|  |
| --- |
| 政府专职消防员招录体能测试项目及标准 |
| 项目 | 测试成绩对应分值、测试办法 |
| 2分 | 4分 | 6分 | 8分 | 10分 | 12分 | 14分 | 16分 | 18分 | 20分 |
| 单杠引体向上（次/3分钟） | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| 1、单个或分组考核。2、按照规定动作要领完成动作。引体时下颌高于杠面、身体不得借助振浪或摆动、悬垂时双肘关节伸直；脚触及地面或立柱，结束考核。3、考核以完成次数计算成绩。4、得分超出20分的，每递增1次增加1分，本项目得分最高25分。 |
| 10米\*4往返跑（秒） | 14″00 | 13″70 | 13″50 | 13″30 | 12″90 | 12″70 | 12″50 | 12″30 | 11″90 | 10″30 |
| 1、单个或分组考核。2、在10米长的跑道上标出起点线和折返线，考生从起点线处听到起跑口令后起跑，在折返线处返回跑向起跑线，到达起跑线时为完成1次往返，连续完成2次往返，记录时间。3、考核以完成时间计算成绩。4、得分超出20分的，每递减0.1秒增加1分，本项目最高得分25分。 |
| 1000米跑（分、秒） | 04′25″ | 04′20″ | 04′15″ | 04′10″ | 04′05″ | 04′00″ | 03′55″ | 03′50″ | 03′45″ | 03′40″ |
| 1、分组考核。2、在跑道或平地上标出起点线，考生从起点线处听到起跑口令后起跑，完成1000米距离到达终点线，记录时间。3、考核以完成时间计算成绩。4、得分超出20分的，每递减5秒增加1分，本项目最高得分25分。 |
| 原地跳高（厘米） | 45 | 47 | 50 | 53 | 55 | 57 | 60 | 63 | 65 | 67 |
| 1、单个或分组考核。2、考生双脚站立靠墙，单手伸直标记中指最高触强点（示指高度），双脚立定垂直跳起，以单手指尖触墙，测量示指高度与跳起触墙高度指尖的距离，两次测试，记录成绩较好的1次。3、考核以完成跳起高度计算成绩。4、得分超出20分的，每递增3厘米增加1分，本项目得分最高25分。 |
| 备注 | 1、总成绩最高100分，按综合成绩进行统计排名；2、测试项目及标准中“以上““以下”均含本级、本数。 |