贵安新区纪检监察工委招聘雇员

体能测试、岗位适应性测试项目及标准

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 一、体能测试项目及标准 | | | | | | | | | | | |
| 项目 | | 测试成绩对应分值、测试办法 | | | | | | | | | |
| 1分 | 2分 | 3分 | 4分 | 5分 | 6分 | 7分 | 8分 | 9分 | 10分 |
| 男  性 | 单杠引体向上（次/3分钟） | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| 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。  4.得分超出10分的，每递增1次增加1分。 | | | | | | | | | |
| 10米×4往  返跑（秒） | 13＂10 | 13＂7 | 13＂5 | 13＂3 | 12＂9 | 12＂7 | 12＂5 | 12＂3 | 11＂9 | 10＂3 |
| 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10分的，每递减0.1秒增加1分。 | | | | | | | | | |
| 1000米跑（分、炒） | 4＇25＂ | 4＇20＂ | 4＇15＂ | 4＇10＂ | 4＇05＂ | 4＇00＂ | 3＇55＂ | 3＇50＂ | 3＇45＂ | 3＇40＂ |
| 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.超出10分的，每递减5秒增加1分。 | | | | | | | | | |
| 原地跳高  （厘米） | 45 | 47 | 50 | 53 | 55 | 57 | 60 | 63 | 65 | 67 |
| 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.超出10分的，每递增3厘米增加1分。 | | | | | | | | | |
| 备注 | 1.任一项达不到最低分值的视为“不合格”。  2.测试项目及标准中“以上”“以下”均含本级、本数。 | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 二、岗位适应性测试项目和标准 | | | | | | |
| 项目 | | 测试办法 | 优秀 | 良好 | 中等 | 一般 |
| 男  性 | 黑暗环境搜录 | 考生穿着全套消防员防护装具，从长度为20米的封闭式L型通道一侧进入，以双手双膝匍匐前进的姿势从L型通道另一侧穿出。记录时间。 | 38＂ | 40＂ | 42＂ | 45＂ |
| 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＂ |
| 备注 | 1.任一项达不到“一般”标准的视为“不合格”。 | | | | | |