४०० मीटर अंतर धावण्यास लागणारा कालावधी (मिनिटांमध्ये)	गुण
०१.१५ मिनिटे किंवा त्यापेक्षा कमी	५०
०१.१५ मिनिटांपेक्षा जास्त परंतु ०१.२० मिनिटे किंवा त्यापेक्षा कमी	४४
०१.२० मिनिटांपेक्षा जास्त परंतु ०१.२५ मिनिटे किंवा त्यापेक्षा कमी	३८
०१.२५ मिनिटांपेक्षा जास्त परंतु ०१.३० मिनिटे किंवा त्यापेक्षा कमी	३२
०१.३० मिनिटांपेक्षा जास्त परंतु ०१.३५ मिनिटे किंवा त्यापेक्षा कमी	२६
०१.३५ मिनिटांपेक्षा जास्त परंतु ०१.४० मिनिटे किंवा त्यापेक्षा कमी	२०
०१.४० मिनिटांपेक्षा जास्त परंतु ०१.४५ मिनिटे किंवा त्यापेक्षा कमी	१४
१.४५ मिनिटांपेक्षा जास्त.....	०

(२) लांब उडी - यासाठी उमेदवारास धावत येऊन लांब उडी मारावी लागेल व त्यास खालीलप्रमाणे गुण देण्यात येतील :-

लांब उडीचे अंतर (मीटरमध्ये)	गुण
०४.०० मीटर किंवा जास्त	३०
०३.८० मीटर किंवा जास्त परंतु ०४.०० मीटरपेक्षा कमी	२८
०३.६० मीटर किंवा जास्त परंतु ०३.८० मीटरपेक्षा कमी	२४
०३.४० मीटर किंवा जास्त परंतु ०३.६० मीटरपेक्षा कमी	२०
०३.२० मीटर किंवा जास्त परंतु ०३.४० मीटरपेक्षा कमी	१६
०३.०० मीटर किंवा जास्त परंतु ०३.२० मीटरपेक्षा कमी	१२
०२.८० मीटर किंवा जास्त परंतु ०३.०० मीटरपेक्षा कमी	८
०२.५० मीटर किंवा जास्त परंतु ०२.८० मीटरपेक्षा कमी	४
०२.५० मीटरपेक्षा कमी......	०

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

(३) गोळा फेक - उमेदवारास ४ किलो वजनाचा गोळा फेकावा लागेल. गोळाफेकीसाठी खालीलप्रमाणे गुण देण्यात येतील :-

गोळाफेकीचे अंतर (मीटरमध्ये)	गुण
६.०० मीटर व त्यापेक्षा जास्त..........................	२०
५.५० मीटर व त्यापेक्षा जास्त –६.०० मीटरपेक्षा कमी.........	१७
५.०० मीटर व त्यापेक्षा जास्त – ५.५० मीटरपेक्षा कमी.........	१४
४.५० मीटर व त्यापेक्षा जास्त – ५.०० मीटरपेक्षा कमी.........	११
४.०० मीटर व त्यापेक्षा जास्त – ४.५० मीटरपेक्षा कमी.........	८
४.०० मीटरपेक्षा कमी	०

(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 ५ मीटर असेल तर उमेदवाराला १४ गुण देण्यात येतील.**

टीप:- (१) वरील चाचणी प्रकारच्या सरावासाठी उमेदवारांना राज्यातील पोलीस कवायत मैदानाचा उपयोग करता येईल. तसेच त्यांना पोलीस निदेशकाची मदत देण्यात येईल. परंतु यासाठी मुंबई, पुणे, औरंगाबाद व नागपूर येथील पोलीस उप आयुक्त, पोलीस मुख्यालय आणि जिल्ह्याच्या ठिकाणी पोलीस अधीक्षक कार्यालयाशी संपर्क साधावा.

(२) शारीरिक चाचणीत उत्तीर्ण होण्यासाठी किमान ७० टक्के गुण (म्हणजे ७० गुण) मिळणे आवश्यक आहे. तसेच या गुणांचा अंतिम गुणवत्तेकरिता विचार होणार नाही.

(3) उपरोक्त प्रमाणे सन २०२३ पासून आयोजित स्पर्धा परीक्षांकरीता लागू राहील.

FB/IG/TG @mpscmaterial www.mpscmaterial.com