附件2

政府专职消防员体能测试项目及标准

|  |  |
| --- | --- |
| 项目 | 测试成绩对应分值、测试办法 |
| 分值 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 单杠引体向上（次/3分钟） | 2个 | 3个 | 4个 | 5个 | 6个 | 7个 | 8个 | 9个 | 10个 | 11个 |
| 1.单个或分组考核。2.按照规定动作要领完成动作，引体时下领高于杠面，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。3.考核以完成次数计算成绩。4.得分超过10分的，每递增1次增加1分。**5.达不到2个的直接判定为“不合格”。** |
| 3000米跑（分、秒） | 10分 | 9.5分 | 8分 | 8.5分 | 7分 | 7.5分 | 6.5分 | 6分 |  |
| 13′30″ | 12′50″ | 13′10″ | 13′30″ | 13′50″ | 14′10″ | 14′30″ | 15′00″ |
| 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3000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.达不到6分标准的直接判定为“不合格”。** |
| 项目 | 测试办法 | 10 | 8 | 6 |  |
| 负重百米 | 1.考生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100米距离到达终点线，记录时间。**2.达不到6分标准的直接判定为“不合格”。** | 16"00 | 18"00 | 20"00 |
| 备注 |  |