

附件 2:

消防战斗员体能和技能测试标准

一、体能考核

1.2000 米长跑标准：12 分钟

要求：以实际成绩为准。

2.俯卧撑

标准：60 个/2 分钟

要求：俯撑时，头、躯干、臀及腿与身体纵轴呈一直线；身体重心尽量落在两臂之间；曲臂时两肘内合，不能外张，使肩部与大臂在同一高度；撑起时两臂伸直。

3.25 米×4 折返跑标准：35 秒

要求：每次折返时，手必须触摸到折返线，否则不计成绩。

4.引体向上标准：12 个

要求：拉起时下颚必须高于横杠；下落时两臂必须垂直。

二、技能考核：（每人限 2 次，以最好成绩为准）

1.两盘水带连接标准：12 秒

要求：水带不应出线、压线或扭圈 360°；接口不得脱口、卡口，分水器不应拖出 0.5m；违反以上情况之一者，成绩加 2 秒。

2.原地攀登两节拉梯标准：6 秒

要求：攀登人员必须逐级攀登至跃进二楼窗户，双脚落地。

3.原地着装佩戴空气呼吸器标准：40 秒

要求：防护服衣带平整，双脚踏到鞋底，盔帽戴正，帽带贴于下颚；呼吸器肩带、腰带松紧适宜，背托应紧贴身体；气瓶开关要完全打开；空气供给阀要连接好，面罩系带拉紧，不能漏气。

有以下情况之一者，不计成绩：上衣或裤子拉链未拉到三分之二；呼吸器空气供给阀未连接好，面罩系带未拉紧有漏气现象。有以下情况之一者，成绩加 1 秒：帽带未贴于下颚，脚未完全踏入鞋底；呼吸器肩带、腰带未拉紧。

三、总体要求

1.体能考核项目 4 项全部达标者，直接进入技能考核阶

段；体能考核项目达标 3 项者，依据体能考核成绩进行综合评定后，视排名情况决定是否进入技能考核阶段；体能考核项目 2 项以上未达标者，取消应聘资格。

2.技能考核项目 3 项全部达标者，直接进入面试阶段；

技能考核项目达标 2 项者，依据体能考核与技能考核总成绩进行综合评定后，视排名情况决定是否进入面试阶段；技能考核项目 2 项以上未达标者，取消应聘资格。