105 年公務人員特種考試警察人員考試三等考試消防警察人員類科錄取人員教育訓練體技成績考核規定

民國 106 年 2 月 18 日
保訓會公訓字第 1062160133 號函核定
民國 106 年 4 月 18 日
保訓會公訓字第 1062160281 號函核定修正第 7 點

一、依據 105 年公務人員特種考試警察人員考試消防警察人員類科錄取人員訓練計畫第 16 點規定訂定之。

二、實施科目：

（一）第 1 階段：包括水上救生訓練（200 公尺游泳測驗）、消防體適能、擒拿及緊急救護技術等 4 科目。

（二）第 2 階段：包括水上救生訓練（200 公尺游泳測驗）、消防體適能、摔角及消防救助情境訓練等 4 科目。

三、各階段體技成績以 100 分為滿分，60 分為及格，未滿 60 分為不及格。不及格者依規定函請內政部消防署核轉公務人員保障暨培訓委員會(以下簡稱保訓會)廢止受訓資格。

四、各階段體技成績計算方式如下：

各科目之成績乘該科目教授之時數，所得分數為該科之積分，各科目積分總和除以該階段教授體技總時數，為階段體技成績。

五、各階段體技實施內容如下：

（一）第 1 階段：

1、水上救生訓練

（1）急救能力。

（2）基本能力。

（3）游泳訓練。

（4）測驗項目：200 公尺游泳測驗(成績標準如附表 1)。

2、消防體適能

（1）3,000 公尺跑步訓練。

（2）單槓。

（3）舉重。

（4）伏地挺身。

（5）仰臥起坐。

（6）負重訓練。

（7）折返跑。

（8）測驗項目：3,000 公尺跑步、單槓、舉重、伏地挺身、仰臥起坐、負重訓練、折返跑(成績標準如附表 2)。

3、擒拿

（1）擒拿基本 6 式。

（2）技法攻防應用。

（3）測驗項目：由授課教官擇授課內容實施測驗。

4、緊急救護技術

（1）創傷基本技術訓練。

（2）非創傷基本技術訓練。

（3）實務案例教育討論與運用。

（4）測驗項目：由授課教官擇授課內容實施測驗。

（二）第 2 階段：

1、水上救生訓練

（1）急救能力。

（2）救援能力。

（3）游泳訓練。

（4）測驗項目：200 公尺游泳測驗(成績標準如附表 1)。

2、消防體適能

（1）3,000 公尺跑步訓練。

（2）單槓。

（3）舉重。

（4）伏地挺身。

（5）仰臥起坐。

（6）負重訓練。

（7）折返跑。

（8）測驗項目：3,000 公尺跑步、單槓、舉重、伏地挺身、仰臥起坐、負重訓練、折返跑(成績標準如附表2)。

3、摔角

（1）中國式摔角介紹。

（2）摔角武術基本身步法、手法、樁功。

（3）摔角基本摔法之動作演空套路。

（4）摔角防身技術：應用手法與拿法。

（5）摔法基本接勁摔法：上把、下把、拉(反摔)。

（6）測驗項目：護身倒法 5 式、摔法 1 式、應用手法 10 式演空與對練、摔角拿法對練。

4、消防救助情境訓練

（1）個人防護裝備、呼吸器操作。

（2）水線佈署、指揮控制與緊急撤難。

（3）火災極端行為、通風控制與搶救戰術。

（4）消防人員安全及緊急處置。

（5）住宅與工廠火警團隊救援。

（6）測驗項目：團隊救援。

六、各階段各科目體技成績考核方式如下：

(一)平時成績：含學習精神、練習表現或隨堂測驗，占階段成績 50%。

(二)期末成績：擇授課內容實施實作測驗，占階段成績 50%。

七、學員如因公、傷、病或重大事故請假未能如期參加各項測驗時，須備相關證明文件方得改期測驗，惟申請改期之次數以 1 次為限並須於該學習階段成績結算前完成，各項改期測驗之成績依實際評定分數為準，未能及時測驗者該項目以零分計算。但依 105 年公務人員特種考試警察人員考試消防警察人員類科錄取人員訓練計畫第 16 點第 1 款第 3 目規定申請專案延期測驗，且經保訓會核准者，不在此限。

八、本規定函報保訓會核定後實施，修正時亦同。

附表 1

200 公尺游泳測驗成績配分標準表

成績	男生	女生	成績	男生	女生
100	3 分 00 秒	4 分 00 秒	75	5 分 05 秒	6 分 05 秒
99	3 分 05 秒	4 分 05 秒	74	5 分 10 秒	6 分 10 秒
98	3 分 10 秒	4 分 10 秒	73	5 分 15 秒	6 分 15 秒
97	3 分 15 秒	4 分 15 秒	72	5 分 20 秒	6 分 20 秒
96	3 分 20 秒	4 分 20 秒	71	5 分 25 秒	6 分 25 秒
95	3 分 25 秒	4 分 25 秒	70	5 分 30 秒	6 分 30 秒
94	3 分 30 秒	4 分 30 秒	69	5 分 35 秒	6 分 35 秒
93	3 分 35 秒	4 分 35 秒	68	5 分 40 秒	6 分 40 秒
92	3 分 40 秒	4 分 40 秒	67	5 分 45 秒	6 分 45 秒
91	3 分 45 秒	4 分 45 秒	66	5 分 50 秒	6 分 50 秒
90	3 分 50 秒	4 分 50 秒	65	5 分 55 秒	6 分 55 秒
89	3 分 55 秒	4 分 55 秒	64	6 分 00 秒	7 分 00 秒
88	4 分 00 秒	5 分 00 秒	63	6 分 05 秒	7 分 05 秒
87	4 分 05 秒	5 分 05 秒	62	6 分 10 秒	7 分 10 秒
86	4 分 10 秒	5 分 10 秒	61	6 分 15 秒	7 分 15 秒
85	4 分 15 秒	5 分 15 秒	60	6 分 16 秒以上且一次游完全程者	7 分 16 秒以上且一次游完全程者
84	4 分 20 秒	5 分 20 秒	0	無法一次游完全程者	無法一次游完全程者
83	4 分 25 秒	5 分 25 秒			
82	4 分 30 秒	5 分 30 秒			
81	4 分 35 秒	5 分 35 秒			
80	4 分 40 秒	5 分 40 秒			
79	4 分 45 秒	5 分 45 秒			
78	4 分 50 秒	5 分 50 秒			
77	4 分 55 秒	5 分 55 秒			
76	5 分 00 秒	6 分 00 秒			

附表

消防體適能測驗得分換算表											
測驗項目	組別	標準（甲組：30 歲以內男性；乙組：31 至 40 歲男性；丙組：41 至 55 歲男性、女性）									要求
跑步	甲	分鐘	12.30	13.00	13.30	14.00	14.30	15.00	15.30	16.00	著輕便服裝、運動鞋跑步3,000 公尺。
		得分	20	18	16	14	12	10	8	6	
	乙	分鐘	13.30	14.00	14.30	15.00	15.30	16.00	16.30	17.00	
		得分	20	18	16	14	12	10	8	6	
	丙	分鐘	14.30	15.00	15.30	16.00	16.30	17.00	17.30	18.00	
		得分	20	18	16	14	12	10	8	6	
單槓	甲	次數	12	11	10	9	8	7	6	5	伸展時手臂打直一次上槓單拉至下巴超過橫槓為一次，不限時間操作次數。
		得分	10	9	8	7	6	5	4	3	
	乙	次數	10	9	8	7	6	5	4	3	
		得分	10	9	8	7	6	5	4	3	
	丙	次數	8	7	6	5	4	3	2	1	
		得分	10	9	8	7	6	5	4	3	
舉重	甲	次數	45	40	35	30	25	22	19	16	平躺舉動二十公斤以上槓鈴，雙臂由胸前至伸直，再回到原點為一次。
		得分	15	14	13	11	9	7	5	4	
	乙	次數	40	35	30	25	20	17	14	11	
		得分	15	14	13	11	9	7	5	4	
	丙	次數	35	30	25	20	15	12	9	6	
		得分	15	14	13	11	9	7	5	4	
伏地挺身	甲	次數	55	50	45	40	35	31	28	25	兩手與肩同寬，下去時手叉低於九十度，身體離地面在一個拳頭以內，上來時兩手臂打直一下一下重複操作，測驗時間 1 分鐘。
		得分	10	9	8	7	6	5	4	3	
	乙	次數	50	45	40	35	30	27	24	21	
		得分	10	9	8	7	6	5	4	3	
	丙	次數	45	40	35	30	25	23	20	17	
		得分	10	9	8	7	6	5	4	3	
仰臥起坐	甲	次數	50	47	44	41	38	32	29	26	兩手交叉抱胸，雙膝弓起約九十度，雙腳固定，由地面上至膝蓋處再回到原點為一次，測驗時間 1 分鐘。
		得分	15	14	13	11	9	7	5	4	
	乙	次數	44	41	38	35	32	27	24	21	
		得分	15	14	13	11	9	7	5	4	
	丙	次數	38	35	32	29	26	22	19	16	
		得分	15	14	13	11	9	7	5	4	
負重訓練	甲	秒數	50	55	60	65	70	75	80	85	著裝負重訓練應穿歐式消防衣、帽、鞋、手套、空氣呼吸器(不加面罩)水帶一條、瞄子一支，跑步 100 公尺。(從著裝開始計時)
		得分	15	14	13	11	9	7	5	4	
	乙	秒數	60	65	70	75	80	85	90	95	
		得分	15	14	13	11	9	7	5	4	
	丙	秒數	70	75	80	85	90	95	100	105	
		得分	15	14	13	11	9	7	5	4	

折返跑	甲	次數	36	34	32	30	28	27	26	25	著輕便服裝、運動鞋6公尺內，定點觸地折返跑(觸地算1次)計算90秒所得次數。
		得分	15	14	13	11	9	7	5	4	
	乙	次數	34	32	30	28	26	25	24	23	
		得分	15	14	13	11	9	7	5	4	
	丙	次數	32	30	28	26	24	23	22	21	
		得分	15	14	13	11	9	7	5	4	