附件3

消防文员体能及体型考核项目标准

****项目一：800米跑****

要 求：每次考核一组，在跑道上标出起点线，考生（着考核背心）从起点线处听到起跑口令起跑，完成800米距离到达终点线，记录时间。得分超出10分的，每递减0.1秒增加1分，最高15分。

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1分 | 2分 | 3分 | 4分 | 5分 | 6分 | 7分 | 8分 | 9分 | 10分 |
| 4＇30 | 4＇25 | 4＇20 | 4＇15 | 4＇10 | 4＇05 | 4＇00 | 3＇55 | 3＇50 | 3＇45 |

****项目二：体型标准（BMI值）****

①29岁以下：体重（KG）＝[身高(CM)-108]±15%；

②30-35岁：体重＝[身高-105]±15%。