附件5：

政府专职消防队员招聘体能测试、岗位适应性测试项目及标准

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 项 目 | | 体能测试成绩对应分值、测试办法 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 备注 | |
| 1分 | | | 2分 | | 3分 | | 4分 | | 5分 | | 6分 | | 7分 | | 8分 | | | 9分 | | | 10分 | |
| 1000米跑  （分、秒） | | 4′56″ | | | 4′41″ | | 4′36″ | | 4′31″ | | 4′26″ | | 4′21″ | | 4′16″ | | 4′11″ | | | 4′06″ | | | 4′01″ | |  | |
| 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10分的，每递减5秒增加1分。  5.海拔2100-3000米，每增加100米高度标准递增3秒，3100-4000米，每增加100米高度标准递增4秒。（以上赋分标准为共和县海拔换算后标准) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 立定跳远  （米） | | 2.01 | | | 2.13 | | 2.18 | | 2.23 | | 2.28 | | 2.33 | | 2.38 | | 2.43 | | | 2.48 | | | 2.53 | |
| 1.单个或分组考核。  2.在跑道或平地上标出起跳线，考生站立在起跳线后，脚尖不得踩线，脚尖不得离开地面，两脚原地同时起跳，不得有助跑、垫步或连跳动作，测量起跳线后沿至身体任何着地最近点后沿的垂直距离。两次测试，记录成绩较好的1次。  3.考核以完成跳出长度计算成绩。  4.得分超出10分的，每递增5厘米增加1分。 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 项 目 | 体能测试成绩对应分值、测试办法 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 备注 | |
| 1分 | | | 2分 | | 3分 | | 4分 | | 5分 | | 6分 | | 7分 | | 8分 | | | 9分 | | | 10分 | | |
| 单杠引体向上（次/2分钟） | - | | | 1 | | 2 | | 3 | | 4 | | 5 | | 6 | | 7 | | | 9 | | | 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10分的，每递增2次增加1分。 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 100米跑（秒） | 18″3 | | | 16″9 | | 16″6 | | 16″3 | | 16″0 | | 15″7 | | 15″4 | | 15″1 | | | 14″8 | | | 14″5 | | |
| 1.分组考核。  2.在100米长直线跑道上标出起点线和终点线，考生从起点线处听到起跑口令后起跑，通过终点线记录时间。  3.抢跑犯规，重新组织起跑；跑出本道或用其他方式干扰、阻碍他人者不记录成绩。  4.得分超出10分的，每递减0.3秒增加1分。  5.高原地区按照上述内地标准增加1秒。（以上赋分标准为共和县海拔换算后标准) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 备 注 | 1. 测试项目及标准中“以上”“以下”均含本级、本数。 2. 任一项达不到最低分值的视为“不合格”。 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 岗位适应性测试项目及标准 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 项目 | | | 测试办法 | | | | | | | | | | | | | | | 优秀 | | | 良好 | | | 中等 | | 一般 | |
| 负重登六楼 | | | 考生佩戴消防头盔及消防安全腰带，手提两盘65毫米口径水带，从一楼楼梯口登至六楼楼梯口。记录时间。 | | | | | | | | | | | | | | | 1′39″ | | | 1′54″ | | | 2′04″ | | 2′14″ | |
| 原地攀登六米拉梯 | | | 考生穿着全套消防员防护装具，扣好安全绳，从原地逐级攀登架设在训练塔窗口的六米拉梯，并进入二楼平台。记录时间。 | | | | | | | | | | | | | | | 34″ | | | 39″ | | | 44″ | | 49″ | |
| 黑暗环境搜寻 | | | 考生穿着全套消防员防护装具，从长度为20米的封闭式L型通道一侧进入，以双手双膝匍匐前进的姿势从L型通道另一侧穿出。记录时间。 | | | | | | | | | | | | | | | 1′02″ | | | 1′04″ | | | 1′06″ | | 1′09″ | |
| 拖拽 | | | 考生佩戴消防头盔及消防安全腰带，将60公斤重的假人从起点线拖拽至距离起点线10米处的终点线（假人整体越过终点线）。记录时间。 | | | | | | | | | | | | | | | 36″ | | | 37″ | | | 38″ | | 39″ | |
| 备注 | | | 1.单项成绩未达到“一般”标准的不予招录。  2.高原地区应在海拔4000米以下集中组织适应性测试，海拔2000-3000米，每增加100米高度标准递增3秒，3100-4000米，每增加100米高度标准递增4秒。（以上赋分标准为共和县海拔换算后标准) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |