

政府专职消防员体能测试项目及标准（男）

项 目

体能测试成绩对应分值、测试办法

备注

1000 米跑
(分、秒)

- 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。

立定跳远
(米)

- 1.单个或分组考核。
- 2.在跑道或平地上标出起跳线,考生站立在起跳线后,脚尖不得踩线,脚尖不得离开地面,两脚原地同时起跳,不得有助跑、垫步或连跳动作,测量起跳线后沿至身体任何着地最近点后沿的垂直距离。两次测试,记录成绩较好的1次。
- 3.考核以完成跳出长度计算成绩。
- 4.得分超出10分的,每递增5厘米增加1分,最高15分。

俯卧撑
(次/2 分钟)

- 1.单个或分组考核。
- 2.按照规定动作要领完成动作。屈臂时肩关节高于肘关节、伸臂时双肘关节未伸直、做动作时身体未保持平直，该次动作不计数；除手脚外身体其他部位触及地面，结束考核。
- 3.得分超出 10 分的，每递增 6 次增加 1 分，最高 15 分。

100 米跑 (秒)

- 1.分组考核。
- 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、阻碍他人者不记录成绩。
- 4.得分超出 10 分的，每递减 0.3 秒增加 1 分，最高 15 分。

备 注

1. 单项未取得有效成绩的不予招录。
2. 测试项目及标准中“以上”“以下”均含本级、本数。