附件2

大姚县公安局综合体能测试内容及评分标准

科目一 耐力素质评分标准（男子1000米跑）

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 项目  分数 | 25岁以下 | 26岁至30岁 | 31岁至35岁 | 36岁至40岁 | 41岁至45岁 | 46岁至50岁 | 51岁以上（男子2000米健步走） |
| 分秒 | 分秒 | 分秒 | 分秒 | 分秒 | 分秒 | 分秒 |
| 10095908580757065605550454035 | 3′26″3′28″3′30″3′32″3′35″3′40″3′45″3′50″3′55″4′00″4′05″4′10″4′15″4′20″ | 3′35″3′40″3′45″3′50″3′55″4′00″4′05″4′10″4′15″4′20″4′25″4′30″4′35″4′40″ | 3′45″3′50″3′55″4′00″4′05″4′10″4′15″4′20″4′25″4′30″4′35″4′40″4′45″4′50″ | 3′55″4′00″4′05″4′10″4′15″4′20″4′25″4′30″4′35″4′40″4′45″4′50″4′55″5′00″ | 4′00″4′05″4′10″4′15″4′20″4′25″4′30″4′35″4′40″4′45″4′50″4′55″5′00″5′05″ | 4′05″4′10″4′15″4′20″4′25″4′30″4′35″4′40″4′45″4′50″4′55″5′00″5′05″5′10″ | 18′00″18′05″18′10″18′15″18′20″18′25″18′30″18′35″18′40″18′45″18′50″18′55″19′00″19′05″ |

耐力素质评分标准（女子800米跑）

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 项 目分数 | 25岁以下 | 26岁至30岁 | 31岁至35岁 | 36岁至40岁 | 41岁至45岁 | 46岁以上（女子1500米健步走） |
| 分秒 | 分秒 | 分秒 | 分秒 | 分秒 | 分秒 |
| 10095908580757065605550454035 | 3′23″3′26″3′29″3′32″3′35″3′40″3′45″3′50″3′55″4′00″4′05″4′10″4′15″4′20″ | 3′30″3′35″3′40″3′45″3′50″3′55″4′00″4′05″4′10″4′15″4′20″4′25″4′30″4′35″ | 3′40″3′45″3′50″3′55″4′00″4′05″4′10″4′15″4′20″4′25″4′30″4′35″4′40″4′45″ | 3′50″3′55″4′00″4′05″4′10″4′15″4′20″4′25″4′30″4′35″4′40″4′45″4′50″4′55″ | 4′05″4′10″4′15″4′20″4′25″4′30″4′35″4′40″4′45″4′50″4′55″5′00″5′05″5′10″ | 13′40″13′45″13′50″13′55″14′00″14′05″14′10″14′15″14′20″14′25″14′30″14′35″14′40″14′45″  |

科目二 力量素质评分标准（男子）

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  项目分数 | 25岁以下 | 26岁至30岁 | 31岁至35岁 | 36岁至40岁 | 41岁至45岁 | 46岁至50岁 | 51岁至55岁（55岁以上不参加） |
|
|
| 俯卧撑个数 |
| 100 | 35 | 34 | 32 | 30 | 29 | 28 | 27 |
| 95 | 34 | 33 | 31 | 29 | 28 | 27 | 26 |
| 90 | 33 | 32 | 30 | 28 | 27 | 26 | 25 |
| 85 | 32 | 31 | 29 | 27 | 26 | 25 | 24 |
| 80 | 31 | 30 | 28 | 26 | 25 | 24 | 23 |
| 75 | 30 | 29 | 27 | 25 | 24 | 23 | 22 |
| 70 | 29 | 28 | 26 | 24 | 23 | 22 | 21 |
| 65 | 28 | 27 | 25 | 23 | 22 | 21 | 20 |
| 60 | 27 | 26 | 24 | 22 | 21 | 20 | 19 |
| 55 | 26 | 25 | 23 | 21 | 20 | 19 | 18 |
| 50 | 25 | 24 | 22 | 20 | 19 | 18 | 16 |
| 45 | 24 | 23 | 21 | 19 | 18 | 16 | 14 |
| 40 | 23 | 21 | 19 | 17 | 16 | 14 | 12 |
| 35 | 21 | 19 | 17 | 15 | 14 | 12 | 10 |

力量素质评分标准（女子）

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  项目分数 | 25岁以下 | 26岁至30岁 | 31岁至35岁 | 36岁至40岁 | 41岁至45岁 | 46岁至50岁（50岁以上不参加） |
|
|
| 1分钟仰卧起坐个数 |
| 100 | 43 | 41 | 41 | 39 | 36 | 34 |
| 95 | 41 | 39 | 39 | 37 | 34 | 32 |
| 90 | 39 | 37 | 37 | 35 | 32 | 30 |
| 85 | 37 | 35 | 35 | 33 | 30 | 28 |
| 80 | 35 | 33 | 33 | 31 | 28 | 26 |
| 75 | 33 | 31 | 31 | 29 | 26 | 24 |
| 70 | 31 | 29 | 29 | 27 | 24 | 22 |
| 65 | 29 | 27 | 27 | 25 | 22 | 20 |
| 60 | 27 | 25 | 25 | 23 | 20 | 18 |
| 55 | 25 | 23 | 23 | 21 | 18 | 17 |
| 50 | 23 | 21 | 21 | 19 | 16 | 16 |
| 45 | 21 | 19 | 19 | 17 | 14 | 15 |
| 40 | 19 | 17 | 17 | 15 | 12 | 14 |
| 35 | 17 | 15 | 15 | 13 | 10 | 13 |

科目三 协调素质评分标准（男子）

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  项目分数 | 25岁以下 | 26岁至30岁 | 31岁至35岁 | 36岁至40岁 | 41岁至45岁 | 46岁至50岁 | 51岁以上（55岁以上不参加） |
|
|
| 立定跳远（米） |
| 100 | 2.69 | 2.65 | 2.61 | 2.57 | 2.53 | 2.49 | 2.45 |
| 95 | 2.65 | 2.61 | 2.57 | 2.53 | 2.49 | 2.45 | 2.41 |
| 90 | 2.61 | 2.57 | 2.53 | 2.49 | 2.45 | 2.41 | 2.37 |
| 85 | 2.57 | 2.53 | 2.49 | 2.45 | 2.41 | 2.37 | 2.33 |
| 80 | 2.53 | 2.49 | 2.45 | 2.41 | 2.37 | 2.33 | 2.29 |
| 75 | 2.49 | 2.45 | 2.41 | 2.37 | 2.33 | 2.29 | 2.25 |
| 70 | 2.45 | 2.41 | 2.37 | 2.33 | 2.29 | 2.25 | 2.21 |
| 65 | 2.41 | 2.37 | 2.33 | 2.29 | 2.25 | 2.21 | 2.17 |
| 60 | 2.37 | 2.33 | 2.29 | 2.25 | 2.21 | 2.17 | 2.13 |
| 55 | 2.33 | 2.29 | 2.25 | 2.21 | 2.17 | 2.13 | 2.09 |
| 50 | 2.29 | 2.25 | 2.21 | 2.17 | 2.13 | 2.09 | 2.05 |
| 45 | 2.25 | 2.21 | 2.17 | 2.13 | 2.09 | 2.05 | 2.01 |
| 40 | 2.21 | 2.17 | 2.13 | 2.09 | 2.05 | 2.01 | 1.97 |
| 35 | 2.17 | 2.13 | 2.09 | 2.05 | 2.01 | 1.97 | 1.93 |

科目四 协调素质评分标准（纵跳摸高）

男子：≥2.45（米）

女子：≥2.1（米）