

维修工技能比武方案 岗位大比武方案(实用8篇)

方案在各个领域都有着重要的作用，无论是在个人生活中还是在组织管理中，都扮演着至关重要的角色。怎样写方案才更能起到其作用呢？方案应该怎么制定呢？以下是小编给大家介绍的方案范文的相关内容，希望对大家有所帮助。

维修工技能比武方案篇一

为全面贯彻落实□xx县“万名教师课堂教学大比武”活动实施方案》（镇教字[20xx]48号）文件精神，紧紧盯牢课堂主阵地，深化课堂教学改革，促进教师业务素质提高，全面提高教育教学质量，根据《晁陂镇“教师课堂教学大比武”活动实施方案（试行）》，决定开展镇级中小学教师课堂教学大比武活动。

1、参赛对象：各学校校级教师课堂教学大比武活动成绩优秀的教师。

2、比赛时间、地点：

6月8日—10日，各学段各年级各学科具体比赛时间、地点见附表。每天上午8：00开赛。初中九年级需要参加三模带队的教师，可以根据自己实际情况调整参加。

3、比赛顺序：按照中心校统一确定的比赛顺序进行，逾期不到视为弃权。若安排在上午参加比赛，由于时间原因没有安排参赛，下午开始后首先按照顺序进行上午没有参赛的教师。

4、比赛方式为微课形式，时间控制在10—15分钟。

1、教案要求：参赛课题由本人自定一篇课文、一个章节中的

一个课时即可，教案设计必须符合“六三二”和谐课堂教学法的主要教学流程和有关要求。讲课前先给评委提交所授课教案两份。教案要求有封面，封面上应显示晁陂镇教师课堂教学大比武活动教案、授课年级、学科、课题、单位、姓名、时间等内容。

2、微课要求：在教学设计上小学符合“六三二”和谐课堂教学法、初中符合“四步问题化学习模式”一般要求，“三维”目标明确，教学方法得当，教学思路清晰，问题设计难易适中，情境创设切合学生实际，课堂教学能注重学生的创新精神和实践能力和良好行为习惯的培养，科学整合应用现代远程教育资源，能积极有效地激发学生学习兴趣，强调自主、合作、探究的学习方式，突出以教师为主导、学生为主体、训练为主线、思维为核心、能力为目标的教学方式，能充分体现“六三二”和谐课堂教学法、“四步问题化学习模式”的主要标志、主要教学环节等，板书设计科学合理，教师驾驭课堂能力强，有较高的课堂教学效益。每节课不超过15分钟。

1、微型课的三个特点

(1) 没有学生。课堂中没有学生，只有评委，上课者面对评委上课。(2) 时间短。一般每节课不超过15分钟。(3) 课堂结构完整。麻雀虽小，五脏俱全。微型课也要具备“六三二”和谐课堂教学法、“四步问题化学习模式”的基本环节。只是因为现场没有学生，课堂上就只有教师“教”的活动而没有学生“学”的活动。

2、上好微型课注意事项

一是要“虚实结合”。微型课中，学生的活动是“虚”的，教师的活动是“实”的。教师的活动要实实在在的展示出来，与平时课堂教学一样，通过设计，充分展示自己的业务素质 and 教学基本功。学生的活动虽然是“虚”的，也要让评委感

觉到学生的活动是存在的而且是有效的。

二是要“无中生有”。微型课的现场没有学生，上课时教师眼里看不到学生，但心中一定要有学生，要“无中生有”。教师的一切“教”的活动，都是为学生的“学”服务，虽然学生的活动现场并没有发生，但教师的活动要体现学生的主体性。

三是上微型课切忌变成说课或者只展示课件念课件。

各学段各学科评委具体见附表，授课教师评委由中心校临时确定。

1、评委打分去掉一个最高分，去掉一个最低分，平均成绩为参赛者最终得分。

2、比赛结果作为下学期推荐参加县级优质课比赛的基本条件。从今年秋期开始，市级优质课全部从县级大比武活动中产生。

未尽事宜，另行通知

维修工技能比武方案篇二

为贯彻落实全国、省和市森林防灭火工作会议精神，进一步检验我市森林消防专业队伍业务理论、技战水平和应急处置能力，确保森林防火机构改革过渡期各项工作稳步推进，决定组织召开第九届苏州市森林消防业务技能比武竞赛，具体活动方案如下：

通过比武，进一步加强森林消防专业队伍的标准化建设、规范化管理和实战化训练，切实提升森林消防专业队伍的业务能力、技战术水平和综合处置能力。

为强化全市森林消防队业务技能比武竞赛活动（下简称“大

比武”) 的组织领导，由市园林和绿化管理局牵头组织成立“大比武”组织委员会。

主任：曹光树市园林和绿化管理局局长

副主任：陈月球中共苏州市委市级机关工委副书记

谭国明市人力资源和社会保障局副局长

邵雷市园林和绿化管理局副局长

蔡建璞市应急管理局副局长

都锺邑市总工会副主席

成员：张勤中、罗迪、张强、顾咏梅、林刚、吴友松、刘伟、高宝清、韩灌生

“大比武”组委会下设办公室，邵雷任办公室主任。办公室设裁判组、会务组、宣传组、保障组，负责“大比武”工作筹备和组织，分工如下：

（一）裁判组。组长：郁斌，成员：董务闯、郭勇、沈虹等，抽调各专业队员24名。负责各竞赛队的训练指导，竞赛项目操作规程和规则的制定，竞赛的组织 and 裁判。

（二）会务组。组长：林刚，成员：蔡玉林、苏伟峰等。负责草拟“大比武”开幕词、闭幕词、领导讲话及相关会议材料；邀请、接待领导，布置会场、竞赛现场，落实奖杯、奖牌、证书等，做好评功评奖。

（三）宣传组。组长：刘伟，成员：丁好好、毛秀国和新闻媒体若干人等。负责比武竞赛期间的现场解说、宣传报道、现场录音录像。

（四）保障组。组长：韩灌生，成员：邢建荣、吴东、王建新等，抽调消防队员30名。负责竞赛器材装备、竞赛期间的饮食、交通、医疗卫生落实等保障工作；维护现场交通秩序，做好纪律督察工作等。

时间□20xx年11月8日、9日，现场观摩为11月9日上午。

地点：苏州市吴中区天池山野外综合训练场。

（一）参赛队伍。共19支队伍，其中专业森林消防队15支，包括吴中区区本级、区林场、木渎镇、东山镇、金庭镇、光福镇、越溪街道、太湖度假区8支森林消防队；高新区区本级、科技城、枫桥街道、通安镇、狮山（横塘）街道5支森林消防队；常熟市虞山森林消防队和苏州市园林局上方山森林公园消防队。半专业森林消防队4支，包括吴中区胥口镇、横泾街道森林消防队，张家港市香山森林消防队、市园林局天平山风景区森林消防队。

（二）参赛人员：各队参赛消防队员共10人，其中队长1人、领队1人，合计参赛人员190人。

（一）业务理论。每队9人参加，各队队长必须参加，根据日常理论学习范围、按百分制命题。采取笔试方式，个人成绩分别计入个人单项，并根据各队参赛队员平均得分计团体成绩（视疫情防控待定）。

（二）负重越野。每队5人上场，携带5箱灭火弹（由组委会提供，10枚/箱），从起点跑到终点（全程600米，水泥路面）。每队以最后1人到达终点为竞赛结束。按用时长短计团体名次，同时记录个人比赛时间。

（三）灭火弹投掷。每队3人上场，每人投2枚（塑壳实弹）。投掷点距离靶心15米。靶面有三个圆环，靶心环直径为1米，向外每环半径递增1米。以爆炸点环数之和计算成绩，靶心环

为10环，向外依次为9、8、7、6环，低于6环不计成绩。以各队总环数计团体成绩，同时计个人单项成绩。

（四）水泵接力。每队7人上场，每队2台水泵、300米水带，采用2台串联的方式进行接力，到达指定位置，以水枪出水计算时间排名。

（五）扑火技能。在现场点燃19堆火，每队9人持本队所携带的扑火工具（国标2号工具3把、灭火器3台、脉冲枪3具），扑灭其中一堆。以没有余火认定，按扑火用时长短排名。

（六）消防水车灭火演练。在现场点燃2堆火，每5辆消防车为一组，每队4人上场，使用自备水车和装备，按规定路线行驶，到达指定位置后，接水带若干，出水扑灭其中一堆。以没有余火认定，按扑火用时长短排名。

团体总分取前12名（一等奖1个、二等奖2个、三等奖3个、优胜奖6个），颁发奖牌；个人单项取前6名（一等奖1名、二等奖2名、三等奖3名），并颁发获奖证书和奖金；团体项目取前6名（一等奖1名、二等奖2名、三等奖3名），并颁发获奖证书和奖金；个人全能取前6名，并颁发获奖证书和奖金，第一名按程序申报“苏州市五一劳动奖章”；个人全能前3名由苏州市人社局授予“苏州市技术能手”荣誉称号。

（一）高度重视，加强领导。业务技能比武竞赛活动是推进专职消防队技战术水平和实战能力的重要举措。各单位要高度重视，立即集结队员，开展针对性训练，以比促训，以比促战，力争在比武竞赛中取得好成绩。

（二）提前谋划、周密组织。各单位要按照比武竞赛方案要求，周密组织，细化措施，明确分工，责任到人、严肃纪律，令行禁止。

（三）强化保障，确保安全。各单位要立足实际，齐装满员、

配齐比武器材装备，加大保障力度。要增强安全意识，严格各项操作规程，做到“训前赛前必检查、训后赛后必保养”，严防各类事故发生，确保比武竞赛顺利开展。

各参赛单位务必于2021年11月5日前将参赛队员名单、身份证号、一寸照片（着扑救服不带帽子和背景蓝色电子版）报市竞赛组委会办公室。

联系人：郁斌

电话：67523630

邮箱：1654783889@

维修工技能比武方案篇三

为了深入贯彻落实□xxxx关于开展“安全防范百日竞赛”活动的通知》精神，进一步加强我公司全体员工的消防安全意识，提高员工的消防业务素质和扑救火灾的技能，根据公司今年10月18日《关于印发〈“安全防范百日竞赛”活动方案〉的通知》的计划，公司定于近期举办一次消防技能演练比赛，现将有关事项通知如下：

20xx年12月18日下午15：00

公司篮球场

- 1、负重跑接力赛；
- 2、一人两盘水带连接；
- 3、接力供水；
- 4、现场灭火比赛。

公司办、财务部和物资供应部联合组一个队；热能工段和制胶工段联合组一队；原料部、销售部、质管部、生技部、削片工段、热磨工段、热压工段、砂光工段各组一个队，共组织十个队参赛。要求各组队单位尽可能安排义务消防员和兼职安全员参赛，但每个队员最多只能参加两个项目比赛。

1、由安全办负责具体组织实施，公司办、公司工会、团总支协助组织实施。

2、比赛裁判聘请容县消防大队官兵担任，安全办协助。

3、比赛项目顺序依次为：负重接力赛、一人两盘水带连接、接力供水、现场灭火比赛，各队比赛的顺序以抽签为准。

4、各单项成绩以分队参赛过程的时间长短排名，用时短的胜出。参赛队的单项成绩取各队员的时间之和，对应名次得分依次为：第一名100分，第二名90分，第三名80分，第四名70分，第五名60分，第六名50分，第七名40分，第八名30分，第九名20分，第十名10分。各队团体总成绩为各队单项竞赛成绩对应分数的总和。

5、每个比赛项目都须计时，计时要求：听到“开始”口令时，计时员开始计时直到队员完成动作，队员冲出终点线喊“好”为止。

6、如遇器材故障，经裁判确认后，更换器材重新操作（安排在最后补赛）。

第一项：负重跑接力赛——手持消防水带和灭火器

本项比赛，要求各队分别派出4名队员参赛。

场地器材准备：

1、在长28米的篮球场上，以篮球场的两端边底线为界，标出起点线、交接线和终点线。

2、在起跑线外放置两盘65毫米的消防水带和两个4kg的干粉灭火器。

3、准备5个秒表和一条红绳。

4、准备20条消防水带和10个灭火器。

操作程序：

1、当听到“各就位”的口令时，第一名队员迅速走到起跑线后站好。

2、当听到“预备”的口令时，队员迅速做好手持水带向前冲的准备。

3、当听到“开始”的口令时，队员迅速手持水带向前跑，当跑到交接线时，将水带递交给第二名队员，第二名队员跑到终点线后，放下水带提起两个灭火器传递给第三名队员，当跑到交接线时，将灭火器递交给第四名队员，第四名队员接到灭火器后，直至冲出终点线，喊“好”为止。

操作要求：

在整个操作中，第一、第二名队员手持两盘水带，第三、第四名队员手持两个灭火器各跑完28米的距离，当出现负重物品掉落时，队员可以调整动作后，继续比赛，但要相应的加时间；队员要求穿运动鞋，确保比赛过程的安全。

评分细则：

1、成绩以完成比赛时间的长短为准。

- 2、出现抢跑的重新开始，若一个队三次抢跑取消参赛资格。
- 3、未带负重物品跑完全程的不计成绩。
- 4、水带散落后要卷好后再继续比赛，若水带拖地面继续跑的不计成绩。
- 5、未到终点线抛水带交接的不计成绩。
- 6、队员冲出终点线不喊“好”的，比赛时间算到最后一名队员完成比赛为止。

第二项：一人两盘水带连接

每队派出4名队员参加本项赛，由个人单独依次出场进行比赛。

场地器材：

在长37米、宽2.5米的铺带线路上，标出起点线和终点线。在起点线前1米、1.5米处分别标出器材线和消防栓接头拖止线。在器材线后放置水枪、消防栓接头、立放两盘65毫米口径的水带。准备好5个秒表、20条水带、5支水枪和5个消防栓接头。

操作程序：

- 1、每一组5个人比赛，分8组依次进行。
- 2、比赛前由裁判检查比赛器材是否规范、完好。
- 3、当听到“准备器材”的口令时，队员检查器材作好比赛准备，水带、水枪、消防栓不能预先连接。
- 4、当听到“各就位”的口令时，队员到起点线后站好。
- 5、当听到“预备”的口令时，队员做好操作准备。

6、当听到“开始”的口令时，队员迅速向前，手持水带，先甩开第一盘，一端连接消防栓，另一端接上第二盘水带，在跑动过程中甩开第二盘水带，连接水带、水枪接口，冲出终点线，喊“好”。

7、未跑出终点线，喊“好”之前发现哪里做得不好的可以回来修整。

8、经裁判检查打分后，队员把水带拿到旁边卷好，放回起点为下一组做好准备。

评分标准：

1、计时从发令“开始”至队员完成操作任务，冲出终点线，举手示意喊“好”止；

2、单项成绩取4名队员的时间之和；

3、接口脱口、接口卡死、未接上水枪的为连接失败，不计成绩；

4、在跑动中忘记带水枪的不计成绩；

5、在跑动中打开水带方法不规范加5秒；

6、消防栓拖出拖止线的加2秒；

7、队员冲出终点线不喊“好”的，比赛时间算到最后一名队员完成比赛为止。

第三项：接力供水

各队派出4名队员参加本项赛。

场地器材：在长28米的篮球场上，以篮球场的两端边线为界，

标出起点线和终点线，在起点线上放一个装满水的'大水桶，在终点线上放置一个大的空水桶。并准备好两个塑料水桶。

比赛规则和评分细则：

在限定两分钟时间内，4名队员从盛满水桶，用小胶桶接力的方式，把水装到对面的空桶内，以空水桶内盛得水的多少依次排名次。

第四项：现场灭火比赛

要求各队派出4名队员参加本项赛。

场地器材：

在长28米的场地上，标出起点线和终点线，在起点线前放置灭火器材：干粉灭火器、干沙、水带（直冲水枪和喷洒水枪），在场地中间放置烧火器具和燃烧材料：柴油、粉尘、纤维、干柴等。

操作程序：

- 1、各参赛队每人扑灭以上任意一种火灾，由各队自己安排。
- 2、针对不同着火物，4种灭火器材每人只能选一种，不能重复使用。
- 3、当听到“准备器材”的口令时，参赛队员检查灭火器材作好比赛准备。
- 4、当听到“各就位”的口令时，参赛队员到起点线后站好。
- 5、当听到“预备”的口令时，参赛队员做好操作准备。
- 6、听到“开始”口令时，参赛队迅速携带灭火器材灭火。扑

灭火后，携带灭火器材（消防水带除外）冲出终点线，喊“好”。

比赛规则和评分细则：

- 1、每个队4名队员同时参赛，每名队员单独灭完一种火灾；
- 2、单项成绩取4名队员的单独完成比赛的时间之和；
- 3、误选灭火器材的不计成绩；
- 5、灭火中，如容器外有火燃烧必须一起扑灭，方能冲出终点线，否则算灭火失败，不计成绩。
- 6、灭火中，为防止发生事故，队员应占领上风或侧上风方向，否则加5秒。
- 7、使用灭火器方法错误或不规范加10秒。
- 8、灭火时，出现火星飞溅的加3秒。
- 9、灭火后，不拿消防器材出终点线的加5秒。
- 10、队员冲出终点线不喊“好”的，比赛时间算到最后一名运动员完成比赛为止。

第一名：600元，第二名：500元，第三名：400元，第四名：300元，第五名：200元。鼓励奖五名，各100元。

1、各部门/工段要高度重视，广泛宣传，严密组织，并于12月10日前将参赛人员名单报安全办（报参赛名单时指定一个为队长）。

2、各参赛队在比赛前要有针对性地开展训练，若需要消防官兵到现场指导的，要及时提出申请，由安全办统一联系和安

排。

维修工技能比武方案篇四

为全面贯彻落实□xx县“万名教师课堂教学大比武”活动实施方案》（镇教字[20xx]48号）文件精神，紧紧盯牢课堂主阵地，深化课堂教学改革，促进教师业务素质提高，全面提高教育教学质量，根据《晁陂镇“教师课堂教学大比武”活动实施方案（试行）》，决定开展镇级中小学教师课堂教学大比武活动。

1、参赛对象：各学校校级教师课堂教学大比武活动成绩优秀的教师。

2、比赛时间、地点：

6月8日—10日，各学段各年级各学科具体比赛时间、地点见附表。每天上午8：00开赛。初中九年级需要参加三模带队的教师，可以根据自己实际情况调整参加。

3、比赛顺序：按照中心校统一确定的比赛顺序进行，逾期不到视为弃权。若安排在上午参加比赛，由于时间原因没有安排参赛，下午开始后首先按照顺序进行上午没有参赛的教师。

4、比赛方式为微课形式，时间控制在10—15分钟。

1、教案要求：参赛课题由本人自定一篇课文、一个章节中的一个课时即可，教案设计必须符合“六三二”和谐课堂教学法的主要教学流程和有关要求。讲课前先给评委提交所授课教案两份。教案要求有封面，封面上应显示晁陂镇教师课堂教学大比武活动教案、授课年级、学科、课题、单位、姓名、时间等内容。

2、微课要求：在教学设计上小学符合“六三二”和谐课堂教

学法、初中符合“四步问题化学习模式”一般要求，“三维”目标明确，教学方法得当，教学思路清晰，问题设计难易适中，情境创设切合学生实际，课堂教学能注重学生的创新精神和实践能力和良好行为习惯的培养，科学整合应用现代远程教育资源，能积极有效地激发学生学习兴趣，强调自主、合作、探究的学习方式，突出以教师为主导、学生为主体、训练为主线、思维为核心、能力为目标的教学方式，能充分体现“六三二”和谐课堂教学法、“四步问题化学习模式”的主要标志、主要教学环节等，板书设计科学合理，教师驾驭课堂能力强，有较高的课堂教学效益。每节课不超过15分钟。

1、微型课的三个特点

(1) 没有学生。课堂中没有学生，只有评委，上课者面对评委上课。

(2) 时间短。一般每节课不超过15分钟。

(3) 课堂结构完整。麻雀虽小，五脏俱全。

微型课也要具备“六三二”和谐课堂教学法、“四步问题化学习模式”的基本环节。只是因为现场没有学生，课堂上就只有教师“教”的活动而没有学生“学”的活动。

2、上好微型课注意事项

一是要“虚实结合”。微型课中，学生的活动是“虚”的，教师的活动是“实”的。教师的活动要实实在在的展示出来，与平时课堂教学一样，通过设计，充分展示自己的业务素质 and 教学基本功。学生的活动虽然是“虚”的，也要让评委感觉到学生的活动是存在的而且是有效的。

二是要“无中生有”。微型课的现场没有学生，上课时教师

眼里看不到学生，但心中一定要有学生，要“无中生有”。教师的’一切“教”的活动，都是为学生的“学”服务，虽然学生的活动现场并没有发生，但教师的活动要体现学生的主体性。

三是上微型课切忌变成说课或者只展示课件念课件。

各学段各学科评委具体见附表，授课教师评委由中心校临时确定。

1、评委打分去掉一个最高分，去掉一个最低分，平均成绩为参赛者最终得分。

2、比赛结果作为下学期推荐参加县级优质课比赛的基本条件。从今年秋期开始，市级优质课全部从县级大比武活动中产生。

未尽事宜，另行通知！

维修工技能比武方案篇五

（一）时间□20xx年6月中旬

（二）地点：消防救援部训练场

（三）参赛人员：全体队员

（四）比武项目：

1. 单干线出两支水枪车操

2. 原地着装

3. 一人二带操

4. 3×100米水带负重跑接力跑

5. 消防车驾驶技术

（五）奖励方法：

本次消防技能比武取单项比分前三名，给予一定的奖金奖励
XXXX公司领导及员工□XX公安分局人员等。

（一）集合队伍，核对参赛人员检录入场，宣布和强调比武规则和有关事项

（二）组织消防技能比武

（三）领导讲话

（四）颁奖仪式

1、统一思想，提高意识。

消防救援部将消防技能比武作为检验最近培训的成效，提高灭火救援处理能力的`一项主要举措来抓，切实加强领导，精心组织，广泛动员，积极参与。

2、明确责任，精心准备。

各参赛队员按照抽签顺序参加比武，在比武中要严格遵守赛场纪律，服从裁判员的判决，确保比武正规有序开展。

1、水罐消防车单干线出两支水枪操

场地：在训练场上标出起点线、分水器线、终点线，起点线处停放1辆装备齐全的水罐消防车，消防车出水口与起点线相齐，进水口一侧设有消火栓或水池。

器材□65mm水带4盘、水枪2支□80mm水带3盘、分水器1个；

操作程序参训人员（班长，驾驶员，1,2,3,4号员）等车就位。

听到“开始”的口令，班长携带分水器放置在分水器线处，冲出终点线组织指挥；1、2号员各携带65mm水带2盘、水枪1支，跑至分水器线处铺设水带，连接分水器和水枪，冲出终点线，成立射姿势；班长将分水器放置在分水器特定位置，然后连接1、2号员的水带接口至分水器后，冲出终点线；3号员铺设80mm水带1盘连接分水器后，操作分水器；4号员铺设80mm水带2盘，连接消防车出水口和3号员铺设的水带接口后，负责干线水带看护；2支水枪射流充实水柱达到15m时，班长举手示意喊“好”。

操作要求

1. 参训人员个人防护装备穿戴齐全，携带通信器材。
2. 班长喊“好”后，参训人员不准再进行操作。
3. 驾驶员缓慢加压，防止水带爆裂和车辆损坏。

成绩评定：

- 1、计时从“开始”口令至班长喊“好”止。
- 2、优秀：45秒；良好：50秒；及格55秒。

2、原地着战服

场地：训练场。

器材：作战服2套

参赛人员：消防救援部。

操作规程：听到裁判员“预备开始”指令，队员从指定位置出发，到着装台穿着战服。

评分细则：

1. 上衣下摆未扎入安全腰带内加3秒
2. 战斗服粘条未粘满三分之二加3秒
3. 腰带未系紧加3秒
4. 帽带未贴于下颚加2秒
5. 脚未踏入靴底计失败
6. 头盔脱落计失败

比赛时间和罚秒时间相加，用时少者名次靠前，取前六名计分，第一名计8分，第二名计6分，第三名4分…第六名计1分，计单项最终成绩。

取其前六名与一人二带操前六名成绩综合，累计得分多者名次靠前，累计得分相同者名次并列。

3、一人二带操法

场地器材：在长37米、宽2.5米的平地上，标出起点线和终点线。在起点线前1米、1.5米、8米处分别标出器材线、分水器拖止线、水带甩开线。在器材线上放置19毫米水枪一支、65毫米内扣式水带两盘、分水器一只（如下图）。

a-起点线□b-器材线□c-分水器拖止线□d-水带甩开线；

e-终点线

操作程序：战斗班在起点线一侧3米处成一列横队。

听到“第一名，出列”的口令，战斗员行进至起点线成立正姿势。

听到“准备器材”的口令，战斗员检查器材，携带水枪，然后回原位站好。

听到“两盘水带连接—预备”的口令，战斗员做好操作准备。

听到“开始”的口令，战斗员迅速向前，手持水带，先甩开第一盘水带，一端接上分水器接口，另一端接上第二盘水带，然后行至甩带线甩开第二盘水带，连接上水枪接口，冲出终点线，成立射姿势喊“好”。

听到“收操”的口令，战斗员收起器材，放回原处，成立正姿势。

评分细则：

1. 第一盘水带未甩出8米线加2秒
2. 水带甩开超出2.5米场地限宽线加2秒
3. 分水器未拖出0.5米包括0.5米加2秒
4. 分水器拖出拖止线计失败
5. 水枪在操作过程中落地计失败
6. 水带卡扣与分水器未连接好，水带卡扣脱落计失败

比赛时间和罚秒时间相加，用时少者名次靠前，取前六名计分，第一名计8分，第二名计6分，第三名计4分…第六名计1分，计单项最终成绩。

取其前六名与原地着装前六名成绩综合，累计得分多者名次靠前，累计得分相同者名次并列。

4、3×100米水带负重跑接力跑

场地：训练场。

器材□65mm×20m水带2盘

参赛人员：每队参赛队员3名，共4队。

操作规程：在场地的跑道上标出起点、接力线，在起点线处摆放两卷65mm×20m水带2盘，在起点线站2名参赛队员，接力线站1名参赛队员。第一名参赛队员在起点处听到“开始”口令后拿起2盘水带跑至接力线交于第二名接力队员跑至起点线，如此往复至最后一名参赛队员结束跑至起点线为止计时，用时最少者为胜。

要求：在参赛过程中不得抢跑，接力者要在另一名参赛者跑出接力线或起点线才可接过水带。从“开始”口令下达至最后参赛者冲过起点线计时，途中水带掉落者以水带最后拖过起点线的时间为准，用时最少者胜出；比赛途中头盔，鞋子脱落者各加10秒。

记分方法：对参赛人员进行卡表计时，用时最少者为胜出者，依次取其前三名。

5、汽车驾驶技术

场地：训练场。

器材：消防车一辆。

参赛人员：每队一人，每组操作一次。

操作规程：将汽车开到指定位置，对其进行倒车入库，在规定时间内，将汽车倒入车库，测量车与车库壁的距离，距离越近者为胜，相同距离者，时间短者为胜。

要求：汽车倒库过程不能熄火，必须一次到位，车停放要正。

计分：对参赛人员进行卡表计时，用时最少者为胜出者，依次取其前三名。

维修工技能比武方案篇六

南方技师学院深圳分校（北校区）教学比武方案 为了贯彻学校教育教学理念，深化学校教育教学改革，提高教师的教育教学水平，培养优良师资队伍，特制订本次教学比武方案。

一、时间：

预赛：4月15日——4月30日（分组进行预赛，选出2位参赛选手）总决赛：5月6日——5月31日（每周四的第6、7节课）二、地点：多媒体会议室（决赛）三、参加对象：全体教师 四、领导机构：（评委）组长：石端顺 副组长：刘文祥 成员：李刚、李志成、黄庆华、李屈孝、周静、伏羲、熊玲、王盾、郭章铭（若有教研组长参赛，则应回避）五、组织方式：

1、各教研组长组织本组教研组老师举行预赛，本着公平公正的原则，选拔本组最优秀的2名选手参赛。

2、预赛选拔出来的8名选手，先举行抽签仪式，然后按以

下安排参加决赛：

选手序号 星期 具体日期 地点 学生 听课教师 备注 1 周四第6节 5月9日 多媒体会议室 由参赛选手自带同一班级的学生参赛，原则上不得少于30人。

除管理线的老师管理学生等特殊原因不参加，其他教务科的老师必须参加。

2 周四第7节 5月9日 3 周四第6节 5月16日 多媒体会议室 4 周四第7节 5月16日 5 周四第6节 5月23日 多媒体会议室 6 周四第7节 5月23日 7 周四第6节 5月30日 多媒体会议室 8 周四第7节 5月30日 六、奖项设置：（按规定给予绩效奖分）一等奖：1名 奖金500元 二等奖：2名 奖金300元 三等奖：5名 奖金100元 七、本方案未尽事宜，由教务科解释。

教务科 2013年4月15日

教学比武活动方案

幼儿园教学比武活动方案

2022年教师教学比武活动方案

教学比武心得体会

教学比武教案

维修工技能比武方案篇七

为深入落实党中央和省市县关于巩固拓展脱贫攻坚成果同乡村振兴有效衔接的决策部署，掀起巩固拓展脱贫攻坚成果同乡村振兴有效衔接工作大学习、大宣讲、大培训热潮，提升

镇村干部政策水平和工作能力，提高农民群众政策知晓率和工作满意度，扎实有序推进全镇巩固拓展脱贫攻坚成果同乡村振兴有效衔接各项任务落实，根据中共xx县委农村工作领导小组《关于开展乡村振兴“岗位大练兵、业务大比武”活动的通知》要求，结合我镇实际，制定如下实施方案。

20xx年10月至20xx年2月，为期半年左右。

全体包村干部、村干部及驻村帮扶干部。

紧紧围绕巩固拓展脱贫攻坚成果同乡村振兴有效衔接，落实动态监测帮扶措施，接续产业发展、龙头企业创办、合作社规范化建设，促进务工就业、项目建设，实施乡村建设、乡村治理、厕所革命、农村环境整治，开展留守老人妇女儿童和特困群众关爱服务等练兵比武。

练兵比武按照干部对干部、业务对业务、村对村等方式开展，通过培训、宣讲、演讲、讨论、你问我答、业务竞赛、观摩评比等多种行之有效的形式进行，具体方式、步骤如下：

（一）村内练□20xx年10月-11月。采取召开适度规模的村民会议等形式，由村党支部书记、村委会主任、村民小组长、第一书记带头在岗位、在现场、在开展重点工作推进会，面向群众讲政策、讲法律、讲发展，努力提升自身水平和群众政策知晓率。

（二）镇内比□20xx年11月-12月底。以行政村为单位，组织村党支部书记、村委会主任、包村干部练兵比武，讲党建知识、讲乡村振兴、讲法律知识，不断提高政策理论水平和实践能力；也可通过组织观摩评比方式，定期组织村组干部，对每个村的产业发展、人居环境整治、民生改善、乡村治理等工作进行现场观摩，让各村形成比学赶超的良好氛围。

（一）加强组织领导。镇党委、政府主要负责人负责牵头抓

总，乡村振兴分管领导、业务主办具体负责统筹协调和组织实施。各村要研究制定活动实施方案，进一步细化明确活动内容、方式步骤。乡村振兴办公室和镇纪委加强工作指导和督促检查，推动练兵比武活动深入开展。

（二）务求切得实效。坚持真练真比，练出真本领、比出真水平，相互学习、相互促进、共同提高，尤其是镇村干部、第一书记必须全员参与，做到全覆盖、无遗漏，并鼓励驻村干部、组干部积极参与，进一步拓展练兵比武活动的广度和深度，确保取得实实在在的成效。

（三）严格点评考核。每次练兵比武都要进行综合打分、现场点评，对“村内练”中打分较高的村支部书记、村委会主任、第一书记，推荐参加村与村之间的“镇内比”，对“镇内比”中评分较高的村，可以确定作为“县内赛”的观摩点或现场会议点，确保赛出特色、赛出亮点。同时，将练兵比武的点评打分结果作为干部年终考核的重要参考，末位的不得评优。

（四）健全长效机制。以此次活动为契机，建立健全镇村振兴“岗位大练兵、业务大比武”长效机制，进一步激发乡村干部团结奋进、争先创优的热情，提升基层干部业务素质和履职能力，为巩固拓展脱贫攻坚成果同乡村振兴有效衔接提供坚强的基层基础保证和组织保障。同时，要认真总结先进经验，加强宣传报道和典型推广，营造比学赶超的浓厚氛围。

维修工技能比武方案篇八

通过开学两个多月的观摩课学习，教师们收获成长了很多，为了使观摩课发挥实效，提升教师队伍整体素质，鼓励年轻教师学以致用，尽快成长，切实提高我校全体学生的学习效率，我们决定举办本次青年教师赛课活动。

35岁以下青年教师（音体美计和讲完观摩课的'教师除外）

赛课

1、报课时间：提前一周（每周三前）将赛课的课题、时间、所用班级等详细信息报给教导处邵怡。

赛课地点：录播教室。

3、听课要求：同学科教师和35岁以下没课的教师参加。

评课要求：授课结束后教研组长组织本组教师进行评课，并填写评课记录表。

如有特殊情况不能听课的老师需向李海棠助理请假。

4、课后把教学设计、课件、教学反思、评课研讨记录表等相关资料交给教导处邵怡，并把本节课的教案发布到神中网络研讨平台上。结束后将录播教室内东西摆放整齐，垃圾带走，黑板擦好，卫生收拾好。

5、授课时必须体现以下几方面：

(1)课型：新授课、复习课、阅读课（语文）。

(2)使用预习单，并体现预习单的反馈。

(3)体现目标分层、任务（活动）分层、作业分层。

(4)体现教学重难点的突破。

(5)灵活运用小组合作。

(6)课前将教学设计打印出来发给评委。

注：本次活动计入考核的教学效果部分，一档教学效果加2分，二档教学效果加1分，不按学校要求进行教学的计0分。