

附件 3

政府专职消防员招录体能测试项目及评分标准

项 目	体能测试成绩对应分值、测试办法									
	2分	4分	6分	8分	10分	12分	14分	16分	18分	20分
1000 米跑 (分、秒)	4'35"	4'20"	4'15"	4'10"	4'05"	4'00"	3'55"	3'50"	3'45"	3'40"
	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，最高 25 分。									
原地跳高 (厘米)	40	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墙点（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之间的距离。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，最高 25 分。									
俯卧撑 (次/2 分钟)	6	8	11	14	18	22	27	32	38	42
	1. 单个或分组考核。 2. 按照规定动作要领完成动作。屈臂时肩关节高于肘关节、伸臂时双肘关节未伸直、做动作时身体未保持平直，该次动作不计数；除手脚外身体其他部位触及地面，结束考核。 3. 得分超出 20 分的，每递增 6 次增加 1 分，最高 25 分。									
10 米×4 往返跑 (秒)	14"5	13"3	12"8	12"3	11"8	11"3	10"8	10"4	10"1	9"8
	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，最高 25 分。									