西华县政府专职消防队员招聘体能测试项目及标准

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 体能测试项目及标准 | | | | | | | | | | | |
| 项目 | | 测试成绩对应分值、测试办法 | | | | | | | | | |
| 0分 | 0分 | 0分 | 0分 | 0分 | 60分 | 70分 | 80分 | 90分 | 100分 |
| 男  性 | 单杠引体向上（次/3分钟） | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 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100分的，每递增1次增加10分。 | | | | | | | | | |
| 10米×4往返跑（秒） | 15″5 | 15″ | 14″5 | 14″ | 13″5 | 12″5 | 12″3 | 12″ | 11″5 | 10″ |
| 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100分的，每递减0.1秒增加10分。 | | | | | | | | | |
| 3000米跑（分、秒） | 19′ | 18′ | 17′ | 16′ | 15′ | 14′ | 13′ | 12′ | 11′ | 10′ |
| 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3000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100分的，每递减30秒增加10分。 | | | | | | | | | |
| 原地跳高（厘米） | 45 | 47 | 50 | 53 | 55 | 57 | 60 | 63 | 65 | 67 |
| 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100分的，每递增3厘米增加10分。 | | | | | | | | | |
| 备  注 | 1.任一项达不到最低分值60分的视为体能测试“不合格”。  2体能测试总成绩按100分计算，4个测试项目各占25%。  3具有B2及以上机动车驾驶证考生的体能测试成绩单独计分。  4.测试项目及标准中“以上”“以下”均含本级、本数。  5.测试评分标准解释权归西华县人力资源和社会保障局和西华县消防救援大队。 | | | | | | | | | | |