国家综合性消防救援队伍消防员招录

体能测试项目及标准（甘南州）

|  |  |
| --- | --- |
| 项目 | 测试成绩对应分值、测试办法 |
| 1分 | 2分 | 3分 | 4分 | 5分 | 6分 | 7分 | 8分 | 9分 | 10分 |
| 男 性 | 单杠引体向上（次/3分钟） | 2 | 3 | 4 |  | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 1.单个或分组考核。2.按照规定动作要领完成动作。引体时下颌高于杠面、身体不得借助振浪或摆动、悬垂时双肘关节伸直；脚触及地面或立柱，结束考核。 3.考核以完成次数计算成绩。4.得分超出10分的，每递增1次增加1分。 |
| 10米×4往返跑（秒） | 15″3 | 14″9 | 14″7 | 14″5 | 14″1 | 13″8 | 13″6 | 13″4 | 13″0 | 11″2 |
| 1.单个或分组考核。2.在10米长的跑道上标出起点线和折返线，考生从起点线处听到起跑口令后起跑，在折返线处返回跑向起跑线，到达起跑线时为完成1次往返。连续完成2次往返，记录时间。3.考核以完成时间计算成绩。4.得分超出10分的，每递减0.1秒增加1分。 |
| 1000米跑（分、秒） | 4′49″ | 4′43″ | 4′38″ | 4′33″ | 4′27″ | 4′22″ | 4′16″ | 4′11″ | 4′05″ | 4′00″ |
| 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。4.得分超出10分的，每递减5秒增加1分。 |
| 原地跳高（厘米） | 41 | 43 | 46 | 48 | 50 | 52 | 55 | 57 | 59 | 61 |
| 1.单个或分组考核。2.考生双脚站立靠墙，单手伸直标记中指最高触墙点（示指高度），双脚立定垂直跳起，以单手指尖触墙，测量示指高度与跳起触墙高度之间的距离。两次测试，记录成绩较好的1次。3.考核以完成跳起高度计算成绩。4.得分超出10分的，每递增3厘米增加1分。  |
| 备注 | 1.任一项达不到最低分值的视为“不合格”。2.测试项目及标准中“以上”“以下”均含本级、本数。3.根据应急管理部森林消防局2018年12月印发《森林消防队伍教育训练大纲》规定，甘南州在原基础上标准降低9% |