附件2

肃南县消防救援大队

公开招聘消防文员体能测试项目及标准

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 项目 | | 测试成绩对应分值、测试办法 | | | | | | | | | | 备注 |
| 1 分 | 2 分 | 3 分 | 4 分 | 5 分 | 6 分 | 7 分 | 8 分 | 9 分 | 10 分 |
| 男性 | 俯卧撑（次/2 分钟） | 20 | 24 | 28 | 32 | 36 | 40 | 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。胸部贴地，手掌平放于地面，手臂略微比肩膀宽，双脚平行，脚尖支地,大臂与背部平齐记为1次。  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，最高15分。 | | | | | | | | | |
| 10米×5  往返跑  （秒） | 30″00 | 29″50 | 29″00 | 28″50 | 27″00 | 26″50 | 25″50 | 24″50 | 23″50 | 22″50 |
| 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次往返。连续完成5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 0.1 秒增加1分，最高15分。 | | | | | | | | | |
| 1000米跑  （分、秒） | 4′40″ | 4′35″ | 4′30″ | 4′25″ | 4′20″ | 4′15″ | 4′10″ | 4′05″ | 4′00″ | 3′55″ |
| 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，最高15分。 | | | | | | | | | |
| 备注 | 1.测试项目未达到最低标准的按“0”分记。  2.测试项目及标准中“以上”“以下”均含本级、本数。 | | | | | | | | | | | |

肃南县消防救援大队

公开招聘消防文员体能测试项目及标准

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 项目 | | 测试成绩对应分值、测试办法 | | | | | | | | | | 备注 |
| 1 分 | 2 分 | 3 分 | 4 分 | 5 分 | 6 分 | 7 分 | 8 分 | 9 分 | 10 分 |
| 女性 | 屈膝仰卧起坐（次/2分钟） | 20 | 23 | 26 | 29 | 32 | 35 | 38 | 41 | 44 | 47 |  |
| 1.单个或分组考核。  2.按照规定动作要领完成动作。双脚踝关节固定，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。  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，最高15分。 | | | | | | | | | |
| 10米×4  往返跑  （秒） | 15″00 | 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次往返。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0.1秒增加1分，最高15分。 | | | | | | | | | |
| 800 米跑（分、秒） | 4′30″ | 4′25″ | 4′20″ | 4′15″ | 4′10″ | 4′05″ | 4′00″ | 3′55″ | 3′50″ | 3′45″ |
| 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800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，最高15分。 | | | | | | | | | |
| 备注 | 1.测试项目未达到最低标准的按“0”分记。  2.测试项目及标准中“以上”“以下”均含本级、本数。 | | | | | | | | | | | |