**附件2**

哈尔滨市松北区招录专职消防员

体能测试标准及考核细则

体能测试按照《国家综合性消防救援队伍消防员招录体能测试、岗位适应性测试项目及标准》执行，体能测试实行量化评分，单项设最高分（13分），总成绩最高30分，有一个单项“不合格”的予以淘汰。

国家综合性消防救援队伍消防员招录体能测试项目及标准如下:

一、单杠引体向上（次/3分钟）

测试成绩对应分值、测试方法：

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1分 | 2分 | 3分 | 4分 | 5分 | 6分 | 7分 | 8分 | 9分 | 10分 |
| 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |

标准：

1.单个或分组考核。

2.按照规定动作要领完成动作。引体时下颌高于杠面、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.得分超出10分的，每递增1次增加1分，最高13分。

二、10米×4往返跑（秒）

测试成绩对应分值、测试方法：

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1分 | 2分 | 3分 | 4分 | 5分 | 6分 | 7分 | 8分 | 9分 | 10分 |
| 14″0 | 13″7 | 13″5 | 13″3 | 12″9 | 12″7 | 12″5 | 12″3 | 11″9 | 10″3 |

标准：

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13分。

三、1000米跑（分、秒）

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1分 | 2分 | 3分 | 4分 | 5分 | 6分 | 7分 | 8分 | 9分 | 10分 |
| 4′25 | 4′20 | 4′15 | 4′10 | 4′05 | 4′00 | 3′55 | 3′50 | 3′45 | 3′40 |

测试成绩对应分值、测试方法：

标准：

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13分。

备注：

1.总成绩最高30分，任一项达不到最低分值的视为“不合格”。

2.测试项目及标准中“以上”“以下”均含本级、本数。