附件3：

**政府专职消防员基础体能考核标准**

**战斗员、火场文书体能考核标准**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **得分** | **3000米跑步** | **单杠引体向上** | **双手各提1个15公斤壶铃5×40米折返** |
| 100 | 12'30” | 16 | 52" |
| 95 | 12'40” | 14 | 53" |
| 90 | 12'50” | 12 | 54" |
| 85 | 13'10" | 11 | 55" |
| 80 | 13'30" | 10 | 56" |
| 75 | 13'50" | 9 | 58" |
| 70 | 14'10” | 8 | 1‘00" |
| 65 | 14'30" | 7 | 1‘02" |
| 60 | 14'50” | 6 | 1‘04" |

**消防文员体能考核标准**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1 | 俯卧撑（男） | 29个为合格（2分钟），本项目体能测试合格（含）以上成绩都得满分，不合格成绩得零分。 |
| 2 | 平板支撑（女） | 45秒为合格，本项目体能测试合格（含）以上成绩都得满分，不合格成绩得零分。 |
| 3 | 双腿深蹲（男、女） | 60个为合格（2分钟），本项目体能测试合格（含）以上成绩都得满分，不合格成绩得零分。 |