പോലീസ് വകുപ്പിലെ പോലീസ് കോൺസ്റ്റബിൾ (IRB Commando wing) (Cat.No.136/2022) തസ്തികയുടെ ചുരുക്കപ്പട്ടികയിൽ ഉൾപ്പെട്ട ഉദ്യോഗാർത്ഥികൾക്കായുള്ള കായിക ക്ഷമതാ പരീക്ഷ 11.12.2023 തീയതി രാവിലെ 5.00 മണി മുതൽ തുടർച്ചയായ ദിവസങ്ങളിൽ തിരുവനന്തപുരം, കൊല്ലം, പത്തനംതിട്ട, ഇടുക്കി, എറണാകുളം, തൃശ്ശൂർ, പാലക്കാട്, മലപ്പുറം, കോഴിക്കോട്, കണ്ണൂർ, കാസർഗോഡ് ജില്ലകളിൽ വച്ച് നടത്തുന്നതിന് സ്പെഷ്യൽ സെലക്ഷൻ ബോർഡ് തീരുമാനിച്ചിട്ടുണ്ട്. ശാരീരിക അളവെടുപ്പിൽ വിജയിക്കുന്ന ഉദ്യോഗാർത്ഥികളെ മാത്രമേ കായിക ക്ഷമതാ പരീക്ഷയിൽ പങ്കെടുക്കുന്നതിന് അനുവദിക്കുകയുള്ളൂ. കായിക ക്ഷമതാ പരീക്ഷയുടെ സ്റ്റാൻഡേർഡ് ചുവടെ ചേർക്കുന്നു.

Event	One Star Standard (3 marks)	Two Star Standard (5 marks)	Three Star Standard (6 marks)
100 metre Run	14 seconds	13 seconds	12 seconds
High Jump	132.20 cm	152.40 cm	160 cm
Long Jump	457.20 cm	518.20 cm	579.10 cm
Putting the Shot (7264 gms)	609.60 cm	731.50 cm	853.40 cm
Throwing the cricket ball	6096 cm	6558 cm	8382 cm
Rope climbing	365.80 cm	426.20 cm	487.70 cm
Pull ups/ Chinning	8 times	10 times	15 times
1500 metre Run	5 minutes 44 seconds	5 minutes 15 seconds	5 minutes

Those who achieve **One Star** standard performance in any item will be awarded **3 marks** for that item
Those who achieve **Two Star** standard performance in any item will be awarded **5 marks** for that item
Those who achieve **Three Star** standard performance in any item will be awarded **6 marks** for that item
Achieving performance levels **10% better than Three Star** standard in any item will be given a **bonus of 1 mark** subject to the limit that the **maximum bonus marks awarded will be 2 marks.**

കായിക ക്ഷമതാ പരീക്ഷ ആകെ 50 മാർക്കിനാണ് നടത്തുന്നത്. ഉദ്യോഗാർത്ഥികൾക്ക് കായിക ക്ഷമതാ പരീക്ഷയിലെ എല്ലാ ഇനങ്ങളിലും പങ്കെടുക്കാവുന്നതാണ്. കായിക ക്ഷമതാ പരീക്ഷയുടെ എട്ട് ഇനങ്ങളിൽ കുറഞ്ഞത് 5 ഇനങ്ങളിൽ യോഗ്യത നേടുന്നതിനൊപ്പം, കുറഞ്ഞത് 20 മാർക്കെങ്കിലും നേടുകയും ചെയ്താൽ മാത്രമേ കായിക ക്ഷമതാ പരീക്ഷ വിജയിക്കുകയുള്ളൂ. കൂടുതൽ വിവരങ്ങൾക്ക് വിജ്ഞാപനം പരിശോധിക്കാവുന്നതാണ്.

ഉദ്യോഗാർത്ഥികൾക്കുള്ള അഡ്മിഷൻ ടിക്കറ്റ് പ്രൊഫൈലിൽ ലഭ്യമാക്കുന്നതാണ്. ഉദ്യോഗാർത്ഥികൾ തങ്ങളുടെ പ്രൊഫൈലിൽ ലഭിക്കുന്ന അഡ്മിഷൻ ടിക്കറ്റ്, ഒർജിനൽ ID Card, മെഡിക്കൽ സർട്ടിഫിക്കറ്റ് (attached to Admission Ticket) എന്നിവ സഹിതം രാവിലെ 5.00-ന് മുമ്പായി തന്നെ Admission Ticket-ൽ നിർദ്ദേശിച്ചിരിക്കുന്ന സ്ഥലത്ത് എത്തിച്ചേരേണ്ടതാണ്. നിശ്ചിത സമയത്തിന് ശേഷം (5.00 am) എത്തുന്ന ഉദ്യോഗാർത്ഥികളെ യാതൊരു കാരണവശാലും കായിക ക്ഷമതാ പരീക്ഷയിൽ പങ്കെടുപ്പിക്കുന്നതല്ല. പരീക്ഷാ കേന്ദ്രങ്ങളുടെ മാറ്റം, തീയതി/സമയം മാറ്റം എന്നിവ യാതൊരു കാരണവശാലും അനുവദിക്കുന്നതല്ല. കായിക ക്ഷമതാ പരീക്ഷ വിജയിക്കുന്ന ഉദ്യോഗാർത്ഥികൾക്കുള്ള OTV അന്നേ ദിവസം തന്നെ അതാത് ജില്ലാ പി.എസ്.സി ഓഫീസുകളിൽ/ ആസ്ഥാന ഓഫീസിൽ വച്ച് നടത്തുന്നതാണ്.