|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 肇庆市消防救援支队政府专职消防队员基础体能考核标准 | | | | | | | | | | |
| 得分   成绩 项目 | **50分** | **60分** | **65分** | **70分** | **75分** | **80分** | **85分** | **90分** | **95分** | **100分** |
| **1000米** | 4′30″ | 4′25″ | 4′20″ | 4′15″ | 4′10″ | 4′05″ | 4′00″ | 3′55″ | 3′50″ | 3′45″ |
| **单杠引体向上** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| **10米×4往返跑** | 13″5 | 13″1 | 12″7 | 12″3 | 11″9 | 11″5 | 11″1 | 10″7 | 10″3 | 9″9 |

备注：体能测试成绩=1000米成绩×40%+单杠引体向上成绩×30%+10米×4往返跑成绩×30%，任一项最低有效分值为50分，否则计0分。

肇庆市消防救援支队消防文员基础体能考核标准

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 分值 | 男 | | 女 | |
| **1000米跑（50分）** | **仰卧起坐（50分）**  **（2分钟内）** | **800米跑（50分）** | **仰卧起坐（50分）**  **（2分钟内）** |
| 100 | 4分50秒内  （合格） | 30个及以上  （合格） | 4分50秒内  （合格） | 25个及以上  （合格） |
| 备注 | 文员体能成绩（100分）=1000/800米跑（50分）+仰卧起坐（50分），单项成绩不合格，该项成绩为0分。如：小明1000米跑合格，仰卧起坐不合格，该考生体能成绩为50分。 | | | |