**附件2：**

政府专职消防队员、消防文员（男）招录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 | 单杆引体向上（次/三分钟） | 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x4往返跑（秒） | 14″00 | 13″70 | 13″50 | 13″30 | 12″90 | 12″70 | 12″50 | 12″30 | 11″90 | 10″30 |
| 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次折返，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0.2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。 |
| 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.考生以完成珧起高度计算成绩。4.得分超出10分的，等递增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。 |

**附件3：**

政府专职消防队员招录岗前适应性测试项目及标准

|  |  |
| --- | --- |
| 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 | 负重登六楼 | 2′00″ | 1′55″ | 1′50″ | 1′45″ | 1′40″ | 1′35″ | 1′30″ | 1′25″ | 1′20″ | 1′15″ |
| 考生佩戴消防头盔及消防安全腰带，手提两盘65毫米口径水带，从一楼楼梯口登至六楼楼梯口，记录时间。 |
| 原地攀登六米拉梯 | 29″ | 27″ | 25″ | 23″ | 21″ | 19″ | 17″ | 15″ | 12″ | 10″ |
| 考生穿着全套消防员防护装具，扣好安全绳，从原地逐级攀登架设在训练塔窗口的六米拉梯，并进入二楼平台，记录时间。 |
| 黑暗环境搜寻 | 47″ | 46″ | 45″ | 44″ | 43″ | 42″ | 41″ | 40″ | 39″ | 38″ |
| 考生穿着全套消防员防护装具，从长度为20米的封闭式L型通道一侧进入，以双手双膝匍匐前进的姿势从L型通道另一侧穿出，记录时间。 |
| 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。 |

**附件4：**

消防文员招录（女）体能测试项目及标准项目

|  |  |
| --- | --- |
| 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 |
| 女性 | 10米x4往返跑（秒） | 14″10 | 14″70 | 14″50 | 14″30 | 13″90 | 13″70 | 13″50 | 13″30 | 12″90 | 12″70 |
| 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次折返，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0.2秒增加1分。 |
| 800米跑（分、秒） | 4′55″ | 4′50″ | 4′45″ | 4′40″ | 4′35″ | 4′30″ | 4′25″ | 4′20″ | 4′15″ | 4′10″ |
| 1.分组考核。2.在跑道或平面上标出起点线，考生从起点线处听到起跑口令后起跑，完成800米距离到达终点线，记录时间。3.考核以完咸时间计算成资。4.得分超出10分的，号递减5秒增加1分。 |
| 屈膝仰卧起坐（次） | 30 | 32 | 34 | 36 | 37 | 38 | 42 | 45 | 47 | 50 |
| 1.单个或分组考核。2.按照规定动作要领完成动作。仰卧时肩部与垫子接触； 起坐时上体与下肢小于90°角。3.自发出“开始”口令后3分钟内完成，考桉以完成次数计算成绩。4.得分超出10分的，每递增2次增加1分。 |
| 备注 | 1.任一项达不到最低分值的视为"不合格"。2.测试项目氏标准中“以上”“一以下”均含本级、本数。 |