附件：

消防救援人员体能测试考核标准

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 3000m评分标准（分钟） | | | | 俯卧撑评分标准（次/2分钟） | | | |
| 得分 | 18-19岁 | 20-24岁 | 25-27岁 | 得分 | 18-19岁 | 20-24岁 | 25-27岁 |
| 100分 | 12′40″ | 12′05″ | 11′30″ | 100分 | 62 | 64 | 66 |
| 95分 | 12′50″ | 12′15″ | 11′40″ | 95分 | 56 | 58 | 60 |
| 90分 | 13′00″ | 12′25″ | 11′50″ | 90分 | 50 | 52 | 54 |
| 85分 | 13′20″ | 12′45″ | 12′10″ | 85分 | 46 | 48 | 50 |
| 80分 | 13′40″ | 13′05″ | 12′30″ | 80分 | 42 | 44 | 46 |
| 75分 | 14′00″ | 13′25″ | 12′50″ | 75分 | 38 | 40 | 42 |
| 70分 | 14′20″ | 13′45″ | 13′10″ | 70分 | 36 | 38 | 40 |
| 65分 | 14′40″ | 14′05″ | 13′30″ | 65分 | 34 | 36 | 38 |
| 60分 | 15′00″ | 14′25″ | 13′50″ | 60分 | 32 | 34 | 36 |
| 55分 | 15′30″ | 14′55″ | 14′20″ | 55分 | 31 | 33 | 35 |
| 50分 | 16′00″ | 15′25″ | 14′50″ | 50分 | 30 | 32 | 34 |
| 40分 | 16′30″ | 15′55″ | 15′20″ | 40分 | 29 | 31 | 33 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 屈腿仰卧起坐评分标准（次/2分钟） | | | | 双杠臂屈伸评分标准（次/2分钟） | | | |
| 得分 | 18-19岁 | 20-24岁 | 25-27岁 | 得分 | 18-19岁 | 20-24岁 | 25-27岁 |
| 100分 | 70 | 73 | 76 | 100分 | 28 | 30 | 32 |
| 95分 | 67 | 70 | 73 | 95分 | 26 | 28 | 30 |
| 90分 | 64 | 67 | 70 | 90分 | 24 | 26 | 28 |
| 85分 | 61 | 64 | 67 | 85分 | 22 | 24 | 26 |
| 80分 | 58 | 61 | 64 | 80分 | 20 | 22 | 24 |
| 75分 | 55 | 58 | 61 | 75分 | 18 | 20 | 22 |
| 70分 | 52 | 55 | 58 | 70分 | 16 | 18 | 20 |
| 65分 | 49 | 52 | 55 | 65分 | 14 | 16 | 18 |
| 60分 | 46 | 49 | 52 | 60分 | 12 | 14 | 16 |
| 55分 | 43 | 46 | 49 | 55分 | 10 | 12 | 14 |
| 50分 | 40 | 43 | 46 | 50分 | 8 | 10 | 12 |
| 40分 | 37 | 40 | 43 | 40分 | 7 | 9 | 11 |