

附件 2

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

| 一、体能测试项目及标准 | | | | | | | | | | | |
|-------------|--|---|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|------|
| 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 | |
| 男 性 | 单杠引体向上（次/3分钟） | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| | | 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。 | | | | | | | | | |
| | 10米×4往返跑（秒） | 14"0 | 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。 5.高原地区按照上述内地标准增加1秒。 | | | | | | | | | |
| 1000米跑（分、秒） | 4'25" | 4'20" | 4'15" | 4'10" | 4'05" | 4'00" | 3'55" | 3'50" | 3'45" | 3'40" | |
| | 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。 5.海拔2100-3000米，每增加100米高度标准递增3秒，3100-4000米，每增加100米高度标准递增4秒。 | | | | | | | | | | |
| 原地跳高（厘米） | 45 | 47 | 50 | 53 | 55 | 57 | 60 | 63 | 65 | 67 | |
| | 1.单个或分组考核。 2.考生双脚站立靠墙，单手伸直标记中指最高触墙点（示指高度），双脚立定垂直跳起，以单手指尖触墙，测量示指高度与跳起触墙高度之间的距离。两次测试，记录成绩较好的1次。 3.考核以完成跳起高度计算成绩。 4.得分超出10分的，每递增3厘米增加1分。 | | | | | | | | | | |
| 备注 | 1.任一项达不到最低分值的视为“不合格”。 2.高原地区应在海拔4000米以下集中组织体能测试。 3.高原地区消防员招录中“单杠引体向上、原地跳高、屈膝仰卧起坐”按照内地标准执行。 4.测试项目及标准中“以上”“以下”均含本级、本数。 | | | | | | | | | | |

二、岗位适应性测试项目和标准

| 项 目 | | 测试办法 | 优秀 | 良好 | 中等 | 一般 |
|--------|---|--|-------|-------|-------|-------|
| 男 性 | 负重登六楼 | 考生佩戴消防头盔及消防安全腰带，手提两盘 65 毫米口径水带，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" |
| | 原地攀登六米拉梯 | 考生穿着全套消防员防护装具，扣好安全绳，从原地逐级攀登架设在训练塔窗口的六米拉梯，并进入二楼平台。记录时间。 | 10" | 15" | 20" | 25" |
| | 黑暗环境搜寻 | 考生穿着全套消防员防护装具，从长度为 20 米的封闭式 L 型通道一侧进入，以双手双膝匍匐前进的姿势从 L 型通道另一侧穿出。记录时间。 | 38" | 40" | 42" | 45" |
| | 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" |
| 备注 | 1.任一项达不到“一般”标准的视为“不合格”。 2.高原地区应在海拔 4000 米以下集中组织适应性测试，海拔 2000-3000 米，每增加 100 米高度标准递增 3 秒，3100-4000 米，每增加 100 米高度标准递增 4 秒。 | | | | | |