附件2

合川区华蓥山林场森林消防专业队队员

招录体能测试标准

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 类别 | 科目 | 优秀  （100分） | 良好  （80分） | 及格  （60分） |
| 25岁以下 | 俯卧撑（次/2分钟） | 60个 | 50个 | 40个 |
| 25至29岁 | 56个 | 46个 | 36个 |
| 30至34岁 | 52个 | 42个 | 32个 |
| 35至39岁 | 48个 | 38个 | 28个 |
| 40至44岁 | 40个 | 30个 | 20个 |
| 45至49岁 | 35个 | 25个 | 15个 |
| 50至55岁 | 30个 | 20个 | 10个 |
| 25岁以下 | 仰卧起座（次/2分钟） | 55个 | 50个 | 45个 |
| 25至29岁 | 50个 | 45个 | 40个 |
| 30至34岁 | 45个 | 40个 | 35个 |
| 35至39岁 | 40个 | 35个 | 30个 |
| 40至44岁 | 35个 | 30个 | 25个 |
| 45至49岁 | 30个 | 25个 | 20个 |
| 50至55岁 | 25个 | 20个 | 15个 |
| 25岁以下 | 10×5往返跑 | 23秒 | 25秒 | 27秒 |
| 25至29岁 | 24秒 | 26秒 | 28秒 |
| 30至34岁 | 25秒 | 27秒 | 29秒 |
| 35至39岁 | 27秒 | 29秒 | 31秒 |
| 40至44岁 | 29秒 | 31秒 | 33秒 |
| 45至49岁 | 34秒 | 36秒 | 38秒 |
| 50至55岁 | 36秒 | 38秒 | 40秒 |
| 25岁以下 | 3000米长跑 | 12分20秒 | 13分10秒 | 13分40秒 |
| 25至29岁 | 13分30秒 | 14分 | 14分30秒 |
| 30至34岁 | 14分 | 14分30秒 | 15分 |
| 35至39岁 | 15分 | 15分30秒 | 16分 |
| 40至44岁 | 16分 | 17分 | 18分 |
| 45至49岁 | 18分 | 19分 | 20分 |
| 50至55岁 | 20分 | 21分 | 22分 |

备注：体能测试成绩等于四项体能成绩的平均分。举例：如王某某体能测试成绩总分为320分，则按照320÷4=80分记取该同志的体能分数，小数点四舍五入后取2位。