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 |
| 100  95  90  85  80  75  70  65  60  55  50  45  40  35 | 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 |
| 100  95  90  85  80  75  70  65  60  55  50  45  40  35 | 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）