安顺市公安消防支队2018年面向社会招聘合同制消防员体能测试内容及标准

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **序号** | **内 容** | **评定标准** | **评定结果** |
| 1 | 俯卧撑 | 30次/2分钟为合格，每增加10次，评定上升一个等级。 | 50次以上优秀；40次良好；30次及格；30次以下不合格。 |
| 2 | 仰卧起坐 | 35次/3分钟为合格，每增加10次，评定上升一个等级。 | 55次以上优秀；45次良好；35次及格；35次以下不合格。 |
| 3 | 100米跑 | 15秒2为合格，每减少0.2秒，评定上升一个等级。 | 14秒8优秀；15秒良好；15秒2及格；15秒2以上不及格。 |
| 4 | 3000米跑 | 20分钟以内为合格，每减少30秒，评定上升一个等级。 | 13-15分钟为优秀；15-17分钟为良好；17-20分钟为及格，20分钟以上为不及格。 |