

# 消防人員常年訓練實施規定

106 年消署訓字第 1061701842 號函頒

## 壹、依據

內政部消防署組織條例第三條第四款：本署掌理關於消防學制、教育訓練之規劃、督導與消防及災害防救學術倡導事項。

## 貳、目的

- 一、充實消防知能。
- 二、鍛鍊強健體能。
- 三、熟練救災技能。
- 四、確保人身安全。

## 參、各級消防機關辦理常年訓練之權責區分如下：

- 一、內政部消防署（以下簡稱本署）：負責全國性消防人員訓練之督導及考核等事宜。
- 二、各消防機關(含本署港務消防隊)：負責所屬消防人員訓練之策劃、執行、督導、考核等事宜。

## 肆、訓練種類及目標如下，各項訓練得以集中方式合併實施

- 一、職前訓練：針對新進(遷、調)同仁實施，使其熟悉轄區狀況及災害類型，充實救災知能，達成基本救災能力。

- 二、在職訓練：提昇個人技能，及充實各項(業)務執勤職能。

### (一) 個人訓練：包括學科訓練及術科訓練。

1. 學科訓練：加強生活教育，培養團隊精神，建立服務人群之正確人生觀。

2. 術科訓練：包含體能訓練及技能訓練，以加強體能及執勤技能。

### (二) 組合訓練(含兵棋推演)：以大(中)隊為單位，包含基本與應用消防車操及救災綜合演練，健全整體功能。

- 三、業務訓練：以各級業務人員為對象，充實專業知識及勤(業)務能力，並由各業務單位依業務特性及需求，策訂訓練計畫實施。

## 伍、訓練項目及要求：

- 一、肆、二、(一)2. 術科訓練之「體能訓練」，應依下列規定項目及要求實施：

### (一) 體能訓練項目：

跑步、單槓、舉重、伏地挺身、平板支撐、負重訓練、折返跑。

- (二) 要求：每半年測驗一次，測驗成績需達六十分以上，個人得分換算表如附件一。

### (三) 年齡分組：

3. 丙組：四十一歲以上男性及女性同仁。

4. 丁組：五十五歲以上免測。

二、前款以外之訓練種類，由各消防機關參考附件二自訂訓練項目及要求。

#### 陸、教官編制

一、常年訓練(火災搶救、救助訓練)所需師資，應具本署辦理之教官培(複)訓資格。

二、每一直轄市、縣(市)消防機關教官總數以大隊數為計(1 消防大隊 2 名教官)，教官職司火災搶救及消防救助、體能訓練等課程編排、訓練規劃等項目。

#### 柒、督導

一、區分主官系統督導及業務系統督導等二種：

(一) 主官系統督導：由消防局(隊)長、副局(隊)長、大隊長、副大隊長負責，抽查各單位訓練情形。

(二) 業務系統督導：由消防局(隊)業務單位暨有關承辦人員負責，並抽查基層單位訓練情形。

二、督導應做成紀錄，並將督導紀錄登錄「消防署訓練中心 e 化管理系統」，發現優劣事蹟應採有效措施予以表揚或督導改進。

三、本署得視需要實施督導。

#### 捌、一般規定

一、各消防機關應依轄區狀況，災害類型及消防人員編制等情形，訂定年度訓練計畫，經機關首長核定後副知本署。

二、各消防機關應建立各項訓練教官資料庫及進行教官評比或考核；並召開年度訓練檢討會。

三、消防機關對所屬消防人員應建立個人訓練績效資料並依限登錄「消防署訓練中心 e 化管理系統」，以為加強訓練及人事運用參考。

四、應嚴格要求個人體技能、消防車操及消防機械操作之動作要領，其未達標準者，加強重點訓練。

五、測驗成績優良及未達第伍點標準者，由各消防機關依自訂計畫獎懲之。

六、各消防機關應依據轄區特性規畫自辦專業救災訓練時，應建立訓練前、中、後工作項目，據以檢核執行，以期確保受訓過程安全。

附件二

學科項目	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 精神教育課程：以品德、倫理、文化、藝術、公共關係、法紀、實務等為課程重點，並加強生活教育，培養團隊精神，建立服務人群之正確人生觀。</li><li>2. 消防及災害防救相關法令：<ol style="list-style-type: none"><li>(1) 各種消防及災害防救專業法令。</li><li>(2) 建築相關法令。</li><li>(3) 法律課程：國家賠償法、行政程序法、行政執行法、訴願法及社會秩序維護法等。</li><li>(4) 緊急醫療救護相關法令。</li><li>(5) 其他。</li></ol></li><li>3. 消防專業課程：<ol style="list-style-type: none"><li>(1) 消防安全設備。</li><li>(2) 消防戰術。</li><li>(3) 車輛、器材、裝備。</li><li>(4) 案例教育。</li><li>(5) 火災原因調查。</li><li>(6) 危險物品管理。</li><li>(7) 防災宣導。</li><li>(8) 電氣、機械、化學、資訊、通訊、氣象等相關課程。</li><li>(9) 其他。</li></ol></li></ol>
術科項目	技能訓練：駕駛、車輛裝備器材操作、小型幫浦河川抽水及中繼供水、無線電通訊、緊急救護、車操、常用式手勢指揮、結繩、入室搶救、山域事故搜救、操舟訓練、水上救生、潛水救生、救助訓練等。

消防人員常年訓練體能測驗得分換算表

測驗項目	組別	標準									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3000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，下去時手又低於九十度，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	
平板撐	甲	秒數	50	45	40	35	30	25	20	15	兩手肘與肩同寬，臥倒平撐於地面，頭、肩、臀需成一直線。
		得分	15	14	13	11	9	7	5	4	
	乙	秒數	45	40	35	30	25	20	15	10	
		得分	15	14	13	11	9	7	5	4	
	丙	秒數	40	35	30	25	20	15	10	5	
		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	