附件2

专职消防员基础体能考核评分标准

（2021年）

男生项目

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 项 目 | 体能测试成绩对应分值 | | | | | | | | | 备注 |
| 60分 | 65分 | 70分 | 75分 | 80分 | 85分 | 90分 | 95分 | 100分 |
| 1500米跑  （分、秒） | 6′30″ | 6′20″ | 6′10″ | 6′00″ | 5′50″ | 5′40″ | 5′30″ | 5′20″ | 5′10″ | 必考项目 |
| 单杠引体向上（次/3分钟） | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 两项任选一项 |
| 双杠杠端臂曲伸（次/3分钟） | 16 | 18 | 20 | 22 | 24 | 26 | 28 | 30 | 32 |
| 仰卧起坐  （次/3分钟） | 49 | 52 | 55 | 58 | 61 | 64 | 67 | 70 | 73 | 三项任选一项 |
| 原地跳高  （厘米） | 47 | 50 | 53 | 56 | 59 | 62 | 65 | 68 | 71 |
| 立定跳远  （米） | 2.13 | 2.17 | 2.21 | 2.25 | 2.29 | 2.33 | 2.37 | 2.41 | 2.45 |
| 测试说明 | 1.单个或分组考核。  2.1500米跑项目得分超出及格线的，每递减10秒增加5分，满分100分。  3.单杠引体向上项目超出及格线的，每递增1次增加5分，满分100分。  4.双杠杠端臂曲伸项目超出及格线的，每递增2次增加5分，满分100分。  5.仰卧起坐项目超出及格线的，每递增3次增加5分，满分100分。  6.原地跳高项目超出及格线的，每递增3厘米增加5分，满分100分。  7.立定跳远项目超出及格线的，每递增0.04米增加5分，满分100分。 | | | | | | | | | |

女生项目

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 项 目 | 体能测试成绩对应分值 | | | | | | | | | 备注 |
| 60分 | 65分 | 70分 | 75分 | 80分 | 85分 | 90分 | 95分 | 100分 |
| 800米跑  （分、秒） | 6′00″ | 5′45″ | 5′30″ | 5′15″ | 5′00″ | 4′45″ | 4′30″ | 4′15″ | 4′00″ | 四项任选二项 |
| 屈膝仰卧  （次/3分钟） | 40 | 43 | 46 | 49 | 52 | 55 | 58 | 61 | 64 |
| 立定跳远  （米） | 1.4 | 1.46 | 1.52 | 1.58 | 1.64 | 1.70 | 1.76 | 1.82 | 1.88 |
| 跳绳  （次/3分钟） | 40 | 50 | 60 | 70 | 80 | 90 | 100 | 110 | 120 |
| 测试说明 | 1.单个或分组考核。  2.800米跑项目得分超出及格线的，每递减15秒增加5分。  3.屈膝仰卧项目超出及格线的，每递增3次增加5分。  4.立定跳远项目超出及格线的，每递增0.06米增加5分。  5.跳绳项目超出及格线的，每递增10次增加5分。 | | | | | | | | | |