

موارد آزمون عملی جهت رشته شغلی نگهبان

- ۱- لباس مناسب جهت انجام امورات ورزشی
- ۲- به همراه داشتن آب آشامیدنی
- ۳- مواد آزمون علاوه بر مصاحبه شامل فهرست ذیل می باشد :

علامت مشخصه	BMI	گروه خونی	وزن	قد	تناسب جسمانی

ردیف	عنوان آزمون	تعداد رکورد	ملاحظات
۱	درازنشست	۳۰ مرتبه	
۲	دوی چابکی	۴*۹	
۳	برش طول	حداقل ۱۶۰ سانتی متر	
۴	شنا سوئدی	۲۰ مرتبه	
۵	دوی استقامت	۳۰۰ متر	

تبصره :

- ۱- کلیه مراحل آزمون پشت سرهم انجام شده و در پایان زمان محاسبه گردد .
- ۲- داوطلب باید کلیه مراحل آزمون را با موفقیت طی نماید .