附件3

**长春市消防救援支队2025年度消防员招录体能测试、岗位适应性测试项目及标准（ 男性）**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **项目** | **体能测试成绩对应分值、测试办法** | | | | | | | | | | **备注** |
| **1分** | **2分** | **3分** | **4分** | **5分** | **6分** | **7分** | **8分** | **9分** | **10分** |
| 1000米跑  （分、秒） | 4′35″ | 4′20″ | 4′15″ | 4′10″ | 4′05″ | 4′00″ | 3′55″ | 3′50″ | 3′45″ | 3′40″ | 必考  项目 |
| 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，最高15分。 | | | | | | | | | |
| 原地跳高  （厘米） | 40 | 47 | 50 | 53 | 55 | 57 | 60 | 63 | 65 | 67 | 两项  任选  一项 |
| 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，最高15分。 | | | | | | | | | |
| 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 |
| 1.单个或分组考核。  2.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。  3.考核以完成跳出长度计算成绩。  4.得分超出10分的，每递增5厘米增加1分，最高15分。 | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **项目** | **体能测试成绩对应分值、测试办法** | | | | | | | | | | **备注** |
| **1分** | **2分** | **3分** | **4分** | **5分** | **6分** | **7分** | **8分** | **9分** | **10分** |
| 单杠引体向上  （次/2分钟） | - | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 9 | 11 | 两项  任选  一项 |
| 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，1次未完成的不计分。  4.得分超出10分的，每递增2次增加1分，最高15分。 | | | | | | | | | |
| 俯卧撑  （次/2分钟） | 6 | 8 | 11 | 14 | 18 | 22 | 27 | 32 | 38 | 42 |
| 1.单个或分组考核。  2.按照规定动作要领完成动作。屈臂时肩关节高于肘关节、伸臂 时双肘关节未伸直、做动作时身体未保持平直，该次动作不计数；除手脚外身体其他部位触及地面，结束考核。  3.得分超出10分的，每递增6次增加1分，最高15分。 | | | | | | | | | |
| 10米×4  往返跑  （秒） | 14″5 | 13″3 | 12″8 | 12″3 | 11″8 | 11″3 | 10″8 | 10″4 | 10″1 | 9″8 | 两项  任选  一项 |
| 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，最高15分。 | | | | | | | | | |
| 100米跑（秒） | 17″3 | 15″9 | 15″6 | 15″3 | 15″0 | 14″7 | 14″4 | 14″1 | 13″8 | 13″5 |
| 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.得分超出10分的，每递减0.3秒增加1分，最高15分。 | | | | | | | | | |
| 备注 | 1.总成绩最高40分，单项未取得有效成绩的不予招录。  2.测试项目及标准中“以上”“以下”均含本级、本数。 | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **岗位适应性测试成绩等次对应分值、测试办法** | | | | | |
| **项目** | **测试办法** | **优秀** | **良好** | **中等** | **一般** |
| **20分** | **15分** | **10分** | **5分** |
| 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″ |
| 负重登六楼 | 考生穿戴全套灭火防护服，佩戴消防头盔及消防安全腰带，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″ |
| 备注 | 单项测试成绩达到一般、中等、良好、优秀等次的，分别计2.5分、5分、7.5分、10分，总成绩最高20分，单项测试成绩未达到一般等次的不予计分。 | | | | |
| **项目** | **测试办法** | **优秀** | **良好** | **中等** | **一般** |
| **20分** | **15分** | **10分** | **5分** |
| 车辆机械维修 | 1.使用车辆检测仪诊断车辆故障，并对故障问题进行维修；  2.使用万用表等工具排除车辆电路故障；  3.现场钣金修复1处，切割1块钢板，焊接1处配件；  4.更换1条轮胎，做动平衡，车辆保养； | 4项 | 3项 | 2项 | 1项 |
| 消防车驾驶员 | 1.坡起；2.窄路掉头；3.路面行驶；4.桩考 | 4项 | 3项 | 2项 | 1项 |
| 工程车驾驶员 | 1.起重机（重型百吨吊车）考核科目：车辆行驶，车辆出入库；标识识别、吊装测试、吊装行驶；  2.挖掘机（加长臂钩机）考核科目：车辆行驶上下车、场地平整、更换锤头、车辆使用连贯性；  3.装载机（铲车）考核科目：路面行驶、铲装物料、定点卸料、倒机入库； | 4项 | 3项 | 2项 | 1项 |
| 备注 | 每岗位设4项科目，单项测试成绩达到一般、中等、良好、优秀等次的，分别计5分、10分、15分、20分，各岗位总成绩最高20分，单项测试成绩未达到一般等次的不予计分。 | | | | |