

金川集团股份有限公司 2024 年万名职工  
职业技能竞赛消防员（灭火救援员）  
技能比赛实施细则



金川集团消防员职业技能竞赛组委会  
二〇二四年六月

## 一、竞赛说明

竞赛由理论考试和实际操作考核两部分组成,理论考试采用闭卷笔答题方式,实际操作考核采用现场实际操作方式,其中理论知识考试成绩占30%,实际操作考核成绩占70%,两项成绩相加后即为该参赛选手的总成绩。

## 二、理论知识考试

理论考试为120分钟闭卷答题,题型分为单项选择、多项选择、判断题,内容从以下三个部分中选取100道题进行笔答考试。

### 1. 法律法规 (30%)

包括《中华人民共和国突发事件应对法》《中华人民共和国安全生产法》《中华人民共和国消防法》《安全生产事故应急条例》《危险化学品安全管理条例》等有关消防救援法律、法规、部门规章、标准。

### 2. 消防员应知应会和危险化学品基础知识 (60%)

包括消防员灭火救援基础知识,危险化学品基础知识,常见危险化学品生产、经营、储存、运输、使用要求及“两重点一重大”管理要求;常见火灾事故种类、火灾成因、灭火救援、应急处置等;事故救援中常见人员急救、互救等基础知识。

### 3. 应急救援装备知识 (10%)

消防灭火救援个体防护、侦检、灭火、堵漏、洗消、破拆等应急装备名称、性能、操作、故障排除等基本知识。

### 三、实际操作考核竞赛项目设置

实际操作考核设置综合体能、射水打靶、单兵真火抢险救援、百米负重等4个竞赛项目，均为个人单项。

**1. 综合体能：**参赛人员按要求完成25m折返跑连接消防栓闷盖5次、翻越2m障碍板、穿越10m网状受限空间、行至65m处完成一人两盘水带连接到达终点。

**2. 射水打靶：**参赛人员从模拟消防栓处进行两盘水带连接，进入射水区域，举手示意协助人员打开供水阀门，射水打靶至靶牌声光报警灯响起。

**3. 单兵真火抢险救援：**参赛人员佩戴使用空气呼吸器后，当听到“开始”指令后，拿起破拆工具到达障碍物前进行破拆；破拆结束后，将破拆工具放置在破拆工具放置区内；穿过障碍物使用灭火器扑灭明火；明火扑灭后将灭火器立放在灭火器放置区内；跑至软体假人处，将软体假人按原路搬运至起点器材放置区防护垫上。

**4. 百米负重：**参赛人员着消防灭火防护服、消防头盔、消防安全腰带、安全绳、腰斧、防护靴，佩戴消防手套、防爆照明灯、呼救器，背负空气呼吸器(不携带面罩)，听到“开始”的口令，操作人员双手提起水带向前跑进，冲出终点线。

### 四、实际操作考核竞赛规则及评分标准

#### 个人综合体能

#### (一) 竞赛内容

完成25m折返跑连接消防栓闷盖5次、翻越2m障碍板、穿越10m网状受限空间、完成两盘水带连接。

## (二) 竞赛目的

检验队员速度、爆发力、耐力、协调性等综合身体素质，以及操作灭火器材的熟练程度和应急救援与自救基本技能。

## (三) 场地与器材

在长100m、宽3.5m的跑道两端标出起点线和终点线。5m处放置高1.2m DN65模拟消火栓接口5个；30m处地面放置DN65内扣式消火栓闷盖5个(每个间隔30cm)；40m处放置障碍板1个(高2m、宽2m、厚0.05m)；50m至60m处放置网状受限空间(长10m、高1.2m、宽0.8m，分别在受限空间入口处设置高0.6m的上挡板、2.5m处设置高0.6m的下挡板、5m处设置宽0.4m的左挡板、7.5m处设置宽0.4m的右挡板、出口处中央设置直径0.6m的人孔)；65m处放置20-65-20型水带两盘，三分水器一个，19毫米直流开关水枪1支；67m处设置分水器拖止线；终点线后0.5m处设置计时按钮1个。场地按照承办单位具体实际情况可适当做出调整，但不改变科目实际距离。

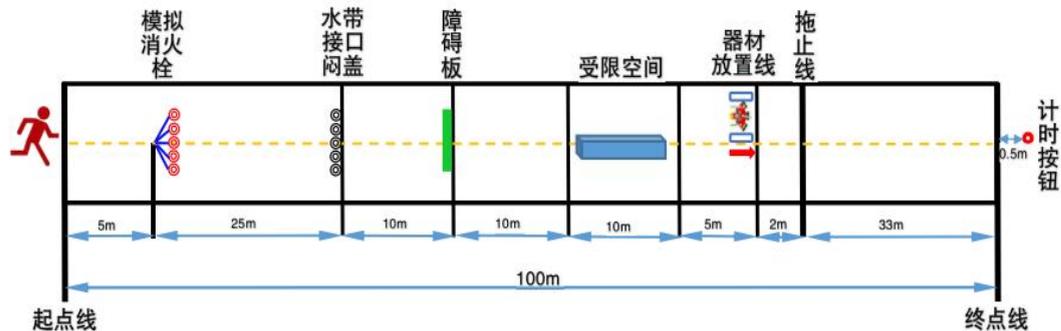


图1 个人综合体能竞赛场地示意

## (四) 操作程序

听到“开始”指令后，参赛队员按要求在两个折返点之间完成5次消火栓闷盖连接，闷盖连接完成后翻越2m障碍板，返回通过10m受限空间，最后行至65m处完成一人两盘水带连接到达终点。

#### (五) 操作要求

1.竞赛中，不得故意损坏装备器材或使用竞赛组委会提供和规定自带之外的任何器材、器具。

2.参赛队员内着短袖体能训练服，外穿抢险救援防护服(夏款)、19-消防夏季训练鞋，佩戴消防防护腰带和抢险救援防护头盔。

3.参赛队员应按项目规定顺序依次进行操作，禁止漏项、穿插进行。

4.参赛队员应面向终点方向站立，完成每个折返跑过程仅能携带1个消火栓闷盖完成连接；消火栓闷盖连接不得卡口。

5.参赛队员必须从正面翻越障碍板，不得踩踏障碍板支架。

6.受限空间必须从正面穿越，不得绕行。

7.水带对折双卷立放，两接口距离不大于10cm，水带接口不准接触或提前连接，分水器和直流水枪放置在器材放置线后。

8.水带连接不得脱口、卡口。

9.到达终点线前必须完成一人两盘水带连接(含水枪)；按下计时按钮后，水枪不得脱手，待发出统一口令后方可脱手。

10.竞赛过程中，分水器不得拖出拖止线，不得压拖止线。

11.竞赛过程中，个人防护装备不得脱落，如有掉落应按照规定要求原地佩戴好后方可继续操作。

12.全过程操作用时不超过5min。

#### （六）成绩评定

计时从发出“开始”指令起，至参赛队员完成一人两盘水带连接到达终点止。

#### （七）评分细则

1.有下列情形的，作加时处理：

- (1)参赛队员未按要求着装的，加时 20s。
- (2)消火栓闷盖连接卡口的，每处加时 20s。
- (3)翻越障碍板踩踏支架，每次加时 20s。
- (4)一人两盘水带连接出现卡口的，每处加时 20s。
- (5)水带未对折双卷立放、两接口距离大于 10cm、水带接口有提前接触或连接、分水器和直流水枪未放置在器材放置线后的，每项每件加时 20s。
- (6)分水器任何部分拖出拖止线或压线的，加时 20s。
- (7)按下计时按钮后将水枪甩出手的，加时 20s。
- (8)竞赛过程中个人防护装备脱落，未原地重新穿戴好后继续操作的，每件次加时 40s。

2.出现下列情形之一，取消该项目比赛成绩：

- (1)竞赛中，故意损坏装备器材或使用竞赛组委会提供和规定自带之外的任何器材、器具的。
- (2)未按操作规程操作的。
- (3)消火栓闷盖有未连接的。

- (4)在 1 次折返中携带或连接多个消火栓闷盖的。
- (5)未从正面翻越障碍板或未从正面穿越受限空间的。
- (6)过终点线后，未完成水带连接(含水枪)、水带脱口的。
- (7)在比赛过程中，不服从裁判，影响他人比赛的。
- (8)全过程操作用时超过 5min 的。

#### (八)安全注意事项

- 1.参赛队员在竞赛前应进行热身活动，防止关节扭伤和肌肉拉伤。
- 2.参赛队员翻板操作时，严格按规范操作，防止跌落摔伤。
- 3.参赛队员穿越受限空间时应降低重心，防止受伤。
- 4.参赛队员操作两盘水带连接时应正确操作，防止被水带绊倒、摔伤。
- 5.参赛队员跑动过程中，注意保持身体协调性，防止摔倒。

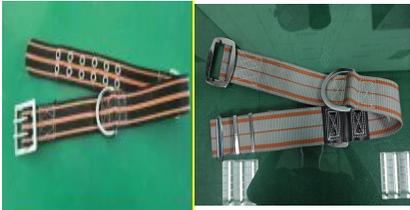
### 竞赛成绩评判表

参赛项目		个人综合体能	参赛人员			
出场顺序			参赛时间			
评定标准	加秒项	项目标准			成绩记录	
					次数	加秒
		参赛队员未按要求着装的，加时 20s。				
		消火栓闷盖连接卡口的，每处加时 20s。				
		翻越障碍板踩踏支架的，每次加时 20s。				
		一人两盘水带连接出现卡口的，每处加时 20s。				
		水带未对折双卷立放、两接口距离大于 10cm、水带接口有提前接触或连接、分水器和直流水枪未放置在器材放置线后的，每项每件加时 20s。				
		分水器任何部分拖出拖止线或压线的，加时 20s。				
		按下计时按钮后将水枪甩出手的，加时 20s。				
		竞赛过程中个人防护装备脱落，未原地重新穿戴好后继续操作的，每件次加时 40s。				

评定标准	取消成绩项	项目标准	违规内容	备注
		竞赛中，故意损坏装备器材或使用竞赛组委会提供和规定自带之外的任何器材、器具的。		
		未按操作规程操作的。		
		消火栓闷盖有未连接的。		
		在1次折返携带或连接多个消火栓闷盖的。		
		未从正面翻越障碍板或未从正面穿越受限空间的。		
		按下计时按钮后，未完成水带连接的(含水枪)，水带脱口的。		
		在比赛过程中，不服从裁判，影响他人比赛的。		
		全过程操作用时超过5min的。		
最终成绩	用时( )秒+加秒( )秒=成绩( )秒			
裁判员签字				

个人综合体能竞赛器材表

序号	装备名称	数量	规格尺寸	参考图样	备注
1	短袖体能训练服，抢险救援防护服(夏款)，19-消防夏季训练鞋	1	国家专业队符合《国家安全生产专业应急救援队作战训练防护服和标志标识规范》，其他参赛队伍按照省厅统一配发着装	<p style="text-align: center;">内穿                  外穿</p> 	参赛队员自带
2	抢险救援防护头盔	1	国家专业队符合《国家安全生产专业应急救援队作战训练防护服和标志标识规范》，其他参赛队伍按照省厅统一配发着装		参赛队员自带

3	消防防护腰带	1	符合国家标准		参赛队员自带
4	防护垫	1	2m×1m		组委会提供
5	消火栓闷盖	5	DN65		组委会提供
6	模拟消火栓接口	1	DN65*5		组委会提供
7	障碍板	1	高2m、宽2m、厚0.05m		组委会提供

8	网状受限空间	1	长10m、宽0.8m、高1.2m，分别在受限空间入口处设置高0.6m的上挡板、2.5m处设置高0.6m的下挡板、5m处设置宽0.4m的左挡板、7.5m处设置宽0.4m的右挡板、出口处中央设置直径0.6m的人孔		组委会提供
9	分水器	1	三分水器，80变65		组委会提供
10	水带	2	聚氨酯20-65-20型水带		组委会提供
11	水枪	1	19毫米直流开关水枪(带背带)		组委会提供

## 射水打靶

### (一) 竞赛内容

操作队员从分水器连接水带，进入射水区域，由辅助队员打开消火栓开关供水，进行射水打靶至靶牌报警灯亮为止。

### (二) 场地与器材

在长50米，宽2.5米的平地上，起点线上设置消防车(泵浦流量80L/s)一台、分水器1个、80毫米水带一盘、65毫米水带两盘及多功能水枪一把，35米至40米标出射水区，距离射水区10米处设置射水靶1个（操作前场地全部用水进行浇洒）。

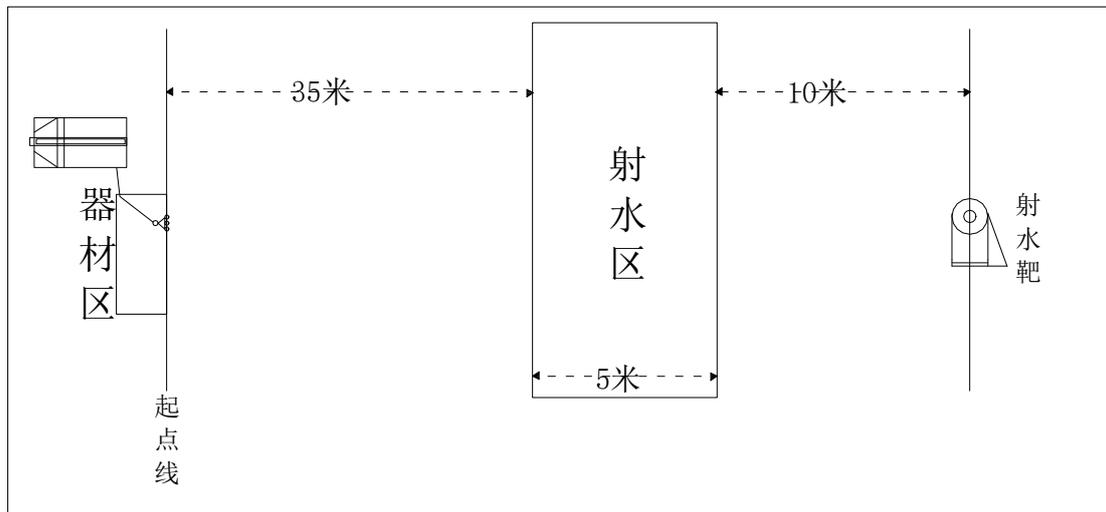


图2射水打靶竞赛场地示意

### (三) 操作程序

2名参赛队员着灭火防护服在起点线处做好准备。提前将80毫米水带，在车辆与分水器之间连接好，分水器开关呈完全关闭状态。车辆提前发动，挂泵进行稳压，工作压力5-7KG。听到“开始”指令后，1号队员向前甩开一盘水带，将水带一个接口与分水器出水口连接，另一接口连接第二盘水带，然后，向前甩开第二盘水带，连接水枪跑至射水区向2号队员举手示意供水，2号队员

打开消火栓向前方供水，射水打靶至靶牌报警指示灯亮后停止。

#### (四) 操作要求

- 1.队员着灭火防护服，穿灭火防护靴，戴新式消防头盔、消防手套、消防安全腰带，经检查合格后，方可参加竞赛。
- 2.操作人员进入射水区域举手示意后方可供水。
- 3.操作人员应在射水区域内射水打靶。
- 4.作业过程中发生器材或防护装备脱落，应重新拾起、佩戴后，方可继续操作。
- 5.操作人员在淋湿后的竞赛场地使用淋湿的水带进行竞赛。
- 6.2号队员除开关供水阀门外不能有其他协助操作动作。
- 7.服装不得随意改动。

#### (五) 评判细则

- 1.计时从发出“开始”指令开始，至靶牌报警指示灯亮为止。
- 2.该科目比赛成绩为前方1号打靶队员单人成绩。
- 3.器材或防护装备脱落，应重新拾起、穿戴，计时累加。
- 4.队员射水打靶时，人枪未在射水区内射水，加时20秒。
- 5.1号队员未进入射水区2号队员提前供水，加时20秒。
- 6.出现下列情况之一，取消该项目比赛成绩：
- 7.器材或防护装备脱落，没有重新拾起、穿戴；
- 8.2号队员除开关供水阀门外有其他协助操作动作；
- 9.水枪在射水过程中掉落地面；
- 10.故意损坏竞赛器材装备。
- 11.服装随意改动。
- 12.全过程操作用时不超过3分钟。

#### (六) 安全注意事项

1.参赛队员在竞赛前要进行热身活动，防止关节扭伤和肌肉拉伤。

2.参赛队员铺设水带线路时，应防止水带绊倒摔伤。

3.参赛队员射水打靶时，防止供水压力发生变化，水枪脱手造成伤害。

4.参赛队员射水时，防止水流影响、伤害其他参赛人员和工作人员。

### 竞赛成绩评判表

参赛项目		射水打靶	参赛人员			
出场顺序		参赛时间				
评 定 标 准	加 秒 项	项目标准			成绩记录	
					次数	加秒
		队员射水打靶时，人枪未在射水区内射水，加时 20 秒				
	1 号队员未进入射水区 2 号队员提前供水，加时 20 秒					
	取 消 成 绩 项	项目标准			违规内容	备注
		器材或防护装备脱落，没有重新拾起、穿戴				
		2 号队员除开关供水阀门外有其他协助操作动作				
		水枪在射水过程中掉落地面				
		全过程操作用时超过3分钟				
	故意损坏竞赛器材装备以及服装随意改动					
最终成绩	用时（                      ）秒+加秒（                      ）秒=成绩（                      ）秒					
裁判员签字						

### 射水打靶竞赛器材表

序号	装备名称	装备型号	装备图片	备注
1	分水器	三分水		承办方提供
2	水带	16-65-20型聚氨酯水带		承办方提供
3	多功能水枪	多功能水枪具备流量调整、射流变换功能		承办方提供

序号	装备名称	装备型号	装备图片	备注
4	灭火防护服	防护服上衣、下裤；防 护头盔；防护靴；安全带； 消防手套		承办方提供
5	靶牌	长 1500 毫米 宽 980 毫米 高 2000 毫米 孔径Φ320 毫米		承办方提供
6	举高消防车一台	18 米		承办方提供

## 单兵真火抢险救援

### (一) 竞赛内容

佩戴空气呼吸器、破拆障碍物、利用干粉灭火器实施火灾扑救、搬运软体假人、对模拟人实施心肺复苏。

### (二) 竞赛目的

检验队员操作灭火器、破拆工具和空气呼吸器的熟练程度，以及单兵救人和救生技能。

### (三) 场地与器材

在长 60m，宽 5m 的跑道上标出起点线和折返线。起点线至 3m 处标出器材放置区；25m 处标出障碍线，障碍线右侧放置 1m×1m 的防护垫，用于放置破拆工具；35m 处标出灭火器准备线；45m 处标出真火模拟装置放置区；50m 处标出 30cm×30cm 的灭火器放置区；60m 处标出折返线，折返线前放置防护垫，为软体假人放置区。

器材放置区放置 2m×1m 防护垫 2 个，防护垫上分别放置心肺复苏模拟人 1 个(头朝起点线)和电动液压剪 1 个(呈闭合状态)；障碍线处放置 2m×1.5m 障碍物(双开外推门)1 个，障碍物上设直径 2cm 圆钢 3 根；灭火器准备线处放置 8kg 干粉灭火器 2 具；真火模拟装置放置区放置真火模拟装置(1.5m×1.0m×0.4m)1 个；折返线处放置 2m×1m 防护垫 1 个，40kg 软体假人置于防护垫上(横向放置)；心肺复苏模拟人附近设置计时按钮 1 个。

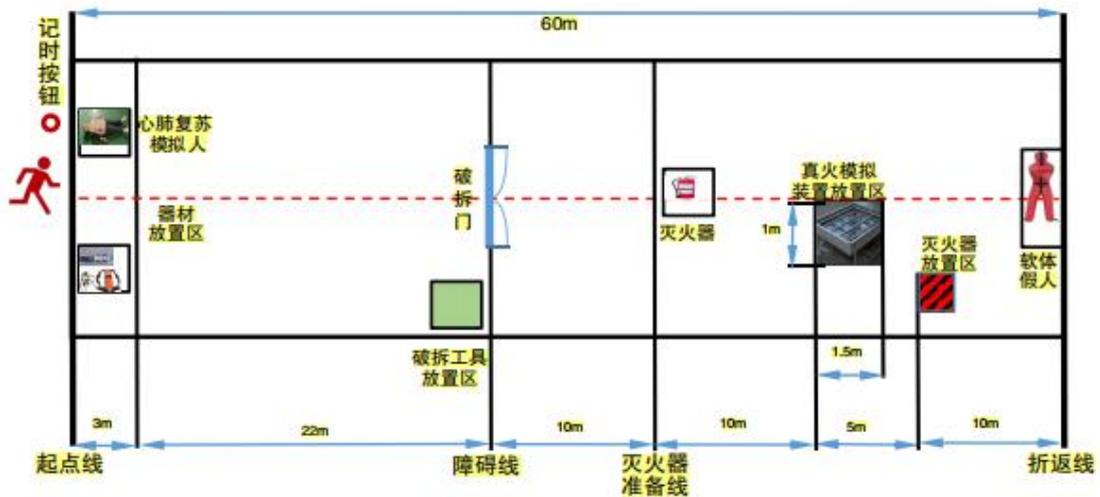


图 2 真火抢险救援竞赛场地示意图

#### (四) 操作程序

参赛队员佩戴使用空气呼吸器后，向裁判员举手示意，当听到“开始”指令后，拿起破拆工具到达障碍物前进行破拆；破拆结束后，将破拆工具放置在破拆工具放置区内；穿过障碍物使用灭火器扑灭明火；明火扑灭后将灭火器立放在灭火器放置区内；跑至软体假人处，将软体假人按原路搬运至起点器材放置区防护垫上；卸下空气呼吸器，放置于器材放置区防护垫上；对固定摆放的心肺复苏模拟人进行心肺复苏，模拟人心肺复苏成功后，按下计时按钮。

#### (五) 操作要求

1.竞赛中，不得故意损坏装备器材或使用组委会提供和规定自带之外的任何器材、器具。

2.参赛队员穿着抢险救援防护服、抢险救援靴，佩戴抢险救援防护头盔、抢险救援手套、腰带，并佩戴使用空气呼吸器。

3.竞赛前，参赛队员做好器材检查，电动液压剪必须处

于完全闭合状态，电源开关处于关闭状态。干粉灭火器处于铅封状态，压力处于正常工作压力状态。软体假人横向仰卧放置。

4.竞赛前，参赛队员正确佩戴使用空气呼吸器，经裁判确认符合竞赛要求，准备竞赛。

5.竞赛过程中，空气呼吸器腰带须扣好，面罩佩戴符合要求，没有漏气现象。

6.竞赛过程中，个人防护装备不得脱落，如有掉落应按要求原地佩戴好后方可继续操作。

7.卸下空气呼吸器时，必须完全关闭空气呼吸器供气阀，轻放于防护垫上，不得抛掷。

8.破拆时，圆钢必须逐个完全剪断方可进行清障操作。

9.扑救明火时，必须做到完全熄灭，不得复燃。

10.灭火完毕后，须将灭火器立放于灭火器放置区内。

11.搬运软体假人过程中，假人不能接触地面、拖拽(触地拖行超过3s)、触碰障碍物。

12.软体假人必须放在指定区域，由脚至头顺序仰卧轻放至软垫上，不得抛掷。

13.心肺复苏操作用时不超过5min；全过程操作用时不超过7min。

#### (六) 成绩评定

计时从发出“开始”指令起，至心肺复苏成功，按下计时按钮止。

#### (七) 评分细则

1.出现下列情形的，作加时处理：

(1)参赛队员未按要求着装的，或佩戴不符合国家标准要求的个人防护装备的，每类装备加时 20s。

(2)器材检查完毕后，电动液压剪未呈完全闭合状态、电源开关处于开启状态的，干粉灭火器未处于铅封状态的，压力未处于正常工作状态的，软体假人未横向放置的，每处加时 20s。

(3)卸下空气呼吸器时未关闭供气阀，空气呼吸器未放置于防护垫上或越过防护垫边缘的，每处加时 20s。

(4)电动液压剪拿起后至破拆结束前，电动液压剪接触地面的，每次加时 20s。

(5)破拆圆钢未逐个完全剪断即进行清障操作的，每次加时 20s。

(6)破拆结束后，电动液压剪放置超出破拆工具放置区的，加时 20s。

(7)搬运软体假人过程中，软体假人触地的，每次加时 20s；触碰障碍物的，每次加时 20s。

(8)软体假人须由脚至头顺序仰卧轻放至软垫上，不得摔、扔软体假人，违反的加时 60s。

(9)软体假人放置超出防护垫边缘的，每处加时 20s。

(10)灭火器未立放于灭火器放置区内或压线的，加时 20s。

(11)竞赛过程中个人防护装备脱落，未原地及时重新穿戴好继续操作的，每次加时 40s。

2.出现下列情形之一，取消该项目竞赛成绩：

(1)竞赛中，故意损坏装备器材或使用组委会提供和规定自带之外的任何器材、器具的。

(2)未按操作规程操作的。

(3)明火未完全熄灭，进行下一项操作的。

(4)在比赛过程中，故意影响其他选手比赛的。

(5)搬运软体假人拖拽的。

(6)模拟人心肺复苏未成功，按下计时按钮的。

(7)心肺复苏操作用时超过 5min 的；全过程操作用时超过 7min 的。

#### (八)安全注意事项

1.参赛队员在竞赛前要进行热身活动，防止关节扭伤和肌肉拉伤。

2.参赛队员应按要求佩戴空气呼吸器，完全打开气瓶阀，防止发生窒息事故。

3.参赛队员行进过程中应注意防止摔伤。

4.参赛队员灭火时要按操作程序进行，防止误伤。

### 竞赛成绩评判表

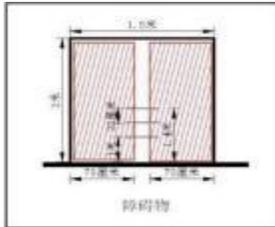
参赛项目	单兵真火抢险救援	参赛人员			
出场顺序		参赛时间			
评定标准	加秒项	项目标准		成绩记录	
				次数	加秒
		参赛队员未按要求着装的，或佩戴不符合国家标准要求的个人防护装备的，每类装备加时 20s。			
		器材检查完毕后，电动液压剪未呈完全闭合状态、电源开关处于开启状态的，干粉灭火器未处于铅封状态的，压力未处于正常工作状态的，软体假人未横向放置的，每处加时 20s。			
		卸下空气呼吸器时未关闭供气阀，空气呼吸器未放置于防护垫上或越过防护垫边缘的，每处加时 20s。			
		电动液压剪拿起后至破拆结束前，电动液压剪接触地面的，每次加时 20s。			
		破拆圆钢未逐个完全剪断即进行清障操作的，每次加时 20s。			
		破拆结束后，电动液压剪放置超出破拆工具放置区的，加时 20s。			
		搬运软体假人过程中，软体假人触地的，每次加时 20s；触碰障碍物的，每次加时 20s。			
		软体假人须由脚至头顺序仰卧轻放至软垫上，不得摔、扔软体假人，违反加时 60s。			
		软体假人放置超出防护垫边缘的，每处加时 20s。			
		灭火器未立放于灭火器放置区内或压线的，加时 20s。			
竞赛过程中个人防护装备脱落，未原地及时重新穿戴好继续操作的，每次加时 40s。					

评定标准	取消成绩项	项目标准	违规内容	备注
		竞赛中，故意损坏装备器材或使用组委会提供和规定自带之外的任何器材、器具的。		
		未按操作规程操作的。		
		明火未完全熄灭，进行下一项操作的。		
		在比赛过程中，故意影响其他选手比赛的。		
		搬运软体假人拖拽的。		
		模拟心肺复苏未成功，按下计时按钮的。		
		心肺复苏操作用时超过 5min 的；全过程操作用时超过 7min 的。		
最终成绩	用时(                      )秒+加秒(                      )秒=成绩(                      )秒			
裁判员签字				

### 单兵真火抢险救援竞赛器材表

序号	装备名称	数量	规格用途	装备图片	备注
1	电动液压剪	1	电动液压剪扩钳 BCS350 最大剪断能力 $\phi$ 28mm 圆钢 最大剪切力:390KN 锂电池 18V3.6Ah		参赛队员自带
2	心肺复苏模拟人 (GD/CPR10300C)	1	自动监测、打印结果,符合国家行业标准		组委会提供
3	软体假人	1	40kg		组委会提供
4	圆钢	3	直径 2cm 长 100cm		组委会提供

5	抢险救援防护服， 抢险救援防护 头盔	1	国家专业队符合《国家 安全生产专业 应急救援队作战训 练防护服和标志 标识规范》，其他参 赛队伍统一按照省 厅配发着装		参赛队员自带
6	抢险救援腰带、 手套	1	五指全防护，符合国 家相关标准		腰带参赛队员自带 手套由组委会统一提 供使用
7	抢险救援靴	1	皮质、防砸、防穿刺， 符合国家相关标准		参赛队员自带

8	防护垫	4	2m×1m, 3个 1m×1m, 1个		组委会提供
9	障碍物	1	2m×1.5m		组委会提供
10	正压式空气呼吸器 (梅思安)	1	XF124-2013 消防正压空呼标准 (RHZK6.8F 梅思安)		参赛队员自带
11	真火模拟装置	1	尺寸 1.5m×1.0m×0.4m, 干粉灭火训练考核装置由装置主体、燃烧装置、熄火自动关闭装置、点火系统及控制系统组成		组委会提供

12	灭火器	2	ABC8kg手提式 干粉灭火器		组委会提供
----	-----	---	--------------------	---	-------

## 100 米负重跑

### (一) 场地设置

在 100 米跑道上分别标出起点线和终点线，在起点线前放置 65 毫米口径水带 2 盘。

### (二) 操作程序

参赛人员着消防灭火防护服、消防头盔、消防安全腰带、安全绳、腰斧、防护靴，佩戴消防手套、防爆照明灯、呼救器，背负空气呼吸器(不携带面罩)，听到“预备”口令，操作人员在起点线处做好操作准备(手和脚不得越过起点线，不可触摸器材)。听到“开始”的口令，操作人员双手提起水带向前跑进，冲出终点线。

### (三) 操作要求

(1) 操作人员着灭火防护服、消防头盔、消防安全腰带、安全绳、腰斧、防护靴，佩戴或携带消防手套、防爆照明灯、呼救器，背负空气呼吸器(不携带面罩)。

(2) 空气呼吸器气瓶容积为 6.8 升，压力不得小于 25 兆帕。

(3) 灭火防护服裤腿及衣袖不得挽起，防护靴不得采取任何措施与灭火防护服裤子或腿部固定，防护靴上沿不得外翻。

(4) 跑动时，个人防护装备及水带不得接触地面。

(5) 发出“开始”口令前，不得触摸水带；每盘水带长度不小于 20m，不得使用任何工具对水带进行捆绑固定，水带接口不可互相连接。

#### (四) 成绩评定

采用人工计时，计时从发出“开始”信号时，到身体有效部位越过终点线止。

#### (五) 评判标准

有下列情况之一者，不计取成绩：

- (1) 擅自改动个人防护装备或不按要求着装。
- (2) 操作前水带未双卷立放。
- (3) 冲出终点线后，个人防护装备佩戴不齐全；水带散开或掉落未重新整理，拖拉水带至终点线。
- (4) 在跑步过程中抢道、串道。

#### (六) 安全注意事项

1. 参赛队员在竞赛前要进行热身活动，防止关节扭伤和肌肉拉伤。
2. 参赛队员应按要求佩戴空气呼吸器，完全打开气瓶阀，防止发生窒息事故。
3. 参赛队员行进过程中应注意防止摔伤。
4. 参赛队员灭火时要按操作程序进行，防止误伤。

### 竞赛成绩评判表

参赛项目		100 米负重跑	参赛人员			
出场顺序		参赛时间				
评 定 标 准	加 秒 项	项目标准			成绩记录	
					次数	加秒
		个人防护装备掉落每次加时 5 秒				
	水带散开或掉落的，每次加时 5 秒					
	取 消 成 绩 项	项目标准			违规内容	备注
		个人防护装备不齐全或擅自改动，不符合标准要求的，不计成绩				
		操作前水带未双卷立放，不计成绩；				
		冲出终点线后，个人防护装备佩戴不齐全；水带散开或掉落未重新整理，拖拉水带至终点线；				
	在跑步过程中抢道、串道不计成绩					
	最终成绩		一次用时 (     ) 秒+加秒 (     ) 秒 二次用时 (     ) 秒+加秒 (     ) 秒 最终成绩 (     ) 秒			
裁判员签字						

## 一人三盘水带连接竞赛器材表

序号	装备名称	装备型号	装备图片	备注
1	水带	16-65-20型聚氨酯水带		承办方提供
2	灭火防护服、消防头盔、灭火防护靴、 消防安全腰带、安全绳、腰斧、呼救器 和消防手套			参加人员自备

## 五、实际操作考核竞赛纪律

1.各竞赛科目次序均以抽签形式决定，抽签结果不得更改。

2.参赛队员于赛前10分钟到裁判处接受检录，由裁判员检验参赛人员个人信息。参赛人员必须按规定进行着装。裁判员点名3次不到者作弃权处理。参赛人员检录后，不得变更。

3.各竞赛科目参赛队员进入竞赛场地，由裁判员确认符合相应参赛要求后方可开赛。

4.裁判员发出“开始”指令后，比赛开始。

5.参赛队员按科目操作要求进行操作，裁判员当场进行计时，做好记录，根据评判细则计分。

6.个人综合体能、单兵救援、心肺复苏项目参赛队员只能参加1次，三盘水带连接操参赛队员允许参加2次（取最佳成绩）。如遇比赛设施发生故障、恶劣天气等特殊情况下，由裁判组裁定是否重赛。

7.每名参赛队员必须独立完成全部竞赛项目，竞赛中途因故退赛者，后续项目视为放弃，不得由他人顶替完赛。

8.参赛队员在竞赛中出现下列情况之一，取消此项竞赛资格、成绩：

（1）1次操作中3次抢跑；

（2）未按规定着装；

（3）盔、帽、鞋、腰带、器材脱落，未及时纠正而继续参赛；

（4）冲撞、阻挡或妨碍其他参赛队员行为；

(5) 不服从裁决，顶撞、围攻、谩骂裁判；

(6) 未按规定程序操作；

(7) 其他严重影响竞赛进程的行为。

9. 参赛队员完成竞赛科目后，按照工作人员的安排到指定地点休息，未经裁判批准，不得返回赛场。

10. 参赛队员若对裁决有异议，应在1小时内以口头或书面形式向裁判长提出，由裁判组做出裁定。

11. 竞赛器材由竞赛现场提供。