附件3.

2025年海盐县公开招聘专职消防队员体能测评标准

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体能测试项目及标准** | | | | | | | | | | | | |
| **岗位** | | | | **战斗员、通信员** | | | | | | | | |
| **项目** | **测试成绩对应分值、测试办法** | | | | | | | | | | | |
| **60分** | **65分** | | | **70分** | | **75分** | **80分** | **85分** | **90分** | **95分** | **100分** |
| **1500米徒手跑**  **（分、秒）** | 7'30'' | 7'20'' | | | 7'10'' | | 7' | 6'50'' | 6'40'' | 6'30'' | 6'20'' | 6'10'' |
| 1.分组测试。  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1500米距离到达终点线，记录时间。  3.抢跑犯规，重新组织起跑；跑出本道或用其他方式干扰、阻碍他人者视为犯规，不记录成绩。  4.考核以完成时间计算成绩。 | | | | | | | | | | | |
| **100米徒手跑（秒）** | 15″6 | 15″4 | | | 15″2 | | 15″0 | 14″8 | 14″6 | 14″4 | 14″2 | 14″0 |
| 1.分组测试。  2.在100米长直线跑道上标出起点线和终点线，考生从起点线处听到起跑口令后起跑，通过终点线记录时间，  3.抢跑犯规，重新组织起跑；跑出本道或用其他方式干扰、阻碍他人者视为犯规，不记录成绩。  4.考核以完成时间计算成绩。 | | | | | | | | | | | |
| **单杠引体向上（次/3分钟）** | 7 | 8 | 9 | | | 10 | | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| 1.单个或分组测试。  2.按照规定动作要领完成动作，引体时下颌高于杠面、悬垂时双肘关节伸直；脚触及地面或立柱，结束考核。  3.考核已完成次数计算成绩。 | | | | | | | | | | | |
| **体能测试项目及标准** | | | | | | | | | | | | |
| **岗位** | | | | **消防车驾驶员** | | | | | | | | |
| **项目** | **测试成绩对应分值、测试办法** | | | | | | | | | | | |
| **60分** | **65分** | **70分** | | | **75分** | | **80分** | **85分** | **90分** | **95分** | **100分** |
| **1000米徒手跑**  **（分、秒）** | 4'40'' | 4'35'' | 4'30'' | | | 4'25'' | | 4'20'' | 4'15'' | 4'10' | 4'05'' | 4'00'' |
| 1.分组测试。  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.抢跑犯规，重新组织起跑；跑出本道或用其他方式干扰、阻碍他人者视为犯规，不记录成绩。  4.考核以完成时间计算成绩。 | | | | | | | | | | | |
| **仰卧起坐（次/3分钟）** | 37 | 40 | 43 | | | 46 | | 49 | 52 | 55 | 58 | 61 |
| 1.分组测试。  2.按照规定动作要领完成动作，仰卧时背部紧贴地面、起做时双手肘关节触碰双腿膝关节。  3.考核已完成次数计算成绩。 | | | | | | | | | | | |
| **俯卧撑（次/3分钟）** | 28 | 30 | 32 | | | 36 | | 40 | 44 | 50 | 56 | 62 |
| 1.分组测试。  2.按照规定动作要领完成动作，臀部要与背平行，下降时手肘弯曲约90度，胸部距离地面2-3厘米。  3.考核已完成次数计算成绩。 | | | | | | | | | | | |
| 备注 | **1.任一项达不到60分的视为“不合格”。**  **2.体能测试总成绩 = 3项体能测试总成绩的平均分。** | | | | | | | | | | | |