附件2：

庄浪县招录政府专职消防员

岗位适应性测试项目和标准

|  |  |
| --- | --- |
| **项目** | **测试成绩对应值、测试办法** |
| **男****性** | **单行引体向上（次/3分钟）** | 1分 | 2分 | 3分 | 4分 | 5分 | 6分 | 7分 | 8分 | 9分 | 10分 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 1. 按照规定动作要领完成动作，引体时下倾高于杠面，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。
2. 考核以完成次数计算成绩。
 |
| **10米\*4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 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 1. 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，在折返处返回起跑线，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。
2. 考核以完成时间计算成绩。
 |
| **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 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 1. 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。

2、考核以完成时间计算成绩。 |
| **原地跳高（厘米）** | 45 | 47 | 50 | 53 | 55 | 57 | 60 | 63 | 65 | 67 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 1. 考生双脚站立靠墙，单手伸直标记中指最高出墙点（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。
2. 考核以完成跳起高度计算成绩
 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **项目** | 测试办法 | 10分 | 8分 | 6分 | 4分 | 2分 |
| **男****性** | **负重登六楼** | 考生佩戴消防头盔及消防安全腰带，从一楼登至六楼楼梯口，记录时间。 | 1’15” | 1’30” | 1’40” | 1’50” | 2’00” |
| **原地攀登6米拉梯** | 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 | 10” | 15” | 20” | 25” | 30” |
| **黑暗环境搜寻** | 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。 | 38” | 40” | 42” | 45” | 50” |
| **拖拽** | 考生佩戴消防头盔及消防安全腰带，将60公斤重的假人从起点线拖拽至距离起点线10米处的终点线（假人整体越过终点线）。记录时间 | 12” | 13” | 14” | 15” | 20” |
| **屈膝仰卧起坐（次/5分钟）** | 1、按照规定动作要领完成动作，双脚裸关节固定，上体后仰时，肩背部触及垫子，坐起时双肘触及膝部，双手扶耳。 | 60 | 58 | 56 | 54 | 50 |
| **俯卧撑** | 1、按照规定动作要领完成动作。双手分开比肩略宽，双脚并拢，从头到脚形成一条直线，大臂与躯干形成45度夹角，小臂与大臂夹角小于90度，全身绷紧。 | 40 | 38 | 36 | 34 | 32 |
| **备注** |  |