附件3

**政府专职消防员体能测试评分标准**

一、男子1000m评分标准

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.分值评值：按30%计入考核总分，得分超出100分的，每递减5秒增加10分，最高150分。

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 得分 | 10 | 20 | 30 | 40 | 50 | 60 | 70 | 80 | 90 | 100 |
| 成绩 | 5＇30″ | 5＇25″ | 5＇20″ | 5＇15″ | 5＇10″ | 5＇05″ | 5＇00″ | 4＇55″ | 4＇50″ | 4＇45″ |

二、男子100m评分标准

1.分组考核。

2.在100米长直线跑道上标出起点线和终点线，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。

3.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。

4.分值评值：按20%计入考核总分，得分超出100分的，每递减0.3秒增加10分，最高150分。

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 得分 | 10 | 20 | 30 | 40 | 50 | 60 | 70 | 80 | 90 | 100 |
| 成绩 | 17″3 | 16″4 | 16″1 | 15″8 | 15″5 | 15″2 | 14″9 | 14″6 | 14″3 | 14″0 |

三、单杠引体向上（完成时间3分钟）评分标准

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，考核结束。

3.考核以完成次数计算成绩。

4.分值评值：按30%计入考核总分，得分超过100分的，每递增1个加10分，最高150分。

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 得分 | 10 | 20 | 30 | 40 | 50 | 60 | 70 | 80 | 90 | 100 |
| 成绩 | - | - | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |

四、立定跳远评分标准

1.单个分组考核。

2.在跑道或平地上标出起点线，考生站立在起跳线后，脚尖不得踩线，脚尖不得离开地面，双脚原地同时起跳，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.分值评值：按20%计入考核总分，得分超出100分的，每递增0.04米增加10分，最高150分。

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 得分 | 10 | 20 | 30 | 40 | 50 | 60 | 70 | 80 | 90 | 100 |
| 成绩 | 2.01 | 2.13 | 2.17 | 2.21 | 2.25 | 2.29 | 2.33 | 2.37 | 2.41 | 2.45 |