附件2：

**松山湖专职消防队员体能考核评分标准**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 项目  分 数 | 单杠引体向上 | | 仰卧起坐  （2分钟） | | 百米负重  （秒） | | | 3000米  （分、秒） | | |
| 20至  29岁 | 30岁  以上 | 20至  29岁 | 30岁  以上 | 20至  29岁 | 30至34岁 | 35岁  以上 | 20至  29岁 | 30至  34岁 | 35岁  以上 |
| 100 | 20 | 18 | 70 | 60 | 14〞00 | 15〞00 | 16〞00 | 11ˊ40〞 | 13ˊ40〞 | 15ˊ40〞 |
| 95 | 19 | 17 | 68 | 58 | 14〞30 | 15〞30 | 16〞30 | 11ˊ50〞 | 13ˊ50〞 | 15ˊ50〞 |
| 90 | 18 | 16 | 66 | 56 | 15〞00 | 16〞00 | 17〞00 | 12ˊ00〞 | 14ˊ00〞 | 16ˊ00〞 |
| 85 | 17 | 15 | 64 | 54 | 15〞30 | 16〞30 | 17〞30 | 12ˊ10〞 | 14ˊ10〞 | 16ˊ10〞 |
| 80 | 16 | 14 | 62 | 52 | 16〞00 | 17〞00 | 18〞00 | 12ˊ20〞 | 14ˊ20〞 | 16ˊ20〞 |
| 75 | 15 | 13 | 60 | 50 | 16〞30 | 17〞30 | 18〞30 | 12ˊ30〞 | 14ˊ30〞 | 16ˊ30〞 |
| 70 | 14 | 12 | 58 | 48 | 17〞00 | 18〞00 | 19〞00 | 12ˊ40〞 | 14ˊ40〞 | 16ˊ40〞 |
| 65 | 13 | 11 | 56 | 46 | 17〞30 | 18〞30 | 19〞30 | 12ˊ50〞 | 14ˊ50〞 | 16ˊ50〞 |
| 60 | 12 | 10 | 50 | 40 | 18〞00 | 19〞00 | 20〞00 | 13ˊ00〞 | 15ˊ00〞 | 17ˊ00〞 |
| 55 | 11 | 9 | 48 | 38 | 18〞30 | 19〞30 | 20〞30 | 13ˊ10〞 | 15ˊ10〞 | 17ˊ10〞 |
| 50 | 10 | 8 | 46 | 36 | 19〞00 | 20〞00 | 21〞00 | 13ˊ20〞 | 15ˊ20〞 | 17ˊ20〞 |
| 45 | 9 | 7 | 44 | 34 | 19〞30 | 20〞30 | 21〞30 | 13ˊ30〞 | 15ˊ30〞 | 17ˊ30〞 |
| 40 | 8 | 6 | 42 | 32 | 20〞00 | 21〞00 | 22〞00 | 13ˊ40〞 | 15ˊ40〞 | 17ˊ40〞 |
| 35 | 7 | 5 | 40 | 30 | 20〞30 | 21〞30 | 22〞30 | 13ˊ50〞 | 15ˊ50〞 | 17ˊ50〞 |
| 30 | 6 | 4 | 38 | 28 | 21〞00 | 22〞00 | 23〞00 | 14ˊ00〞 | 16ˊ00〞 | 18ˊ00〞 |
| 25 | 5 | 3 | 36 | 26 | 21〞30 | 22〞30 | 23〞30 | 14ˊ10〞 | 16ˊ10〞 | 18ˊ10〞 |
| 20 | 4 | 2 | 34 | 24 | 22〞00 | 23〞00 | 24〞00 | 14ˊ20〞 | 16ˊ20〞 | 18ˊ20〞 |
| 15 | 3 | 1 | 32 | 22 | 22〞30 | 23〞30 | 24〞30 | 14ˊ30〞 | 16ˊ30〞 | 18ˊ30〞 |
| 10 | 2 |  | 30 | 20 | 23〞00 | 24〞00 | 25〞00 | 14ˊ40〞 | 16ˊ40〞 | 18ˊ40〞 |
| 5 | 1 |  | 28 | 18 | 23〞30 | 24〞30 | 25〞30 | 14ˊ50〞 | 16ˊ50〞 | 18ˊ50〞 |
| 0 | 1个以上 | 1个以上 | 28以上 | 18个以上 | 23〞30  以上 | 24〞30以上 | 25〞30  以上 | 14ˊ50〞以上 | 16ˊ50〞以上 | 18ˊ50〞  以上 |

备注：1、考核时间低于标准分数值时间取下一时间分数值；2、体能考核严格按操作规程和要求，未按规程和要求的以零分计算；