

# 2020년 개선된 체력평가 시행방안 공고

2020년부터 초임간부 선발시 적용되는 체력평가  
시행방안을 다음과 같이 공고합니다.

2019년 11월

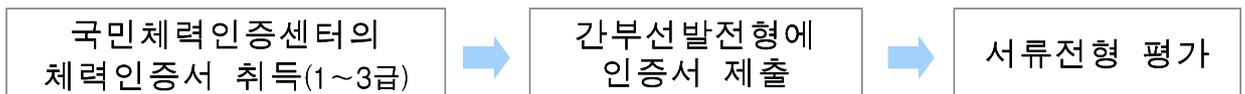
## 육군참모총장

### □ 개요

軍 간부선발시 체력평가를 사회의 전문 체력인증시스템을 활용하여  
군인에게 필요한 체력평가 요소를 충족하고, 지원자의 기회 확대와  
평가의 효율성을 제고하기 위함.

### □ 시행방안

- 부대평가 ⇨ 문체부 산하 “**국민체력인증센터 인증**”으로 대체



- 적용대상 : '20년부터 공고되는 장교 및 부사관, 준사관 선발과정
  - 장교 : 학군 · 학사사관(예비포함), 군 가산복무지원금 지급 대상자
  - 부사관 : 민간부사관, 군가산복무지원금 지급 대상자, 임관시 장기
  - 준사관 : 헬기조종 · 통번역 준사관
- 제출방법 : 장교는 직접제출, 부사관은 우편으로 제출
  - 제출서류 : 본인의 인증서 또는 참가증(체력평가지 포함)
  - 제출시기 : 장교는 2차 평가일, 부사관은 지원서류 제출시
- 유효기간 : 제출일(장교는 2차 평가일, 부사관은 지원서 접수 마감일)  
기준 6개월 이내 취득한 인증서

\* 예) '19년 1월 15일에 취득한 인증서는 '19년 7월 14일까지 제출시에만 유효함

○ **점수적용**

- 3등급 이상은 만점으로 처리, 1~2등급은 최종 심의간 긍정적으로 평가
- 3등급 미만자는 건강체력 4개 항목 중 불합격 항목수에 따라 체력평가 배점의 10%를 감점하되, 4개 항목 모두 불합격시에는 불합격 처리
- \* 체력평가 항목

구 분	건강체력항목	운동체력항목(택1)
성인 (19 ~ 64세)	·근력 (약력)      ·유연성(윗몸앞으로 굽히기) ·근지구력 (교차윗몸일으키기) ·심폐지구력 (택1: 왕복오래달리기, 트레드밀/ 스텝검사)	·민첩성 (10m왕복달리기) ·순발력 (제자리멀리뛰기)
청소년 (18세 이하)	·근력 (약력)      ·유연성(윗몸앞으로 굽히기) ·근지구력 (택1: 윗몸말아올리기, 반복점프) ·심폐지구력 (택1: 왕복오래달리기, 트레드밀/ 스텝검사)	·민첩성 (일리노이검사) ·순발력 (체공시간) ·협응력 (눈-손협응력)

\* 개선된 체력평가 적용시 점수 (10점 만점 기준)

구 분	만 점	1종목 불합격	2종목 불합격	3종목 불합격	4종목 불합격
점 수	10	9	8	7	불합격

○ **BMI 적용**

- 초임간부 선발간 BMI 측정결과는 2차 평가간 군병원에서 실시하는 신체검사 결과만을 적용함
- 국민체력 인증간 건강체력 4개 항목을 모두 합격하고도 BMI만 불합격했을 경우 만점을 부여

○ **체력평가 종목 선택**

- 체력인증 등급기준은 측정종목별 난이도를 고려하여 만들어진 기준임
- 초임간부 선발간 종목에 관계없이 항목별 등급만을 반영함.

국민체력인증센터(링크)