**附件3：**

**三角消防大队合同制消防员招录体能测试项目及标准**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 一、体能测试项目及标准 | | | | | | | | | | | |
| 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 | 11 |
| 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） | 14″0 | 13″7 | 13″5 | 13″3 | 12″9 | 12″7 | 12″5 | 12″3 | 11″9 | 10″3 |
| 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′25″ | 4′20″ | 4′15″ | 4′10″ | 4′05″ | 4′00″ | 3′55″ | 3′50″ | 3′45″ | 3′40″ |
| 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。 | | | | | | | | | |
| 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。 | | | | | | | | | | |