

内部资料  
注意保存

**安徽省职业技能竞赛—第三届全省家政  
服务职业技能竞赛**

**实操技术文件**

竞赛组委会办公室

2022年9月

# 目 录

第一部分	家政服务员 .....	1 ~ 15
第二部分	育婴员 .....	16 ~ 33
第三部分	养老护理员 .....	34 ~ 47

# 家政服务员竞赛项目技术文件

## 一、技术文件制定标准

本项目按照《家政服务员国家职业技能标准》（2019年版）三级/高级工基本要求和工作要求，结合当前家政服务行业发展的需求，适当增加新知识、新技术、新技能及职业道德等相关内容，依据安全规程、突出操作规范、关注操作细节进行竞赛。家政服务员为从事料理家务、照护家庭成员、管理家庭事务的人员。家政服务员竞赛项目（以下简称“赛项”），主要考核家政服务员需了解的职业道德基本知识、职业守则、礼仪常识、择业与就业、安全卫生常识、相关法律法规等知识。重点考核家政服务员在家务服务方面的职业素养和技能水平。

## 二、竞赛内容、时间、形式和成绩计算

本次竞赛内容包括理论知识和技能操作两部分。理论知识考核占总分 30%，实操三项考核占总分 70%。

### （一）理论知识（竞赛时间 120 分钟）

理论知识竞赛题以《家政服务员国家职业技能标准》（2019年版）三级/高级工及以上要求内容命题。采取现场机考，考核时间 120 分钟。试题类型为单项选择题、判断题，满分为 100 分。理论知识成绩按照 30%折算计入竞赛总成绩。

### （二）技能操作（竞赛时间约 200 分钟）

实操考核项目为中式面点制作、衣柜整理收纳、烫熨衣物等 3 个实操项目。参赛选手随机抽签排序，在规定时间内

独立完成各项操作。

三个技能操作模块包含实际操作部分和相关理论口答部分。每位选手独立参赛，选手先完成实际操作部分，再依次口头回答理论部分问题。实际操作主要考查参赛选手操作的规范性、熟练性、实用性及参赛选手实际应用等技能。口答题主要考查家政服务相关的基础知识等。

本项目试题范围详见附件，赛前做不超过 30% 的修改，按模块各抽取其中 1 道试题，共 3 道试题作为正式赛题。

### **1. 竞赛形式及时间**

竞赛时间总时程约 3 小时 20 分钟内。

各实操项目安排如下：

实操项目一：中式面点制作。考核分为两人一组同时进行，按竞赛排序安排实施考核。每组考核时间 18 分钟，约 2 小时 42 分钟完成全部考核（18 分钟/2 人组/9 组= 2 小时 42 分钟）。

实操项目二：衣橱整理收纳。为单人考核，按竞赛排序安排实施考核。每人考核时间 10 分钟，3 小时完成考核（10 分钟/1 人组/18 组=3 小时）。

实操项目三：衣物熨烫。为单人考核，按竞赛排序安排实施考核。每人考核时间 8 分钟，2 小时 24 分钟完成考核（8 分钟/1 人组/18 组= 2 小时 24 分钟）。

### **2. 实操技术规范**

#### **项目一：中式面点制作**

（1）本题分值：100 分。

(2) 比赛时间：18 分钟。

(3) 比赛形式：实际操作。

(4) 比赛要求：参赛者要在规定的时间内做出一道美味的紫薯花式面点及收尾工作。

①选手需要在规定时间完成紫薯花式面点的制作；

②成品鲜香适口，营养丰富；

(5) 比赛内容、比赛操作要点、评分标准；成绩满分为 100 分，60 分及以上为合格。

(6) 比赛场地：每位选手的操作面积不少于 10 平方米，考场应干净整齐，通风、照明设施良好。

(7) 不设否定项。

(8) 操作流程。

操作流程	技术要求
操作前准备	● 不佩戴饰物；服装干净、得体；
	● 头发清洁卫生；短发梳理整齐、长发盘起；
	● 清洁手部；
	● 指甲长度不超过 2 毫米、指甲内无污垢、无染甲；口腔无异味；不化浓妆；
	● 穿工作服、带围裙、戴帽子、口罩。
原料准备	● 原材料准备 紫薯面团：紫薯泥 50 克、中筋面粉 100 克、酵母 2 克、细砂糖 10 克、温水 20-30 克（水温 35-38°）；
	● 白面面团：中筋面粉 150 克、酵母 2 克，细砂糖 10 克、无铝泡打粉 1 克、温水 80 克（水温 35-38°）。
物品准备	● 电磁炉、插线板；蒸锅蒸屉、蒸笼纸；面盆（揉面）、面筛、硅胶揉面垫、刮板、擀面杖、盘子（放成品）；电子秤、量杯、抹布（或厨房用纸）；水适量。
	● 紫薯面团 紫薯泥再次压成细腻的泥，和过筛后的面粉搓匀成粉状材料备用； 细砂糖用温水化开，加入酵母，搅拌均匀成混合液体材料；

制作过程	将液体材料分次加入粉状材料当中，揉成光滑的面团；醒面 10 分钟左右备用。
	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 白面面团</li> </ul> 将过筛后的面粉和泡打粉混合均匀，成粉状材料备用； 细砂糖用温水化开，加入酵母，分次加入粉状材料当中，揉成光滑的面团，醒面 10 分钟左右备用；
	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 双色面团造型（此处以紫薯菊花卷为例，每位选手可自由创作）</li> </ul> 将紫薯面团和白面面团分别切成 3 个大小均匀的生胚；
	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 紫薯面生胚擀成皮，像包包子一样包入白色面生胚，收口朝下，擀成圆饼；</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 用刮板在圆饼上均匀的切上 12 刀，中间不要断开；将切好的转个面；</li> </ul>
综合评价	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 全部做好后放进蒸屉里发酵到 1.3-1.5 倍大；水烧开计时，大火蒸 13 分钟，关火焖 3-5 分钟，即可出锅装盘；</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 色（搭配适中）；</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 香（紫薯香、白面香）；</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 味（适口）；</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 形（多色搭配）；</li> </ul>
注意事项	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 阐述清楚、主题明确、紫薯花式面点口感鲜嫩润滑、色彩鲜艳、营养丰富适合大众食用。</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 紫薯泥一定要放凉后再和面粉搓均匀，高温会烫死酵母，失去活性；</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 往面粉中加水揉面团的时候，加水量根据面粉吸水程度来，最好是少量多次加；</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 面团一定要多揉一会，揉光滑，做出来的成品才光滑好看；</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 蒸馒头时尽量防止水珠滴到花卷上，如果有竹蒸笼代替不锈钢蒸笼最好；</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 在操作过程中安全第一，完成操作后清理现场。</li> </ul>

## 项目二：衣柜整理收纳

请根据设置的情境在 10 分钟内对衣柜进行整理

- (1) 本题分值：100 分；
- (2) 比赛时间：10 分钟；
- (3) 比赛形式：实际操作；
- (4) 比赛要求：参赛者要在规定的时间内对衣橱进行

整理工作，演示要符合规范化、专业化要求；要求操作技能要娴熟、准确，符合安全要求；

①选手需要在规定时间完成多衣橱整理的工作

②整理完整齐、美观、分类明显方便取放

(5) 比赛内容、比赛操作要点、评分标准；成绩满分为 100 分，60 分及以上为合格；

(6) 比赛场地：每位选手的操作面积不少于 10 平方米，考场应干净整齐，通风、照明设施良好；

(7) 不设否定项；

(8) 操作流程。

操作流程	技术要求
操作前准备	● 不佩戴饰物；服装干净、得体；
	● 头发清洁卫生；短发梳理整齐、长发盘起；
	● 清洁手部；
	● 指甲长度不超过 2 毫米、指甲内无污垢、无染甲；口腔无异味；不化浓妆；
	● 穿工作服、口罩；
	● 收纳工具：清水喷壶、抹布、软布、清洁剂、物品：四季的衣物。
沟通	● 口述，与客户沟通到位、表述流畅。
空间设计与规划	● 空间尺寸测量；
	● 功能区规划；
	● 收纳工具设计；
操作过程	● 整理收纳技能操作
	● 空间物品清空；
	● 物品进行分类；
	● 收纳工具匹配与使用；
	● 物品贴签。
	● 色彩搭配与陈列美学
	● 基础色彩搭配；
● 空间物品陈列；	
● 收纳工具陈列。	

	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 整理流程符合常规，归类符合规范。</li> <li>● 衣物折叠过程中，尺寸符合整理箱标准，无死褶。</li> <li>● 衣物区域划分合理。</li> <li>● 衣物摆放整齐有序。</li> <li>● 复盘与问答</li> <li>● 复盘表达专业；</li> <li>● 复盘内容完整；</li> <li>● 复盘手势正确。</li> </ul>
综合评价	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 工作服干净、得体舒适、符合工作要求；</li> <li>● 鞋子干净、舒适；</li> <li>● 发饰利落、干净；</li> <li>● 全程良好的仪态，良好的礼节礼貌；</li> <li>● 物放有序、收纳整洁、有条理。</li> </ul>
注意事项	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 在操作过程中安全第一，完成操作后清理现场；</li> <li>● 整理箱作用发挥恰到好处。</li> </ul>

### 项目三：熨熨衣物

情境：请根据现场布置的情境进行操作

- (1) 本题分值：100 分。
- (2) 比赛时间：8 分钟。
- (3) 比赛形式：结合赛场物料实操演示。
- (4) 比赛要点：熨烫平整、操作娴熟。
- (5) 比赛要求：操作演示要符合规范化、专业化要求；要求操作技能要娴熟、准确，符合安全要求。
- (6) 比赛场地：赛场使用面积在 10 平米左右，干净整齐，通风、照明设施良好，220V 电源。
- (7) 操作流程。

操作流程	技术要求
------	------



操作前准备	不佩戴饰物；服装干净、得体；
	头发清洁卫生；短发梳理整齐、长发盘起；
	清洁手部；
	指甲长度不超过 2 毫米、指甲内无污垢、无染甲；口腔无异味；不化浓妆；
	带围裙、手套、口罩。
物品准备	检查熨烫工具情况（蒸汽熨斗、穿板、白布和纯净水）；
	注水适量（加入纯净水）；
	插好电源，调节适当温度或蒸汽量，根据西裤的熨烫标识和面料纤维的特性设置熨斗温度。
操作步骤	烫西裤的反面： 烫口袋：要烫遍所有口袋，包括小口袋；
	烫四缝：四缝要分开烫实；
	烫裤里：将西裤放在穿板上，掀开袋布，烫前、后裤裆部位；
	烫后腰缝与腰里，绕西裤后腰一圈烫平，确保里衬不外露；
	翻转西裤，烫正面： 烫裤腰：裤腰包括左、右门襟和左、右后腰部。前门襟小襖子与口袋一样长，呈一个尖角；靠门襟的大襖子上下一致；
	烫裤身：将裤脚的四条踏缝对齐，口袋翻平，将里衬整理平，一折三放在穿板上。脚口、横裆位、中裆位对齐并捋平。从裤内侧开始烫；
	翻过来，用同法烫另一裤腿内侧；
	烫外侧：将裤腿合起来烫外侧，要求烫平挺，裤线直，后裤线往上延伸到后枪袋口；
	烫腰襖：前裤线往上延伸与第一个大襖相连，从上到下烫平直；
修饰烫，把两个裤腿合起来进行修饰。	
注意事项	注意操作中的安全，熨烫结束后必须及时切断电源；
	要将熨斗放在儿童触摸不到处，自然冷却。将其余物品归位；
	西裤整烫后，宜挂于通风处冷却或吹干水蒸气；
	根据雇主习惯，将西裤挂于衣橱或折叠存放。
综合评价	手法娴熟、熨烫有条理、折叠标准。

裁判员组设三组，三项比赛同时进行，竞赛成绩由各组三位裁判签字确认。

18 位参赛选手，随机抽签排序，按考核安排序号入场考核。实操一选手每 2 人 1 组同时考核；实操二、三项单人考核，考完实操二进入实操三考场。

### （三）竞赛要求

选手赛前 1 天，可在指定的区域熟悉赛场及物品，比赛当天，选手进入赛场后，站在竞赛工位指定区域，听到裁判长发出“比赛开始”口令后，方可开始准备和操作。比赛结束前 2 分钟提醒选手，还有 2 分钟。时间到停止操作；提前完成者不加分。

理论口头回答要求内容全面、主题突出、表述清晰。选手需要回答裁判长（裁判组长）提出的问题。口头回答须在规定时间要求内完成，时间到须停止操作。

参赛选手进行完第一个赛题后，依次到下一个工位进行下一个赛题的比赛，直至实际操作赛题全部结束。

### （四）评判标准

#### 1. 分数和成绩计算方法

赛项共设三个竞赛模块，每模块满分为 100 分，总分为 300 分。每道赛题均采用分步扣分、累计总分的计分方式，各道赛题总分减去扣分为选手最终有效得分，并精确到小数点后两位。依据总成绩确定参赛选手的最终名次。若总成绩相同，以实际操作（不含口答考核得分部分）分数高低名次排列。

#### 2. 评分标准

参赛选手实际操作部分与口答部分的成绩,由现场操作和口答实际表现,依据评分标准,进行客观与主观评判、计分。各模块评分标准详见附件。

### 3. 客观和主观评分

每个评价评分项,均由三名裁判一组,同时评分。评分结果是0到3级(D至A档),最后授予的分数是根据评分小组中三位裁判评分结果的平均数计算得出。0至3级评分与行业标准的如下:

- |  |
|--|
| <ul style="list-style-type: none"><li>0: 表现各方面均低于行业标准,包括本评分项目未完成;</li><li>1: 表现达到行业标准;</li><li>2: 表现超过行业标准;</li><li>3: 相对于行业预期标准,表现为优秀或杰出。</li></ul> |
|--|

## 三、竞赛规则

### (一) 参赛资格

1. 在我省家政服务机构从事家政服务2年及以上、年龄20-60周岁、身体健康的家政服务从业者均可报名参赛。

2. 在以往同类别职业(工种)竞赛中已获得“安徽省五一劳动奖章”、“安徽省技术能手”、“安徽省巾帼建功标兵”、“安徽省金牌职工”称号的不再报名参赛。

### (二) 熟悉场地

参赛队报到后,集中组织参赛选手赛前熟悉场地及竞赛规程要求。

### (三) 抽签

赛项执委会组织各领队抽签，确定各队参赛场次，并由各领队签名确认；参赛选手在竞赛检录时抽签确定工位号，并由参赛选手签名确认。

抽签工作由裁判长主持，赛务组负责组织实施，竞赛监督人员现场监督。抽签环节原则上需经两次加密。工位号不对外公布，抽签结果由赛项办公室密封后统一保管，在评分结束后开封统计成绩。

#### **（四）赛场纪律**

1. 参赛选手按规定时间到达指定地点，凭参赛证进入赛场，并随机抽取工位号。选手迟到 15 分钟取消比赛资格。

2. 裁判组在赛前 30 分钟，对参赛选手的证件进行检查及进行比赛相关事项教育。

3. 参赛选手必须按照设备管理规程进行操作。参赛选手不得携带通讯工具和其它未经允许的资料、物品进入比赛场地，不得中途退场。如出现较严重的违规、违纪、舞弊等现象，经裁判组裁定取消比赛成绩。

4. 比赛过程中因设备或软件故障等问题影响比赛进程的，裁判请示裁判长裁定后，可将该选手比赛时间酌情后延。

5. 比赛结束后，参赛选手提请裁判到比赛工位检查确认并登记相关内容，选手签字确认后听从裁判指令离开赛场。裁判填写执裁报告。

6. 如果选手要求提前结束比赛，应报裁判批准。比赛终止时间由裁判记录在案，批准并通知提前结束比赛后，选手不得再进行任何操作。提前结束比赛的选手不准提前离开赛

场。

7. 当听到比赛结束指令时，参赛选手应立即停止操作，不得以任何理由拖延比赛时间。离开比赛场地时，不得将草稿纸等与比赛有关的物品带离比赛现场。

8. 各类赛务人员必须统一佩戴由大赛执委会签发的相关证件，着装整齐。参赛选手必须穿着大赛统一着装，选手不得穿戴、携带有显示个人信息的衣物；各类赛务人员必须统一佩戴由大赛执委会签发的相关证件，着装整齐。

9. 除现场裁判、安全员和赛场配备的工作人员以外，其他人员不得进入比赛区域。

10. 新闻媒体等进入赛场必须经过大赛执委会允许，由专人陪同并且听从现场工作人员的安排和管理，不能影响比赛进行。

11. 各参赛队的领队、教练员和随从人员一律不得进入赛场。

#### **（五）健康、安全、疫情防控和环保要求**

1. 选手竞赛完毕，需将所需物品归位，操作垃圾清理干净，保持场地整洁。

2. 由于疫情隐患未消，防控工作第一；人群聚集必戴口罩，发生病情及时上报。

3. 赛事期间，严禁私自外出，赛场服从裁判，场外服从领队。

4. 竞赛完毕，相关人员需将物品归位，将技能操作垃圾清理干净，保证场地整洁卫生。

## 四、竞赛赛场与设施

### (一) 赛场

1. 选手参加竞赛须独立操作，不得以任何形式徇私舞弊。
2. 选手须按照要求于规定时间统一在候赛区候赛，抽签加密。统一到备赛区领取赛题备赛。期间不得携带任何与竞赛规定携带以外的其它物品。
3. 选手根据赛题内容与比赛要求，结合提供条件，在规定时间内完成竞赛各项任务。
4. 赛场提供任务所需常用家政工具等基本设施。
5. 赛场提供理论考试的教室及设备。
6. 赛场提供家政实操考核所需物品。

### (二) 赛场提供设备及工具

#### 1. 项目一：中式面点制作

序号	名称	规格与要求	数量
1	不锈钢操作台	不小于 160*80 (cm)	1 张
2	不锈钢水池	带上下水	1 个
3	木案板	60 x40 (cm)	1 块
4	不锈钢刀具	普通	1 套
5	紫薯泥	50 克	1 份
6	中筋面粉	250 克	1 袋
7	酵母	4 克	10 袋
8	细砂糖	20 克	1 袋
9	温水	110 克 (水温 35-38°)	
10	白面面团	普通	1 份
11	无铝泡打粉 1 克	1 克	1 袋
12	电磁炉	普通	1 台
13	插线板	普通	1 个
14	蒸锅蒸屉	普通	各 1 套
15	蒸笼纸	普通	若干
16	平盘	8 寸	1 个

17	抹布	普通	2块
18	筷子	普通	5双
19	一次性品尝盘	普通	5个
20	围裙、帽子、口罩	普通	各1个
21	面盆（揉面）	普通	1个
22	面筛	普通	1个
23	硅胶揉面垫	普通	1个
24	刮板	普通	1个
25	擀面杖	普通	1个
26	电子秤	普通	1个
27	量杯	普通	2个
28	水	适量	

## 2. 项目二：衣柜整理收纳

序号	名称	规格与要求	数量
1	收纳台	不小于160*80（cm）	1张
2	四季的衣物	男士9件，女士9件，儿童6件	24件
3	收纳盒	普通	3个
4	垃圾桶	普通	1个
5	抹布	普通	3块
6	一次性口罩	普通	1包
7	一次性手套	普通	1包
8	清水喷壶	普通	1个
9	清洁剂	普通	1瓶
10	围裙	普通	1个

## 3. 项目三：熨熨衣物

序号	名称	规格与要求	数量
1	独立的电源插座	普通	1个
2	蒸汽熨斗	普通	1台
3	注水杯	普通	1个
4	水桶	普通	1个
5	西裤	普通	3件
6	塑料垃圾桶	普通	1个
7	抹布	普通	3块
8	围裙	普通	1条
9	一次性手套口罩	普通	10套
10	软布	普通	2块
11	清洁剂	普通	1瓶

## 五、评分说明

评分说明：比赛总成绩由理论知识竞答和实际操作成绩各占 30%和 70%。当出现总成绩相同时，先比较实际操作成绩，以实际操作成绩高者名次在前；若不能分出先后，按中式面点制作、衣柜整理收纳、熨熨衣物初步处理实操成绩排序；若仍不能分出先后，则取相同名次。

## 六、申诉与仲裁

### （一）申诉

1.参赛选手对不符合竞赛规定的设备和材料备件，有失公正的检测、评判、奖励，以及对工作和裁判人员的违规行为等，可提出申诉。

2.参赛选手申诉均须由领队以书面的形式在竞赛结束后 60 分钟以内向仲裁委员会提出。超过申诉时间，不予受理。仲裁委员会负责受理选手申诉，并将处理意见尽快通知参赛队领队或当事人。

### （二）仲裁

1.仲裁委员会负责受理大赛中出现的所有申诉并进行仲裁，以保证竞赛的顺利进行和竞赛结果公平、公正。

2.仲裁委员会的裁决为最终裁决，参赛选手不得因申诉或对处理意见不服而停止比赛，否则按弃权处理。

## 七、裁判

（一）裁判及分组：共 9 位裁判，分为 3 组，每组 3 人。设 1 位裁判长总负责。



(二) 各组竞赛分数裁判员核实签名，经裁判长签名后上报大赛执委会。

## 八、竞赛安排

### (一) 工作人员安排表

场地	工作人员（佩戴工作证/或统一服装）		
	人数	人员	负责事项
选手休息室	2	×××	指导选手穿统一参赛服装，抽比赛顺序签，选序签字后公布名单，协助选手贴比赛顺序签，按顺序指引选手参加比赛。
候考中转室	3	×××	维持秩序，安排候考。
场地统筹安排	1	×××	统筹，维持秩序，对接各项目赛室。
比赛室	6	××× ××× ×××	3人指引选手等待位置，引导选手进入三个赛室。 3人为各赛室统分人员。
分数统计室	3	×××	一人收集评委评分表，一人统计，一人复核。
合计	15		

# 育婴员竞赛项目技术文件

## 一、技术文件制定标准

育婴员是指从事 0~3 岁婴幼儿日常生活照料、护理和辅助早期成长的人员。育婴员竞赛项目的技术标准按照《育婴员国家职业技能标准》（2019 年版）三级/高级工及以上要求，结合工作实际为基础考核内容命题。主要考查参赛选手照护婴幼儿的知识掌握与应用、沟通交流能力及职业人文素养，适当增加新知识、新技术(设备)、新技能等相关内容。通过竞赛，加强行业交流，展现育婴员风采，提升从业人员知识和技能，促进育婴服务工作的健康发展。

## 二、竞赛内容、时间、形式和成绩计算

本次竞赛内容包括理论知识和技能操作两部分。理论知识考核占总分 30%，实操三项考核占总分 70%。

### （一）理论知识（竞赛时间 120 分钟）

理论知识竞赛题以《育婴员国家职业技能标准》（2019 年版）三级/高级工及以上要求内容命题。采取现场机考，考核时间 120 分钟。试题类型为单项选择题、多项选题、判断题，满分为 100 分。理论知识成绩按照 30%折算计入竞赛总成绩。

### （二）实操内容（竞赛时间约 3 小时）

实操考核项目为婴幼儿沐浴推拿、婴幼儿精细动作游戏设计、婴幼儿呼吸道异物初步处理 3 个项目。参赛选手随机抽签排序，在规定时间内独立完成各项操作。

实操项目由裁判组评分，其中一人为主裁判员，依据评分标准取各裁判评分之和的算术平均值为参赛选手该实操竞赛项目得分。参赛选手的成绩由三位裁判员签字确认后公布。

### 1. 竞赛形式及时间

竞赛时间总时程约 3 小时。

各实操项目安排如下：

实操项目一（婴幼儿沐浴推拿）：考核分为两人一组同时进行，按竞赛排序安排实施考核。每组考核时间 17 分钟，2.55 小时完成全部考核（17 分钟/2 人组/9 组= 2.6 小时）。

实操项目二（婴幼儿精细动作游戏设计）：为单人考核，按竞赛排序安排实施考核。每人考核时间 10 分钟，3 小时完成考核（10 分钟/1 人组/18 组=3 小时）。

实操项目三（婴幼儿呼吸道异物初步处理）：为单人考核，按竞赛排序安排实施考核。每人考核时间 8 分钟，2.4 小时完成考核（8 分钟/1 人组/18 组= 2.4 小时）。

裁判组设三组，三项比赛同时进行，竞赛成绩由各组三位裁判签字确认。
----------------------------------

18 位参赛选手，随机抽签排序，按考核安排序号入场考核。实操一选手每 2 人 1 组同时考核；实操二、三项单人考核，考完实操二进入实操三考场。
---

### 2. 实操技术规范

#### 项目一：婴幼儿沐浴推拿

情境：为一小婴儿进行沐浴及捏脊推拿。请根据现场布

置的情境进行操作。

(1) 本题分值：100分

(2) 竞赛时间：17分钟。

(3) 竞赛形式：模拟操作，结合赛场准备操作、演示、陈述。

(4) 竞赛要点：准备工作充足，动作规范娴熟，注意事项完整，护理过程有交流。

(5) 竞赛要求：室温达到要求，清洁卫生，着装得体，操作动作规范。

(6) 竞赛场地：每位选手的操作面积不少于5平方米，考场应干净整齐，通风、照明设施良好。

(7) 否定项说明：若操作发生下列情况之一，则应及时终止其考试，选手该操作成绩记为零分：①操作过程粗暴，没有爱心；②操作过程中不能保证儿童的安全。

(8) 操作流程。

项目	操作流程	技术要求
操作	准备阶段	<ul style="list-style-type: none"><li>护理人员准备：衣着整洁大方，不化浓妆；洗净双手；指甲修剪整齐；去除手上饰物及手表。</li><li>环境准备：关闭门窗，无对流风；调节室温26~28℃，湿度55%~65%。</li><li>物品准备齐全。</li></ul>
	沐浴时间选择	<ul style="list-style-type: none"><li>评估婴儿状况是否适合沐浴。</li><li>能说出婴儿沐浴的目的。</li></ul>

过程	放水并测水温	<ul style="list-style-type: none"> <li>先放冷水，再放热水，水位至浴盆 2/3 处；</li> <li>水温 38~40℃，可用水温计测温，也可用手腕内侧试温。</li> </ul>
	脱衣检查	<ul style="list-style-type: none"> <li>脱衣检查婴儿身体。</li> <li>保留尿不湿，用大浴巾包好。</li> </ul>
	洗澡过程	<ul style="list-style-type: none"> <li>洗脸：清洗干净，注意顺序（眼睛-鼻子-嘴巴-面颊-额头）。</li> <li>洗头：防止水进入耳内；清洗；擦干头发。</li> <li>洗躯干与四肢：依次擦洗颈部-腋下-上肢（手）-胸-腹-腹股沟、会阴--下肢（脚）。</li> <li>洗背：正确翻身；清洗后颈部-后背-臀部--下肢。</li> <li>洗澡顺序手法正确。</li> </ul>
	洗澡后处理	<ul style="list-style-type: none"> <li>擦干保暖，穿衣。</li> <li>为婴儿进行捏脊推拿。</li> <li>整理用物，洗手。</li> </ul>
综合评价	规范性	<ul style="list-style-type: none"> <li>操作流程完整，规范，熟练，不超时。</li> </ul>
	人文关爱	<ul style="list-style-type: none"> <li>动作轻柔，有语言情感交流。</li> <li>婴儿安全保护措施得当。</li> </ul>
否定项		若操作发生下列情况之一，则应及时终止其考试，选手该操作成绩记为零分：①操作过程粗暴，没有爱心；②操作过程中不能保证婴儿的安全。

## 项目二：婴幼儿精细动作游戏设计

情境：为 10-12 个月婴儿设计精细动作的游戏。请根据现场布置的情境进行操作。

(1) 本题分值：100 分。

(2) 竞赛时间：10 分钟。

(3) 竞赛形式：模拟操作，结合赛场准备操作、演示、陈述。

(4) 竞赛要点：从游戏目标、步骤、内容、语言、感情、仪态、动作等方面考核。

(5) 竞赛要求：着装得体，所用物品安全卫生、游戏效果良好，符合该年龄阶段应该锻炼的精细动作。

(6) 竞赛场地：每位选手的操作面积不少于 5 平方米，考场应干净整齐，通风、照明设施良好。

(7) 否定项说明：若操作发生下列情况之一，则应及时终止其考试，选手该试题成绩记为零分：操作过程中不能保证婴幼儿的安全或婴儿坠地受伤。

### (8) 操作流程

项目	操作流程	技术要求
操作过程	准备阶段	<ul style="list-style-type: none"><li>护理人员准备：衣着整洁大方，不化浓妆；洗净双手；指甲修剪整齐；去除手上饰物及手表；</li><li>环境要求：安全、卫生，温湿度适宜、通风、温馨。</li><li>物品准备：物品安全、卫生、大小、轻重合适。</li><li>婴幼儿穿着舒适，选择婴幼儿清醒、愉快时进行。</li></ul>

	游戏过程设计	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 游戏目标准确合理，符合婴幼儿已有的经验及发展需要。</li> <li>▪ 游戏步骤清晰，各环节过渡自然，时间分配合理。</li> <li>▪ 游戏设计符合婴幼儿年龄发展水平，难易适中。</li> <li>▪ 示范动作清晰、流畅，有表现力，难易适中。</li> <li>▪ 能运用多元化教学方法和手段，采用适宜的指导策略，表演自然。</li> <li>▪ 有耐心，引导支持婴幼儿反复练习。</li> <li>▪ 语言交流自然，表达准确流畅，富有感染力。</li> <li>▪ 给予婴幼儿鼓励和赞赏；遇到困难及时帮助，培养婴幼儿认知、观察、动手能力。</li> <li>▪ 具有一定的安全意识。</li> </ul>
	结束过程	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 安置婴幼儿。</li> <li>▪ 整理用物归位。</li> <li>▪ 能给家长提供建议及指导。</li> </ul>
综合评价	规范性	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 内容紧紧围绕教育目标，具有一定的趣味性、教育性。</li> <li>▪ 对游戏内容熟悉，指导熟练，按时完成。</li> </ul>
	人文关爱	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 面带微笑，沟通有效，寓教于乐，关心婴幼儿。</li> </ul>
否定项		若操作发生下列情况之一，则应及时终止其考试，选手该操作成绩记为零分：操作过程中不能保证婴幼儿的安全或婴儿坠地受伤。

### 项目三：婴幼儿呼吸道异物初步处理

情境：1岁的婴儿玩耍中误吞玩具配件，发生呼吸道异物窒息，请立即上前施救。

请根据现场布置的情境进行操作。

(1) 本题分值：100分。

(2) 竞赛时间：8分钟。

(3) 竞赛形式：模拟操作，结合赛场准备操作、演示、陈述。

(4) 竞赛要点：根据婴幼儿年龄和现场情形，选择正确气管异物处理方法进行急救。

(5) 竞赛要求：环境清洁、卫生、安全，着装得体，能按正确顺序操作，手法动作规范、有效。

(6) 竞赛场地：每位选手的操作面积不少于5平方米，考场应干净整齐，通风、照明设施良好。

(7) 否定项说明：若操作发生下列情况之一，则应及时终止其考试，选手该操作成绩记为零分：①急救操作过程违反原则；②操作过程中置婴幼儿于危险处境。

#### (8) 操作流程

项目	操作流程	技术要求
	准备阶段	<ul style="list-style-type: none"><li>护理人员准备：衣着整洁大方，不化浓妆；洗净双手；指甲修剪整齐；去除手上饰物及手表；</li><li>环境准备：环境安全，光线适宜；</li><li>物品准备齐全。</li></ul>



操作过程	急救过程	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 发现婴幼儿发生异常，出现口唇青紫，呛咳，意识不清立即进行急救（口述）。</li> <li>▪ 案例中婴儿 1 岁，采用胸部快速按压法（口述）。</li> <li>▪ 宝宝！请用力咳嗽，能咳出来吗（口述）。</li> <li>▪ 育婴员根据情形及时呼救，寻求帮助。</li> <li>▪ 育婴员根据现场的条件跪下或坐下，将婴儿头朝下，放在膝盖上。</li> <li>▪ 一手托住婴幼儿头部与下颌，翻转婴儿面朝下，呈头低臀高位，育婴员前臂靠在自身的膝盖或大腿上，支撑婴儿身体。</li> <li>▪ 育婴员用手掌在婴儿肩胛之间快速、用力拍击背部，拍击 5 次。</li> <li>▪ 手掌托住婴儿头部，翻转婴儿，使其脸朝上，头部仍低于躯干。</li> <li>▪ 观察婴儿状况没缓解，立即连续胸外按压 5 次。</li> <li>▪ 重复 5 次拍背和 5 次胸外按压，直到异物清除或婴儿没有窒息感。</li> <li>▪ 婴儿哭了，查看异物，如在口腔中，立刻将异物从口腔中清理出来。</li> <li>▪ 婴儿哭声洪亮，面色红润，呼吸通畅，意识恢复。</li> <li>▪ 处理手法用力适度，对婴儿不造成损伤。</li> <li>▪ 注意安全，加强防护。</li> </ul>
	操作后处理	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 安抚婴儿舒适侧卧。</li> <li>▪ 清理现场；洗手。</li> </ul>

综合评价	规范性	<ul style="list-style-type: none"> <li>操作流程完整，规范，熟练。</li> </ul>
	人文关爱	<ul style="list-style-type: none"> <li>婴儿安全保护措施得当。</li> </ul>
否定项		<p>若操作发生下列情况之一，则应及时终止其考试，选手该操作成绩记为零分：①操作过程粗暴，顺序颠倒；②操作过程中不能保证婴儿的安全。</p>

### （三）竞赛形式

采用单人竞赛形式，规定时间内独立完成考核内容。

### （四）成绩计算

理论知识竞赛成绩将按照 30%折算计入竞赛总成绩；实际操作竞赛满分为 100 分（其中各操作的分值权重为：婴幼儿沐浴推拿占 40%，婴幼儿精细动作游戏设计、婴幼儿呼吸道异物初步处理各占分值 30%），按照 70%折算计入竞赛总成绩。

## 三、竞赛规则

### （一）参赛资格

1. 在我省家政服务机构从事家政服务 2 年及以上、年龄 20-60 周岁、身体健康的家政服务从业者均可报名参赛。

2. 在以往同类别职业（工种）竞赛中已获得“安徽省五一劳动奖章”、“安徽省技术能手”、“安徽省巾帼建功标兵”、“安徽省金牌职工”称号的不再报名参赛。

### （二）熟悉场地

参赛队报到后，集中组织参赛选手赛前熟悉场地及竞赛

规程要求。

### **（三）抽签**

赛项执委会组织各领队抽签，确定各队参赛场次，并由各领队签名确认；参赛选手在竞赛检录时抽签确定工位号，并由参赛选手签名确认。

抽签工作由裁判长主持，赛务组负责组织实施，竞赛监督人员现场监督。抽签环节原则上需经两次加密。工位号不对外公布，抽签结果由赛项办公室密封后统一保管，在评分结束后开封统计成绩。

### **（四）赛场纪律**

1. 参赛选手按规定时间到达指定地点，凭参赛证进入赛场，并随机抽取工位号。选手迟到 15 分钟取消比赛资格。

2. 裁判组在赛前 30 分钟，对参赛选手的证件进行检查及进行比赛相关事项教育。

3. 参赛选手必须按照设备管理规程进行操作。参赛选手不得携带通讯工具和其它未经允许的资料、物品进入比赛场地，不得中途退场。如出现较严重的违规、违纪、舞弊等现象，经裁判组裁定取消比赛成绩。

4. 比赛过程中因设备或软件故障等问题影响比赛进程的，裁判请示裁判长裁定后，可将该选手比赛时间酌情后延。

5. 比赛结束后，参赛选手提请裁判到比赛工位检查确认并登记相关内容，选手签字确认后听从裁判指令离开赛场。裁判填写执裁报告。

6. 如果选手要求提前结束比赛，应报裁判批准。比赛终

止时间由裁判记录在案，批准并通知提前结束比赛后，选手不得再进行任何操作。提前结束比赛的选手不准提前离开赛场。

7. 当听到比赛结束指令时，参赛选手应立即停止操作，不得以任何理由拖延比赛时间。离开比赛场地时，不得将草稿纸等与比赛有关的物品带离比赛现场。

8. 各类赛务人员必须统一佩戴由大赛执委会签发的相关证件，着装整齐。参赛选手必须穿着大赛统一着装，选手不得穿戴、携带有显示个人信息的衣物；各类赛务人员必须统一佩戴由大赛执委会签发的相关证件，着装整齐。

9. 除现场裁判、安全员和赛场配备的工作人员以外，其他人员不得进入比赛区域。

10. 新闻媒体等进入赛场必须经过大赛执委会允许，由专人陪同并且听从现场工作人员的安排和管理，不能影响比赛进行。

11. 各参赛队的领队、教练员和随从人员一律不得进入赛场。

#### **（五）健康、安全、疫情防控和环保要求**

1. 选手竞赛完毕，需将所需物品归位，操作垃圾清理干净，保持场地整洁。

2. 由于疫情隐患未消，防控工作第一；人群聚集必戴口罩，发生病情及时上报。

3. 赛事期间，严禁私自外出，赛场服从裁判，场外服从领队。

4.竞赛完毕，相关人员需将物品归位，将技能操作垃圾清理干净，保证场地整洁卫生。

#### 四、竞赛赛场与设施

##### （一）赛场

1.比赛工位：实操项目一设2个考核工位，每个工位1人，对号入位，工位不得自行调整。实操二、实操三项目设1个考核工位，单人考核。

2.赛场提供任务所需常用家政育婴员工具等基本设施。

3.赛场提供理论考试的教室及设备。

4.赛场提供家政育婴员实操考核所需物品。

##### （二）赛场提供设备及工具

##### 1.项目一：婴幼儿沐浴推拿

序号	名称	规格与要求	数量
1	婴儿模型（硬）	普通	2个
2	婴儿衣物（上衣、裤子）	纯棉，大小合适	4套
3	纯棉浴巾	有吸湿力	6个
4	洗浴盆	婴儿专用	2个
5	纸尿裤	普通型	36片
6	消毒棉签	医用	2包
7	隔尿垫	适用于婴儿尺寸	2个
8	按摩油	外用	2瓶
9	长条毛巾	适用于婴儿尺寸	2条
10	专用小盆	塑料	2个

11	小方巾	婴儿专用	2条
12	婴儿沐浴-洗发二合一	婴儿专用	2瓶
13	护臀膏	婴儿专用	2支
14	湿巾	婴儿专用	2包
15	75%酒精	100ml	2瓶
16	操作台	180cm(长)×100cm(宽) ×70cm(高) 婴儿专用	2个
17	操作台台布操作台	淡粉色 200cm×150cm	2个
18	水温计	淡粉色 200cm×150cm	2个
19	计时器		1个
20	垃圾桶(袋)		2个
21	婴儿模型	软布材质	2个(备注:捏脊使用)

## 2. 项目二：婴幼儿精细动作游戏设计

序号	名称	规格与要求	数量
1	婴幼儿模型	配衣服	1套
2	儿童游戏地垫	约 200cm×150cm 大小	1个
3	彩色小皮球		2个
4	纸杯	200ml	2个
5	小馒头(或小饼干)		500g
6	彩色皱纹纸	32开	100张
7	四边剪开口的彩色纸	32开	100张
8	湿纸巾		1包
9	护理收纳筐	塑料	1个
10	物品准备台	200cm(长)×90cm(宽)×	1个

		80cm (高)	
11	纸巾		1包
12	计时器		1个
13	垃圾桶 (袋)		1个

### 3. 项目三：婴幼儿呼吸道异物初步处理

序号	名称	规格与要求	数量
1	婴儿模型	50cm	1个
2	婴儿床		1个
3	纸巾		1包
4	靠背椅		1个
5	湿巾		1包
6	小毛巾 (或纱布)		若干块
7	操作台	180cm (长) × 100cm (宽) × 70cm (高)	1个
8	垃圾桶 (袋)		1个
9	计时器		1个

### 五、评分说明

评分说明：比赛总成绩由理论知识竞答和实际操作成绩各占 30%和 70%。当出现总成绩相同时，先比较实际操作成绩，以实际操作成绩高者名次在前；若不能分出先后，按婴幼儿沐浴推拿、婴幼儿精细动作游戏设计、婴幼儿呼吸道异物初步处理实操成绩排序；若仍不能分出先后，则取相同名次。

### 六、申诉与仲裁

## （一）申诉

1. 参赛选手对不符合竞赛规定的设备和材料备件，有失公正的检测、评判、奖励，以及对工作和裁判人员的违规行为等，可提出申诉。

2. 参赛选手申诉均须由领队以书面的形式在竞赛结束后 60 分钟以内向仲裁委员会提出。超过申诉时间，不予受理。仲裁委员会负责受理选手申诉，并将处理意见尽快通知参赛队领队或当事人。

## （二）仲裁

1. 仲裁委员会负责受理大赛中出现的所有申诉并进行仲裁，以保证竞赛的顺利进行和竞赛结果公平、公正。

2. 仲裁委员会的裁决为最终裁决，参赛选手不得因申诉或对处理意见不服而停止比赛，否则按弃权处理。

## 七、裁判

（一）裁判及分组：共 9 位裁判，分为 3 组，每组 3 人。设 1 位裁判长总负责。

（二）各组竞赛分数裁判员核实签名，经裁判长签名后上报大赛执委会。

## 八、竞赛安排

### （一）工作人员安排表

场地	工作人员（佩戴工作证/或统一服装）		
	人数	人员	负责事项
选手休	3	×××	指导选手穿统一参赛服装，抽比赛顺序签，选序签字后公



息室			布名单，协助选手贴比赛顺序签，按顺序指引选手参加比赛。
候考中 转室	2	×××	维持秩序，安排候考。
场地统 筹安排	1	×××	统筹，维持秩序，对接各项目赛室。
比赛室	6	××× ××× ×××	3人指引选手等待位置，引导选手进入三个赛室。 3人为各赛室统分人员。
分数统 计室	3	×××	一人收集评委评分表，一人统计，一人复核。
合计	15		

## （二）竞赛顺序安排

### 1. 项目一：婴幼儿沐浴推拿

选手 2 人一组考核，考核时间 17 分钟，1 组裁判。

考核顺序安排：按 09 号顺序至 18 号，再从 01-08 按序竞赛，每 2 人一组同时考核。

考核时间	考核序号	考核时间	考核序号
9: 00-9: 17	09-10	9: 20-9: 37	11-12
9: 40-9: 57	13-14	10: 00-10: 17	15-16
10: 20-10: 37	17-18	10: 40-10: 57	01-02
11: 00-11: 17	03-04	11: 20-11: 37	05-06
11: 40-11: 57	07-08		

## 2. 项目二：婴幼儿精细动作游戏设计

选手 1 人 1 组考核，考核时间 10 分钟，1 组裁判。

考核顺序安排：从 01 号按序至 18 号竞赛。

（备注：实操 2 考完进入实操 3 考场考试）

考核时间	考核序号	考核时间	考核序号
9: 00-9: 10	01	9: 10-9: 20	02
9: 20-9: 30	03	9: 30-9: 40	04
9: 40-9: 50	05	9: 50-10: 00	06
10: 00-10: 10	07	10: 10-10: 20	08
10: 20-10: 30	09	10: 30-10: 40	10
10: 40-10: 50	11	10: 50-11: 00	12
11: 00-11: 10	13	11: 10-11: 20	14
11: 20-11: 30	15	11: 30-11: 40	16
11: 40-11: 50	17	11: 50-12: 00	18

## 3. 项目三：婴幼儿呼吸道异物初步处理。

选手 1 人 1 组考核，考核时间 8 分钟，1 组裁判。

考核顺序安排：从 01 号按序至 18 号竞赛。

考核时间	考核序号	考核时间	考核序号
9: 15-9: 25	01	9: 25-9: 35	02
9: 35-9: 45	03	9: 45-9: 55	04
9: 55-10: 05	05	10: 05-10: 15	06
10: 15-10: 25	07	10: 25-10: 35	08
10: 35-10: 45	09	10: 45-10: 55	10

10: 55-11: 05	11	11: 05-11: 15	12
11: 15-11: 25	13	11: 25-11: 35	14
11: 35-11: 45	15	11: 45-11: 55	16
11: 55-12: 05	17	12: 05-12: 15	18

# 养老护理员竞赛项目技术文件

## 一、技术文件制定依据

养老护理员竞赛项目依据国家人力资源和社会保障部《养老护理员国家职业技能标准》（2019年版三级/高级工）及以上要求，适当增加新知识、新技术、新设备、新技能等相关内容，注重考核选手的专业知识和综合技能，促进家政行业人才队伍职业能力建设。

## 二、竞赛内容、时间、形式和成绩计算

本次竞赛内容包括理论知识和技能操作两部分。理论知识考核占总分 30%，实操三项考核占总分 70%。

### （一）理论知识（竞赛时间 120 分钟）

理论知识竞赛题以《养老护理员国家职业技能标准》（2019年版）三级/高级工及以上要求内容命题。采取现场机考，考核时间 120 分钟。试题类型为单项选择题、判断题，满分为 100 分。理论知识成绩按照 30%折算（满分 30 分）计入竞赛总成绩。

### （二）实操内容（竞赛时间约 3 小时）

实操考核项目为卧床老人更换床上用品、协助老人使用轮椅外出、心肺复苏 3 个项目。参赛选手现场抽签排序，在规定时间内独立完成各项操作。

#### 1. 竞赛形式及时间

竞赛时间总时程约 3 小时。

各实操项目安排如下：

实操项目一（为卧床老人更换床上用品）：选手按照抽签顺序单人实施考核，考核时长 5 分钟。

实操项目二（协助老人使用轮椅外出）：选手完成实操项目一后随即进行项目二操作，单人操作，考核时长 5 分钟。

实操项目三（心肺复苏）：选手完成实操项目二后随即进行项目三操作，单人操作，考核时长 5 分钟。

## **2. 实操技术规范**

### **项目一：为卧床老人更换床上用品**

情境：为一长期卧床的老人实施床单和枕套的更换。请根据现场布置的情境进行操作。

（1）本题分值：20 分。

（2）竞赛时间：5 分钟。

（3）竞赛形式：结合赛场准备操作、陈述。

（4）竞赛要点：准备工作充足，动作规范娴熟，注意事项陈述完整，照护过程同模拟老人有交流，物品处置正确。。

（5）竞赛要求：照护员仪表端庄，清洁卫生，操作动作规范。

（6）竞赛场地：操作面积不少于 5 平方米，考场应干净整齐，通风、照明设施良好。

（7）否定项说明：若操作发生下列情况，则应及时终止其考试，选手该操作成绩记为零分：操作过程粗暴，造成老人骨折、坠床等损伤。

（8）操作流程。

项目	操作流程	技术要求
操作过程	准备阶段	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 护理员自身准备</li> <li>· 解释目的、评估老人健康状况并取得合作</li> <li>· 环境准备</li> <li>· 物品准备</li> </ul>
	移桌椅	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 移开床旁桌、椅至合适位置</li> </ul>
	舒适体位	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 放平老人及床，移枕，协助老人翻身侧卧，背向护理员，盖好被子，确保老人安全</li> </ul>
	更换床单	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 松开近侧床单、污面向内翻卷塞到老人身下</li> <li>· 扫净近侧垫褥</li> <li>· 展开清洁床单，正面向上，床单中线与床中线对其，正面向内卷起塞入老人身下</li> <li>· 自床头、床尾和中部铺近侧清洁床单</li> <li>· 协助老人转侧卧于清洁床单上，盖好被子，拉好床栏</li> <li>· 护理员转至对侧，自床头向床尾撤污染床单放置于污物筐内，同法铺好对侧床单</li> <li>· 协助老人平卧，盖好盖被，拉平</li> </ul>
	更换枕套	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 护理员一手托起老人头部，一手撤出枕头，更换干净枕套，四角充实</li> <li>· 将枕头从老人胸前放至放老人头部旁，右手托起老人头部，左手将枕头拉至老人头下合适位置，枕头开口背门</li> </ul>
	整理用物	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 移回床旁桌、椅，开窗通风，脏被服统一洗涤（口述），洗手</li> </ul>
综合评价	规范熟练	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 程序正确，动作熟练</li> <li>· 用物准备齐全、污物处置正确</li> <li>· 按时完成</li> </ul>
	人文关爱	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 态度和蔼，动作轻巧、注意保护老人安全</li> </ul>

## 项目二：协助老人使用轮椅外出

情境：协助一体弱无力的卧床老人乘坐轮椅外出进行日光浴并返回房间。请根据现场布置的情境进行操作。

(1) 本题分值：20分。

(2) 竞赛时间：5分钟。

(3) 竞赛形式：结合赛场准备操作、陈述。

(4) 竞赛要点：准备工作充足，动作规范娴熟，注意事项陈述完整，照护过程同模拟老人有交流，物理处置正确。。

(5) 竞赛要求：照护员仪表端庄，着装得体，操作动作规范。

(6) 竞赛场地：操作面积不少于 8 平方米，考场应干净整洁，通道内无障碍物、无水渍，通风、照明设施良好。

(7) 否定项说明：若操作发生下列情况，则应及时终止其考试，选手该操作成绩记为零分：操作过程粗暴，造成老人骨折、跌倒、坠床等损伤。

(8) 操作流程。

项目	操作流程	技术要求
操作过程	准备阶段	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 护理员自身准备</li> <li>· 解释目的、评估老人状况并取得合作</li> <li>· 环境准备</li> <li>· 物品准备</li> </ul>
	评估阶段	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 评估老人衣着，鞋子、转运环境</li> <li>· 询问老人是否有大小便及其他需要</li> <li>· 检查轮椅的性能</li> </ul>
	放置轮椅	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 照护员将轮椅放在床尾，轮椅与床夹角呈 30~45°，固定刹车，翻起脚踏板</li> </ul>
	协助转运	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 协助老人坐起，嘱老人手撑床面，双脚垂于床边，协助老人穿鞋</li> <li>· 叮嘱老人双手放于照护员肩上，照护员双手环抱老人双侧腰部，双膝和双脚抵住老人双膝的外侧和双脚，协助老人下床</li> <li>· 协助老人转身，叮嘱老人用手扶住轮椅把手，照护员绕到轮椅后方，两臂从老人背后腋下伸入，使老人身体靠紧椅背坐稳。双脚放在脚踏板上，系好安全带</li> <li>· 根据需要盖好毛毯，使用软枕</li> <li>· 整理床单位</li> <li>· 观察老人，确定无不适后，松开制动阀，匀速推行</li> </ul>
推行	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 进电梯：照护员在前，轮椅在后，以倒退形式进入电梯，原地掉头并及时刹车制动</li> <li>· 出电梯：确认电梯停稳，松开刹车，倒退出电梯</li> <li>· 上坡道：照护员两臂保持屈曲，身体前倾，均匀平稳向上推行</li> <li>· 下坡道：采用倒退的方法，叮嘱老人抓紧轮椅扶手，身体靠近椅背。照护员握住把手，边观察路况边缓慢倒退行走</li> <li>· 口述每 30 分钟协助老人变换体位一次</li> </ul>	

	下轮椅	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 轮椅推至床尾，老人面向床头</li> <li>· 轮椅制动，翻起脚踏板</li> <li>· 去除老人身上毛毯和软枕</li> <li>· 协助老人起身、转身、坐于床沿</li> <li>· 协助脱去鞋子，取舒适卧位，盖好盖被，拉上床栏</li> </ul>
	整理用物	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 放回轮椅，妥善处理毛毯，别针和软枕</li> <li>· 洗手</li> </ul>
综合评价	规范性	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 操作规范，动作熟练，老人安全、舒适</li> <li>· 按时完成</li> </ul>
	人文关爱	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 沟通有效，体现人文关怀</li> </ul>

### 项目三：心肺复苏

情境：照护员常规巡视房间，发现一老人突发呼吸心跳骤停，立即进行心肺复苏术，后老人恢复自主呼吸和心跳。

(1) 本题分值：30分。

(2) 竞赛时间：5分钟。

(3) 竞赛形式：结合赛场准备操作、陈述。

(4) 竞赛要点：准备工作充足，动作规范娴熟，注意事项陈述完整，物品处置正确，正确实施职业防护。。

(5) 竞赛要求：照护员仪表端庄，着装得体，操作动作规范。

(6) 竞赛场地：操作面积不少于5平方米，考场应干净整洁，通风、照明设施良好、环境安全。

(7) 否定项说明：若操作发生下列情况，则应及时终止其考试，选手该操作成绩记为零分：操作过程粗暴，造成复苏模型坠床、破损等。。

(8) 操作流程。

护理员巡视房间，发现一位老人意识丧失，立即给予心肺复苏



项目	操作流程	技术要求
操作过程	现场安全	· 确保现场对施救者和老人都是安全的
	判断与呼救	· 判断意识，5 秒钟内完成，报告结果 · 检查有无呼吸，同时触摸大动脉搏动，10 秒钟内完成，报告结果 · 确认老人意识丧失，立即呼叫 · 看表
	安置体位	· 将老人安置于硬板床 · 去枕 · 头、颈、躯干在同一轴线上，双手放于两侧，身体无扭曲（口述）
	心脏按压	· 抢救者立于老人右侧 · 解开衣领、腰带，暴露老人胸腹部 · 按压部位：胸部中央，胸骨下半部 · 按压方法：两手掌根部重叠，手指翘起不接触胸壁，双肩位于双手正上方，两臂伸直，垂直向下用力 · 按压深度：胸骨下陷 5~6cm · 按压频率：100 次~120 次/min · 胸廓回弹：每次按压后使胸廓充分回弹 · 尽量不要按压中断：中断时间控制在 10s 内
	开放气道	· 检查头部、颈部无损伤，检查口腔，清理呼吸道分泌物，取下活动性义齿 · 仰面提颌法充分开放气道
	人工呼吸	· 立即人工呼吸 2 次 · 送气时捏住老人鼻孔，送气时间为 1 秒，见胸廓起伏 · 呼气时松开鼻孔 · 吹气同时，观察胸廓起伏情况 · 按压与人工呼吸之比为 30:2，连续 5 个循环
	判断复苏效果	操作 5 个循环后，判断并报告复苏效果 · 颈动脉恢复搏动 · 自主呼吸恢复 · 瞳孔缩小，对光反射存在 · 收缩压大于 60mmHg（口述，操作均可） · 面色、口唇、甲床均转为红润 · 昏迷变浅，出现反射、挣扎或躁动（口述：昏迷变浅，复苏有效，给予进一步生命支持，加强监护和安全护理）
	整理记录	· 看表 · 安置老人 · 整理用物，分类处置 · 洗手 · 记录老人病情变化和抢救情况

综合评价	规范性	· 抢救及时，程序正确，操作规范，动作迅速 · 用物准备齐全 · 按时完成
	人文关爱 职业防护	· 注意保护老人安全 · 注意职业防护

### （三）竞赛形式

采用单人竞赛形式，规定时间内独立、依次完成全部考核内容。

### （四）成绩计算

理论知识竞赛成绩将按照 30%（满分 30 分）折算计入竞赛总成绩；实际操作竞赛满分为 70 分（其中各操作的分值权重为：为卧床老人更换床单位 20 分，协助老人使用轮椅外出 20 分、心肺复苏 30 分），竞赛总成绩为理论和实操两项成绩总和。

## 三、竞赛规则

### （一）参赛资格

1. 在我省养老及其相关机构从事养老护理员 2 年及以上、年龄 20-60 周岁、身体健康的从业者均可报名参赛。

2. 在以往同类别职业（工种）竞赛中已获得“安徽省五一劳动奖章”、“安徽省技术能手”、“安徽省巾帼建功标兵”、“安徽省金牌职工”称号的不再报名参赛。

### （二）熟悉场地

参赛队报到后，集中组织参赛选手赛前熟悉场地及竞赛规程要求。

### （三）抽签

赛项执委会组织各领队抽签，确定各队参赛场次，并由各领队签名确认；参赛选手在竞赛检录时抽签确定工位号，并由参赛选手签名确认。

抽签工作由裁判长主持，赛务组负责组织实施，竞赛监督人员现场监督。抽签环节原则上需经两次加密。工位号不对外公布，抽签结果由赛项办公室密封后统一保管，在评分结束后开封统计成绩。

#### **（四）赛场纪律**

1. 参赛选手按规定时间到达指定地点，凭参赛证进入赛场，并现场抽取比赛顺序号。选手迟到 15 分钟取消比赛资格。

2. 裁判组在赛前 30 分钟，对参赛选手的证件进行检查及进行比赛相关事项教育。

3. 参赛选手必须按照设备管理规程进行操作。参赛选手不得携带通讯工具和其它未经允许的资料、物品进入比赛场地，不得中途退场。如出现较严重的违规、违纪、舞弊等现象，经裁判组裁定取消比赛成绩。参赛选手不得以语言和（或）在记录单和物品上做任何特殊标识，否则裁判员有权终止其操作，本赛项成绩以零分计算。

4. 竞赛期间未赛选手在“选手休息室”等候，不得进入赛场。竞赛顺序确定后，选手按比赛顺序进入物品准备室准备物品，三项实操项目物品一次性全部准备齐全，时长为 5 分钟，后按照顺序分别在不同赛室独立、一次性完成为卧床老人更换床上用品、协助老人使用轮椅外出、心肺复苏 3 个

实操项目，每项操作时长 5 分钟。

5. 竞赛过程中，参赛选手须严格遵守操作流程和规则，并自觉接受裁判员的监督和警示。若因突发故障原因导致竞赛中断的时间，由本项目全体裁判员确认，工作人员计时，顺延时间。

6. 选手竞赛开始、终止时间由本项目裁判员记录在评分表上；比赛时间到，由裁判员示意选手终止操作。选手提前结束竞赛后不得再进行任何操作。选手在竞赛过程中不得擅自离开赛场，如有特殊情况，需经本项目全体裁判员同意后作特殊处理。

7. 竞赛结束后，选手经裁判员或工作人员同意后方可离开。

8. 赛场整洁、宽敞、明亮、安静，标识明显，符合操作项目要求。已比赛选手与未比赛选手进出赛场的路径分别隔离，不相互交叉。

9. 各类赛务人员必须统一佩戴由大赛组委会签发的相关证件，着装整齐。参赛选手必须着大赛统一服装，选手不得穿戴、携带有显示个人信息的衣物。

10. 除现场裁判员、模拟老人和赛场配备的工作人员以外，其他人员不得进入比赛区域。

11. 新闻媒体等进入赛场必须经过大赛执委会允许，由专人陪同并且听从现场工作人员的安排和管理，不能影响比赛进行。

12. 各参赛队的领队、教练员和随从人员一律不得进入

赛场。

#### （五）健康、安全、疫情防控和环保要求

1. 选手竞赛完毕，需将所需物品归位，操作垃圾清理干净，保持场地整洁。

2. 由于疫情隐患未消，防控工作第一；人群聚集必戴口罩，发生病情及时上报。

3. 赛事期间，严禁私自外出，赛场服从裁判，场外服从领队。

4. 竞赛完毕，相关人员需将物品归位，将技能操作垃圾清理干净，保证场地整洁卫生。

### 四、竞赛赛场与设施

#### （一）赛场

1. 比赛工位：每项实操项目设 1 个考核工位，每个工位每次 1 人，单人考核。

2. 赛场提供任务所需的基本设施。

3. 赛场提供理论考试的教室及设备。

4. 赛场提供养老护理员实操考核所需物品。

#### （二）赛场提供设备、设施及工具

##### 1. 项目一 为卧床老人更换床上用品（一人份）

序号	名称	单位	数量	备注
1	床单	个	1	
2	枕套	个	1	
3	床刷	个	1	
4	一次性床刷套	个	1	
5	弯盘	个	1	
6	污衣筐	个	1	备于赛室
7	一次性口罩	个	1	
8	免洗手消毒液	瓶	1	

9	治疗车	台	1	
10	床单位	张	1	包括床,床垫,床褥、床单、棉胎、被套、枕芯、枕套,床旁桌,床尾椅
11	模拟老人	位	1	
12	床头卡	张	1	

## 2.项目二 协助老人使用轮椅外出（一人份）

序号	名称	单位	数量	备注
1	床单位	个	1	包括床,床垫,床褥、床单、棉胎、被套、枕芯、枕套,床旁桌,床尾椅
2	免洗手消毒液	瓶	1	
3	轮椅	台	1	
4	软枕	个	1	
5	水杯	个	1	
6	抽纸	盒	1	
7	毛毯	条	1	
8	安全别针	个	1	
9	一次性口罩	个	1	
10	模拟老人	位	1	
11	床头卡	张	1	

## 3.项目三 心肺复苏（一人份）

序号	名称	单位	数量	备注
1	纱布	块	2	
2	血压计	台	1	
3	听诊器	个	1	
4	手电筒	个	1	
5	治疗盘（大）	个	1	
6	脚踏凳	个	1	
7	免洗手消毒液	瓶	1	
8	心肺复苏记录单	张	1	见附录
9	笔	支	1	
10	复苏床	张	1	
11	心肺复苏模拟人	个	1	
12	床头卡	张	1	

## 五、评分说明

### （一）评分标准制定原则

评分标准由赛项专家组根据养老护理员的职业操守（包括专业态度、仪表仪态、沟通能力等）、操作前的准备、操作过程的规范性、准确性及熟练程度来评定，全面考量养老护理员分析问题和解决问题的实际应用能力。

## （二）评分方法

1. 实操项目每一赛室一个裁判组，依据评分标准取各裁判员给分之和的算术平均值为参赛选手该实操项目得分（四舍五入，保留小数点后二位）。

2. 比赛总成绩由理论知识竞答和实际操作成绩各占 30% 和 70%。当出现总成绩相同时，先比较操作成绩，以操作成绩高者名次在前；若不能分出先后，按心肺复苏、协助老人使用轮椅外出、为卧床老人更换床上用品实操成绩排序；若仍不能分出先后，则取相同名次。

3. 参赛选手的成绩由全体裁判员签字确认后公布。

## 六、申诉与仲裁

### （一）申诉

1. 参赛选手对不符合竞赛规定的设备和材料备件，有失公正的检测、评判、奖励，以及对工作和裁判人员的违规行为等，可提出申诉。

2. 参赛选手申诉均须由领队以书面的形式在本选手竞赛结束后 60 分钟以内向仲裁委员会提出。超过申诉时间，不予受理。仲裁委员会负责受理选手申诉，并将处理意见尽快通知参赛队领队或当事人。

### （二）仲裁

1. 仲裁委员会负责受理大赛中出现的所有申诉并进行仲裁，以保证竞赛的顺利进行和竞赛结果公平、公正。

2. 仲裁委员会的裁决为最终裁决，参赛选手不得因申诉或对处理意见不服而停止比赛，否则按弃权处理。

## 七、裁判

1. 裁判及分组：共 9 位裁判员，分为 3 组，每组 3 人，其中一人为本赛室主裁判员，设 1 名裁判长总负责养老护理员赛项。

2. 各组竞赛分数裁判员核实签名，经裁判长签名后上报大赛执委会。

## 八、竞赛安排

### (一) 工作人员安排表

场地	工作人员（佩戴工作证/或统一服装）		
	人数	人员	负责事项
选手休息室	1	×××	指导选手穿统一参赛服装，抽比赛顺序签（按参赛单位拼音顺序抽签），选手签字后公布名单，检查证件，协助选手贴比赛顺序签，按顺序指引选手参加比赛
候考中转室	1	×××	维持秩序，安排候考。
物品准备处	1	×××	维持秩序、添加耗材，物品准备计时管理，协助选手将物品送至各赛室
比赛室	5	××× ××× ×××	2 人分别扮演为卧床老人更换床上用品和使用轮椅协助老人外出的模拟老人，3 人为各赛室工作人员，指引选手等待、开始操作及离场，选手操作完毕后整理赛室，将物品送回物品准备室。
分数统计室	2	×××	一人统计，一人复核。
合计	10		

### (二) 竞赛顺序安排

考核项目	考段	考核时间
为卧床老人更换床上用品 协助老人使用	01	09:00-09:15
	02	09:08-09:23
	03	09:16-09:31



轮椅外出 心肺复苏	04	09:24-09:39
	05	09:32-09:47
	06	09:40-09:55
	07	09:48-10:03
	08	09:56-10:11
	09	10:04-10:19
	10	10:12-10:27
	11	10:20-10:35
	12	10:28-10:43
	13	10:36-10:51
	14	10:44-10:59
	15	10:52-11:07
	16	11:00-11:15
	17	11:08-11:23
	18	11:16-11:31

附录：

### 心肺复苏记录单

时间	房间号		床号		姓名		面色、口唇和皮肤颜色			签名
	颈动脉搏动		自主呼吸		瞳孔对光反射		红润	苍白	紫绀	
	恢复	消失	恢复	消失	存在	消失				