

## 附件3

# 保卫处校警技能比武活动方案

为提高保卫处校警专业技能，加强校园安全建设及应急处突能力，活跃员工文化生活，增强团队凝聚力，经保卫处研究及向校工会申请，现拟定于2019年11月组织校警技能比赛活动，具体方案如下：

### 一、比赛要求：

本次技能比赛分为三个阶段进行，各校警队和行政队伍在抓好基础技能训练的前提下，做到全员培训、全员考核、选拔比赛。

第一阶段（12月5日-15日）：校警基础技能培训，由各校警队、行政队伍进行队列动作、体能训练、消防实操技能等技能的实操训练。

第二阶段（12月15日-20日）：各校警队和行政队伍进行内部选拔，每个校警队和行政队各选拔2人参加比赛。

### 二、比赛内容：

队列动作（稍息、立正、跨立、齐步走、跑步走）、1500米计时跑、消防实操技能、体能项目（俯卧撑、立定跳远）。

### 三、比赛地点：

CUBA训练场

### 四、比赛规则：

**队列动作：**各校警队、行政队为一组，分四组进行，比赛人员根据裁判员口令做出相应动作，评委现场评分。

**1500米计时跑：**参赛队员同时起跑，取用时最短的前3名。

**消防实操技能比赛：**准备长25米，宽2.5米场地，设置起点线、分水器线、8米线、终点线；各选手将消防器材整理完毕后，站在起

点位置前报告“准备完毕”，由裁判员上前检查后，下达“开始”口令，计时员开始计时，选手跑至分水器线打出水带并连接接头，随后整理水带，连接水枪和接头，动作完成后跑过终点线报告“完毕”，计时停表，评委检查。

**体能项目：**

1、**俯卧撑：**参赛队员在规定时间内按照标准动作完成，取数量最多的前3名，动作标准由评委现场打分；

2、**立定跳远：**参赛队员在起始线跳远，取距离最远的3名。

**五、评分标准：**比赛选手总计得分100分，队列动作20分，1500米30分，消防实操技能30分，体能项目20分。