

附件2:

2022年新密市公开招聘应急救援队员体能测试 计分办法

序号	项目	分值	标准	计 分 办 法
1	爬绳	10	3.5米	距地面1.8m向上爬起，双腿不夹绳向上爬高。达到标准为满分，每超过10cm加0.2分，每低于标准10cm，扣0.2分（不足10cm按10cm计算）
2	引体向上	10	8次	正手握杠，双臂伸直，下颚过杠。达到标准为满分，每超过1次加1分，每少1次扣1分
3	跳远	10	3.5米	跑步跳远。达到标准为满分，每超过10cm加0.5分，每低于标准10cm，扣0.5分（不足10cm按10cm计算）
4	跳高	10	1.1米	跳高姿势不限。达到标准为满分，每超过5cm加0.5分，每低于标准5cm，扣0.5分（不足5cm按5cm计算）
5	举重	10	10次	30kg站姿过顶连续举起。达到标准为满分，每超过1次加0.5分，每少1次扣0.5分
6	负重蹲起	10	15次	负重40kg连续蹲起。达到标准为满分，每超过1次加0.5分，每少1次扣0.5分
7	检力器	10	100次	150秒内拉20kg检力器。达到标准为满分，每超过1次加0.1分，每少1次扣0.1分
8	跑步	10	10分钟	2000米跑步10分钟内完成。达到标准为满分，每少1秒加0.02分，每多1秒扣0.02分。

备注：1. 体能测试前7个项目按照抽签顺序分组连续完成；2. 跳高3次机会，其他项目1次机会；3. 缺项记为0分。