

考試院第 11 屆第 246 次會議考選部重要業務報告

民國 102 年 7 月 25 日

考選行政

「精進公務人員考試體能測驗方式之研究」委外研究成果報告

一、辦理情形

現行特種考試交通事業鐵路人員考試（以下稱鐵路特考）部分類科、公務人員特種考試一般警察人員考試（以下稱一般警察特考）、國家安全局國家安全情報人員考試（以下稱國安特考）、法務部調查局調查人員考試（以下稱調查特考）、移民行政人員考試（以下稱移民特考）、海岸巡防人員考試（以下稱海巡特考）及司法人員考試（以下稱司法特考）法警類科等考試，為應用人機關職務特殊工作性質與體能需求，將體能測驗列為考試項目，未達及格標準者，不予錄取或無法參加第三試，期以甄選適任人才。惟體能測驗之項目宜如何訂定，同一施測項目(如心肺耐力跑走測驗)各考試別是否一致、及格標準依性別分定是否符合機關需求，均為外界所關切之議題。

為檢討各項特考併採體能測驗方式之妥適性，爰以「精進公務人員考試體能測驗方式之研究」為題，辦理委託研究，俾改進並落實本部多元評量方式之政策。

根據上開研究背景與目的，研究問題研訂如下：

- (一) 現行體能測驗項目檢測的體能要素與用人機關職務之法定職掌是否相符？
- (二) 現行公務人員考試體能測驗項目是否需要調整？及如何調整？
- (三) 先進及鄰近國家公務人員考試體能測驗項目（標準）是否存有性別差異？與我國現行制度之異同？

本案經委託中華民國體育學會進行為期 6 個月之研究（101 年 11 月至 102 年 5 月），102 年 5 月 3 日召開期末審查會議竣事，5 月 31 日研究團隊提交期末報告到部，俟辦理後續印刷、出版事宜竣事，將送請考試委員及相關單位參考。

二、研究經過

本案以各項併採體能測驗之公務人員考試為範圍，參照用人機關相關職系（務）說明及相關職能分析結果，分析現行體能測驗項目之體能要素；並輔以問卷調查及焦點團體座談方式，探討用人機關職務需求與體能測驗項目之符合程度。另參考國外相關公務人員考試以及相關文獻，檢討現行體能測驗施測項目之妥適性，並對現行相關規定提出建議。

三、研究發現

（一）現行體能測驗項目較欠缺檢測「運動體適能」的測驗

現行公務人員考試體能測驗項目所檢測的體能要素以「健康體適能」為主，「健康體適能」係指與健康有關的體適能，是一般人為促進身心健康、預防各種疾病等所需的體能，由心肺耐力、肌力與肌耐力、柔軟度、身體組成（指體內脂肪所占百分比）等四個體能要素組成。查各項特考皆有檢測「心肺耐力」的距離跑走測驗；一般警察特考（屈臂懸垂及引體向上）和鐵路特考養路工程類科（沙包負重跑走）考試並有檢測「肌力及肌耐力」測驗。惟部分用人機關職務法定職掌中尚有與「運動體適能」相關之工作內容，而「運動體適能」普遍被認為是代表人們對外在環境遽變或危機產生時的應變、適

應能力，主要由平衡感、敏捷性、協調性、反應時間、爆發力、速度等6個體能要素組成。如鐵路特考佐級車輛調度、機械工程及機檢工程等3類科、一般警察特考、調查特考、國安特考及移民特考等法定職掌中，「敏捷性」與「爆發力」為其工作內容重要體能要素，但現行體能測驗項目中，並未包含檢測「敏捷性」與「爆發力」，故建議增加「運動體適能」之測驗項目。

（二）現行體能測驗結果的篩選性不足

現行體能測驗通過率，除100年一般警察特考的男性應考人、101年鐵路特考車輛調度等3類科、調查特考、國安特考的女性應考人通過率低於70%外，其餘皆超過70%（如表1）。另現行體能測驗項目多偏向與健康體適能相關的體能要素，缺乏與運動體適能相關的體能要素，反映體能測驗的篩選性不足。對於執行高危險性工作的警察、國安、調查或移民等公務人員，無法達到篩選合適人才的功能。

（三）國外辦理公務人員考試併採體能測驗情形

有關體能測驗項目及合格標準，多數先進國家（如美國、英國、德國、法國、澳洲、日本及韓國等）男女測驗項目相同，部分項目合格標準略有不同，且男性合格標準多高於女性（如表2）。

四、研究建議

（一）對現行各項考試體能測驗項目之具體建議

根據上開研究發現，研究建議：1、增加運動體適能之測驗項目【如 PACER（漸速有氧耐力跑）】；2、考選及用人機關宜考量調整體能測驗項目及合格

標準，以選拔適格人才。綜合研究團隊以運動生理分析、問卷調查及焦點團體座談等方法所得研究結果，對現行各項考試體能測驗項目具體建議如表3。

(二) 體能測驗項目不宜男女有別

現行各項特考用人機關就各職務法定職掌並無分性別，男女均需執行相同勤務，故男女體能測驗項目應相同，以因應各項勤務之需。針對現行一般警察特考及移民特考之測驗項目依性別採不同測驗項目部分，研究建議：宜不分性別齊一辦理測驗項目。

(三) 委託第三公正單位辦理

先進國家（如英國、澳洲及紐西蘭）公務人員考試的體能測驗，委託第三公正單位負責規劃並執行體能測驗（如表4）。研究建議：我國未來可朝「委託第三公正單位定期辦理體能測驗」政策方向規劃，應考人可於公務人員考試前，取得體能測驗成績合格證明，以減少在第二試（體能測驗）未通過合格門檻的情形。

五、結語

研究團隊就各項考試不同用人機關規劃、設計並完成問卷調查，加上體能測驗專業的運動生理分析建議等，研究成果至為充實。本部已就研究團隊所提建議，於102年7月10日召開研商公務人員特種考試體能測驗項目、標準及移民行政人員考試規則修正草案相關事宜會議，邀集學者專家及各項列考體能測驗之考試相關用人機關，檢視所屬考試體能測驗項目及合格標準是否需調整修正，並進行意見交換。該會議就如何增加體能測驗的信度及效度，決議如下：（一）體能測驗宜加考與工作職能有關的項目；（二

）男女體能測驗項目宜齊一，及格標準可不同；（三）改善體能測驗場地的穩定度，維護考試的公平性；（四）以近年現有考試之體能測驗成績資料建立常模，據以調整體能測驗及格標準。本部並請用人機關將各委員與研究團隊建議帶回研議，做為日後修改考試規則之參考，應有助於提升公務人員考試併採體能測驗方式之信效度，落實本部多元評量之政策方向。

表 1 體能測驗合格率統計表

考試別	年度	性別	到考人數	合格人數	不合格人數	合格率
鐵路特考 車輛調度 等3類科	民國100年	男	497	421	76	84.7%
		女	36	27	9	75.0%
	民國101年	男	263	221	42	84.0%
		女	63	43	20	68.3%
鐵路特考 養路工程 類科	民國100年	男	56	56	0	100.0%
		女	-	-	-	-
	民國101年	男	187	186	1	99.5%
		女	7	7	0	100.0%
一般警察 人員考試	民國100年	男	248	170	78	68.6%
		女	181	137	44	75.7%
	民國101年	男	556	413	143	74.3%
		女	347	273	74	78.7%
法務部調 查局調查 人員考試	民國100年	男	90	86	4	95.6%
		女	25	20	5	80.0%
	民國101年	男	113	108	5	95.6%
		女	76	51	25	67.1%
國家安全 局國家安 全情報人 員考試	民國100年	男	42	40	2	95.2%
		女	20	15	5	75.0%
	民國101年	男	136	128	8	94.1%
		女	88	57	31	64.8%
移民行政 人員考試	民國100年	男	未招考			
		女	未招考			
	民國101年	男	44	38	6	80.4%
		女	127	123	4	96.9%

表 2 國外辦理公務人員考試併採體能測驗情形

國別	職務種類	主辦方式	體能測驗方式	備註
美國	紐澤西州警察	各州、郡、市、鎮自行招考及面試	1. 伏地挺身 2 分鐘 32 次。 2. 仰臥起坐 2 分鐘 34。 3. 13 分鐘跑完 1.5 英里。	可測驗 3 次
	紐約州警察	各州、郡、市、鎮自行招考及面試	1. 跨越障礙、攀爬、模擬的羈押能力。 2. 追趕能力。 3. 援救受害者能力。 4. 手槍扳機拉力綜合測驗。	
	聯邦調查局	國家統一考試	1. 仰臥起坐(1 分鐘計次)。 2. 300 英尺短跑。 3. 1.5 英里跑步。 4. 伏地挺身(不計時計次)。 5. 計分方式為上述 4 項成績須累積達 12 分、各單項成績至少 1 分才能合格。	先考後訓
	國家安全局	國家統一考試	1. 心肺耐力測驗：1.5 英里跑步。 2. 爆發力測驗：300 公尺短跑。 3. 伏地挺身。 4. 仰臥起坐。 5. 坐姿體前彎。 6. 臥姿推舉。	
	鐵路人員	民營機構自行招聘	能舉起 80 磅重的物體，並且具有攜帶維修工具連續步行一英里以上之能力。	
	移民行政人員	國家考試及面試	1. 射擊（外勤人員）：80 分以上。 2. 跑步（外勤人員）：1.5 英里（不計時，完成者及格）。 3. 測驗不合格隨即補測 1 次，再不合格者即淘汰。	
	海岸巡防人員	國家統一考試	1. 伏地挺身。 2. 仰臥起坐。 3. 1.5 英里限速跑。	
	消防人員(紐約、西雅圖、奧蘭多為例)	各州辦理考試	CPAT 測驗項目：穿戴 50 磅相當於消防衣、帽、鞋及呼吸器重量，於 10 分 20 秒內完成下列測驗： 1. 負重登梯：本測驗須另加重 2 個 12.5 磅之重量置於肩上，比擬肩包（裝水帶）重量，於踩步機上以每分鐘 50 步之速率行走 3 分鐘。	

美國			<ol style="list-style-type: none"> 2. 水帶佈線：拉水帶前行 22.86 公尺，繞過 90 度轉角前行 7.62 公尺，至定點後一膝蓋著地，續拉水帶 15.24 公尺。 3. 裝備搬運：從工具箱接連拿切割機及電鋸置於地上，同時拿起並前行 22.86 公尺且返回原點，置放回原位。 4. 架梯操作：置一雙節梯於牆邊地面，逐階向上推行使之架於牆上，另一雙節梯置於牆上，拉繩索使之向上延伸至最高點。 5. 破壞(門窗)操作：使用 4.54 公斤之鐵鎚敲擊定點。 6. 搜索訓練：進入一個密閉及黑暗通道(彎曲且上下起伏)，運用爬行至出口。 7. 救援訓練：拖行 74.84 公斤之假人，前行 10.67 公尺並折返回原點。 8. 火勾操作：於模擬天花板使用火勾，推一個 60 磅之重量向上 3 次、並拉一個 80 磅之重量向下 5 次，重覆 4 循環。 	
英國	警察	國家標準考試	<p>採用羅浮堡大學體育與運動科學系發展之工作關聯性體能測驗(JRFT)，內容包含：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. PACER 漸速跑，兩端距離 15 公尺，達到 level 5/4 者及格 (3 分 30 秒)。 2. 肌力測驗：Concept2 DYNO 測功儀測量推拉力量，推 34 公斤，拉 35 公斤，重複做 5 次，各次間停留不能超過 3 秒鐘。 	常模參照計分可測驗 3 次
	海岸巡防組織	英國海岸巡防組織	<p>申請前需進行 2.4 公里跑步機測試，合格標準如下：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 15-24 歲：男性 11 分 13 秒合格；女性 13 分 15 秒合格。 2. 25-29 歲：男性 11 分 38 秒合格；女性 13 分 50 秒合格。 3. 30-34 歲：男性 12 分 08 秒合格；女性 14 分 28 秒合格。 4. 35-39 歲：男性 12 分 34 秒合格；女性 15 分 09 秒合格。 	標準依年齡、性別而異
	鐵路交通運輸警察	國家標準考試	<p>採用羅浮堡大學體育與運動科學系發展之工作關聯性體能測驗(JRFT)，內容包含：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. PACER 漸速跑，兩端距離 15 公尺，達到 level 5/4 者合格(3 分 30 秒)。 2. 以 Concept2 DYNO 測功儀進行坐姿推舉測試，9 次中至少 6 次達到 35 公斤。 3. 以 Concept2 DYNO 測功儀進行坐姿拉舉測試，9 次中至少 6 次達到 34 公斤。 	常模參照計分
	消防員	國家統一考試	<ol style="list-style-type: none"> 1. 時限內穿著 10 公斤裝備實地進行 25 公尺距離之實務操作，內容如下： <ol style="list-style-type: none"> (1) 登梯：爬上 13.5 公尺之梯子，於梯上之某一定點置放雙手確認可執行高空作業。 (2) 模擬救援訓練：拖一 55 公斤重物，繞行每邊長 30 公尺之四個角落。 	

			<p>(3) 模擬升梯訓練：於地面上拉一個 30 公斤之重物至 182 公分高。</p> <p>(4) 模擬搜索訓練：進入一個密閉及黑暗通道，且該通道是彎曲且上下起伏的，透過爬行至出口。</p> <p>(5) 裝備組裝：測試手的靈敏度，組裝及拆解一個輕便的幫浦。</p> <p>(6) 水帶佈線：拉水帶繞過 2 個 25 公尺之邊線。</p> <p>2. 時限內倒退姿勢拖行 55 公斤的石頭，至面積為 10 平方公尺的指定範圍之外。</p>	
	調查人員	軍情五處	資料審查後另行通知，進行體格檢查。	無進一步公開資訊
法國	警務人員 (兼任移民人員)	國家考試	<p>1. 雙臂環抱重物 (男性：40 公斤；女性：25 公斤) 完成 10 公尺折返。</p> <p>2. 連續動作：時限內完成</p> <p>(1) 伏地挺身 5 次。</p> <p>(2) 連續跨越 3 個欄架 (110 公分高)。</p> <p>(3) 跳上並走過 3 公尺長之平衡木 (約 130 公分高)。</p> <p>(4) 連續左右跨跳呼拉圈 7 次。</p> <p>(5) 連續高抬腿踩踏立架 (高約 70 公分) 10 次。</p> <p>(6) 攀越兩個高 140 公分之障礙牆面。</p> <p>(7) 空中爬竿前進 (男 5 公尺/20 秒；女 2.5 公尺/30 秒)。</p> <p>(8) 匍匐前進 3 公尺。</p> <p>(9) S 型跑步。</p>	部分標準有男女差異
	移民官員	無	無移民行政人員職系，移民業務由警察人員擔任，故標準與警察人員相同。	
	情報人員	國家考試	資料審查後另行通知，進行體格檢查。	無進一步公開資訊
德國	警察 (不來梅邦)	各邦自行辦理	<p>1. 35 公尺爆發力測驗，測驗標準依性別而異 (男性 5.5 秒；女性 6 秒合格。如有需要可加測一次)。</p> <p>2. 綜合測驗：需在時間限制內完成以下動作，測驗標準依性別而異 (男性 1 分 45 秒；女性 2 分 5 秒內合格)：</p> <p>(1) 用登山繩越過 1.8 公尺高的障礙物。</p> <p>(2) 鞦韆上依指定動作攀爬與倒懸。</p> <p>(3) 在單槓上進行 360 度迴旋一次。</p> <p>(4) 跳躍過障礙物，測驗障礙高度依性別而異 (男性 1.3 公尺、女性 1.2 公尺)。</p> <p>(5) 抱籃球走過 2 公尺長之平衡木，並進</p>	

			<p>行 1 次以上的反彈接球。</p> <p>(6)在指定距離外，將籃球投擲至籃框高度（無須投進），測驗距離依性別而異(男性 2.7 公尺、女性 2.5 公尺)</p> <p>(7)在軟墊上進行前滾翻。</p> <p>(8)匍匐前進穿越三個木框。</p> <p>(9)疾行跳躍障礙物且不能碰觸到(男性 0.7-0.8 公尺，2 座；女性 0.8 公尺，1 座。最多可跳 3 次)</p> <p>(10) 雙臂懸吊於橫桿上並前移(男性 10 次，女性 6 次)。</p> <p>3. 耐力測驗：慢跑 7 分 30 秒不可中斷，並達成指定之距離，測驗標準依性別而異(男性 1,620 公尺；女性 1,350 公尺合格)。</p> <p>4. 分數採計方式：</p> <p>(1)3 個項目不能有一個分數低於 2 分。</p> <p>(2)3 個項目平均需達 5 分者合格。</p>	
日本	警察 (東京都、埼玉縣)	地方政府 自行辦理	<p>1. 伏地挺身(腕立て伏せ)。</p> <p>2. 反覆橫跳(反復横跳び)。</p> <p>3. 垂直跳。</p> <p>4. 握力。</p> <p>5. 肌力。</p> <p>6. 敏捷度。</p> <p>7. 瞬間爆發力。</p>	
	警察 (神奈川縣)	地方政府 自行辦理	<p>1. 深蹲伏地跳躍(バーピーテスト, Burpee)。</p> <p>2. 仰臥起坐(上体おこし)。</p> <p>3. 伏地挺身(腕立て伏せ)。</p>	
	國安人員(皇宮護衛官)	國家統一 考試	<p>1. 仰臥起坐 30 秒(男性 21 下；女性 13 下)。</p> <p>2. 立定跳遠(男性 205 公分，女性 147 公分)。</p> <p>3. 反覆橫跳(如下圖)：100 公分寬的間隔內，分為 3 個區塊，進行反覆性橫向跳躍(男性 44 回合，女性 37 回合)。</p>	
	移民人員	國家統一 考試	<p>1. 仰臥起坐 30 秒(男性 21 下；女性 13 下)。</p> <p>2. 立定跳遠(男性 205 公分，女性 147 公分)。</p>	
	海巡人員	國家統一 考試	<p>1. 仰臥起坐 30 秒(男性 21 下；女性 13 下)。</p> <p>2. 反覆橫跳(男性 44 回合，女性 37 回合)。</p> <p>3. 單臂懸垂：左、右手皆須支撐 10 秒以上。</p>	
	鐵道員	民間單位	<p>1. 伏地挺身。</p> <p>2. 50 公尺折返跑。</p>	

韓國	警務人員	國家考試	<p>體能測驗，標準男女不同：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 100 公尺短跑，男性 13 秒以內、女性 15.5 秒內可獲滿分 10 分，得分依次遞減。 2. 1000 公尺跑步，男性 230 秒以內、女性 290 秒內可獲滿分 10 分，得分依次遞減。 3. 1 分鐘仰臥起坐，男性 58 次以上、女性 55 次以上可獲滿分 10 分，得分依次遞減。 4. 1 分鐘伏地挺身，男性 58 次以上、女性 50 次以上可獲滿分 10 分，得分依次遞減。 5. 雙手握力，男性 61 公斤以上、女性 40 公斤以上可獲滿分 10 分，得分依次遞減。 	計分制
加拿大	警察	國家考試	<ol style="list-style-type: none"> 1. 障礙賽跑 2. 推、拉力測驗 3. 負荷重物賽跑(4 分 45 秒) 	
	鐵路人員	民間機構自辦	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能抬起 85 磅重之物體。 2. 穿著 50 磅重之服裝，模擬吊掛在車廂上是否能成功懸吊及行動。 3. 身體柔軟度檢測 	未通過可自費申請再測
澳洲	警察人員	由各省(州)警方招募	<p>應徵者在進入訓練之前需通過體適能測驗 (Pre-entry Physical Competency Assessment; P-PCA)。項目如下：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 體格檢查：項目包括心跳、血壓(介於 140/90 mm)、體格指標值(BMI)必須介於 19-30；腰圍：男性少於 95 公分、女性少於 85 公分；體脂比例：男性低於 20%，女性低於 30%。 2. 肌力測驗：握力測驗(男性：慣用手 45 公斤、非慣用手：40 公斤；女性：慣用手 35 公斤、非慣用手：30 公斤)。 3. 腹肌力測試 (Abdominal Strength)：仰臥起坐，90 秒內男性 40 次、女性 35 次。 4. 伏地挺身：1 分鐘內男性 30 次、女性 10 次(每次停留時間不可超過 3 秒)。 5. 伊利諾敏捷性測試 (Illinois agility test; S 形跑步測驗)：男性及格標準為 19 秒內、女性為 20 秒內。 6. 心肺功能測驗：以漸進式跑步 (Multi-Stage Fitness Test, 又稱 Beep Test) 行之，測驗共計 20 級，依性別、年齡分訂及格成績，其中 20-29 歲之男性為 8.01 級，女性為 7.01 級。 7. 證照：取得有能力進行 100 公尺距離游泳的證明。 	

			<p>8. 漸進式折返跑 (Multi-stage Aerobic Fitness Test)：20 公尺距離，依照完成次數計分，旨在了解有氧代謝能力 (Aerobic Capacity)。</p> <p>9. 敏捷性測驗 (Agility Test)：3 分 15 秒內完成連續動作。(從警車內開始→翻過 1 公尺護欄網→翻過 1.5 公尺高的彩色矮圍欄→翻過 3 公尺高的鐵絲網→翻過 1 公尺的鐵絲網→爬越一個狹窄入口→跳過 1.5 公尺寬的深溝→跑步通過一座模擬的停車場→爬過 2 座 1 公尺高跨欄→匍匐前進通過一個窗口→拉動 25 公斤的模擬物體達 20 公尺以上的距離→快跑 120 公尺→將車前方的輪胎移至車後指定的位置)</p>	
	特勤人員(國安、調查)	國家考試面試	<p>1. 100 個伏地挺身</p> <p>2. 100 個仰臥起坐</p> <p>3. 15 個引體向上</p> <p>4. 敏捷性跑步</p> <p>5. 3.4 公里(16 分 30 秒完成)</p> <p>6. 400 公尺游泳和 2 分鐘的水中跑走。</p>	
紐西蘭	警務人員	由各地區警方招募	<p>1. 體能鑑定測驗 (Physical Appraisal Test, PAT)：</p> <p>(1) 2.4 公里跑步：男女依年齡不同，設定不同完成時間(例如：男性 20 歲以下者合格成績為 10 分 51 秒、女性 20 歲以下者合格成績為 12 分 54 秒)。</p> <p>(2) 垂直跳躍：男性達 48 公分以上，女性達 40 公分以上。</p> <p>2. 體能勝任能力測驗 (Physical Competency Test, PCT)：</p> <p>(1) 限時推車 10 公尺。</p> <p>(2) 搬車輪 10 公尺。</p> <p>(3) 200 公尺跑步。</p> <p>(4) 1.8 公尺跳遠。</p> <p>(5) 5 公尺單軌獨木行走。</p> <p>(6) 跳窗。</p> <p>(7) 越過 1.8 公尺高牆。</p> <p>(8) 障礙爬行 2 次。</p> <p>(9) 越過 2.2 公尺高的鐵絲網牆。</p> <p>(10) 30 公尺 S 形跑步。</p> <p>(11) 拖行 74 公斤重物 7.5 公尺。</p> <p>3. 游泳：</p> <p>(1) 54 秒完成 50 公尺。</p> <p>(2) 游泳：踩水 5 分鐘。</p> <p>(3) 游泳：3 公尺潛水取回一個橡膠圈。</p> <p>(4) 紅十字會緊急急救證照。</p> <p>4. 汽車進階駕照。</p>	

表3 現行體能測驗項目及其建議對照表

考試別	現行體能測驗項目與 及格標準	研究建議
鐵路特考佐級 車輛調度等三 類科	1200公尺跑走： 男：350秒(5分50秒)以內 女：380秒(6分20秒)以內	1.PACER或1600公尺跑走。 2.仰臥起坐。 3.折返跑。 (男女項目相同，合格標準可以不同)
鐵路特考養路 工程類科	負重40公斤沙包跑走 40公尺：20秒以內跑 完	維持原測驗項目
一般警察人員	男性應考人： 1.仰臥起坐1分鐘：38 次以上 2.引體向上：2次以上 3.1600公尺跑走：494 秒(8分14秒)以內 女性應考人： 1.仰臥起坐1分鐘：30 次以上 2.屈臂懸垂：10秒以 上 3.800公尺跑走：280 秒(4分40秒)以內	1.PACER或1600公尺跑走。 2.仰臥起坐。 3.折返跑。 4.立定跳遠。 5.刪除「引體向上(男)」與「屈臂懸垂 (女)」兩項體能測驗項目。 (男女項目相同，合格標準可以不同)
調查人員	1200公尺跑走： 男：350秒(5分50秒)以內 女：380秒(6分20秒)以內	1. PACER或1600公尺跑走。 2.折返跑。 (男女項目及合格標準皆需相同)
國家安全 情報人員	1200公尺跑走： 男：350秒(5分50秒)以內 女：380秒(6分20秒)以內	1. PACER或1600公尺跑走。 2.立定跳遠。 3.折返跑。 (男女項目相同，合格標準可以不同)
移民行政人員	男性應考人：1600公 尺跑走：494秒(8分 14秒)以內 女性應考人：800公 尺跑走：280秒(4分 40秒)以內	1. PACER或1600公尺跑走 2.仰臥起坐 3.折返跑 (男女項目相同，合格標準可以不同)
海岸巡防人員	1200公尺跑走： 男：350秒(5分50秒)以內 女：380秒(6分20秒)以內	1. PACER或1600公尺跑走。 2.立定跳遠。 3.仰臥起坐。 4.靜態平衡(開、閉眼單足站)。 (男女項目相同，合格標準可以不同)

表4 國外公務人員考試體能測驗委託第三公正單位辦理情形

國家	辦理單位	單位性質	方式
英國	羅浮堡大學體育與運動科學系	大專校院	測驗標準、測驗項目與成績採計方式，採取羅浮堡大學體育與運動科學系發展的「工作關聯性體能測驗」。
澳洲	Jobfit Health Group、Medibank Health Solutions	民間團體	應徵者在進入訓練之前需通過體適能測驗。
紐西蘭	指定的醫院、健身中心	民間團體	申請者（應考人）需於申請公務人員受訓前，先行參加第三公正單位辦理的體能測驗，包括體能鑑定測驗以及體能勝任能力測驗。

註：表列國家公務人員考試之體能測驗項目與及格標準參見表2。