2020年德宏州体育运动中心公开考试招聘事业人员专业技能测试工作方案

为开展好2020年德宏州体育运动中心公开考试招聘事业人员专业技能测试工作，根据《2020年德宏州事业单位公开考试招聘工作人员公告》要求，结合实际，特制定本工作方案。

一、测试原则

公开、平等、竞争、择优。

二、测试岗位

德宏州体育运动中心体育岗（岗位代码：15399099031001013）。

三、测试对象

参加笔试的考生全部进入专业技能测试环节。

四、测试地点和时间

（一）测试时间：2020年11月23日8:00-12:00；

（二）测试地点：德宏州体育运动中心体育场。

五、测试内容

1. 纵跳摸高；

2. 立定跳远；

3. 仰卧起坐；

4. 30m跑；

5. 800m跑。

六、考官团队组成和确定

选专业人士组成考官库，考官从考官库中抽签决定。

七、测试标准和细则

按《2020年德宏州体育运动中心公开考试招聘事业人员体能（技能）测试标准和细则》执行，详见附件。

八、测试方式

考生到场后进行统一抽签，根据抽签顺序进行专业技能测试，每一个项目之间有5分钟的休息时间。

九、分值计算

专业技能测试共分5项，每项100分，总分500分。测试最终成绩按照下列公式计算：

**测试总分×20%=专业技能测试最终成绩**

十、日程安排

11月23日

08:00-08:30 检录、抽签并核对考生身份

08:30-08:35 宣布测试注意事项

08:35-08:45 考生热身，调整状态

08:50-12:00 专业技能测试

十一、疫情防控工作要求

（一）技能测试考生健康排查

1. 考生进入考点前，应当主动出示本人“云南健康码”信息，并按要求主动接受体温测量。“云南健康码”为绿码的，现场测量体温正常(≤37.3℃)，可正常参加技能测试；

2. “云南健康码”为黄码的，现场测量体温正常(≤37.3℃），需提供测试前7天内有效的核酸检测阴性报告原件方可参加技能测试；

3. “云南健康码”为红码的考生，现场测量体温正常(≤37.3℃)，需提供有效的解除集中医学隔离观察证明、测试前7天内有效的核酸检测阴性检测报告原件方可参加技能测试；

4. 近一个月内有高风险、中风险地区旅居史的人员，现场测量体温正常(≤37.3℃)，需提供测试前7天内有效的核酸检测阴性报告原件方可参加技能测试；

5. 近一个月内有境外旅居史的考生，现场测量体温正常(≤37.3℃)，需提供14天有效的集中医学隔离观察证明、测试前7天内有效的核酸检测阴性检测报告原件方可参加技能测试；

6．技能测试当天有发热(体温＞37.3℃)或有呼吸道等相关症状的人员，应及时到定点医院发热门诊就诊。

（二）疫情防控有关要求

1．技能测试期间，所有人员全程佩戴口罩，进行技能测试时，可以摘去口罩；

2．保持安全距离，乘坐交通工具期间全程佩戴口罩。

十二、本次测试将邀请相关部门选派人员全程监督。

十三、未尽事宜请与德宏州体育运动中心联系（联系人：杨晓宇，0692-2284068）。

附件：1.体能（技能）测试评判标准

2.体能（技能）测试科目操作要求

附件1：

体能（技能）测试评判标准

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  **项目****分值** | **800米跑** | **30米跑** | **纵跳摸高** | **立定跳远** | **1分钟仰卧起坐** |
| **男** | **女** | **男** | **女** | **男** | **女** | **男** | **女** | **男** | **女** |
| 100分 | 123″ | 145″ | 3″9 | 4″9 | 3.15 | 2.85 | 2.86 | 2.40 | 50 | 35 |
| 95分 | 123″7 | 145″95 | 3″95 | 4″95 | 3.14 | 2.84 | 2.85 | 2.39 | 49 | 34 |
| 90分 | 124″39 | 146″89 | 4″ | 5″ | 3.13 | 2.83 | 2.84 | 2.38 | 48 | 33 |
| 85分 | 125″09 | 147″84 | 4″05 | 5″05 | 3.12 | 2.82 | 2.83 | 2.37 | 47 | 32 |
| 80分 | 125″79 | 148″79 | 4″10 | 5″10 | 3.11 | 2.81 | 2.82 | 2.36 | 46 | 31 |
| 75分 | 126″49 | 149″73 | 4″15 | 5″15 | 3.10 | 2.80 | 2.81 | 2.35 | 45 | 30 |
| 70分 | 127″88 | 150″68 | 4″20 | 5″20 | 3.09 | 2.79 | 2.80 | 2.34 | 44 | 29 |
| 65分 | 128″58 | 151″63 | 4″25 | 5″25 | 3.08 | 2.78 | 2.79 | 2.33 | 43 | 28 |
| 60分 | 129″28 | 152″58 | 4″30 | 5″30 | 3.07 | 2.77 | 2.78 | 2.32 | 42 | 27 |
| 55分 | 129″98 | 153″52 | 4″35 | 5″35 | 3.06 | 2.76 | 2.68 | 2.31 | 41 | 26 |
| 50分 | 130″68 | 154″47 | 4″40 | 5″40 | 3.05 | 2.75 | 2.67 | 2.30 | 40 | 25 |
| 40分 | 131″38 | 155″42 | 4″45 | 5″45 | 3.04 | 2.74 | 2.66 | 2.29 | 39 | 24 |
| 30分 | 132″08 | 156″37 | 4″50 | 5″50 | 3.03 | 2.73 | 2.65 | 2.28 | 38 | 23 |
| 20分 | 132″77 | 157″32 | 4″55 | 5″55 | 3.02 | 2.72 | 2.64 | 2.27 | 37 | 22 |
| 10分 | 133″47 | 158″27 | 5″ | 6″ | 3.01 | 2.71 | 2.63 | 2.26 | 36 | 21 |
| 5分 | 134″17 | 159″21 | 5″05 | 6″05 | 3 | 2.70 | 2.62 | 2.25 | 35 | 20 |
| 0分 | 134″87 | 160″11 | 5″10 | 6″10 | 2.99 | 2.69 | 2.61 | 2.24 | 34 | 19 |

如考生测试成绩优于当前标准，但是尚未满足下一标准的，按照当前标准计算。如男子30m成绩为4″48，优于4″50，但是低于4″45，则按照4″50计算该考生成绩。

附件2：

体能（技能）测试科目操作要求

一、纵跳摸高

（一）场地设置

在训练场上放有摸高器材，按照考官指示进行纵跳摸高。

（二）操作程序

考生在纵跳摸高器材旁做好准备，按照考官口令进行考试。

（三）考核程序

按照抽签的方式进行统一考试。

（四）考核要求

1.考生手中不得携带任何道具，考生指甲不得长于0.2cm。

2.考生不得穿鞋子起跳，必须是光脚或穿有一般袜子考试。

（五）成绩评定

以考生摸的高度来评定成绩，按照体能（技能）测试评判标准进行评判得分。

二、立定跳远

（一）场地器材

在标准立定跳远沙坑里考试。

（二）考核程序

按照考官要求进行统一考试，考生测试顺序以抽签号为准。

（三）考核要求

1.脚不得超过起跳点。

2.考生在考试过程中尽量穿紧凑的运动服等。

（四）成绩评定

以考生最终落地的部位为基准，丈量所跳跃的距离；按照体能（技能）测试评判标准进行评判得分。

三、1分钟仰卧起坐

（一）场地器材

在体育场内进行考核，在仰卧起坐专用器材上测试。

（二）考核程序

1.按照考官要求进行统一考试，考生测试顺序以抽签号为准。

2.在听到考官“预备”的口令时，考生应平躺于仰卧起坐器材中，听到考官“开始”的口令，开始测试。

（三）考核要求

1.两手必须抱住后脑，屈膝。

2.考生在考试过程中穿着紧凑运动服，不得穿过于宽松的运动服。

（四）成绩评定

按照体能（技能）测试评判标准进行评判得分。

四、30米跑

（一）场地设置

标准100m跑道上选出30m的区域，标出起点线和终点线。

（二）操作程序

听到“预备”口令，参考人员做好准备姿势，听到考官口中哨声冲出起点线，并最终跑出终点。

（三）操作要求

1.参考人员着装不限。

2.在跑的过程中不得岔道。

3.在跑的过程中不得干扰其他跑道考生。

（四）成绩评定

1.自发出“口哨”后用时多少来计取成绩。

2.按照体能（技能）测试评判标准进行评判得分。

（五）评判细则

出现下列情况之一者，该成绩取消：

1.在跑的过程中岔道的考生。

2.在跑的过程中干扰到其他考生者。

五、800m跑

（一）场地设置

400m标准田径场地。

（二）操作程序

听到“开始”的口令，参考人员向前跑进，冲出终点线。

（三）操作要求

1.参考人员着装不限，鞋子不限。

2.采取正确的呼吸方法，调整呼吸节奏；采取适宜的步幅、步频；摆臂幅度不宜过大。

（四） 成绩评定

1.计时从发令“开始”至身体躯干越线为止。

2.按照体能（技能）测试评判标准进行评判得分。

（五）评判细则

有下列情况之一者，不计取成绩：

1.跑步过程中越过跑道最内侧实线的，取消成绩。

2.有干扰到其他考生正常测试的，取消干扰者测试成绩，被干扰者测试成绩有效，不再进行重新测试。