本溪市消防救援支队政府专职消防员招录体能和岗位适应性项目及标准

|  |
| --- |
| 体能测试项目及标准100分 |
| 项目 | 测试成绩对应分值、测试办法 |
| 分值年龄 | 5分 | 10分 | 15分 | 20分 | 25分 | 30分 | 35分 | 40分 |
| 政府专职消防员 | 1000米跑（分、秒） | 18-28周岁 | 5′10″ | 5′00″ | 4′50″ | 4′40″ | 4′30″ | 4′20″ | 4′10″ | 4′00″ |
| 29-38周岁 | 5′40″ | 5′30″ | 5′20″ | 5′10″ | 5′00″ | 4′50″ | 4′40″ | 4′30″ |
| 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。 |
| 俯卧撑（个/2分钟） | 分值年龄 | 1分 | 4分 | 7分 | 10分 | 15分 | 20分 | 25分 | 30分 |
| 18-28周岁 | 25 | 30 | 35 | 40 | 45 | 50 | 55 | 60 |
| 29-38周岁 | 10 | 15 | 20 | 25 | 30 | 35 | 40 | 45 |
| 1、单个或分组考核。2、参训人员左（右）脚向前一步，双手双掌向前在双脚两侧前约20cm处着地，两腿后撤伸直，双脚并齐成俯撑，做两臂屈伸运动。要求俯撑时，头、躯干、臀及腿与身体纵轴成一直线，下俯时两肘内合，撑起时两臂伸直。3、考核以完成次数计算成绩。 |
| 单杠引体向上（次/3分钟） | 分值年龄 | 1分 | 4分 | 7分 | 10分 | 15分 | 20分 | 25分 | 30分 |
| 18-28周岁 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 29-38周岁 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 1、单个或分组考核。2、按照规定动作要领完成动作。引体时下颌必须高于杠面，身体不得借助震浪或摆动，悬垂时双肘关节伸直，脚触及地面或立柱，考核结束。3、考核以完成次数计算成绩。 |

|  |
| --- |
| 岗位适应性测试项目和标准100分 |
| 项 目 | 测试办法 | 优秀 | 良好 | 合格 | 基本合格 | 不合格 |
| 100 | 80 | 60 | 40 | 0 |
| 战斗员：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。 | 10″ | 15″ | 20″ | 25″ | 超过25″ |
| 战斗员：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′15″ | 1′30″ | 1′40″ | 1′50″ | 超过1′50″ |
| 驾驶员：大型车倒车入库 | 考生驾驶大型车，从道路一端控制线倒入车库停车，再前进出库向另一端驶过控制线后倒入车库停车。 | 优秀 | 良好 | 合格 | 基本合格 | 不合格 |
| 100 | 80 | 60 | 40 | 0 |
| 1、不按规定线路顺序行驶，不合格；2、车身出线，不合格；3、倒库不入，不合格；4、在倒车前，未将两个前轮触地点均超过控制线，不合格；5、项目完成时间超过3分钟，不合格；6、中途停车超过10s，扣10分；7、车辆入库停止后车身出线，不合格；8、行驶中车身触碰库位边线，扣5分；9、行驶中车轮触轧车道边线，扣5分。 |