附表2：

**政府专职消防员基础体能考核标准**

**灭火救援战斗员体能考核标准（2-1）**

|  |  |
| --- | --- |
| **标 年** **准 龄** **内 容** | **30岁（不含）以下体能标准** |
| 1 | 单杠引体向上 | 8个为合格成绩60分，每增加一个加4分，加分最高为40分，满分为100分。 |
| 2 | 3000米跑步 | 15分钟为合格成绩60分，每少10秒加4分，加分最高为40分，满分为100分。 |
| 3 | 仰卧起坐 | 2分钟50个为合格成绩60分，每多做5个加4分，加分最高为40分，满分为100分。 |

**灭火救援战斗员体能考核标准（2-2）**

|  |  |
| --- | --- |
| **标 年** **准 龄** **内 容** | **30岁（含）以上体能标准** |
| 1 | 单杠引体向上 | 6个为合格成绩60分，每增加一个加4分，加分最高为40分，满分为100分。 |
| 2 | 3000米跑步 | 16分钟为合格成绩60分，每少10秒加4分，加分最高为40分，满分为100分。 |
| 3 | 仰卧起坐 | 2分钟40个合格成绩60分，每多做5个加4分，加分最高为40分，满分为100分。 |
| 备注 | 体能测试成绩=3000米跑步成绩×50%+仰卧起坐×25%+单杠引体向上成绩×25% |