<연천우체국 공고 제2025-02호>

2025년 제1회 연천우체국 주관 상시계약집배원 채용

서류전형 결과 및 실기·면접일시 공고

2025년도 제1회 연천우체국 주관 상시계약집배원(농어촌소포배달원) 선발 1차 (서류전형) 합격자 및 실기, 면접시험 일정을 다음과 같이 공고합니다.

2025년 3월 13일

연 천 우 체 국 장

1. 서류전형 합격자 명단

응시번호	서류전형 결과	비고
연천01	합 격	
연천02	합 격	
연천03	합 격	
연천04	합 격	

2. 실기 및 면접일 : 2025. 3. 17.(월)

o 대기장소 : 3층 우정노조지부실

o 실기시험 : 4층 체력단련실(13:00 ~ , 12:40까지 대기장소 도착)

o 면접시험 : 3층 대회의실(14:00 ~ , 13:40까지 대기장소 도착)

3. 응시자 유의사항

o 실기·면접일시와 장소를 사전에 반드시 확인하여 응시표, 신분증(주민등록증 또는 운전면허증)을 지참한 후, 응시 일정에 따라 공고문의 시험 장소에 도착하여 안내를 받으시기 바랍니다.

o 실시·면접시험 대상자는 시험 시간을 준수해야 하며, 응시 여부 확인 시까지 도착하지 않을 경우에는 불합격 처리됨을 알려드립니다.

4. 최종합격자 발표 : 2025. 3. 19.(수) 연천우체국 홈페이지 게시

KOREA POST 우편물류과/조재훈/2025-03-13/

[붙임 1]

실기시험 응시 안내

□ 실기시험 개요

o 일　시 : 2025.3.17.(월) 13:00 ~

o 장　소 : 연천우체국 4층 체력단련실

o 대상자 : 4명(서류전형 합격자)

o 종　목 : 소포상자 이동하기, 팔굽혀펴기, 윗몸일으키기

- 체력검사 기준표

성별/종목/연령대		합격	불합격
남자	윗몸 일으키기 **(기준시간: 1분)**	25 이상	24 이하
	팔굽혀 펴기 **(기준시간: 1분)**	20 이상	19 이하
	소포상자 이동하기(20kg) **(기준시간: 40초 10m씩 왕복)**	**40초 이내**	**40초 초과**
여자	윗몸 일으키기 **(기준시간: 1분)**	10 이상	9 이하
	팔굽혀 펴기 **(기준시간: 1분)**	10 이상	9 이하
	소포상자 이동하기(20kg) **(기준시간: 1분 10m씩 왕복)**	**1분 이내**	**1분 초과**

KOREA POST 우편물류과/조재훈/2025-03-13

- 실기시험 방법

종 목	측정방법
윗몸 일으키기	- 시험관의 “준비” 구령에 따라, 똑바로 누운 상태에서 다리를 30cm 간격으로 벌리고 무릎은 직각으로 굽혀 세우고 두 손은 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

□ 실기시험 응시자 유의사항

o 실기시험 응시자는 시험 시간과 장소를 반드시 확인하시기 바라며, 시험 당일 13:40까지 응시표와 신분증(주민등록증 또는 운전면허증)을 지참하여 연천우체국 3층 대기 장소(연천우체국 우정노조지부실)에 도착하셔야 합니다.

□ 실기시험 응시요령

o 응시자 대기실에서 진행요원의 안내에 따라 출석 확인 및 시험 진행에 대한 설명을 듣습니다.

o 응시자는 대기장에서 실기시험 평정표, 체력검정 응시 동의서약서 1매를 배부받아 자신의 생년월일, 성명, 서명 등을 반드시 자필로 기재합니다.

o 실기시험은 응시번호 순으로 진행합니다.

o 진행요원의 안내에 따라 신분증으로 본인확인 실시 후 실기시험장(4층 체력단련실)로 이동합니다.

o 시험장에 입장하면 진행요원의 지시에 따라 실기시험을 실시합니다.

o 종목별 실기시험 실시 때마다 측정 결과를 기록하며 3종목 종료 후 합격, 불합격을 결정합니다.

o 실기시험 합격자는 면접시험을 준비하고 불합격자는 귀가합니다.

*** 응시자는 실기시험을 위해 편한 복장(체육복, 간소복 등)으로 착용하여 주시고, 면접시험에는 단정한 옷차림 또는 정장을 착용하여 주시기 바랍니다.**

KOREA POST 우편물류과/조재훈/2025-03-13

[붙임 2]

면접시험 응시 안내

□ 면접시험 개요

o 일　시 : 2025.3.17.(월) 14:00 ~

o 장　소 : 연천우체국 3층 대회의실

o 대상자 : 미정(실기시험 합격자 한)

□ 면접시험 응시자 유의사항

o 면접시험 응시자는 면접 시간과 장소를 반드시 확인하시기 바라며, 시험 당일 13:40분까지 응시표와 신분증(주민등록증 또는 운전면허증)을 지참하여 연천우체국 3층으로 도착하셔야 합니다.

* 실기시험 합격자에 한하여 순차적으로 면접시험 실시

□ 면접시험 응시요령

o 응시자 대기실(3층)에서 진행요원의 안내에 따라 출석 확인 및 면접시험 진행에 대한 설명을 듣습니다.

o 응시자는 면접시험 평정표 2매가 배부되면 자신의 응시 국명, 응시번호, 생년월일, 성명 등을 반드시 자필로 기재합니다.

o 면접시험은 응시번호 순으로 진행합니다.

o 시험장에 들어가면 면접위원에게 인사를 하고 자리에 앉습니다.

o 개별면접으로 진행되며, 시험위원은 2인입니다.

o 면접시험이 끝나면 3층 진행요원에게 시험이 끝났음을 알려주시고 귀가하시면 됩니다.

KOREA POST 우편물류과/조재훈/2025-03-13/