附件2

招录体能测试项目及标准

|  |  |
| --- | --- |
| 项 目 | 体能测试成绩对应分值、测试办法 |
| 2.5分 | 5分 | 7.5分 | 10分 | 12.5分 | 15分 | 17.5分 | 20分 | 22.5分 | 25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。 |
| 跳绳（次/1分钟） | 80 | 90 | 100 | 110 | 120 | 130 | 140 | 150 | 160 | 170 |
| 1.单个或分组考核。2.考生当听到“开始”的口令后，参考人员开始跳绳，单脚双脚跳跃均可，绳每过脚一次记1个，跳绳过程中断的，以绳子过脚时数目继续计数，否则从上一个数目继续计数，计时结束停止。3.考核以规定时间内完成的次数计算成绩。 |
| 男子俯卧撑（次/2分钟）女子平板支撑 | 6 | 8 | 11 | 14 | 18 | 22 | 27 | 32 | 38 | 42 |
| 1.05 | 1.10 | 1.15 | 1.20 | 1.25 | 1.30 | 1.35 | 1.40 | 1.45 | 1.5 |
| 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。 |
| 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。 |
| 备 注 | 1.总成绩最高100分，总成绩低于60分或单项未取得有效成绩的不予招录。消防文员岗位体能考核仅作为参考指标，不作为单项淘汰要求。2.测试项目及标准中“以上”“以下”均含本级、本数。 |