附件2：

长春市南关区合同制专职消防员招录

体能测试、岗位适应性测试项目及标准

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 项目 | 测试成绩对应分值、测试办法 | | | | | | | | | |
|  | 1分 | 2分 | 3分 | 4分 | 5分 | 6分 | 7分 | 8分 | 9分 | 10分 |
| 1000米跑  （分、秒） | 4′25″ | 4′20″ | 4′15″ | 4′10″ | 4′05″ | 4′00″ | 3′55″ | 3′50″ | 3′45″ | 3′30″ |
| 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） | 1.65 | 1.75 | 1.85 | 1.95 | 2.05 | 2.15 | 2.25 | 2.35 | 2.45 | 2.46 |
| 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。 | | | | | | | | | |
| 单杠引体向上  （次/2分钟） | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 9 | 11 | 13 |
| 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，1次未完成的不计分。  4.得分超出10分的，每递增2次增加1分，最高15分。 | | | | | | | | | |
| 俯卧撑  （次/2分钟） | 6 | 8 | 11 | 14 | 18 | 22 | 27 | 32 | 38 | 42 |
| 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。 | | | | | | | | | |
| 10米x4 往返跑 | 14″5 | 13″7 | 13″5 | 13″3 | 12″9 | 12″7 | 12″5 | 12″3 | 11″9 | 10″3 |
| 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15分。 | | | | | | | | | |
| 备注 | 1. 任一项达不到最低分值的视为该项目不得分。 2. 测试项目及标准中“以上”“以下”均含本级、本数。 | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 岗位适应性测试成绩等次对应分值、测试办法 | | | | | | | |
| 项 目 | 测试办法 | 优秀 | 良好 | 中等 | | 一般 | |
| 20分 | 15分 | 10分 | | 5分 | |
| 拖 拽 | 考生佩戴消防头盔及消防安全腰带，将60公斤重的假人从起点线拖拽至距离起点 线10米处的终点线（假人整体越过终点线）记录时间。 | 12″ | 13″ | 14″ | | 15″ | |
| 负重登六楼 | 考生穿戴全套灭火防护服，佩戴消防头盔及消防安全腰带，从一楼楼梯口登至六楼楼梯口，记录时间。 | 1′15″ | 1′30″ | 1′40″ | | 1′50″ | |
| 备注 | 单项测试成绩达到一般、中等、良好、优秀等次的，分别计5分、10分、15分、20分；总成绩最高40分，单项测试成绩未达到一般等次的不予计分。 | | | | | | |
| 项目 | 测试办法 | 优秀 | 良好 | 中等 | | 一般 | |
| 20分 | 15分 | | 10分 | | 5分 |
| 消防车驾驶员 | 1.坡起；2.窄路掉头；3.路面行驶；4.桩考 | 4项 | 3项 | | 2项 | | 1项 |
| 备注 | 设4项科目，单项测试成绩达到一般、中等、良好、优秀等次的，分别计5分、10分、15分、20分；总成绩最高20分，单项测试成绩未达到一般等次的不予计分。 | | | | | | |