附件6：

消防文员体能测试及理论测试项目及标准

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 一、消防文员体能测试项目及标准 | | | | | | | | | | | |
| 项目 | | 测试成绩对应分值、测试办法 | | | | | | | | | |
| 4分 | 8分 | 12分 | 16分 | 20分 | 24分 | 28分 | 32分 | 36分 | 40分 |
| 消防  文员 | 1500米跑  （分、秒） | 9′20″ | 9′10″ | 9′00″ | 8′50″ | 8′40″ | 8′30″ | 8′20″ | 8′10″ | 8′00″ | 7′50″ |
| 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1500米距离到达终点线，记录时间。  3.考核以完成时间计算成绩。 | | | | | | | | | |
| 跳绳  （1分钟） | 3分 | 6分 | 9分 | 12分 | 15分 | 18分 | 21分 | 24分 | 27分 | 30分 |
| 85 | 90 | 95 | 100 | 105 | 110 | 115 | 120 | 125 | 130 |
| 1. 单个或分组考核。 2. 双手握住绳两端的把手，大臂靠近身体两侧。肘稍外展，小臂近似水平，用手腕发力作外展内旋运动，使两手在体侧做画圆动作，每摇动一次，绳子从地经身后向上向下回旋一周，同时用前脚掌起跳和落地。 3. 自发出“开始”口令后1分钟内完成个数记取成绩。 | | | | | | | | | |
| 屈腿仰卧起坐  （3分钟） | 3分 | 6分 | 9分 | 12分 | 15分 | 18分 | 21分 | 24分 | 27分 | 30分 |
| 33 | 36 | 39 | 42 | 45 | 48 | 51 | 54 | 57 | 60 |
| 1.分组考核。  2.起坐时，上体与下肢小于或等于90度角。  3.仰卧时，肩部与地面或垫子接触。  3.考核以完成时间计算成绩。  4.自发出“开始”口令后3分钟内完成次数计取成绩。 | | | | | | | | | |

|  |  |
| --- | --- |
| 二、消防文员理论测试项目及标准 | |
| 项目：基础法律法规、消防基础知识、计算机应用、公文写作 | |
| 1、基础法律法规：考生按要求进行考试，时间为10分钟  2、消防基础知识：考生按要求进行考试，时间为20分钟  3、计算机应用：考生按照题目（决定、决议、公告、布告、通告、通知、通报、报告、请示、函、会议纪要随机2项）进行撰写制作，要求无错别字，语句通顺，格式正确，时间为20分钟。  4、公文写作：考生按要求对 Word、 Excel软件进行操作，要求按题目规范处理文档及表格，无错别字，结果正确无遗漏，时间为20分钟。 | |
| 备  注 | 1.总成绩最高100分。基础法律法规考试20分。 消防基础知识考试20分。计算机应用考试30分。公文写作30分。  2.测试项目及标准中“以上”“以下”均含本级、本数。 |