附件3

**考试规则说明**

考试分体能测试和面试，总成绩为100分，按体能测试成绩占50%、面试成绩占50%的比例合成考试总成绩，按照分数由高到低择优录取。

一、体能测试

（一）内容：1500米跑步，引体向上。

（二）体能测试规则：

1.1500米跑步在标准400米跑道上测试，采用不分道起跑，比赛开始就能抢道，起跑采用站立式，考生手部不需触地，起跑时只使用“各就位＂口令，在所有考生稳定后吹哨，第一次起跑犯规将给予警告，第二次起跑犯规取消测试资格。起点为终点的逆时针100米处，在跑道内完成1500米跑步，经过终点，计算时间。

2.引体向上测试考生听到考务员报号后，走到杠下跳起，双手正或反握杠，直臂悬垂，身体呈静止状态后，开始做第一次引体向上的动作；屈臂向上引体至下巴超过橫杠上沿，恢复直臂悬垂后为完成一次；动作未达到此规格者不计个数，但可以继续进行考试；双手握杠开始，到双手离杠为考试结束。考生的分数按成功完成的引体个数计取，每个考生只有一次考试机会。

3.体能测试计分参照表：

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **分数** | **1500米跑（分秒）** | **引体向上(个）** |
| 100 | 6′00″ | 15 |
| 95 | 6′15″ | 14 |
| 90 | 6′30″ | 13 |
| 85 | 6′45″ | 12 |
| 80 | 7′00″ | 11 |
| 75 | 7′15″ | 10 |
| 70 | 7′30″ | 9 |
| 65 | 7′45″ | 8 |
| 60 | 8′00″ | 7 |
| 55 | 8′15″ | 6 |
| 50 | 8′30″ | 5 |
| 45 | 8′45″ | 4 |
| 40 | 9′00″ | 3 |
| 35 | 9′15″ | 2 |
| 30 | 9′30″ | 1 |
| 25 | 9′45″ |  |
| 20 | 10′00″ |  |
| 15 | 10′15″ |  |
| 10 | 10′30″ |  |
| 5 | 10′45″ |  |

4.体能测试计分参照表说明：

（1）考生参加1500米跑步的时间，对照体能测试计分参照表，得出分数。如：考生1500米跑步用时6′35″，时间在6′30″-6′45″之间（含6′45″），其1500米跑步分数为85分；考生1500米跑步用时等于或少于6′00″，分数均为100分；考生1500米跑步用时大于10′45″，分数均为0分。

（2）考生参加引体向上的数量，对照体能测试计分参照表，得出分数。如：考生引体向上6个，分数为55分；考生引体向上等于或大于15个，分数为100分，考生引体向上1个，分数为30分，小于1个，分数均为0分。

（3）体能测试分数：考生按规则完成两项体能测试得出对应分数后，体能测试分数=（1500米跑步分数+引体向上分数）÷2。

二、面试

（一）内容：由单位自主命题，对考生的基本素质、综合分析能力、组织协调能力、语言表达能力、举止仪表等进行评价。

（二）方式：由五名考官逐一对考生进行面试。

（三）分数：考生按规则完成面试得出对应分数后，面试分数=五名考官的平均分。

三、考生综合成绩

考生综合成绩=体能测试分数×50%+面试分数×50%。

四、其他

本规则由广州市花都区应急管理局负责解释。