附件4

专职队员体能测试项目评分标准

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 项目 | 测试成绩对应分值、测试办法 | | | | | | | | | |
| 10分 | 20分 | 30分 | 40分 | 50分 | 60分 | 70分 | 80分 | 90分 | 100分 |
| 立定跳远  (米) | 2.01 | 2.13 | 2.17 | 2.21 | 2.25 | 2.29 | 2.33 | 2.37 | 2.41 | 2.45 |
| 1.单个或分组考核。  2.在跑道或平地上标出起跳线，考生站立在起跳线后，脚尖不得踩线，脚尖不得离开地面，两脚原地同时起跳，不得有助跑、垫步或连跳动作，测量起跳线后沿至身体任何着地最近点后沿的垂直距离。两次测试，记录成绩较好的1次。  3.考核以完成跳出长度计算成绩。  4.得分超出100分的，每递增4厘米增加10分，最高150分。  5.低于最低标准2.01米视为“不合格”。 | | | | | | | | | |
| 1000米跑  （分、秒） | 4′35″ | 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100分的，每递减5秒增加10分，最高150分。  5.低于最低标准4′35″视为“不合格”。 | | | | | | | | | |
| 俯卧撑  （次/2分钟） | 6 | 8 | 10 | 12 | 14 | 16 | 20 | 25 | 30 | 35 |
| 1.单个或分组考核。  2.按照规定动作要领完成动作。屈臂时肩关节高于肘关节、伸臂时双肘关节未伸直、做动作时身体未保持平直，该次动作不计数；除手脚外身体其他部位触及地面，结束考核。  3.得分超出100分的，每递增5次增加10分，最高150分。  4.低于最低标准6个视为“不合格”。 | | | | | | | | | |

会计、接警调度员体能测试项目合格标准

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 序号 | 项目 | 合格标准 |
| 1 | 100米跑（男） | 17秒以内（含） |
| 2 | 俯卧撑（男） | 2分钟30个以上（含） |
| 3 | 立定跳远（男/女） | 男：2.01米以上（含）  女：1.5米以上（含） |
| 4 | 5\*10折返跑（女） | 36秒以内（含） |
| 5 | 仰卧起坐（女） | 3分钟33个以上（含） |