고양덕양우체국 공고 제 2022 - 14호

공 고 문

2022년도 제5회 상시계약집배원 채용시험
서류심사 합격자 공고

2022년도 제5회 상시계약집배원 채용시험
서류전형 합격자 명단을 아래와 같이 공고합니다.

2022년 5월 3일

고양덕양우체국장

응 시 번 호
고양덕양-상시(공무직) 001

※ 합격자 별도 문자 안내

실기 및 면접시험 안내

가. 일 시: 2022. 5. 4. (수) 13:30 ~

* 실기시험 종료 후 면접시험 진행

나. 장 소: 고양덕양우체국 4층 대회의실

다. 면접시험대상자는 **응시표 및 신분증(주민등록증, 운전면허증, 여권 중 1)을 지참한 후 13시 20분까지 지정된 고양덕양우체국 4층 지원과에 입장**하여 안내를 받으시기 바랍니다.

* 전자우편 및 우편 접수 응시표는 면접 당일 대기장소에서 배부

라. 면접이 시작된 이후에는 면접대기장 입실불가 및 면접에 응시할 수 없음을 안내드리니, 반드시 면접시험 시간을 준수하시기 바랍니다.

마. 코로나19 감염증 예방을 위해 응시자는 손씻기와 마스크 착용 등 개인 위생관리에 철저를 기하여 주시기 바라며, 면접당일 **반드시 마스크를 착용**하여 주시기 바랍니다.

바. 코로나19 감염증 예방을 위해 **모든 응시자는 마스크를 착용 후 시험 대기장 입구에 비치된 손소독제를 통해 손소독 및 체온 측정 후 입실이 가능합니다.**

* 대기장소 입실 전 발열체크 후 고열(37.5℃↑), 기침, 인후통 등 코로나19 의심증상자의 경우, 별도 장소 대기

*** 예방수칙을 따르지 않는 응시자는 입실 불가**

사. 코로나19 확진자, 의심환자, 접촉자(격리대상자)는 면접시험에 응시할 수 없습니다.

아. 최종합격자 발표 : 2022. 5. 9. (월)

자. 면접시험 문의처 : 고양덕양우체국 인사담당(☎ 031-968-2037)

실기시험 방법

종 목	측정방법
윗몸 일으키기	- 시험관의 “준비” 구령에 따라, 똑바로 누운 상태에서 다리를 30cm 간격으로 벌리고 무릎은 직각으로 굽혀 세우고 두손은 머리 뒤로 깍지껴 잡는다. - 시험관의 “시작” 구령과 함께 복근력만을 이용 몸을 위로 일으켜 굽힌다. - 양 팔꿈치가 무릎에 닿으면 다시 누운 상태로 돌아간다. - 누운 자세에서는 깍지 낀 양손, 어깨 등이 반드시 메트와 접촉되어야만 한다. - 1분 동안 정확하게 실시한 횟수만 기록한다. * 부정확한 동작 : 깍지를 풀거나, 팔꿈치가 무릎에 닿지 않는 등의 경우는 횟수에서 제외함
팔굽혀 펴기	**[남 자]** - 시험관의 “준비” 구령에 따라, 양손을 어깨넓이로 벌려 30cm 높이의 봉을 손끝이 앞으로 가도록 잡고 양발을 모아붙인 자세에서 팔이 지면에 대하여 직각이 되도록 하고, 머리, 어깨, 허리, 엉덩이, 다리 등이 일직선이 되도록 한다. - 시험관의 “시작” 구령과 함께 팔이 90도이상 굽혀 가슴이 봉에 닿을 정도까지 굽혔다가 다시 완전히 편 상태를 1회로 간주한다. - 1분 동안 정확하게 실시한 횟수만 기록한다. **[여 자]** - 시험관의 “준비” 구령에 따라, 양팔을 어깨넓이로 벌리고 무릎을 마루에 대고 엎드려 30cm 높이의 봉을 손으로 짚어 팔을 봉과 직각이 되도록 하고, 머리, 어깨, 허리 엉덩이가 일직선이 되도록 한다. - 시험관의 “시작” 구령과 함께 팔이 90도이상 굽혀 가슴이 봉에 닿을 정도까지 굽혔다가 다시 완전히 편 상태를 1회로 간주한다. - 1분 동안 정확하게 실시한 횟수만 기록한다.
소포상자 이동하기	- 시험관의 “준비” 구령에 따라, 출발선의 소포상자 앞에 선다. - 시험관의 “시작” 구령과 함께 두 팔로 20kg 상당의 소포상자를 들고 빠른 걸음으로 10m를 이동 후 지정된 장소에 내려놓는다. - 도착 장소에 준비된 20kg 상당의 소포상자를 어깨에 메고 빠른 걸음으로 반대편으로 10m를 이동한 후 지정된 장소에 내려놓는다. * 몸놀림과 소포 취급 태도를 통해 소포 등 우편물 취급의 가부 여부를 판단

※ 응시종목 중 2종목 이상 합격자에 한하여 면접시험 실시

교통편 안내

면접 장소	주 소	교 통 편
고양덕양우체국 4층	고양시 덕양구 백양로132 (화정동)	- 지하철3호선 화정역 4번출구 - 버스이용 11,82,85,1082,707,706 덕양구청 하차 150m

