|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 江门市消防救援支队政府专职消防队员基础体能考核标准 | | | | | | | | | | |
| 得分  成绩 项目 | **50分** | **60分** | **65分** | **70分** | **75分** | **80分** | **85分** | **90分** | **95分** | **100分** |
| **1000米** | 4′30″ | 4′25″ | 4′20″ | 4′15″ | 4′10″ | 4′05″ | 4′00″ | 3′55″ | 3′50″ | 3′45″ |
| **单杠引体向上** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| **10米×4往返跑** | 13″5 | 13″1 | 12″7 | 12″3 | 11″9 | 11″5 | 11″1 | 10″7 | 10″3 | 9″9 |

备注： 体能测试成绩=1000米成绩×40%+单杠引体向上成绩×30%+10米×4往返跑成绩×30%，任一项最低有效分值为50分，否则计0分。

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 江门市消防救援支队消防文员基础体能考核标准 | | |
| 性别  标准 项目 | **男** | **女** |
| **1000米跑** | 4分50秒 |  |
| **俯卧撑** | 12次/2分钟 |  |
| **800米跑** |  | 4分50秒 |
| **仰卧起坐** |  | 20次/3分钟 |