**政府专职消防队员体能考核标准**

男子1500m评分标准（分钟）

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 20-24岁 | 25-27岁 | 28-30岁 | 31-33岁 | 34-36岁 |
| 100分 | 6′15″ | 5′50″ | 6′15″ | 6′40″ | 7′15″ |
| 95分 | 6′20″ | 5′55″ | 6′20″ | 6′45″ | 7′20″ |
| 90分 | 6′25″ | 6′00″ | 6′25″ | 6′50″ | 7′25″ |
| 85分 | 6′30″ | 6′05″ | 6′30″ | 6′55″ | 7′30″ |
| 80分 | 6′35″ | 6′10″ | 6′35″ | 7′00″ | 7′35″ |
| 75分 | 6′40″ | 6′15″ | 6′40″ | 7′05″ | 7′40″ |
| 70分 | 6′45″ | 6′20″ | 6′45″ | 7′10″ | 7′45″ |
| 65分 | 6′50″ | 6′25″ | 6′50″ | 7′15″ | 7′50″ |
| 60分 | 6′55″ | 6′30″ | 6′55″ | 7′20″ | 7′55″ |
| 55分 | 7′25″ | 7′00″ | 7′25″ | 7′50″ | 8′25″ |
| 50分 | 7′55″ | 730″ | 7′55″ | 8′20″ | 8′55″ |
| 40分 | 8′25″ | 8′00″ | 8′25″ | 8′50″ | 9′25″ |

女子800m评分标准（分钟）

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 20-24岁 | 25-27岁 | 28-30岁 | 31-33岁 | 34-36岁 |
| 100分 | 3′55″ | 3′40″ | 3′55″ | 4′05″ | 4′25″ |
| 95分 | 4′00″ | 3′45″ | 4′00″ | 4′15″ | 4′30″ |
| 90分 | 4′05″ | 3′50″ | 4′05″ | 4′20″ | 4′35″ |
| 85分 | 4′10″ | 3′55″ | 4′10″ | 4′25″ | 4′40″ |
| 80分 | 4′15″ | 4′00″ | 4′15″ | 4′30″ | 4′45″ |
| 75分 | 4′20″ | 4′05″ | 4′20″ | 4′35″ | 4′50″ |
| 70分 | 4′25″ | 4′10″ | 4′25″ | 4′40″ | 4′55″ |
| 65分 | 4′30″ | 4′15″ | 4′30″ | 4′45″ | 5′00″ |
| 60分 | 4′35″ | 4′20″ | 4′35″ | 4′50″ | 5′05″ |
| 55分 | 4′45″ | 4′30″ | 4′45″ | 5′00″ | 5′15″ |
| 50分 | 4′55″ | 4′40″ | 4′55″ | 5′10″ | 5′25″ |
| 40分 | 5′05″ | 4′50″ | 5′05″ | 5′20″ | 5′35″ |

男子俯卧撑评分标准（次/2分钟）

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 20-24岁 | 25-27岁 | 28-30岁 | 31-33岁 | 34-36岁 |
| 100分 | 64 | 66 | 64 | 62 | 60 |
| 95分 | 58 | 60 | 58 | 56 | 54 |
| 90分 | 52 | 54 | 52 | 50 | 48 |
| 85分 | 48 | 50 | 48 | 46 | 44 |
| 80分 | 44 | 46 | 44 | 42 | 40 |
| 75分 | 40 | 42 | 40 | 38 | 36 |
| 70分 | 38 | 40 | 38 | 36 | 34 |
| 65分 | 36 | 38 | 36 | 34 | 32 |
| 60分 | 34 | 36 | 34 | 32 | 30 |
| 55分 | 33 | 35 | 33 | 31 | 29 |
| 50分 | 32 | 34 | 32 | 30 | 28 |
| 40分 | 31 | 33 | 31 | 29 | 27 |

男子屈腿仰卧起坐评分标准（次/2分钟）

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 20-24岁 | 25-27岁 | 28-30岁 | 31-33岁 | 34-36岁 |
| 100分 | 73 | 76 | 73 | 70 | 67 |
| 95分 | 70 | 73 | 70 | 67 | 64 |
| 90分 | 67 | 70 | 67 | 64 | 61 |
| 85分 | 64 | 67 | 64 | 61 | 58 |
| 80分 | 61 | 64 | 61 | 58 | 55 |
| 75分 | 58 | 61 | 58 | 55 | 52 |
| 70分 | 55 | 58 | 55 | 52 | 49 |
| 65分 | 52 | 55 | 52 | 49 | 46 |
| 60分 | 49 | 52 | 49 | 46 | 43 |
| 55分 | 46 | 49 | 46 | 43 | 40 |
| 50分 | 43 | 46 | 43 | 40 | 37 |
| 40分 | 40 | 43 | 40 | 37 | 34 |

女子屈腿仰卧起坐评分标准（次/2分钟）

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 20-24岁 | 25-27岁 | 28-30岁 | 31-33岁 | 34-36岁 |
| 100分 | 63 | 66 | 63 | 60 | 57 |
| 95分 | 60 | 63 | 60 | 57 | 54 |
| 90分 | 57 | 60 | 57 | 54 | 51 |
| 85分 | 54 | 57 | 54 | 51 | 48 |
| 80分 | 51 | 54 | 51 | 48 | 45 |
| 75分 | 48 | 51 | 48 | 45 | 42 |
| 70分 | 45 | 48 | 45 | 42 | 39 |
| 65分 | 42 | 45 | 42 | 39 | 36 |
| 60分 | 39 | 42 | 39 | 36 | 33 |
| 55分 | 36 | 39 | 36 | 33 | 30 |
| 50分 | 33 | 36 | 33 | 30 | 27 |
| 40分 | 30 | 33 | 30 | 27 | 24 |

女子跳绳评分标准（次/1分钟）

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 20-24岁 | 25-27岁 | 28-30岁 | 31-33岁 | 34-36岁 |
| 100分 | 135 | 140 | 135 | 130 | 125 |
| 95分 | 130 | 135 | 130 | 125 | 120 |
| 90分 | 125 | 130 | 125 | 120 | 115 |
| 85分 | 120 | 125 | 120 | 115 | 110 |
| 80分 | 115 | 120 | 115 | 110 | 105 |
| 75分 | 110 | 115 | 110 | 105 | 100 |
| 70分 | 105 | 110 | 105 | 100 | 95 |
| 65分 | 100 | 105 | 100 | 95 | 90 |
| 60分 | 95 | 100 | 95 | 90 | 85 |
| 55分 | 90 | 95 | 90 | 85 | 80 |
| 50分 | 85 | 90 | 85 | 80 | 75 |
| 40分 | 80 | 85 | 80 | 75 | 70 |