附件4：

政府专职消防员（男）体能测试项目及标准

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 项目  分数 | 100米（秒）20% | 俯卧撑（个）  30% | 1500米（分、秒）50% |
| 100 | 12〞50 | 46 | 6ˊ50〞 |
| 95 | 13〞00 | 44 | 7ˊ00〞 |
| 90 | 13〞50 | 42 | 7ˊ10〞 |
| 85 | 14〞00 | 40 | 7ˊ20〞 |
| 80 | 14〞50 | 38 | 7ˊ30〞 |
| 75 | 15〞00 | 36 | 7ˊ40〞 |
| 70 | 15〞50 | 34 | 7ˊ50〞 |
| 65 | 16〞00 | 32 | 8ˊ00〞 |
| **60** | **16〞50** | **30** | **8ˊ10〞** |
| 55 | 17〞00 | 28 | 8ˊ20〞 |
| 50 | 17〞50 | 26 | 8ˊ30〞 |
| 45 | 18〞00 | 24 | 8ˊ40〞 |
| 40 | 18〞50 | 22 | 8ˊ50〞 |
| 35 | 19〞00 | 20 | 9ˊ00〞 |
| 30 | 19〞50 | 18 | 9ˊ10〞 |
| 25 | 20〞00 | 16 | 9ˊ20〞 |
| 20 | 20〞50 | 14 | 9ˊ30〞 |
| 15 | 21〞00 | 12 | 9ˊ40〞 |
| 10 | 21〞50 | 10 | 9ˊ50〞 |
| 5 | 22〞00 | 8 | 10ˊ00〞 |
| 备注： | 1.100米考核12〞50以内的，每少0.5秒加10分；  2.俯卧撑考核46个以上的，每多4个加2分；  3.1500米考核6ˊ50〞以内的，每少10秒加10分；  4.体能考核总分不超过120分。 | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 项目  分数 | 屈腿仰卧起坐（次/3分钟 ）20% | 跳绳（次/1分钟）  30% | 800m（分钟）  50% |
| 100 | 60 | 130 | 3ˊ50〞 |
| 95 | 57 | 125 | 3ˊ55〞 |
| 90 | 54 | 120 | 4ˊ00〞 |
| 85 | 51 | 115 | 4ˊ05〞 |
| 80 | 48 | 110 | 4ˊ10〞 |
| 75 | 45 | 105 | 4ˊ15〞 |
| 70 | 42 | 100 | 4ˊ20〞 |
| 65 | 39 | 95 | 4ˊ25〞 |
| **60** | **36** | **90** | **4ˊ30〞** |
| 55 | 33 | 85 | 4ˊ35〞 |
| 50 | 30 | 80 | 4ˊ40〞 |
| 45 | 27 | 75 | 4ˊ45〞 |
| 40 | 24 | 70 | 4ˊ50〞 |
| 35 | 21 | 65 | 4ˊ55〞 |
| 30 | 18 | 60 | 5ˊ00〞 |
| 25 | 15 | 55 | 5ˊ05〞 |
| 20 | 12 | 50 | 5ˊ10〞 |
| 15 | 9 | 45 | 5ˊ15〞 |
| 10 | 6 | 40 | 5ˊ20〞 |
| 5 | 3 | 35 | 5ˊ25〞 |
| 备注： | 1.屈腿仰卧起坐考核14以上的，每多一个加5分；  2.跳绳考核28个以上的，每多一个加2分；  3.800米考核3ˊ50〞以内的，每少10秒加10分。 | | |

政府专职消防员（女）体能测试项