附件1

鄂尔多斯市东胜区消防救援大队

政府专职消防员招录体能测试项目及标准（男）

|  |  |
| --- | --- |
| **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 |
| 1500米跑 （分、秒） | 7′30″ | 7′20″ | 7′10″ | 7′00″ | 6′50″ | 6′40″ | 6′30″ | 6′20″ | 6′10″ | 6′00″ |
| 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1500米距离到达终点线，记录时间。3.考核以完成时间计算成绩。 |
| 100米跑 （秒） | 17″0 | 16″4 | 16″1 | 15″8 | 15″5 | 15″2 | 14″9 | 14″6 | 14″3 | 14″0 |
| 4.分组考核。5.在100米长直线跑道上标出0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。6.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。 |
| 立定跳远（米） | 2.01 | 2.13 | 2.18 | 2.23 | 2.28 | 2.33 | 2.38 | 2.43 | 2.48 | 2.53 |
| 7.单个或分组考核。8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。9.考核以完成跳出长度计算成绩。 |
| 平板支撑（米） | 2′10″ | 2′15″ | 2′20″ | 2′25″ | 2′30″ | 2′35″ | 2′40″ | 2′45″ | 2′50″ | 2′55″ |
| 10.单个或分组考核。11.双脚间距不应超过臀部宽度，臀部抬离地面，头、背、臀、腿保持考核过程中始终保持挺直。12.考核以完成支撑时间计算成绩。 |
| 备注 | 总成绩最高 40 分。 |