任丘市消防员招录体能测试标准

|  |
| --- |
| 体能测试项目及标准 |
| 项目 | 测试成绩对应分值、测试办法 |
| 10 分 | 20 分 | 3 0分 | 4 0分 | 5 0分 | 60 分 | 70 分 | 8 0分 | 9 0分 | 10 0分 |
| 男性 | 单杠引体向上（次/3 分钟） | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| 1. 单个或分组考试。
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，结束考试。
3. 考试以完成次数计算成绩。
4. 得分超出 10 0分的，每递增 1 次增加 10 分。
5. 数量不足两个的计0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. 单个或分组考试。
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。1. 考试以完成时间计算成绩。
2. 得分超出 10 0分的，每递减 0.1 秒增加 1 0分。
3. 时间超出14″0的计0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. 分组考试。
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. 考试以完成时间计算成绩。
4. 得分超出 100 分的，每递减 5 秒增加 10 分，五秒以内的不加分。
5. 时间超出4′25″的计0分。
 |